

Przekazujemy linki do materiałów, **które warto przeczytać:**

MATERIAŁY DLA RODZICÓW

GADKI to broszura dla Rodziców, w której znajdują się materiały kampanii poświęconej przeciwdziałaniu wykorzystywaniu seksualnemu dzieci. Proste rozmowy, pomogą ochronić Twoje dziecko przed wykorzystywaniem seksualnym.



<https://www.edukacja.fdds.pl/ca2a82e7-80e7-4103-8c37-8aefd4768fc2/Extras/fdds-broszura-gadki-1608v2.pdf>

„Pomyśl zanim kupisz”

Zanim kupisz dziecku komputer, tablet, smartfon, laptop, konsolę, grę komputerową...pomyśl o jego bezpieczeństwie.

Komputer, internet, telefon komórkowy w ostatnich latach stały się nieodłącznym elementem życia dzieci i młodzieży. Nic więc dziwnego, że technologiczne nowinki są jednym z popularniejszych pomysłów na gwiazdkowy, urodzinowy czy komunijny prezent. Musimy jednak pamiętać, że technologia niewłaściwie wykorzystywana może stanowić zagrożenie dla bezpieczeństwa dziecka i jego właściwego rozwoju. Dlatego tak ważna jest nasza świadomość dotycząca zagrożeń związanych z nowoczesnymi technologiami oraz możliwości zapobiegania im i dbania o bezpieczeństwo młodych internautów. Kampania informacyjna pod hasłem „Pomyśl, zanim kupisz”, przygotowana przez Polskie Centrum Programu Safer Internet (w skład którego wchodzi Naukowa i Akademicka Sieć Komputerowa oraz Fundacja Dzieci Niczyje), ma pomóc nam dorosłym w świadomym wyborze multimediiów, kupowanych z myślą o dzieciach. Mamy nadzieję, że dzięki tej kampanii młodzi internauci będą bezpiecznie i konstruktywnie wykorzystywać nowe technologie, a fascynacja elektronicznymi gadżetami nie odbije się na relacjach społecznych dzieci.

https://www.saferinternet.pl/pliki/publikacje/zanim_kupisz_broszura.pdf

Kompendium „Bezpieczeństwo dzieci online”

Kompendium dla rodziców dotyczące najbardziej aktualnych zagadnień związanych z bezpieczeństwem dzieci online.

Czaty i komunikatory to narzędzia pozwalające Twojemu dziecku szybko i bezpłatnie kontaktować się z ważnymi dla niego osobami. Pamiętaj jednak, by uczulić dziecko, aby nie dzieliło się online wszystkimi informacjami, o jakie proszą je rozmówcy.

- Sprawdź właściwości czatu i komunikatorów, z których korzysta twoje dziecko: czy czat jest moderowany, czy ma ograniczenia wiekowe, czy usługi te dają możliwość zgłaszania niepokojących sytuacji i blokowania agresywnych użytkowników.
- Porozmawiaj z dzieckiem o tym, dlaczego ważne jest by przestrzegało regulaminu w przypadku czatów mających ograniczenia wiekowe. Jego łamanie może się wiązać z sytuacjami nieprzyjemnymi, trudnymi i niebezpiecznymi, które na długo mogą pozostać w pamięci dziecka.
- Ostrzeż dziecko, by nie dało się namówić na zachowanie, które może spowodować na niego kłopoty (np. rozebranie się przed kamerką internetową). Po drugiej stronie mogą być osoby, które mogą mieć zupełnie inne intencje niż sądzi dziecko.

SYSTEM OCENY TREŚCI PEGI

Bardzo pomocny dla rodziców chcących świadomie kupować gry dla swoich dzieci może być szeroko stosowany w Polsce i innych krajach Europy system klasyfikacji gier PEGI (Pan-European Game Information). Jest to system ratingowy, który wskazuje minimalny dopuszczalny wiek korzystania z gry, jak również ostrzega przed pojawiającymi się w niej niebezpiecznymi treściami. System składa się z dwóch zestawów graficznych oznaczeń umieszczanych na pudełku gry.

- Oznaczenia wiekowe wskazują dla jakiego minimalnego wieku przeznaczona jest gra. Działają podobnie jak ograniczenia przy filmach kinowych. Należy podkreślić, że te kategorie nie mają nic wspólnego z poziomem trudności gry – odnoszą się wyłącznie do obecności nieodpowiednich dla dzieci scen i treści. Mimo to, tajemnicą poliszynela jest, że wielu nieświadomych rodziców kupowało swoim pociechom w prezencie „najlepszą grę roku”.

Pamiętaj!

- Jeśli nie chcesz, aby twoje dziecko korzystało z internetu mobilnego (np. ze względu na wiek), wyłącz tę opcję w urządzeniu.
- Aby uchronić dzieci przed kontaktem z nieodpowiednimi treściami, zainstaluj na urządzeniu mobilnym bezpieczną dla dzieci przeglądarkę wymuszającą tryb bezpiecznego

poszukiwania treści we wszystkich wyszukiwarkach, np. BeSt w przypadku urządzeń z systemem Android.

- Zainstaluj również oprogramowanie filtrujące niechciane treści dostosowane do urządzeń mobilnego internetu (np. Mobicip, <http://www.mobicip.com>).
 - W ustawieniach urządzenia mobilnego można zablokować dostęp do niezalecanych dla dzieci programów i aplikacji (np. przeglądarek bez opcji bezpiecznego surfowania, które dzieci mogą instalować, żeby obejść zabezpieczenia ustawione przez rodziców) oraz wyłączyć funkcję kamery. I wreszcie, uważaj na koszty! Niektóre sieci wi-fi są płatne: wymagają wysłania SMS-a lub podania nr karty kredytowej. Duże koszty może generować też korzystanie przez dziecko z transferu danych komórkowych, szczególnie za granicą.
 - Jeśli natkniesz się w internecie na podejrzane treści przedstawiające osoby małoletnie zgłoś je anonimowo na www.dyzurnet.pl.
 - Jeśli podejrzewasz, że dziecko było lub jest wykorzystywane seksualnie skontaktuj się z profesjonalistami: <http://www.zlydotyk.pl/gdzie-szukac-pomocy>.
 - Jeśli wiesz, że dorosły posiada lub rozpowszechnia materiały przedstawiające seksualne wykorzystywanie dzieci, zgłoś to policji.
 - Zgłaszaj strony zawierające mowę nienawiści do zespołu Dyzurnet.pl.
 - Naucz dziecko szacunku do innych i nieobrażania pozostałych użytkowników internetu.
 - Poinformuj dziecko, że to co publikuje w sieci nigdy nie jest w pełni anonimowe i że można dotrzeć do autora komentarza lub wpisu.
 - Przekonaj dziecko, by informowało cię o zauważonych przejawach mowy nienawiści w internecie.
 - Naucz dziecko, by krytycznie podchodziło do komentarzy w internecie. Niektórzy publikują kontrowersyjne komentarze, by wywołać agresję.
 - Udostępniając dziecku urządzenie z dostępem do internetu, upewnij się, że jest ono wyposażone w program ochrony rodzicielskiej, kontrolujący dostęp do nieodpowiednich treści. Dostosuj ustawienia narzędzia do wieku dziecka.
 - Dziecko powinno wiedzieć o oprogramowaniu do kontroli rodzicielskiej, które jest zainstalowane na urządzeniu. Wy tłumacz dziecku czemu służy dane narzędzie.
 - Zapewnij dziecko, że jeśli coś niepokojącego wydarzy się w trakcie korzystania z urządzeń i internetu, może zwrócić się do ciebie z prośbą o pomoc.
 - Nie publikuj w sieci prywatnych informacji na temat swojego dziecka – adresu przedszkola lub szkoły, informacji o trudnościach wychowawczych, przebytych chorobach itp.
-

- Jeżeli decydujesz się na publikację wizerunku dziecka w serwisie społecznościowym, korzystaj z ustawień prywatności profilu oraz dostępności publikowanego materiału (zdjęcia, filmu, statusu) do wybranych osób – np. bliskich znajomych lub rodziny (więcej: <http://zanimwrzucisz.fdn.pl/poradnik-pomyśl-zanim-wrzucisz>).
 - Nie zakładaj dziecku profilu w serwisie społecznościowym do czasu, kiedy nie będzie mogło świadomie z niego korzystać.
 - Poznaj portale z których korzysta twoje dziecko. Wtedy będziesz mógł szybciej pomóc mu w razie ewentualnego zagrożenia. Możesz też poprosić dziecko, by samo wprowadziło cię do tego świata – tym sposobem dowiesz się o wiele więcej niż podczas samodzielnego zwiedzania serwisu.
 - Zobacz jakie informacje twoje dziecko ujawnia na profilu i wyjaśnij mu, dlaczego prywatność w internecie jest bardzo cenna. Uczul dziecko na możliwe konsekwencje podawania swojej fizycznej lokalizacji.
 - Zwróć uwagę na to, jakie treści umieszcza na portalu twoje dziecko – czasami młodzi internauci nie myślą o ewentualnych przykrych konsekwencjach swoich czynów. Przypomnij dziecku, że przed oznaczeniem innych osób na publikowanych zdjęciach należy zapytać o ich zgodę.
 - Zapytaj dziecko, ilu spośród portalowych „znajomych” zna naprawdę. Wyjaśnij mu, jakie zagrożenia wiążą się z dzieleniem się prywatnymi informacjami z nieznanymi osobami. Przypomnij dziecku, że nie ma obowiązku przyjmowania do grona znajomych wszystkich osób, które je zapraszają.
 - Zainstaluj na komputerze filtr kontroli rodzicielskiej, który ograniczy kontakt dziecka z treściami szkodliwymi, oraz oprogramowanie, które zablokuje wyskakujące okienka.
 - Wy tłumacz dziecku, że nie wszystko, co znajduje w sieci jest prawdą i że internet jest pełen sugestii oraz porad, które mogą być szkodliwe dla jego zdrowia, a nawet życia.
 - Rozmawiaj z dzieckiem o tym, jakie treści napotyka w internecie i daj mu możliwość opowiadania o tym, co je niepokoi. Warto wziąć pod uwagę, że dzieci mogą mieć dostęp do internetu nie tylko w domu, ale też w szkole i miejscach publicznych, gdzie może nie być aktywnych filtrów chroniących przed szkodliwymi informacjami. Dzieci często nie mówią rodzicom o tym, że widziały niepokojące materiały, z powodu obaw przed utratą dostępu do internetu.
 - Obserwuj dziecko i bądź czujnym na jego nietypowe zachowania – spadek masy ciała w krótkim czasie bez uzasadnienia medycznego, zmiany w zachowaniu – pobudzenie lub apatia, stosowanie diet przy właściwej masie ciała, uporczywe treningi, ciągłe krytykowanie własnego wyglądu, a także na objawy świadczące o próbach samookaleczeń, np. osłanianie przedramion.
-

- Zapewnij dziecku możliwość kontaktu z profesjonalistą, jeśli napotka niepokojącą sytuację w sieci lub przeżywa wewnętrzne trudności.

- Ustal z dzieckiem, że będzie cię informować, jeśli podczas rejestracji w jakimś serwisie wymagane będzie podanie danych osobowych.

- Ucz dziecko, aby kontrolowało to, co samo publikuje i to, co publikują o nim inni. Niech regularnie sprawdza informacje na swój temat w internecie i na bieżąco kasuje ze swojego profilu wszystkie nieodpowiednie komentarze i linki umieszczone przez inne osoby. Niektóre wyszukiwarki (np. Google) pozwalają na ustawienie alertów z wybranymi hasłami (np. naszym imieniem i nazwiskiem), które automatycznie wyślą do nas e-mail, gdy coś na nasz temat pojawi się w sieci.

- Rozmawiaj z dzieckiem o seksualności i naucz je szacunku do swojego ciała. Przestrzeż je przed dowodami miłości wysyłanymi w postaci materiałów o charakterze seksualnym.

- Naucz dziecko zabezpieczania dostępu do prywatnych zasobów cyfrowych. Zwróć jego uwagę na konieczność konfiguracji ustawień prywatności w serwisach społecznościowych, możliwość ograniczania dostępu do prywatnych zdjęć i filmów wybranym osobom oraz zabezpieczenia telefonu lub innych urządzeń mobilnych hasłem dostępu.

- Poinformuj dziecko, że zawsze może liczyć na twoje zrozumienie i pomoc w sytuacji problemów online, również tych związanych z publikacją wizerunku w sieci.

W przypadku podejrzenia, że dziecko lub nastolatek ma problem z nadużywaniem internetu warto podjąć następujące kroki:

- Spróbować porozmawiać z dzieckiem i wprost określić swoje obawy.

- Rozpoznać sytuacje, w których dziecko z większą intensywnością sięga po internet. Mogą to być sytuacje trudne, z którymi nie może ono sobie poradzić.

- Ustalić stały harmonogram dnia i wyznaczać określony czas na korzystanie z internetu.

- Starać się stopniowo zmniejszać czas korzystania z internetu.

- Nagradzać sukcesy i postępy.

- Skontaktować się z psychologiem.

- Skonsultować się z Telefonem dla Rodziców i Nauczycieli w Sprawach Bezpieczeństwa Dzieci 800 100 100

<https://www.saferinternet.pl/pliki/publikacje/Bezpieczestwo%20dzieci%20online.%20Kompodium%20dla%20rodzicw%20i%20profesjonalistw.pdf>

MATERIAŁY DLA UCZNIÓW

W wolnym czasie poćwicz swoją koncentrację, spostrzegawczość, manualność. Nikt Cię nie będzie oceniał, robisz to tylko dla SIEBIE.



Zdjęcie wykonanie w Ogrodzie Japońskim. Wrocław

<https://www.jigsawplanet.com/?rc=play&pid=241d247cd3de>



<https://www.jigsawplanet.com/?rc=play&pid=38c43b3d463c>

WPISZ PIERWSZE LITERTY:

...ałpa, ...lamka, ...butelka, ...chody, ...otes, ...luska, ...eska, ...andały, ...egła, ...ęgiel,
...romka, ...ciana, ...łowa, ...pinka, ...asek, ...łoto, ...ostka, ...roda, ...aszyna, ...ermin

UZUPEŁNIJ LUKI W WYRAZACH ODPOWIEDNIMI LITERAMI:

puła...ka, tu...ów, wa...acje, ku...iec, pi...mo, sy...op, pi..nik, ła...cuch, ry...ak,
oko...lica, ka...ta, ha...as, ja...oda, na...epka, fu...ro, mi..dał, g...och, p...sąg, ki...ek,

ZNAJDŹ UKRYTE W NICH SŁOWA:

parawan, kulawy, marmolada, pisanki, nadajnik, parkometr, kryjówka, sąsiad, posterunek,
zwrotka, żebrać, mechanik, garstka, psykać, kobyłka, udręka, kręgosłup, przyrząd

(Jeśli chcesz upewnić się, że dobrze wykonałeś ćwiczenia napisz do pedagoga na e-dziennik,
a otrzymasz poprawne odpowiedzi).

WYKREŚLANKA:

Z diagramu należy wykreślić podane wyrazy.

ACETON, ALIGATOR, AMFORA, ARGUMENTOWANIE, BAJARKA, BARWNIK, DYREKTOR, ELIZA, EMISJA,
FREKWENCJA, GŁOSICIELKA, KARNAWAŁ, KONTRAHENTKA, KORESPONDOWANIE, LEJEK, ŁASKAWCA,
ŁÓŻKO, MAKBET, MIARA, MŁOTECZEK, NAUCZANIE, OFIARA, OPIEKUN, OW CZARSTWO, PRYZMAT,
PRZELOT, ROZPOGODZENIE, SANIE, SKAZA, SZEŚCIOLATEK, TORREADOR, UCZENIE, WĘDKA,
WIATROWSKAZ, WINOWAJCA, WKLEJKA, WYŻYMACZKA, ZYGZAK.

K	O	R	E	S	P	O	N	D	O	W	A	N	I	I	A
E	O	F	A	M	Z	Ś	T	W	Y	K	L	E	J	K	A
I	W	N	I	I	I	E	T	O	R	R	E	A	D	O	R
N	I	N	T	A	I	S	Ś	A	L	I	E	Ę	E	Ż	O
E	A	A	A	R	R	A	J	C	N	E	W	K	E	R	F
Z	T	K	M	A	A	A	W	A	I	N	Z	A	T	K	M
D	R	Z	Z	L	B	H	Z	I	U	O	N	R	I	O	A
O	O	C	Y	I	Y	C	E	K	N	O	L	N	P	E	R

G	W	A	R	G	U	M	E	N	T	O	W	A	N	I	E
O	S	M	P	A	Z	I	L	E	T	R	W	W	T	N	K
P	K	Y	N	T	P	A	C	W	A	K	S	A	Ł	E	N
Z	A	Ż	K	O	M	A	K	B	E	T	A	Ł	J	Z	K
O	Z	Y	Ó	R	M	Ł	O	T	E	C	Z	E	K	C	I
R	A	W	G	Ł	O	S	I	C	I	E	L	K	A	U	A

HASŁO (ozdoby choinkowe) :

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

BEZPIECZNI W SIECI:

[https://www.saferinternet.pl/pliki/publikacje/plakat-razem%20w%20sieci%20z%20plikiem%20i%20folderem%20\(wersja%20do%20druku\).pdf](https://www.saferinternet.pl/pliki/publikacje/plakat-razem%20w%20sieci%20z%20plikiem%20i%20folderem%20(wersja%20do%20druku).pdf)

PORADY JAK RADZIĆ SOBIE Z CYBERPRZEMOCĄ

1. POROZMAWIAJ Z BLISKĄ CI OSOBĄ – POSZUKAJ WSPARCIA I POMOCY

Rozmowa z przyjacielem bądź zaufaną osobą dorosłą pomoże Ci zapanować nad emocjami i poczuć się lepiej. Omówienie problemu z różnych perspektyw może w wielu przypadkach pomóc Ci ochłoniąć i na spokojnie zaplanować kolejne działania.

2. ZACHOWAJ DOWODY

Zanim podejmiesz próby usunięcia obraźliwych wiadomości - pamiętaj, że są ważnym dowodem nękania. Zabezpiecz dowody w postaci wydruków lub screenshota (zrzut ekranu).

3. ZGŁOŚ INCYDENT

Zwróć się o pomoc do rodziców lub innej zaufanej osoby dorosłej (wychowawcy, pedagoga szkolnego, dyrektora). Pomogą Ci rozwiązać problem i udzielą wsparcia.

Skorzystaj z telefonu zaufania 116 111.

Jeśli czujesz się zagrożony powiadom policję (cyberprzemoc w świetle prawa jest czynnością karalną).

4. PROWADŹ ROZMOWĘ NA SWOICH ZASADACH - NIE DAJ SIĘ WCIĄGNAĆ W SPIRALĘ AGRESJI

Zachowanie cyberprzemocowe to próba dominacji - nie daj się. To kim jesteś i jak się postrzegasz zależy tylko od Ciebie. Nie pozwól się sprowokować. Zaskocz agresora przyjaznym nastawieniem - to może zmienić ciąg wydarzeń.

5. ODETNIJ SIĘ OD AGRESORA

Na wielu portalach społecznościowych możesz zablokować osobę, która Cię prześladowa. Także telefony posiadają funkcję blokowania innych numerów. Możesz również zgłosić się z prośbą do administratora o usunięcie obraźliwych treści lub fałszywego konta - pamiętaj aby najpierw zapisać dowody nękania.

PIĘĆ KROKÓW DO PRYWATNOŚCI

1. STOSUJ MĄDRE HASŁA

Mądre hasło jest trudne do odgadnięcia, ale łatwe do zapamiętania, jak np. pierwsze litery ulubionego cytatu dodatkowymi symbolami specjalnymi i cyframi. Stosuj różne hasła dla ważnych miejsc i urządzeń (e-mail, komputer osobisty, telefon, najczęściej używany profil społecznościowy). Nie zapominaj blokować telefonu, gdy go zostawiasz!

2. USTAW PRYWATNOŚĆ PROFILU

Czy wszyscy znajomi powinni widzieć wszystkie Twoje zdjęcia i inne informacje? W ustawieniach profilu na portalu społecznościowym zablokuj widoczność wszystkiego co publikujesz i innych Twoich danych dla osób spoza listy znajomych. Sprawdź, komu domyślnie pokazujesz publikowane przez siebie treści i zdjęcia. Stwórz grupy wśród znajomych np. bliższa rodzina, przyjaciele – i tylko tym osobom udostępniaj osobiste zdjęcia i swoje opinie.

3. CHROŃ WAŻNE DANE

Nie umieszczaj swojego adresu e-mail, numeru telefonu, adresu ani żadnych innych Twoich danych osobistych w miejscach, gdzie inni internauci mogliby je zobaczyć. Jeśli chcesz aby inni mogli się z Tobą skontaktować na blogu lub innej stronie www, dodaj specjalny widżet kontaktowy, który w bezpieczny sposób pozwoli wysłać do Ciebie wiadomość. Nie przechowuj wrażliwych danych (skan paszportu itp.) w chmurze, chyba że w archiwum chronionym silnym hasłem! Pamiętajmy, nie mamy nigdy pewności kto czyta to, co wysyłasz przez internet. Nie

wysyłaj zdjęć, filmów ani treści, które mogą skompromitować Ciebie lub inne osoby – dobrą zasadą jest nie wysyłać niczego, co wstydziłibyśmy się pokazać tacie, babci czy nauczycielowi. Regularnie aktualizuj system, aplikacje oraz odinstalowuj aplikacje i rozszerzenia przeglądarki, z których nie korzystasz.

4. NIE WIERZ WSZYSTKIEMU

Uważaj na wiadomości i informacje wyświetlane w internecie, które obiecują szybkie zrealizowanie marzeń. Ich celem jest zachęcenie do kliknięcia, tymczasem konsekwencje mogą być poważne. Nie klikajmy w linki, o które nie prosiliśmy. Nawet jeśli znajomy podsyła nam linka, lepiej dowiedzieć się co to - przed kliknięciem. Otwierając strony sprawdzaj, czy ich adres zaczyna się od: HTTPS a zamknięta (zielona) kłódka wyświetla się obok adresu. Jeśli kłódka jest otwarta lub czerwona, nie wprowadzaj żadnych swoich danych (np. adres e-mail!) na takiej stronie!

5. WYŁĄCZ ŚLEDZENIE

Kontroluj, które aplikacje używają GPS w urządzeniu mobilnym. Pamiętaj, że przy robieniu zdjęć Twoja lokalizacja może być dodawana do nich automatycznie. Jeśli niepowołane osoby otrzymają do nich dostęp, zwiększa to ryzyko np. włamania do mieszkania podczas wyjazdu. Wyłącz personalizowane reklamy w przeglądarkach internetowych, aby nie ułatwiać roboty naciągaczom. Wyłącz pokazywanie treści wiadomości na zablokowanym ekranie smartfona, aby przypadkowe osoby ich nie podejrzwały. Ostrożnie korzystaj z publicznych sieci Wi-Fi -nie wysyłaj wrażliwych danych, bezszyfrowanego połączenia (VPN).