

КАКИЕ НАРУШЕНИЯ ВЫЗЫВАЕТ ПОСТОЯННОЕ ВРЕМЯПРОВОЖДЕНИЕ В ИНТЕРНЕТЕ?

Психические:

- эйфория за компьютером и депрессия без доступа в сеть,
- увеличение количества времени, проводимого за компьютером и невозможность прекратить свои действия (недостаток силы воли),
- пренебрежение семьей и друзьями, ложь,
- проблемы с работой или учебой.

Физические:

- синдром карпального канала (поражение нервных стволов руки, связанное с длительным перенапряжением мышц),
- сухость в глазах,
- спинные и головные боли,
- нерегулярное питание,
- пренебрежение личной гигиеной,
- бессонница.

КАК ВОВРЕМЯ РАСПОЗНАТЬ ИНТЕРНЕТ- ЗАВИСИМОСТЬ?

- вы проводите большую часть дня за компьютером,
- ваши близкие и даже знакомые постоянно напоминают вам о том, что вы сократили время на живое общение и предпочитаете компьютер или телефон,
 - вы не выполняете свои обещания, поскольку забываете про них, сидя за компьютером,
 - вы приукрашиваете, когда говорите о времени, проведенном вами в интернете, и своих интересах в сети,
 - вы не способны выполнить задачу без использования интернета и плохо представляете себе вашу жизнь без компьютера.

РЕКОМЕНДАЦИИ УЧАЩИМСЯ «ИНТЕРНЕТ-БЕЗОПАСНОСТЬ»

1. Используйте реальный мир для расширения социальных контактов. Реальный мир, жизнь человека – это постоянное освоение, расширение и преобразование реальности, и внутренней, и внешней. Таким путём человек становится совершеннее.

2. Определите своё место и цель в реальном мире. Ищите реальные пути быть тем, кем хочется. Избегайте простых способов достигать цели: бесплатный сыр - только в мышеловке.

3. Виртуальная реальность заполняет «дыры» в жизни. Живите без «заплаток»!

4. Компьютер – это всего лишь инструмент, усиливающий ваши способности, а не заменитель цели.

5. Развивать в виртуальной реальности то, что для вас не важно в реальной жизни, - нельзя. Делайте то, что хотите, в реальной жизни!

6. Ищите друзей в реальности. Виртуальный мир даёт только иллюзию принадлежности к группе и не развивает никаких действительных навыков общения.

7. Наполняйте жизнь положительными событиями, поступками.

8. Имейте собственные чёткие взгляды и убеждения.

9. Избегайте лживости и анонимности в виртуальной реальности.

10. Пребывайте «здесь и сейчас», а не «там».

11. Научитесь контролировать собственное время и время за компьютером.

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ В ИНТЕРНЕТЕ

- *Не уверен в своих знаниях? Используй учетную запись с ограниченными правами!*
- *Не работай от имени администратора (root) - это убережет от большинства заражений;*
- *без необходимости не делай «джелбрейк», «разлочку», «рутование»;*
- *Используй антивирусную защиту (лучше бесплатный антивирус, чем никакого; коммерческие программы предоставляют дополнительные функции и удобства);*
- *Регулярно обновляй систему и антивирус;*
- *Настрой дополнительные функции (блокировку рекламы в браузере, функции антифишинга, блокировку всплывающих окон, режим безопасного поиска);*
- *Используй официальное лицензионное и (или) свободное программное обеспечение;*
- *Учитывай рекомендации программ защиты (не заходи на сайты, которые помечены как опасные, не открывай файлы, которые блокирует антивирус);*
- *Ограничивай время работы в Интернете – живи реальной жизнью!*

ПЕРСОНАЛЬНЫЕ ДАННЫЕ И ЛИЧНАЯ ИНФОРМАЦИЯ В ИНТЕРНЕТЕ

- 80% преступников берут информацию в соц. сетях.
- Личная информация используется для кражи паролей.
- Личная информация используется для совершения таких преступлений как: шантаж, вымогательство, оскорбление, клевета, киднеппинг , хищение!

*Персональные данные –
твоя частная собственность,
прежде чем публиковать их
и (или) передавать третьим лицам, подумай, стоит ли?*

Персональные данные охраняет Закон Республики Беларусь N 455-З "Об информации, информатизации и защите информации»

- *При регистрации в социальных сетях следует использовать только Имя или Псевдоним (ник)!*
- *Настрой приватность в соц. сетях и других сервисах*
- *Не публикуй информацию о своём местонахождении и (или) материальных ценностях!*
- *Хорошо подумай, какую информацию можно публиковать в Интернете!*
- *Не доверяй свои секреты незнакомцам из Интернета!*

ПОМНИ:
за ВИРТУАЛЬНЫЕ преступления отвечают
по РЕАЛЬНОМУ закону

Глава 31 УК РБ:

- Статья 349 УК РБ Несанкционированный доступ к компьютерной информации. (возможно ограничение свободы на срок до 5 - 7 лет).
- Статья 350 УК РБ Модификация компьютерной информации (возможно ограничение (лишение) свободы на срок до 5-7 лет).
- Статья 351 УК РБ Компьютерный саботаж – умышленные уничтожение, блокирование, приведение в непригодное состояние компьютерной информации или программы (ограничение (лишение) свободы на срок 3-10 лет).
- Статья 352 УК РБ Неправомерное завладение компьютерной информацией (возможно ограничение или лишением свободы на срок до 2 лет).
- Статья 353 УК РБ Изготовление либо сбыт специальных средств для получения неправомерного доступа к компьютерной системе или сети (возможно ограничение свободы на срок до 2 лет).
- Статья 354 УК РБ Разработка, использование либо распространение вредоносных программ (возможно ограничение свободы на срок до 2 лет, лишение свободы до 10 лет).
- Статья 355 УК РБ Нарушение правил эксплуатации компьютерной системы или сети (возможно ограничение (лишение) свободы на срок 5- 7 лет).
- Статья 17.10 АК РБ. Пропаганда и (или) публичное демонстрирование, изготовление и (или) распространение нацистской символики или атрибутики, в том числе с использованием сети интернет.
- Статья 343. УК РБ Изготовление и распространение порнографических материалов или предметов порнографического характера (лишение свободы 2-4 года)
- Статья 343-1. Изготовление и распространение порнографических материалов или предметов порнографического характера с изображением несовершеннолетнего (ограничения (лишение) свободы до 2-4 лет.