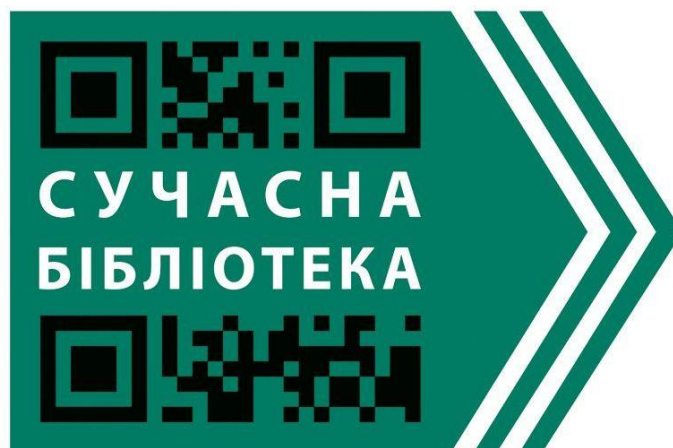


УПРАВЛІННЯ КУЛЬТУРИ І ТУРИЗМУ ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ  
ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ

ХАРКІВСЬКА ОБЛАСНА УНІВЕРСАЛЬНА НАУКОВА  
БІБЛІОТЕКА



**«Створи́й, спілку́йся та поважа́й:  
кращий Інтернет починається з тобою»**

**(До дня безпечного Інтернету)**

Методико - бібліографічні матеріали

**Харків 2018**

УДК 02:077

С 11

**«Створюй, спілкуйся та поважай: кращий Інтернет починається з тобою».-методико– бібліогр. матеріали / Управління культури і туризму Харк. облдержадмін., Харк. обл. універс. наук. б-ка; ред.- уклад. Н.М. Грачова - Х.: ХОУНБ, 2018.- 20 с.**

В поданих матеріалах бібліотекарі, працівники культурно-просвітних закладів, представники місцевих громад віднайдуть матеріали з безпечного користування Інтернетом та рекомендації по проведенню Дня безпечного Інтернету в своїх закладах, корисні посилання.

---

Укладач:	Н.М. Грачова
Редактор:	Г.В. Бакаєва
Комп'ютерний набір:	Н.М. Грачова
Комп'ютерна верстка:	Н.М. Грачова
Відповідальна за випуск:	Н.І. Шостко

День безпечного Інтернету, що традиційно відзначається у перший вівторок лютого, має на меті об'єднання зусиль зацікавлених державних, громадських і приватних організацій для підвищення рівня знань про безпечне застосування інтернет-технологій.

Головним координатором Дня безпечного інтернету в світі стала некомерційна організація Insafe (European Safer Internet Network), яка складається з національних організацій, створених за участю Єврокомісії.

Компанія вважає своїм основним завданням підтримку громадян в безпечному, етичному та ефективному використанні Інтернету, як і інших інформаційних і комунікаційних технологій.

**Запрошуємо відзначати разом зі всім світом День безпечного Інтернету «Створи, спілкуйся та поважай: кращий Інтернет починається з тобою» 6 лютого 2018 року!**

## **Ключові повідомлення кампанії до Дня Безпечного Інтернету 2018**

День безпечного Інтернету (SID) організовано мережами Insafe та INHOPE за підтримки Європейської комісії для просування безпеки та позитивного використання цифрових технологій, особливо, дітьми та молоддю.

День Безпечного Інтернету відзначається на другий день другого тижня другого місяця щорічно. Мільйони людей в усьому світі об'єднуються заради натхнення до позитивних змін та підвищення освіченості з питань безпеки онлайн та участі у заходах у всьому світі.

День безпечного Інтернету націлений не тільки створити безпечний Інтернет, а й також кращий Інтернет, де кожний кожна може використовувати технологію відповідально, у дусі поваги, критично та творчо.

День безпечного Інтернету має на меті долучити дітей та молодь, батьки та вихователів, освітян, педагогів та соціальних працівників, представників індустрії, політиків для натхнення кожного\кожної відігравати свою роль у створенні кращого Інтернету.

Відзначаючи позитивну силу Інтернету, у 2018 році тема Дня безпечного Інтернету «Створи, спілкуйся та поважай: кращий Інтернет починається з тобою» надихає кожного\кожну приєднатися до всесвітнього руху, брати участь, використовувати кращий потенціал Інтернету для об'єднання людей.

Визнаючи роль громади, День безпечного Інтернету 2018 надихає кожного приєднатися та відіграти свою роль.

Є багато шляхів зробити це:

➤ Діти та молодь можуть допомогти створити кращий Інтернет, поводячись позитивно та ввічливо онлайн, через захист онлайнної репутації як їх власної, так і інших, шляхом використання позитивних можливостей створення, залучення та поширення контенту онлайн.

➤ Батьки та вихователі грають значну роль у натхненні та підтримці дітей та молоді використовувати технології відповідально, у дусі поваги, критично та творчо шляхом забезпечення відкритого діалогу з дітьми, навчання їх використанню безпечних та позитивних технологій, або ж поводитись як приклади цифрової ролі.

➤ Педагоги, освітяни та соціальні працівники можуть допомогти створити кращий Інтернет через формування в учнів та студентів навичок цифрової грамотності шляхом розвитку навичок критичного мислення, які дозволять їм краще орієнтуватися в онлайнному світі.

➤ Вони можуть надихати їх створювати власний контент, робити позитивні вибори онлайн і можуть демонструвати власні приклади онлайнної поведінки для своїх учнів та студентів.

➤ Індустрія може допомогти створити кращий Інтернет через створення та просування позитивного контенту та безпечних сервісів онлайн; через надання змоги користувачам реагувати на будь-які складнощі, забезпечуючи чіткі й безпечні поради, впроваджуючи легкі у користуванні та безпечні інструменти та надаючи швидкий доступ до підтримки, якщо щось трапилось.

➤ Владні структури та політики мають забезпечити середовище та культуру, в яких все зазначене вище може функціонувати та розвиватися. Наприклад, можливості для дітей навчатися онлайнної безпеки мають бути закріплені у навчальних програмах. Забезпечити батькам та вихователям

належний доступ до інформації та джерел підтримки, заохочувати провайдерів до регуляції їхніх послуг та контенту.

Вони також мають просувати відповідне законодавство, забезпечувати благополуччя дітей та молоді шляхом створення ефективних стратегій захисту дитинства в онлайн-світі.

➤ Кожний відповідальний за створення позитивної відмінності онлайн. Ми всі можемо створювати позитив онлайн будучи добрими онлайн та демонструючи повагу до інших, шукаючи позитивні можливості створювати та спілкуватись. Ми всі можемо відповідати на онлайн-негатив, повідомляючи про неприйнятний або нелегальний контент.

### **Які загрози зустрічаються найбільш часто?**

Загроза зараження шкідливим програмним забезпеченням. Адже для поширення шкідливого ПЗ і проникнення в комп'ютери використовується цілий спектр методів.

Серед таких методів можна відзначити не тільки пошту, компакт-диски, флеш пам'яті та інші змінні носії інформації або зкачані з Інтернет файли. Наприклад, програмне забезпечення для миттєвого обміну повідомленнями сьогодні є простим способом поширення вірусів, тому що дуже часто використовуються для прямої передачі файлів.

Діти, недосвідчені в питаннях соціальної інженерії, можуть легко потрапитися на вмовляння зловмисника. Цей метод часто використовується хакерами для розповсюдження троянських вірусів.

Доступ до небажаного контенту. Адже сьогодні справи йдуть таким чином, що будь-яка дитина, що виходить в Інтернет, може переглядати будь-які матеріали. А це насильство, наркотики порнографія, сторінки підштовхують молодь до самогубств, анорексії (відмова від прийому їжі), вбивств, сторінки з націоналістичною або відверто фашистською ідеологією і багато-багато іншого. Адже все це доступно в Інтернет без обмежень.

Часто буває так, що перегляд цих сторінок навіть не залежить від дитини, адже на багатьох сайтах відображаються спливаючі вікна містять будь-яку інформацію, найчастіше порнографічного характеру;

Контакти з незнайомими людьми за допомогою чатів або електронної пошти. Все частіше і частіше зловмисники використовують ці канали для того, щоб змусити дітей видати особисту інформацію. В інших випадках це можуть бути педофіли, які шукають нові жертви. Видаючи себе за однолітка жертви, вони можуть вивідувати особисту інформацію та шукати особистої зустрічі.

Неконтрольовані покупки. Не дивлячись на те, що покупки через Інтернет поки ще є екзотикою для більшості з нас, однак недалекий той час, коли ця загроза може стати досить актуальною.

Інтернет це прекрасне місце для спілкування, навчання та відпочинку. Але варто розуміти, що як і наш реальний світ, всесвітня павутина так само може бути вельми і вельми небезпечна. Наведемо кілька рекомендацій, за допомогою яких відвідування Інтернет може стати менш небезпечним для ваших дітей:

Відвідуйте Інтернет разом з дітьми. Заохочуйте ваших дітей ділитися з вами їх успіхами і невдачами в справі освоєння Інтернет;

Поясніть дітям, що якщо в Інтернеті щось турбує їх, то їм слід не приховувати цього, а поділитися з вами своїм занепокоєнням;

Поясніть дитині, що при спілкуванні в чатах, використанні програм миттєвого обміну повідомленнями (типу ICQ, Microsoft Messenger і т. д.), використанні он-лайн ігор та інших ситуаціях, що вимагають реєстрації, не можна використовувати реальне ім'я, допоможіть вашій дитині вибрати реєстраційне ім'я, яке не містить ніякої особистої інформації;

Поясніть дитині, що не можна видавати свої особисті дані, такі як домашня адреса, номер телефону та будь-яку іншу особисту інформацію, наприклад, номер школи, клас, улюблене місце прогулянки, час повернення додому, місце роботи батька або матері і т. д.;

Поясніть своїй дитині, що в реальному житті і в Інтернет немає різниці між неправильними і правильними вчинками; Навчіть ваших дітей поважати співрозмовників в Інтернет. Переконайтеся, що вони розуміють, що правила хорошого тону діють однаково в Інтернет і в реальному житті;

Скажіть їм, що ніколи не варто зустрічатися з друзями з Інтернет. Адже люди можуть виявитися зовсім не тими, за кого себе видають;

Поясніть дітям, що далеко не все, що вони можуть прочитати або побачити в Інтернет правда. Привчіть їх запитувати про те, в чому вони не впевнені; Не забувайте контролювати дітей в Інтернет за допомогою спеціального програмного забезпечення. Це допоможе вам фільтрувати шкідливий зміст, з'ясувати, які сайти насправді відвідує ваша дитина і що він там робить.

### **Як навчити дітей відрізнити правду від брехні в Інтернет?**

Слід пояснити дітям, що потрібно критично ставитися до отриманих з Інтернет матеріалів, адже опублікувати інформацію в Інтернет може абсолютно будь-яка людина.

Поясніть дитині, що сьогодні практично кожна людина може створити свій сайт і при цьому ніхто не контролюватиме, наскільки правдива розміщена там інформація. Навчіть дитину перевіряти все те, що він бачить в Інтернет.

### **Як це пояснити дитині?**

Почніть це робити коли ваша дитина ще досить мала . Адже сьогодні навіть дошкільнята вже успішно використовують мережу Інтернет, а значить потрібно якомога раніше навчити їх відокремлювати правду від брехні; Не забувайте питати в дитини про побачене в Інтернет . Наприклад, почніть з розпитувань, для чого служить той чи інший сайт.

Переконайтеся, що ваша дитина може самостійно перевірити прочитану в Інтернет інформацію за іншими джерелами (по інших сайтах, газети чи журнали). Привчіть вашу дитини радитися з вами. Не відмахується від їхніх дитячих проблем. Заохочуйте ваших дітей використовувати різні джерела . такі як бібліотеки або подаруйте їм енциклопедію на диску, наприклад, ” Енциклопедію Кирила і Мефодія.

Це допоможе навчити вашу дитини використовувати сторонні джерела інформації; Навчіть дитину користуватися пошуком в Інтернет. Покажіть, як використовувати різні пошукові машини для здійснення пошуку;

Поясніть вашим дітям, що таке расизм, фашизм, міжнаціональна та релігійна ворожнеча. Незважаючи на те, що деякі подібні матеріали можна

заблокувати за допомогою спеціальних програмних фільтрів, не варто сподіватися на те,

### **Сімейна угода про роботу в Інтернет**

Якщо ваші діти хочуть відвідувати Інтернет, вам слід виробити разом з ними угоду по використанню Інтернет. Врахуйте, що в ньому ви повинні однозначно описати права та обов'язки кожного члена вашої родини. Не забудьте чітко сформулювати відповіді на наступні питання:

Які сайти можуть відвідувати ваші діти і що вони можуть там робити; Скільки часу діти можуть проводити в Інтернет; Що робити, якщо ваших дітей щось турбує при відвідуванні Інтернет; Як захистити особисті дані; Як стежити за безпекою; Як поводитися чемно; Як користуватися чатами, групами новин та службами миттєвих повідомлень.

Не забудьте, що формально складена угода не виконуватиметься! Регулярно, по мірі необхідності, вносьте зміни в дану угоду. Не забувайте, що ви повинні перевіряти виконання угоди вашими дітьми.

Навчіть вашу дитину використовувати службу миттєвих повідомлень.

При використанні служби миттєвих повідомлень нагадайте вашій дитині деякі нескладні правила безпеки:

Ніколи не заповнюйте графи, що відносяться до особистих даних, адже переглянути їх може кожен;

Ніколи не розмовляйте в Інтернет з незнайомими людьми;

Регулярно перевіряйте список контактів своїх дітей, щоб переконатися, що вони знають всіх, з ким вони спілкуються;

Уважно перевіряйте запити на включення до списку нових друзів. Пам'ятайте, що в Інтернеті людина може виявитися не тим, за кого він себе видає;

Не слід використовувати систему миттєвих повідомлень для поширення чуток або пліток.



Батькам не варто сподіватися на таємне стеження за службами миттєвих повідомлень, якими користуються діти. Набагато простіше використовувати доброзичливі відносини з вашими дітьми.

### **Чи може ваша дитина стати інтернет-залежним?**

Не забувайте, що Інтернет це чудовий засіб спілкування, особливо для сором'язливих, що зазнають труднощі в спілкуванні дітей. Адже ні вік, ні зовнішність, ні фізичні дані тут не мають жодного значення. Однак цей шлях веде до формування Інтернет-залежності. Усвідомити дану проблему досить складно доти, поки вона не стає дуже серйозною. Та й крім того, факт наявності такої хвороби як Інтернет-залежність не завжди зізнається. Що ж робити?

Встановіть правила використання домашнього комп'ютера і постарайтеся знайти розумний баланс між знаходженням в Інтернет і фізичним навантаженням вашої дитини. Крім того, добийтеся того, щоб комп'ютер стояв не в дитячій кімнаті, а в кімнаті дорослих. В кінці-кінців, подивіться на себе, чи не занадто багато часу ви проводите в Інтернеті.

Усі ми знаємо прості правила, які дозволяють відносно безпечно користуватися Інтернетом, але не зайвим буде нагадати про них ще раз. Особливо важливо донести цю інформацію до дітей, які лише починають свої мандрівки всесвітньою мережею.

### **10 правил безпечного користування Інтернетом.**

1. Використовуйте надійний пароль - комбінуйте букви, цифри та інші символи.
2. Не вірте всьому, що читаєте - завжди перевіряйте достовірність джерела.
3. Не викладайте особисту інформацію про себе, своїх рідних, друзів і знайомих в Інтернеті.
4. Не ховайтеся за анонімністю екрану комп'ютера. Не кажіть того, що не могли б сказати людині в обличчя.

5. Подумайте двічі, перш ніж поширити будь-яку інформацію. Як і в житті, потрібно думати про наслідки того, що говориш.

6. Не поширюйте в Інтернеті контент незаконного або непристойного змісту.

7. Переконайтеся, що ваш профіль у соціальній мережі закритий від сторонніх (перевірте налаштування безпеки).

8. Додавайте "у друзі" тільки тих, кого дійсно знаєте: навіть якщо це друзі ваших друзів, але особисто ви не знайомі, краще зайвий раз перестраховатися.

9. Вашим друзям слід питати вашого дозволу, перш ніж завантажувати фотографії з вами або позначати вас на фотографіях в соціальних мережах. Не бійтеся сказати їм про це, і самі теж дотримуйтесь цього правила.

10. Не переходьте за посиланнями, прикріпленим в е-мейл-повідомленнях – безпечніше вводити адресу в рядок браузера самому.

### **Інтернет-залежність: боремося чи піддаємося?**

Сьогодні наша реальність така: дитина сидить з ноутбуком на підлозі, жадібно намагається пройти онлайн-гру і збити нарешті настирливий корабель противника! На вітання він відповідає кивком голови, недбалим махом руки і швидкою відповіддю «мама-не-заважай-мені-я-дуже-зайнятий!». Все, що залишається робити батькам — задуматися, спробувати змінити ситуацію і безнадійно зайти в глухий кут.

Якщо вашому «Інтернет-шпигунові» від 11 — 17 років, і він тривалий час (більше 2-х годин дня) сидить біля комп'ютера, тоді вам варто уважніше ознайомитися як з фізичними, так і психологічними симптомами Інтернет-залежності.

Фізичні симптоми визначити більш реально, ніж психологічні. У зв'язку з цим ми перераховуємо найбільш поширені:

- біль у зап'ястях
- сухість в очах
- порушення сну

- головний біль
- біль у спині
- нерегулярне харчування

Наявність декількох характеристик у вашої дитини вже говорить про те, що він проводить необмежений час за ноутбуком. Щоб зберегти здоров'я вашого чада, потрібно діяти і шукати альтернативу!

Шукаємо виходи з ситуації, що склалася:

Обмежте час користування Інтернетом до 30 хвилин на день. Натомість купіть квитки в кіно для дитини та її друзів. Повірте, всі будуть тільки щасливі!

Використовуйте час, проведений в Інтернеті з користю. Наприклад: попросіть дитину пограти в суперцікаву гру завтра, а сьогодні подивитися онлайн-трансляцію з Парижу. Познайомте його з Ейфелевою вежею, Тріумфальною аркою і Лувром.

Не лінуйтеся, не здавайтеся і будьте хитрими. Попросіть про допомогу: наприклад, вам дуже потрібно дізнатися ім'я кота з твору Булгакова «Майстер і Маргарита». Проінструкуйте, підкажіть, що спочатку потрібно зайти в пошукову систему, далі ввести ім'я твору і почати пошуки. Діти люблять допомагати і відчувати те, що вони потрібні.

Ваше основне завдання: не лякати дитину Інтернет-залежністю, а шукати альтернативні рішення. Впевнені, що у вас все вийде. Головне — не здаватися і не піддаватися!

## УСНИЙ ЖУРНАЛ

**Життя - не Інтернет, в ньому не можна випадково щось не так зробити, натиснути стрілку назад і повернутися.**

*Джерело: <https://statuses.online.ua/ukr/pro-internet/>*

### Колонка редактора

**Ведучий:** Бурхливий розвиток комп'ютерних технологій і широке поширення мережі Інтернет відкриває перед людьми великі можливості для спілкування і саморозвитку. Інтернет - це не тільки джерело можливостей, але і джерело загроз.

Сьогодні кількість користувачів української мережі Інтернет становить десятки мільйонів людей, і чимала частина з них - діти, які можуть не знати про небезпеки світової павутини. Дуже велику увагу при роботі з Інтернетом необхідно приділяти саме питанням безпеки. І відповіді на питання: «Які небезпеки підстерігають нас в Інтернеті?» і «Як їх уникнути?»

Інтернет, як і все в житті, має дві сторони - чорну і білу. Крім переваг, інтернет приніс певні незручності. Для деяких Інтернет став ще одним видом наркотику, за силою свого впливу і прихильності не поступається алкоголю або нікотину.

Зараз медики обговорюють питання, чи не розширити розділ Міжнародної класифікації хвороб, а саме, хвороб залежності. Поки в нього входять наркоманія, алкоголізм, тютюнопаління. В останні роки сюди додалися лікарська залежність і обжерливість. Тепер мова йде і про віртуальну наркоманію. Сьогодні поряд з дорослими все більше дітей користуються Інтернетом для спілкування, пошуку інформації, ігор, завантаження мультимедіа.

## **Сторінка 1. «Нам в Інтернеті все знайомо! Ми в інтернеті немов удома! »**

**Ведучий:** Шановні користувачі, я пропоную вам перевірити готовність до роботи в Інтернеті і виконати простий тест.

### **ТЕСТ**

#### **на знання правил поведінки в Інтернеті**

**1) Новий друг, в чиїх даних зазначено той же вік, що і у тебе, пропонує тобі обмінятися фотографіями.**

А Попрошу його фото, і потім відправлю своє.

В Пораджуся з батьками.

**2) В чаті тебе обізвали дуже грубими словами.**

А Скажу у відповідь: «Сам такий».

В Припиню розмова з цією людиною.

**3) Знайомий запропонував розіслати телефон і адресу «поганої дівчинки», щоб усі знали про неї.**

А Потребую доказів, що вона погана.

В Відразу відмовлюся.

**4) Прийшло повідомлення з заголовком «Від провайдера» - запитують твій логін і пароль для входу в Інтернет.**

А Відішлю тільки пароль: вони самі повинні знати логін.

В Зазначу лист як Спам.

Порахуй, скільки вийшло відповідей «А» і скільки «В».

4 «А»                   Тобі ще багато чому треба навчитися.

3 «А» і 1 «В»       Уважно прочитай цю пам'ятку.

2 «А» і 2 «В»       Непогано, але ти захищений лише наполовину.

1 «А» і 3 «В» Ти майже впорався, але є слабкі місця.

4 В" Молодець! До Інтернету готовий!

## Сторінка 2 Розповідь про історію

**Ведучий:** Інтернет міцно увійшов в життя практично кожної людини. Дуже багато хто вже не уявляють своє життя без цього досягнення техніки. Однак це досягнення народжує безліч проблем, які вимагають негайного вирішення.

Загальні відомості: Інтернет - це глобальна обчислювальна мережа, яка об'єднує безліч регіональних, відомчих, приватних та інших мереж каналами зв'язку і єдиними для всіх її учасників правилами користування. По Інтернету відбувається пошук інформації, розсилаються прес-релізи, влаштовуються конференції, виставки, інтерв'ю і т.д. Звичайний, «домашній» користувач має всі шанси замовити по Інтернету будь-який товар з доставкою додому, дізнатися погоду, познайомитися, поспілкуватися.

Уже восьмий рік, в перший вівторок лютого, Україна разом з іншими європейськими країнами відзначає День безпечного Інтернету. У цей день проводяться різні акції, тренінги, метою яких є інформування дітей, їх батьків та вчителів про Інтернет-загрози. Але головним залишається навчання неповнолітніх елементарним правилам безпечної поведінки в Інтернеті.



### Малюнок 1. Що таке «безпечний Інтернет»?

- Безпечний інтернет-це «коли у тебе є антивірус і ти «качаєш» все без вірусів».

- «Безпечний інтернет» - це щоб не «вирахували» тебе і якісь дані про тебе.

- «Безпечний інтернет» підказує залишати в мережах не надто точні дані -половина своїх даних, половину не своїх.

## Малюнок 2. «Віртуальні граблі»



### Загрози Інтернету

- Загроза зараження шкідливим програмним забезпеченням;
- Доступ до небажаного контенту;
- Неконтрольовані покупки;
- Контакти з незнайомими людьми за допомогою чатів або електронної пошти.

Інтернет - це прекрасне місце для спілкування, навчання і відпочинку. Але варто розуміти, що, як і наш реальний світ, всесвітня павутина може бути і вельми небезпечна.

## Сторінка 3. Інтернет залежність

«Інтернет залежність» - це широкий термін, що позначає велику кількість проблем поведінки і контролю над потягами. Деякі ознаки віртуальної залежності:

- Пристрасть до віртуальних знайомств - надмірність знайомих і друзів в мережі Інтернет.
- Нав'язлива потреба в мережі - гра в онлайніві азартні ігри

Зрозуміти, чи страждаєте ви інтернет-залежністю, допоможе тест. Пройдіть цей тест, відповідаючи на питання гранично чесно. Оцініть свої відповіді на кожне з питань за наступною шкалою:

Ніколи або вкрай рідко-	1 бал.
Іноді -	2 бали.
Регулярно -	3 бали.
Часто -	4 бали.

Завжди -

5 балів.

Чи часто ви:

1. Помічаєте, що проводите в on-line більше часу, ніж планували?
2. Нехтували домашніми справами, щоб довше побути в мережі?
3. Віддаєте перевагу перебуванню в мережі спілкуванню з друзями?
4. Заводите знайомства з користувачами Інтернет, перебуваючи в on-line?
5. Дратуєтесь через те, що навколишні цікавляться кількістю часу, проведеного вами в мережі?
6. Чи відчуваєте ви, що перестали здійснювати успіхи в навчанні або роботі, тому що занадто багато часу проводите в мережі?
7. Перевіряєте електронну пошту раніше, ніж зробите щось інше, більш необхідне?
8. Чи відзначаєте, що знижується продуктивність праці через захоплення Інтернетом?
9. Відмовчуєтесь, коли вас питають, чим займаєтесь в мережі?
10. Блокуєте думки про ваше реальне життя, які турбують, думками про Інтернет?
11. Чи перебуваєте в передчутті чергового входу в мережу?
12. Чи відчуваєте, що життя без Інтернету нудне, порожне і безрадісне?
13. Лаєтесь, кричите або іншим способом виражаєте своє незадоволення, коли хтось намагається відвернути вас від перебування в мережі?
14. Нехтуєте сном, засиджуючись в Інтернеті допізна?
15. «Смакуєте» тим, чим належить зайнятися в Інтернеті, перебуваючи в on-line?
16. Говорите собі: «Ще хвилинку», сидячи в мережі?
17. Чи були у вас спроби скоротити час, проведений в on-line?
18. Чи намагаєтесь приховати кількість часу, проведеного вами в мережі?
19. Замість того, щоб піти кудись з друзями, вибираєте Інтернет?



20. Чи відчуваєте депресію, пригніченість або нервозність, перебуваючи поза мережею, і відзначаєте те, що цей стан проходить, як тільки ви опиняєтеся в on-line?

### **Підрахуйте результати.**

**20-49 балів.** Ви - мудрий користувач Інтернету. Можете подорожувати в мережі дуже довго, тому що вмієте контролювати себе.

**50-79 балів.** У вас є деякі проблеми, пов'язані з надмірним захопленням Інтернетом. Якщо ви не звернете на них уваги зараз - надалі вони можуть заповнити все ваше життя.

**80-100 балів.** Використання Інтернету викликає значні проблеми у вашому житті. Вам потрібна термінова допомога психотерапевта.

### **Сторінка 4. У мене задзвонив телефон!**

Спробуємо сформулювати деякі прості рекомендації, використовуючи добре відомі образи.

**Ведучий.** Сучасний Інтернет - це не тільки велике, але і настроюване середовище проживання! Там добре тому, хто може облаштувати в ньому власний простір і навчитися керувати ним. Записуйте свої враження в блог, створюйте галереї своїх фотографій і відео, включайте в друзі людей, яким ви довіряєте.

Тоді замість безглузлого блукання по мережі ваше Інтернет спілкування буде приносити користь. Спробую сформулювати деякі прості рекомендації, використовуючи добре відомі образи.

### **Основні правила для школярів**

Ви повинні це знати:

- Не бажано розміщувати персональну інформацію в Інтернеті.

Персональна інформація - це номер вашого мобільного телефону, адреса електронної пошти, домашня адреса і фотографії вас, вашої родини або друзів.

- Якщо ви публікуєте фото або відео в Інтернеті - кожен може подивитися їх.

- Не відповідайте на Спам (небажану електронну пошту).
- Не відкривайте файли, які надіслали невідомі Вам люди  
. Ви не можете знати, що насправді містять ці файли - в них можуть бути віруси або фото / відео з «агресивним» змістом.
- Не додавайте незнайомих людей в свій контакт лист в ІМ (ICQ, MSN messenger і т.д.)
- Пам'ятайте, що віртуальні знайомі можуть бути не тими, за кого себе видають.
- Якщо поруч з вами немає родичів, не зустрічайтеся в реальному житті з людьми, з якими ви познайомилися в Інтернеті. Якщо ваш віртуальний друг дійсно той, за кого він себе видає, він нормально поставиться до вашої турботи про власну безпеку!
- Ніколи не пізно розповісти дорослим, якщо вас хтось образив. Техніка безпеки в соціальній мережі. Життя в соціальній мережі, як і наше реальне життя, вимагають дотримання деяких правил техніки безпеки:

### **Сторінка 5 Пам'ятка користувачу Інтернета**

Не передавайте інформацію людям, яких ви особисто не знаєте.

Не довіряйте людям, з якими ви познайомилися в соціальній мережі, адже вони можуть бути ким завгодно!

Публікуйте лише ту інформацію про себе, яка не містить ваших адрес, телефонів, планів на вихідні.

Як можна менше реальної інформації про себе!

Пам'ятайте, те, що опубліковану інформацію «стерти» вже неможливо. Залишаючи коментарі, повідомлення, публікуючи фотографію, ви ставите її в мережу назавжди. Тому здійснюючи будь-яку дію в соціальній мережі, потрібно думати про наслідки!

Цінуюте і поважайте один одного в соціальних мережах. Ображаючи навіть невідому вам людину, пам'ятайте, що ви зробили це і в реальному житті!

Будьте обережні, висловлюючи свою думку в соціальній мережі, вона може образити інших людей в реальному світі. Соціальні мережі допомагають

поліпшити наше суспільство: вони дозволяють об'єднатися людям, щоб боротися з різними проблемами

### **Сторінка 6. Не пий з колодязя!**

Навіть коли ми відчуваємо спрагу, ми не будемо пити з брудної калюжі. Так і в середовищі Інтернет, випадково опинившись в місці, яке виробляє відразливе враження агресивного і засміченого, краще залишити його, переборовши почуття цікавості. Це захистить вас від негативних емоцій, а ваш комп'ютер - від шкідливого програмного забезпечення.

### **Вовкові двері не відкривайте!**

У Інтернет-шахраїв нічого не вийде, якщо тільки ми самі не відкриємо їм двері - не сповістимо їм наші паролі, не завантажимо на свій комп'ютер сумнівні файли або не дамо можливість користуватися нашою мережею незнайомим людям.

### **Не будьте байдужими до теми безпечного Інтернету.**

Запрошуємо до відзначання Дня безпечного Інтернету 2018 у вівторок, 6 лютого! Саме ви робите цей День в Україні – день заради безпечнішого та кращого Інтернету!», – Національний комітет Дня безпечного Інтернету в Україні.

Для того, щоб дізнатися, як цей день відзначається в світі, слідкуйте за хештегами #SID2018 та #SaferInternetDay у соціальних мережах.

Національний комітет Дня безпечного Інтернету в Україні запрошує долучитися до спільного проведення цього дня у вашій бібліотеці.

Завантажуйте логотип «День безпечного Інтернету 2018»;

Проводьте соціокультурні заходи, зустрічі зі ІТ спеціалістами, обговорення, тренінги, родинні зустрічі, інформаційні години, квести із безпеки онлайн;

Повідомляйте про свої події у соціальних мережах, використовуючи хештег #SID2018 або #SaferInternetDay;

Дізнайтеся більше про День безпечного Інтернету на [www.saferinternetday.org](http://www.saferinternetday.org), включаючи інформацію про заходи в Україні:

<https://www.saferinternetday.org/web/ukraine/sid>

День безпечного Інтернету в Україні у Фейсбукці:

<https://www.facebook.com/UkraineSID>

День безпечного Інтернету у Твіттері: <https://twitter.com/UkraineSID>

Якщо у Вас є запитання чи пропозиції, будь ласка, звертайтеся до Національного комітету Дня безпечного Інтернету в Україні на адресу електронної пошти: [ukraine.sid@gmail.com](mailto:ukraine.sid@gmail.com)

## ІНФОРМАЦІЙНІ ДЖЕРЕЛА

### Спеціалізовані веб-ресурси, посібники:

Програма «Безпека дітей в Інтернеті», що заснована компанією “Майкрософт Україна” в рамках програми “Партнерство в навчання”

<http://disted.edu.vn.ua/media/bp/html/etusivu.htm>

Навчально-методичний посібник для загальноосвітніх навчальних закладів “Виховання культури користувача Інтернету. Безпека у всесвітній мережі”

(авт. Кочарян А.Б., Гущина Н.І.)

[http://www.mon.gov.ua/images/newstmp/2011/18\\_02/3/4press.pdf](http://www.mon.gov.ua/images/newstmp/2011/18_02/3/4press.pdf)

– Електронна версія посібника з онлайн безпеки, що підготовлений фахівцями “Київстар” та Інституту психології ім.Г.С. Костюка НАПН України у рамках соціальної програми “Безпека дітей в Інтернеті”

[http://bezpeka.kyivstar.ua/materials/the\\_benefit\\_for\\_parents/](http://bezpeka.kyivstar.ua/materials/the_benefit_for_parents/)