**В вопросе пользы и вреда интернета для детей ведутся активные споры, в которых сторонники современных технологий приводят аргументы о ценности интернета для полезного развития ребенка, в то время как скептики видят лишь вред воздействия соблазнов сети.**

К полезным свойствам интернета для младшего поколения относят:

* Неисчерпаемый ресурс полезной и познавательной информации и развитие навыков правильно в ней ориентироваться. Благодаря интернету можно развивать любознательность ребенка и обучить его алгоритмам поиска;
* Интернет может стать полезным «тренажером» памяти и внимания, логического мышления ребенка;
* Развивающие игры в интернет при правильном «дозировании» и подборе имеют свойства оказывать большую пользу в расширении эрудиции и кругозора, изучении иностранных языков — поскольку интернет содержит много полезных материалов по всем необходимым предметам познания – на любой возраст.

Важно при этом помнить о случаях, когда интернет может стать вредным для здоровья ребенка:

Долгое нахождение перед экраном компьютера снижает необходимую для развития физическую активность, формирует неправильные свойства осанки, ухудшение зрения. Чтобы избежать таких последствий, родителям стоит серьезно отнестись к вопросу организации места за компьютером. Необходимо отрегулировать высоту стула, которая позволит держать ступни на полу, а колени — согнутыми под прямым углом. Руки, согнутые в локтях, при этом также должны лечь на стол под прямым углом.

Для профилактики глазных заболеваний и ухудшения зрения, во время работы за компьютером ребенку нужно делать регулярные перерывы, а также периодически выполнять зарядку для глаз.

Влияние на психику. В ответственности взрослого — отслеживать, что просматривает маленький ребенок в сети интернет: это предупредит риски столкновения с вредной для психического развития информацией, например, насильственного характера, к которой он в силу своего возраста окажется не готов.

Влияние на социализацию. Свойства длительного пребывания в игровой реальности интернет могут сказаться вредом замены реального общения, необходимого ему для социального развития. Поэтому так важно контролировать частоту и время пользования электронными устройствами: с 3 до 5 лет это должны быть короткие промежутки, несколько минут в день, а к 7 годам время можно увеличить до получаса.

## ****Польза и вред интернета для школьников****

Мнения о пользе и вреде интернета для школьников сильно расходятся как у родителей, так и у педагогов.

Несмотря на все разногласия, нельзя отрицать то, что интернет является отличным помощником в учебных делах. С его помощью ребенок легко может найти необходимую ему информацию, детальнее разобрать непонятную тему или же отыскать ключи к решению тех или иных задач.

Обучающие ресурсы интернета будут полезными в развитии внимания, памяти, воображения, а также ассоциативного, логического мышления ребенка, помогут значительно упростить процесс обучения.

В связи с увеличением времени пользования интернет за экраном компьютера важно поддерживать условия профилактики нарушений нагрузки на позвоночник и зрение. Время нужно контролировать в пределах полутора — двух часов, с проведением регулярных перерывов.

Долгое пребывание перед экраном может также вызвать нарушение эндокринной системы, повышение артериального давления, головную и височную боль, усталость, а также боли в мышцах и суставах тела.

## ****Чем опасен интернет для подростков?****

* Сайты, связанные с тематикой секса и эротики. На просторах интернета насчитывается несчетное количество сайтов и ресурсов, пропагандирующих нездоровые сексуальные отношения. Это может нанести огромный вред как психике подростка, так и его нормальному сексуальному развитию;
* Сайты, распространяющие информацию насильственного характера, пропаганду наркотических средств и другого подобного контента могут негативно отразиться на формировании ценностной ориентации: в этом случае важна живая связь с родителем, который обладает в глазах подростка авторитетом;
* Онлайн-игры, могут сформировать зависимость, опасными сигналами которой являются: длительное времяпровождение ребенка в интернете (более 5 часов в день), подавленное состояние, агрессивное поведения, нежелание выходить из виртуальной реальности в реальный мир;
* Азартные игры. [Вред](https://poleznii-site.ru/zdorove/chem-opasny-kompyuternye-igry-vliyanie-na-psihiku.html) может таиться в потребности подростка быть независимым от родителей: неправильно сформированная, она может подтолкнуть к затягивающему влиянию онлайн-игр на деньги ;
* [Социальные сети](https://poleznii-site.ru/dom/byt/chem-opasny-sotsialnye-seti-i-est-li-polza-ot-nih.html) и сайты знакомств в интернет, полезные для формирования идентичности, могут также подтолкнуть к социальной изоляции. Вместе с тем это может яро свидетельствовать о том, что в реальной жизни у ребенка могут быть серьезные проблемы в плане общение со своими сверстниками.

Важно! Технологии социального манипулирования могут также быть опасны именно в подростковый период, когда дети подвержены рискам объединения в сообщества, в том числе эксплуатирующие деструктивные настроения (нонконформизма, суицида и другие). В связи с этим родителям важно находиться в контакте с ребенком, чтобы иметь возможность донести информацию о сути подобных объединений в интернете и как избежать рисков их влияния.