

**BEZPIECZNI(J)
W SIECI**

Korzystanie z Internetu ma swoje nieocenione zalety, ale pamiętaj, że nie jest wolne od zagrożeń.

Zadbaj o e-bezpieczeństwo swoje i innych.



PRYWATNOŚĆ

- **W adresie swojej poczty elektronicznej nie używaj własnego imienia i nazwiska** (imię.nazwisko@szkoła.pl).
- **Twoje internetowe hasła to Twoja tajemnica** - pamiętaj, żeby było trudne do odgadnięcia i strzeż go.
- Jeżeli prowadzisz w Internecie stronę, nigdy nie podawaj tam swojego adresu domowego, numeru telefonu itp.
- **Jeśli wypełniasz formularz rejestracji**, gdzie należy wpisać dane osobowe (imię, nazwisko, adres zamieszkania, wiek, adres e-mail), **skonsultuj to z rodzicami**.
Umieszczanie danych osobowych w sieci jest niebezpieczne, warto więc, aby to rodzic zdecydował, czy wpisywanie prywatnej informacji o sobie jest na pewno konieczne.
- Odchodząc od komputera, **nie zapominaj o wylogowaniu się ze swojego konta** na poczcie czy portalu społecznościowym (niepowołane osoby nie będą miały okazji poznać Twoich danych).



LEGITYMACJA
SZKOLNA

Imię..... Janek

Nazwisko..... Kowalski

Adres zamieszkania..... Ul. Krótka 3
02-791 Warszawa

Numer telefonu..... 28791321

Adres email..... Kowalski@młodzież.pl

ZNAJOMOŚCI W SIECI

- 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. **Nigdy nie wiadomo, kto jest po drugiej stronie!**



- Spotkania z osobami poznanymi w Internecie mogą być niebezpieczne! **O każdej otrzymanej propozycji spotkania koniecznie poinformuj rodziców.**

Pamiętaj!

- Masz prawo odmówić rozmów na tematy prywatne i każdy powinien to uszanować.
- Masz prawo przerwać każdy kontakt, który Cię niepokoi.
- Masz prawo powiedzieć o wszystkim rodzicom/opiekunom prawnym.
- Masz prawo zgłosić administratorowi portalu każdą sytuację, która nie jest zgodna z jego regulaminem.

ZDJĘCIA W SIECI

- **Jeśli publikujesz w sieci swoje zdjęcia, zadbaj, by widzieli je tylko Twoi znajomi.**
W przeciwnym razie może zobaczyć Twoje zdjęcia ktoś niepożądany, kto może zechcieć wykorzystać je, by Cię ośmieszyć lub skrzywdzić.
- **Bądź ostrożny z wysyłaniem zdjęć-** nigdy nie wiesz, gdzie mogą później trafić.
- **Nie publikuj w sieci zdjęć czy filmów przedstawiających osoby, które nie wyraziły na to zgody.**



CYBERPRZEMOC

- Jeśli chcesz nagrać film lub zrobić komuś zdjęcie, zawsze zapytaj tę osobę o pozwolenie. **Nie można nagrywać ani fotografować osób, które sobie tego nie życzą.**
- Nie przenoś konfliktów do sieci. **Nie umieszczaj w Internecie obraźliwych ani ośmieszających filmików.** Możesz nimi wyrządzić komuś **prawdziwą krzywdę. Szanuj innych internautów.** Traktuj ich tak, jak chcesz, żeby oni traktowali Ciebie.
- **Nie umieszczaj w sieci zdjęć ani filmików z osobami, które nie wyraziły na to zgody.** Jeśli ktoś umieści w Internecie materiał, który Cię obraża lub ośmiesza, zgłoś to administratorowi danej strony, rodzicom lub wychowawcy. **Skontaktuj się z konsultantami Telefonu Zaufania dla Dzieci i Młodzieży 116 111 – tam uzyskasz fachową pomoc.**



ZASADY ANTYHEJTOWE



- **Zastanów się, zanim odpowiesz na hejterski komentarz.**
Nie daj się ponieść emocjom, nie odpowiadaj pod wpływem chwili.
- Nie odpowiadaj agresją na agresję. W ten sposób jedynie prowokujesz hejtera do dalszego obrażania.
- **Nie każda krytyka to hejt. Odróżniaj hejt od konstruktywnej krytyki.**
- Nie lajkuj, nie udostępniaj hejterskich komentarzy. W ten sposób jedynie zwiększasz ich zasięg.
- **Jeżeli możesz, kasuj nienawistne komentarze.**
- Zgłaszaj hejt i mowę nienawiści, korzystając z opcji dostępnych na forach lub w mediach społecznościowych.
- **Gdy coś ci się nie podoba lub denerwuje, wyraż to kulturalnie, nie hejtuj.**
- Nie rezygnuj z tego, co robisz, myślisz i mówisz tylko ze względu na hejterów.
- **Jeżeli nie możesz poradzić sobie z hejterem, zgłoś to osobie zaufanej lub zadzwoń na bezpłatny numer Telefonu Zaufania dla Dzieci i Młodzieży: 116 111.**

ZAKUPY

- Jeżeli chcesz coś kupić w Internecie, poproś o pomoc rodziców. **Nigdy nie podawaj numeru karty kredytowej i nie wypełniaj internetowych formularzy bez wiedzy i zgody rodziców.**
- Korzystając z aplikacji mobilnych, uważaj na mikropłatności. Niektóre z aplikacji, choć początkowo bezpłatne, posiadają możliwość zakupów wewnątrz aplikacji. Informacja o tzw. mikropłatnościach czy zakupach w aplikacji zazwyczaj znajduje się obok ikony danej aplikacji w sklepie mobilnym.



PRAWA AUTORSKIE

- Szanuj prawo własności w sieci. Jeżeli posługujesz się materiałami znalezionymi w Internecie, programami, muzyką czy filmami, **zawsze podawaj źródło ich pochodzenia.**
- Korzystając z Internetu podczas odrabiania prac domowych, zawsze sprawdzaj wiarygodność źródła.

Nie wszystkie treści w sieci są prawdziwe i wartościowe.



NETYKIETA CZYLI ETYKIETA W INTERNECIE

Jeśli chcesz być dobrze traktowany w sieci - to też przestrzegaj podstawowych zasad:

- **Nie rozsyłaj internetowych łańcuszków** (łańcuszek internetowy to wiadomość, która zawiera prośbę o rozesłanie jej do jak największej liczby internautów - jest formą spamu).
- Staraj się nie nadużywać emotikonów (uśmieszków, buziaczków).
- Bez potrzeby nie pisz dużymi literami, gdyż oznaczają KRZYK.
- **Nie prowokuj kłótni w sieci i nie daj się sprowokować.**
- Nie obrażaj innych użytkowników sieci. Pamiętaj: **również w Internecie jesteśmy odpowiedzialni za swoje działanie.**
- **Szanuj cudzą własność.** Nie podpisuj się pod czyimiś wypowiedziami czy pracami. Korzystając z materiałów znalezionych z sieci, zawsze podawaj źródło ich pochodzenia.
- Zwracając się do konkretnego internauty, **pamiętaj o używaniu dużej litery w zaimkach:** Ty, Tobie, Ci itp.



NADMIERNE KORZYSTANIE

- Uważaj! Zbyt długie korzystanie z Internetu może zaszkodzić Twojemu zdrowiu, zepsuć kontakty z kolegami czy z rodziną.
- **Nie spędzaj całego wolnego czasu w Internecie.** Ustal sobie limit czasu, który spędzasz w sieci i staraj się go nie przekraczać.
- Nie wykorzystuj Internetu tylko do rozrywki, **poszukaj interesujących stron, dzięki którym będziesz mógł rozwijać swoje zainteresowania i pasje.**
- Rozwijaj swoje zainteresowania także poza siecią.



ZABEZPIECZ SWOJE URZĄDZENIE

- W sieci krąży coraz więcej wirusów, które mogą uszkodzić Twój smartfon, tablet czy komputer. Jeśli nie masz zainstalowanego oprogramowanie antywirusowego porozmawiaj o tym z rodzicami.
- **Uważaj na e-maile od nieznanych Ci osób.** Nigdy nie otwieraj podejrzanych załączników i nie korzystaj z linków przesłanych przez obcą osobę! Mogą one zawierać szkodliwe treści jak np. wirusy.
- Zdarza się, że **pobierając z Internetu grę lub aplikację niewidomego pochodzenia, możesz wraz z nią ściągnąć wirusa. Taki wirus może zniszczyć cały system.**

Jak się zabezpieczyć?

- Włączaj usługę bluetooth i WIFI tylko wtedy, gdy z niej korzystasz.
- Nie akceptuj propozycji połączenia z nieznanymi urządzeniami.
- Nie pobieraj aplikacji i gier z nieznanych źródeł.
- Zawsze czytaj regulaminy aplikacji i gier, które zamierzasz pobrać.



GDY DZIEJE SIĘ COŚ ZŁEGO

- **Rozmawiaj z rodzicami** o Internecie. Informuj ich o wszystkich stronach, które Cię niepokoją. Pokazuj im również strony, które Cię interesują i które często odwiedzasz.
- **Kiedy coś lub ktoś w Internecie Cię przestraszy, jeżeli otrzymałeś wulgarną lub krępującą wiadomość, nie odpowiadaj na nią. Pokaż ją rodzicom lub innej zaufanej osobie dorosłej.** Możesz też zadzwonić do konsultantów Telefonu Zaufania dla Dzieci i Młodzieży pod bezpłatny numer 116111, aby uzyskać fachową pomoc.
- **Pamiętaj, jeśli strona jest oznaczona jako dla dorosłych, nie należy na nią wchodzić.** Najlepiej jest wtedy ją zamknąć na przycisku [X].
- **Jeśli nie chcesz oglądać jakiejś strony, nie musisz tego robić!** Wystarczy ją zamknąć na przycisku.



Przydatne kontakty:

- Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży prowadzonego przez Fundację Dzieci Niczyje;
- Helpline.org.pl -wspólny projekt Fundacji Dzieci Niczyje i Fundacji Orange, współfinansowanym przez Komisję Europejską w ramach projektu Safer Internet. Celem jest niesienie pomocy dzieciom i młodzieży w sytuacjach zagrożenia bezpieczeństwa podczas korzystania z nowych technologii oraz wsparcie rodziców i profesjonalistów, którzy w swojej pracy zawodowej spotykają się z problemami młodych internautów. Telefon 800 100 100 i czat są czynne od poniedziałku do piątku od do 17.00;

Zgłaszanie nielegalnych treści:

- Fundacja Kidprotect- Szkoła Bezpiecznego Internetu (biuro), lub przez GG;
- Telefon Zaufania Rzecznika praw Dziecka od poniedziałku do piątku od godziny 8.15 do 20.00.



SŁOWNICZEK

- **Administrator strony internetowej** - osoba, która zajmuje się techniczną sprawnością strony i zmienianiem jej zawartości. Zostaje zatrudniona do tego zajęcia przez właściciela strony.
- **Aplikacja** - program komputerowy, dzięki któremu możemy wykonać jakieś konkretne zadanie. Przykładami aplikacji są np. programy do rysowania, do pisania, do przeglądania stron internetowych itp.
- **Anonimowość** - brak możliwości rozpoznania osoby.
- **Karta płatnicza** - specjalny plastikowy prostokąt, na którym zapisana jest magnetyczna informacja, dająca dostęp do konta bankowego jej właściciela. Dzięki niej można łatwo dokonywać opłat pieniędzmi trzymanymi w banku. Jest oznaczona specjalnymi numerami.
- **Media społecznościowe** - różnorodne narzędzia umożliwiające użytkownikom Internetu kontaktowanie się ze sobą, np. fora, czaty, blogi, portale społecznościowe, społeczności gier sieciowych i wiele innych.
- **Netykieta** - zbiór zasad kulturalnego zachowania w Internecie.
- **Ochrona wizerunku** - wizerunek każdej osoby (czyli jej podobizna utrwalona na przykład na zdjęciu bądź filmie) podlega ochronie. Oznacza to, że nie może on być rozpowszechniany bez zgody danej osoby. Są jednak wyjątki. Rozpowszechnianie wizerunku bez zgody jest możliwe na przykład w przypadku: (1) osób powszechnie znanych, jeżeli wizerunek wykonano w związku z pełnieniem przez nie funkcji publicznych, (2) osób stanowiących jedynie szczegół całości takiej jak zgromadzenie, krajobraz, publiczna impreza, (3) osób, które otrzymały zapłatę za pozowanie, chyba że wyraźnie zastrzegły inaczej, (4) osób ściganych listem gończym

- **Plagiat** - skopiowanie utworu (lub jego części) innego autora i przedstawienie pod własnym nazwiskiem.
- **Plik** - na przykład tekst, obrazek, film czy zdjęcie zapisane na komputerze.
- **Portal społecznościowy** - strona, która działa dzięki zgromadzonej wokół niej społeczności, czyli grupy ludzi.
- **Post** - wiadomość, komentarz, informacja lub głos w dyskusji na forum lub portalu społecznościowym.
- **Prywatność** - możliwość utrzymania informacji i danych o sobie w tajemnicy.
- **Prawa autorskie** - ogół praw, które przysługują twórcom, m.in. prawo do oznaczenia utworu własnym nazwiskiem lub pseudonimem, decydowania o jego publikacji oraz zarabiania na nim pieniędzy.
- **Wirus** - niepożądany program, który szkodzi twojemu komputerowi lub działa na twoją niekorzyść. Może być wykorzystywany do przestępstw, np. żeby wyłudzać pieniądze.
- **Wizerunek** - sposób, w jaki ktoś postrzega sam siebie lub jak widzą go inne osoby.

Źródło:

- <https://epodreczniki.pl/a/bezpieczenstwo-w-sieci>
- <https://edukacjamedialna.edu.pl>
- <https://sieciaki.pl>
- <https://www.edukacja.fdds.pl>