

### **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 czujących 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 nieznajomymi poznanymi w Sieci może okazać się bardzo niebezpieczne. Dzieci muszą mieć świadomość, że mogą spotykać się z nieznajomymi 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 Akademicka 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