

## **REKOMENDOWANE MATERIAŁY PRZEKAZANE NA SZKOLENIU NAUCZYCIELOM PRZEZ WOJEWÓDZKĄ KOMENDĘ POLICJI W OPOLU**

### **ZASADY BEZPIECZNEGO KORZYSTANIA Z INTERNETU DLA UCZNIÓW**

1. Nigdy nie podawaj w Internecie swojego prawdziwego imienia i nazwiska. Posługuj się Nickiem, czyli pseudonimem,
2. Nigdy nie podawaj osobom poznanym w Internecie swojego adresu domowego, numeru telefonu i innych tego typu informacji. Nie możesz mieć pewności, z kim naprawdę rozmawiasz!,
3. Nigdy nie wysyłaj nieznanym swoich zdjęć. Nie wiesz, do kogo naprawdę trafią. Raz przesłane zdjęcie pozostaje na zawsze w Internecie!
4. Pamiętaj, że nigdy nie możesz mieć pewności, z kim rozmawiasz w Internecie. Ktoś, kto podaje się za twojego rówieśnika, w rzeczywistości może być dużo starszy i mieć wobec ciebie złe zamiary,
5. Kiedy coś lub ktoś w Internecie cię przestraszy, koniecznie powiedz o tym rodzicom lub innej zaufanej osobie dorosłej,
6. Internet to skarbnica wiedzy, ale pamiętaj, że nie wszystkie informacje, które w nim znajdziesz, muszą być prawdziwe! Staraj się zawsze sprawdzić wiarygodność informacji,
7. Szanuj prawo własności w Sieci. Jeżeli posługujesz się materiałami znalezionymi w Internecie, zawsze podawaj źródło ich pochodzenia,
8. Spotkania z osobami poznanymi w Internecie mogą być niebezpieczne! Jeżeli planujesz spotkanie z internetowym znajomym, pamiętaj aby zawsze skonsultować to z rodzicami. Na spotkania umawiaj się tylko w miejscach publicznych i idź na nie w towarzystwie rodziców lub innej zaufanej dorosłej osoby,
9. Uważaj na e-maile otrzymane od nieznanych Ci osób. Nigdy nie otwieraj podejrzanych załączników i nie korzystaj z linków przesłanych przez obcą osobę! Mogą na przykład zawierać wirusy,
10. Jeżeli prowadzisz w Internecie stronę lub bloga, pamiętaj, że mają do niego dostęp również osoby o złych zamiarach. Nigdy nie podawaj na swojej stronie adresu domowego, numeru telefonu, informacji o rodzicach itp.,
11. Jeżeli chcesz coś kupić w Internecie, zawsze skonsultuj się z rodzicami. Nigdy nie podawaj numeru karty kredytowej, nie wypełniaj internetowych formularzy bez wiedzy i zgody rodziców,
12. W sieci krąży coraz więcej wirusów, które mogą uszkodzić komputer. Dlatego koniecznie zainstaluj oprogramowanie antywirusowe.
13. Wiadomość, którą otrzymałeś, jest wulgarna lub niepokojąca, nie odpowiadaj na nią. Pokaż ją swoim rodzicom lub innej zaufanej osobie dorosłej.
14. Jeśli nie wiesz z kim porozmawiać zadzwoń na bezpłatny numer 116111 lub wyślij SMSa. Możesz również wejść na stronę <http://116111.pl/> i anonimowo zgłosić treści jakie Cię niepokoją.

# **JAK BYĆ BEZPIECZNYM W INTERNECIE! ZASADY BEZPIECZEŃSTWA!**

## **1. Zanim dołączysz**

Kontakty z ludźmi na portalach społecznościowych, podobnie jak kontakty z ludźmi w świecie rzeczywistym, rządzą się pewnymi zasadami. Zastanów się w jaki sposób działa portal zanim utworzysz na nim swój profil. Przede wszystkim zainteresuj się jaki poziom prywatności gwarantuje Ci dany portal. Informacji tego typu szukaj w regulaminie, który powinien jasno określać zasady twojego uczestnictwa w serwisie.

## **2. Prywatność**

Kontroluj dostęp do Twoich danych i innych informacji, które umieszczasz w swoim profilu. Bezpieczny portal społecznościowy powinien pozwolić Ci nadać sobie taki status prywatności, który zagwarantuje, że informacje o Tobie będą dostępne tylko dla znajomych, których świadomie dodałeś/aś do swojej listy. Pamiętaj też, że Twoje hasło to Twój sekret.

## **3. Informacje o mnie**

Zamieszczając informacje o sobie pamiętaj, że potencjalnie każdy może je zobaczyć. Dbaj o to, żeby nie ujawniać swoich danych osobowych. Stwórz bezpieczny Nick, który nie zdradzi Twojej prawdziwej tożsamości. Sieć daje nam możliwość bycia kimś innymi niż w codziennym życiu. Znaj jednak swoje granice tej zabawy - myśl jak się prezentujesz.

## **4. Zdjęcia**

Zastanów się dobrze zanim zamieścisz w Sieci swoje zdjęcia, które mogą być użyte, przez innych użytkowników Sieci, w sposób jakiego byś sobie nie życzył/a lub skopiowane do miejsca, w którym byś ich nie zamieścił/a. Jeżeli już na pewno chcesz zamieścić swoje zdjęcia w Internecie ustaw taki status prywatności, który zagwarantuje Ci bezpieczeństwo.

## **5. Kontakty z innymi**

Bądź czujny/a w kontaktach z osobami znanymi wyłącznie w Sieci. Flirt z nieznanym/a może być dobrą zabawą, ale może też mieć niebezpieczne konsekwencje. W Sieci ludzie często udają kogoś kim nie są ukrywając w ten sposób swoje prawdziwe intencje. Bądź bardzo ostrożny/a, jeżeli nowy internetowy „przyjaciel” chce się z Tobą spotkać w realu. Jeżeli zdecydujesz się na spotkanie, spotkaj się w miejscu publicznym (centrum handlowym czy w ruchliwej kawiarni) a na spotkanie pójdz z kimś, komu ufasz. Powiedz o planowanym spotkaniu odpowiedzialnej osobie dorosłej.

## **6. Odpowiedzialność za informacje**

- Jeżeli piszesz coś w Internecie będąc pod wpływem silnych emocji, przeczytaj to dwa razy. Daj sobie czas żeby się uspokoić i sprawdź czy to, co planujesz wysłać jest tego warte.
- Pamiętaj także, że czasem szkoła, rodzice lub pracodawcy mają możliwość monitorowania Twojej korespondencji i Twoich działań w Sieci. Dlatego, w Sieci, nie pisz nigdy czegoś, czego nie napisałbyś/abyś na kartce pocztowej, którą nie tylko bezpośredni adresat może przeczytać.
- Pamiętaj też, że ludzie przesyłają dalej, upubliczniając wiadomości. Sam/a także zawsze patrz, co przesyłasz dalej. Nie ujawniaj danych innych osób – nie przesyłaj dalej cudzych maili i nie podawaj w Sieci danych innej osoby bez jej zgody.

## 7. Szanuj innych

- Bądź miły/a dla innych w Sieci. Zastanów się czy adresat życzyłby sobie zobaczyć taki wpis i czy Ty powiedziałbyś/abyś lub pokazał/a to samo podczas spotkania twarzą w twarz?
- Poczucie humoru, poglądy i zasady innych ludzi bywają różne także w Sieci. Respektuj innych w Internecie, a jeżeli kogoś urazisz znajdź metodę, żeby sprawę wyjaśnić i go przeprosić. Jeżeli ktoś Ciebie obraża myśląc, że zrobiłeś/aś coś niemiłego celowo – zamiast dać się ponieść emocjom, spróbuj wyjaśnić, że to nie było celowe, że to wynik nieporozumienia.

## 8. Działaj mądrze

Ktoś Cię prowokuje? Nie daj mu satysfakcji. Zazwyczaj jest to metoda na zwrócenie na siebie uwagi, jeżeli takiego kogoś zignorujesz prawdopodobnie da Ci spokój.

## 9. Pomoc

Masz prawo do godności w Internecie. Jeżeli jesteś atakowany/a, ktoś Cię straszy lub grozi Ci działaj w swojej obronie. Zgłoś fakt cyberprzemocy odpowiednim instytucjom (szkoła, policja, bezpłatny numer 800-100-100) i osobom, które mogą Ci udzielić pomocy: rodzice, psycholog szkolny, nauczyciel. Razem szybko i skutecznie rozwiążecie problem.

## 10. Pamiętaj o realu

Internet jest fajny, ale nie zapominaj o realnym świecie. Kontroluj to, ile czasu spędzasz w Sieci. Dbaj o kontakty z ludźmi w świecie rzeczywistym. Nawet mając pięciuset znajomych na portalu społecznościowym możesz czuć się samotnym/ą. Nic nie zastąpi prawdziwych znajomości.

**Pamiętaj:** W przypadku, gdy twoje dane, zdjęcia i filmy z twoim wizerunkiem zostaną umieszczone za pośrednictwem:

Telefonu komórkowego- Nie kasuj wiadomości. Zapisuj wszystkie zarówno tekstowe, jak i nagrane na pocztę głosową w pamięci telefonu.

Komunikatorów- Niektóre serwisy pozwalają na zapisywanie rozmów. Możesz również np. skopiować rozmowę, wkleić do dokumentu Word (lub innego edytora tekstu), zapisać i wydrukować.

Stron serwisów społecznościowych, www- Aby zachować kopię materiału, który widzisz na ekranie, wciśnij jednocześnie klawisze Control i Print Screen, a następnie wykonaj operację „Wklej” w dokumencie Word.

Czatów - Podobnie jak w przypadku stron www, jeśli chcesz zachować kopię materiału, który widzisz na ekranie, wciśnij klawisze Control i Print Screen, a następnie wykonaj operację „Wklej” w dokumencie Word. Możesz też po prostu wydrukować interesującą cię stronę.

E-maili -Wydrukuj wiadomość, prześlij ją do nauczyciela lub pedagoga, który zajmuje się ustaleniem okoliczności zajścia. Zachowanie całości wiadomości, a nie tylko samego tekstu jest bardziej pomocne, ponieważ zawiera informacje o jej pochodzeniu. przypuszczenie, kto może nim być. Bardzo ważne jest aby nie kasować oryginalnego e-maila. Informacje zawarte w nagłówku mogą doprowadzić do sprawcy!

Wszystkie zgromadzone materiały wraz z rodzicem lub opiekunem prawnym należy zabrać ze sobą i udać się do najbliższej jednostki Policji i złożyć zawiadomienie. Nie należy ignorować nawet najmniejszych przejawów nienawiści czy też innych podejrzanych treści. Zostawienie problemu na później może doprowadzić do tragedii!

