

### Zasady bezpiecznego korzystania z Internetu przez dzieci porady dla dzieci

1. Chroń swoją prywatność. Nie zdradzaj nikomu swojego imienia, nazwiska ani adresu! Nie mów też, ile masz lat i do jakiej szkoły chodzisz. Nie podawaj numeru telefonu.
2. Nie ufaj osobom poznanym w Sieci. Nigdy nie możesz być pewien, kim one naprawdę są. Nie spotykaj się z osobami poznanymi w Internecie. O propozycjach spotkania od internetowych znajomych informuj rodziców!
3. Mów, jeśli coś jest nie tak. Zauważyłeś coś niepokojącego? Coś cię przestraszyło? Wyłącz komputer. Opowiedz o tym rodzicom lub innej zaufanej osobie dorosłej. Możesz też skontaktować się z Telefonem Zaufania dla Dzieci i Młodzieży, dzwoniąc pod bezpłatny numer 116 111.
4. Szanuj innych w Sieci. Pamiętaj, by traktować innych z szacunkiem. Swoje zdanie wyrażaj, nie obrażając nikogo. Nie reaguj agresją na agresję. Pamiętaj, że w Internecie obowiązuje zasada nieużywania brzydkich słów. Traktuj innych tak, jak byś chciał, żeby Ciebie traktowano.
5. Dbaj o swój wizerunek. Nie umieszczaj w Sieci zdjęć, które mogą Ci zaszkodzić dziś lub za jakiś czas. Publikuj tylko swoje zdjęcia, a jeśli ktoś jeszcze na nich jest, zapytaj o zgodę na udostępnienie jego wizerunku.
6. Wymyśl sobie jakiś fajny nick, czyli internetowy pseudonim. Nie podawaj w nim daty urodzenia ani wieku, lepiej, żeby nikt obcy nie wiedział ile masz lat. Wykorzystaj imię bohatera ulubionego filmu lub słowo z piosenki. Użyj swojej fantazji. Na pewno wymyślisz coś ciekawego!
7. Używaj komunikatorów tylko do kontaktów ze znajomymi, o których wiedzą Twoi rodzice. Z komunikatorów i czatów korzystają też osoby o złych zamiarach i trzeba być bardzo ostrożnym. Ustaw komunikator tak, żeby nikt spoza listy kontaktów nie mógł Cię zaczepiać.
8. Pomyśl kilka razy, zanim wyślesz wiadomość, e-mail czy smsa. Kiedy klikniesz „wyślij”, nie można już tego cofnąć.
9. Na urządzeniu instaluj aplikacje pochodzące tylko z oficjalnych sklepów producentów oprogramowania (Google Play, Sklep Windows, AppStore). O zgodę zawsze pytaj rodziców!
10. Korzystaj z umiarem z Internetu! Długie korzystanie z komputera, tabletu czy smartfona szkodzi zdrowiu i może być przyczyną wielu innych problemów, np. w szkole. Nie zapominaj o sporcie i innych rozrywkach, nie związanych z komputerami i Internetem. Dbaj o bezpośrednie kontakty z rówieśnikami.

## Zasady bezpiecznego korzystania z Internetu przez dzieci porady dla rodziców

### 1. Odkrywaj Internet razem z dzieckiem.

Bądź pierwszą osobą, która zapozna dziecko z Internetem. Odkrywajcie wspólnie jego zasoby. Spróbujcie znaleźć strony, które mogą zainteresować Wasze pociechy, a następnie zróbcie listę przyjaznych im stron (pomocny będzie edukacyjny serwis internetowy – [www.sieciaki.pl](http://www.sieciaki.pl)). Jeśli Wasze dziecko sprawniej niż Wy porusza się po Sieci, nie zrażajcie się – poproście, by było Waszym przewodnikiem po wirtualnym świecie.

### 2. Naucz dziecko podstawowych zasad bezpieczeństwa w Internecie.

Uczul dziecko na niebezpieczeństwa związane z nawiązywaniem nowych znajomości w Internecie. Podkreśl, że nie można ufać osobom poznanym w Sieci, ani też wierzyć we wszystko co o sobie mówią. Ostrzeż dziecko przed ludźmi, którzy mogą chcieć zrobić im krzywdę. Rozmawiaj z dzieckiem o zagrożeniach czyhających w Internecie i sposobach ich unikania.

### 3. Rozmawiaj z dziećmi o ryzyku umawiania się na spotkania z osobami poznanymi w Sieci.

Dorośli powinni zrozumieć, że dzięki Internetowi dzieci mogą nawiązywać przyjaźnie. Jednakże spotkanie się z nieznanymi poznanymi w Sieci może okazać się bardzo niebezpieczne. Dzieci muszą mieć świadomość, że mogą spotykać się z nieznanymi wyłącznie po uzyskanej zgodzie rodziców i zawsze w towarzystwie dorosłych lub przyjaciół.

### 4. Naucz swoje dziecko ostrożności przy podawaniu swoich prywatnych danych.

Dostęp do wielu stron internetowych przeznaczonych dla najmłodszych wymaga podania prywatnych danych. Ważne jest, aby dziecko wiedziało, że podając takie informacje, zawsze musi zapytać o zgodę swoich rodziców. Dziecko powinno zdawać sobie sprawę z niebezpieczeństw, jakie może przynieść podanie swoich danych osobowych. Ustal z nim, żeby nigdy nie podawało przypadkowym osobom swojego imienia, nazwiska, adresu i numeru telefonu.

### 5. Naucz dziecko krytycznego podejścia do informacji przeczytanych w Sieci.

Wiele dzieci używa Internetu w celu rozwinięcia swoich zainteresowań i rozszerzenia wiedzy potrzebnej w szkole. Mali internauci powinni być jednak świadomi, że nie wszystkie znalezione w Sieci informacje są wiarygodne. Naucz dziecko, że trzeba weryfikować znalezione w Internecie treści, korzystając z innych dostępnych źródeł (encyklopedie, książki, słowniki).

### 6. Bądź wyrozumiały dla swojego dziecka.

Często zdarza się, że dzieci przypadkowo znajdują się na stronach adresowanych do dorosłych. Bywa, że w obawie przed karą, boją się do tego przyznać. Ważne jest, żeby dziecko Ci ufało i mówiło o tego typu sytuacjach; by wiedziało, że zawsze kiedy poczuje się niezręcznie, coś je zawstydzi lub przestraszy, może się do Ciebie zwrócić.

### 7. Zgłaszaj nielegalne i szkodliwe treści.

Wszyscy musimy wziąć odpowiedzialność za niewłaściwe czy nielegalne treści w Internecie. Nasze działania w tym względzie pomogą likwidować np. zjawisko pornografii dziecięcej szerzące się przy użyciu stron internetowych, chatów, e-maila itp. Nielegalne treści można zgłaszać na policję lub do współpracującego z nią punktu kontaktowego ds. zwalczania nielegalnych treści w Internecie – Hotline'u ([www.dyzurnet.pl](http://www.dyzurnet.pl)). Hotline kooperuje również z

operatorami telekomunikacyjnymi i serwisami internetowymi w celu doprowadzenia do usunięcia nielegalnych materiałów z Sieci.

#### **8. Zapoznaj dziecko z NETYKIETĄ – Kodeksem Dobrego Zachowania w Internecie.**

Przypominaj dzieciom o zasadach dobrego wychowania. W każdej dziedzinie naszego życia, podobnie więc w Internecie obowiązują takie reguły: powinno się być miłym, używać odpowiedniego słownictwa itp. (zasady Netykiety znajdziesz na stronie [www.sieciaki.pl](http://www.sieciaki.pl)) Twoje dzieci powinny je poznać (nie wolno czytać nie swoich e-maili, kopiować zastrzeżonych materiałów, itp.).

#### **9. Poznaj sposoby korzystania z Internetu przez Twoje dziecko.**

Przyjrzyj się, jak Twoje dziecko korzysta z Internetu, jakie strony lubi oglądać i jak zachowuje się w Sieci. Staraj się poznać znajomych, z którymi dziecko koresponduje za pośrednictwem Internetu. Ustalcie zasady korzystania z Sieci (wzory Umów Rodzic-Dziecko znajdziesz na stronie [www.dzieckowsieci.pl](http://www.dzieckowsieci.pl)) oraz sposoby postępowania w razie nietypowych sytuacji.

#### **10. Pamiętaj, że pozytywne strony Internetu przeważają nad jego negatywnymi stronami.**

Internet jest doskonałym źródłem wiedzy, jak również dostarczycielem rozrywki. Pozwól swojemu dziecku w świadomy i bezpieczny sposób w pełni korzystać z oferowanego przez Sieć bogactwa.

#### **Niebezpieczeństwa korzystania z Internetu:**

- cyberprzemoc (np. wyzywanie, straszenie, czy poniżanie kogoś w internecie)
- niebezpieczne treści (pornografia, przemoc)
- łamanie prawa (hazard)
- kradzież danych osobowych
- wyłudzenie danych i informacji poufnych
- włamania komputerowe
- zagrożenia techniczne (wirusy)

Niektóre z nich są poważne i mogą nieść ze sobą poważne konsekwencje:

- zaburzenia psychiczne,
- ryzyko samobójstwa,
- uzależnienie,
- łamanie prawa.

#### **Przygotowanie urządzenia, z którego dziecko będzie korzystało z Internetu:**

1. Zainstaluj dobry program antywirusowy. Sprawdź, czy jest systematycznie aktualizowany i czy skanuje także wiadomości e-mail oraz zewnętrzne urządzenia podłączone do komputera.
2. Upewnij się, że włączona jest zaporą sieciowa.
3. Zaktualizuj przeglądarkę internetową.
4. Sprawdź, czy dziecko ma utworzone w systemie własne konto użytkownika z ograniczonymi uprawnieniami.

5. Włącz opcję kontroli rodzicielskiej dla młodszych dzieci (ich znaczenie wraz z wiekiem i rozwojem dziecka powinno maleć na rzecz zaufania oraz rzetelnej edukacji) – blokada treści dla dorosłych i numerów premium (blokadę numerów premium, SMS i rozmów, w większości firm można zlecić przez kontakt z infolinią – zrobi to wówczas dla Ciebie konsultant).
6. Zabezpiecz telefon i tablet hasłem, kodem PIN lub odciskiem palca.

**Przydatne strony:**

[www.sieciaki.pl](http://www.sieciaki.pl) – Poznaj bezpieczny Internet

[www.fdds.pl](http://www.fdds.pl) – oficjalna strona Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę

[www.saferinternet.pl](http://www.saferinternet.pl) – oficjalna strona projektu Komisji Europejskiej, realizowanego w Polsce przez konsorcjum: Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę i Naukowa Akademieska Sieć

Komputerowa [www.dbi.pl](http://www.dbi.pl) – strona poświęcona tematyce obchodów Dnia Bezpiecznego Internetu [www.dzieckowsieci.pl](http://www.dzieckowsieci.pl) – problem uwodzenia dzieci online

[www.helpline.org.pl](http://www.helpline.org.pl) – najlepsze rankingi i testy sprzętu

[www.dyzurnet.pl](http://www.dyzurnet.pl) – zespół ekspertów Naukowej i Akademickiej Sieci Komputerowej, działający jako punkt kontaktowy do zgłaszania nielegalnych treści w Internecie, szczególnie związanych z seksualnym wykorzystywaniem dzieci