

OPRACOWANIE:
PIOTR GORSZKOWSKI

PROGRAM PROFILAKTYKI

„Bezpieczeństwo w sieci”

**dla wychowanków Bursy Szkolnej
w Stargardzie Szczecińskim**

I. Idea wiodąca

Rozwój nowoczesnych technologii informacyjno – komunikacyjnych jest znakiem czasów, szerokie wykorzystanie ich w edukacji znacznie zwiększa jej skuteczność, na co dzień zaś Internet stanowi nieocenione źródło wiedzy i rozrywki. Internet jest wspaniałym wynalazkiem, skarbnicą wiedzy, narzędziem komunikacji oraz edukacji, rozrywki i zabawy, pozwala poznać ludzi z całego świata a przede wszystkim ułatwia naukę i pracę. W obecnych czasach globalna sieć jest czymś niezwykle potrzebnym, a w przyszłości na pewno stanie się wręcz niezbędna. Niestety, niesie ze sobą również wiele zagrożeń, czyhających na młodego człowieka w Internecie. Nieostrożne udostępnianie swoich danych osobowych, kontakt z niepożądanymi treściami lub oszustami internetowymi, nieświadomy udział w zachowaniach niezgodnych z prawem to tylko niektóre z zagrożeń, uzasadniające podejmowanie działań profilaktycznych. Najważniejszym przeciwdziałaniem w walce z niebezpieczeństwami i zagrożeniami ze strony Internetu jest nasza wiedza o nim.

Program „Bezpieczeństwo w sieci” został opracowany w celu uświadomienia wychowankom zagrożeń, wynikających z niewłaściwego korzystania z zasobów internetowych oraz wskazania sposobów radzenia sobie z nimi.

II. Cele

Celem profilaktyki w bursie jest zapobieganie i uprzedzanie zachowań ryzykownych podczas pracy na komputerze i w Internecie wychowanków, uświadomienie zalet i wad korzystania z komputera i sieci Internet.

Na podstawie obserwacji stwierdzono, iż występują następujące problemy:

- zagrożenie uzależnieniem od Internetu u wychowanków spędzających wiele godzin przed komputerem,
- brak dyscypliny i niska kultura języka w surfowaniu po sieci (korzystanie z czatów, wysyłanie sms-ów, nie przestrzeganie netykiety, duży stopień anonimowości powoduje używanie wulgaryzmów w kontaktach z innymi użytkownikami sieci),
- duża ilość godzin spędzana przez wychowanków przy grach sieciowych,
- mała znajomość zagrożeń pojawiających się w Internecie.

Cele pośrednie:

1. Ochrona wychowanków przed zachowaniami ryzykownymi i ich następstwami.
2. Zachowanie czujności i reagowanie na pojawiające się problemy i przejawy zachowań ryzykownych.
3. Propagowanie netykiety.
4. Uświadomienie wychowankom wad i zalet jakie niosą ze sobą komputer i Internet.
5. Wzmacnianie systemu wartości wychowanków, szacunku dla norm pracy z komputerem i Internetem.
6. Wzmacnianie czynników chroniących wychowanków przed zachowaniami ryzykownymi.
7. Zaprezentowanie wychowankom konsekwencji groźących sprawcom cyberprzemocy.
8. Uświadomienie roli świadków cyberprzemocy.
9. Do czynników chroniących należą:

- silna więź wychowanków z rodziną,
- zainteresowanie nauką szkolną,
- dobra organizacja czasu wolnego,
- szacunek dla norm i zasad użytkownika sieci,
- nadzór wychowawców i rodziców podczas korzystania z komputera przez młodzież,
- zlikwidowanie anonimowości poprzez wprowadzenie wpisów do listy osób korzystających z komputera.

III. Działania i terminy realizacji

LP.	TERMINY REALIZACJI	TEMATY ZAJĘĆ I PODJĘTE DZIAŁANIA
1.	Listopad 2014 r.	Zajęcia 1. Bezpieczny Internet.
2.	Luty 2015 r.	Zajęcia 2. Stop – cyberprzemocy.
3.	Luty 2015 r.	Dzień Bezpiecznego Internetu (gazetki tematyczne w sali komputerowej i na holu bursy).
4.	Październik/listopad 2014 r.	Poszerzenie wiedzy na temat uzależnień od komputera i Internetu całej społeczności bursy – przygotowanie gazetki tematycznej w sali komputerowej.
5.	Cały rok szkolny	Egzekwowanie przestrzegania regulaminu korzystania z sali komputerowej i zapisów na listę osób korzystających z sali komputerowej – odpowiedzialni wszyscy wychowawcy.
6.	Cały rok szkolny	Starania w celu zapewnienia wychowankom alternatywnych możliwości spędzania wolnego czasu (aktywne formy spędzania wolnego czasu) zajęcia rekreacyjno–sportowe - odpowiedzialni wychowawcy – cały rok szkolny

IV. Metody i formy realizacji

Metody słowne:

- pogadanka,
- dyskusja,
- burza mózgów.

Metody te stosowane w zajęciach mają na celu przekazanie ważnych informacji związanych z użytkowaniem komputera i Internetu.

Metody poglądowe:

- prezentacja multimedialna,
- filmiki,

- gazetki tematyczne.

Ukazanie młodzieży zagrożeń pojawiających się w Internecie, wywołanie dyskusji, poznanie poziomu wiedzy młodzieży dotyczącej korzystania z sieci internetowej i sposobów radzenia sobie z zagrożeniami. Przedstawienie filmików ze scenkami, będącymi wstępem do rozmowy. Gazetki tematyczne mające poszerzyć wiedzę wychowanków o zagrożenia pojawiające się w Internecie i sposobach radzenia sobie z nimi.

V. Zajęcia

ZAJĘCIA 1

Temat: Bezpieczny Internet

Cele ogólne:

Uświadomienie wychowankom zagrożeń, na które są narażeni w wirtualnym świecie.

Promocja bezpiecznego korzystania z cyberprzestrzeni.

Cele szczegółowe:

Wychowanek:

- wie, czym jest „globalna sieć”,
- zna swoje prawa i obowiązki, jako użytkownik Internetu,
- posługuje się podstawowymi pojęciami związanymi z cyberprzestrzenią,
- jest świadomy zagrożeń, na które może być narażony w Internecie,
- wie, że nie wszystkie informacje umieszczane w Internecie są prawdziwe,
- wie, do kogo zwrócić się z prośbą o pomoc w razie poczucia zagrożenia,
- zna zasady bezpiecznego poruszania się w cyberprzestrzeni (umiejętność ochrony danych osobowych, ograniczone zaufanie do osób poznanych w sieci, umiejętność ochrony komputera przed zagrożeniami internetowymi – stosowanie oprogramowania zabezpieczającego, niekorzystanie z pirackich programów, użytkowanie Internetu zgodnie z prawem)
- zna zasady dobrego zachowania w Internecie

Metoda:

burza mózgów, dyskusja.

Czas trwania:

1 godzina.

Pomoce dydaktyczne:

prezentacja multimedialna, arkusze papieru, flamastry.

Przebieg zajęć:

1. Powitanie i czynności organizacyjne:

- Ustalenie zasad współpracy (mówimy pojedynczo i słuchamy się nawzajem; mamy prawo do wypowiedzi; jesteśmy wobec siebie życzliwi).
 - Wprowadzenie do tematu zajęć.
 - Przedstawienie przykładów prawidłowego zastosowania Internetu i jego zalet: źródło informacji; kopalnia wiedzy.
2. Prowadzący prosi wychowanków o zastanowienie się, co pożytecznego można robić używając Internetu. Wychowankowie wypisują swoje propozycje na kartce (proponowane odpowiedzi: przesyłanie zdjęć, muzyki; kontaktowanie się z przyjaciółmi; rozwijanie zainteresowań; czytanie prasy; korzystanie z rachunków bankowych; granie w gry; przeglądanie prasy; zabawa; oglądanie filmów, słuchanie muzyki)
3. Zebranie informacji na temat bezpieczeństwa oraz zagrożeń internetowych.
Rozdanie kartek z rozpoczętym zdaniem. Zadanie polega na dopisaniu kilku zakończeń danego zdania
- **W sieci czuje się zagrożony(-a), kiedy...**
 - **Przed zagrożeniami związanymi z korzystaniem z Internetu mogą się ustrzec...**
 - **Rozmawiając z innymi w Internecie zawsze...**
4. Po zakończeniu pracy chętni uczestnicy prezentują wyniki swojej pracy, na podstawie których wspólnie z wychowawcą omawiane są zagrożenia, jakie niesie Internet oraz sposoby ustrzeżenia się przed nimi. Na podstawie tego, co powiedzą wychowankowie wpisujemy:

ZAGROŻENIA, JAKIE NIESIE INTERNET

- oszustwa i wyłudzenia
 - groźby, nękanie
 - uzależnienia
 - włamania komputerowe
 - spam
 - wirusy komputerowe
 - zaniedbywanie kontaktów w świecie realnym
5. Na drugim arkuszu wypisujemy zasady postępowania, które pomogą czuć się bezpiecznie w cyberprzestrzeni.

ZASADY KORZYSTANIA Z INTERNETU

- Nigdy nie podawaj swoich danych osobowych (imienia i nazwiska, adresu, numeru telefonu, miejsca pracy i numeru do rodziców oraz nazwy i miejsca swojej szkoły).
- Informuj dorosłego (nauczyciela, wychowawcę, pedagoga, rodzica), któremu ufasz, kiedy coś zaniepokoi lub zawstydzi.
- Na spotkania w miejscach publicznych wybieraj miejsca publiczne, informuj dorosłego gdzie i z kim idziesz oraz, o której wrócisz.
- Nie odpowiadaj na zaczepki w sieci.

- Zachowuj wiadomości, które niepokoją (możesz je też wydrukować, bądź robić screeny ekranu używając klawisza PrtSc).
- Nie wysyłaj innym swoich zdjęć, uważaj jakie zdjęcia zamieszczasz w Internecie np. na serwisach społecznościowych (pamiętaj, że wszystko co umieszczasz w Internecie, może być wykorzystane do czegoś bez twojej wiedzy).

6. Podsumowanie.

Rozmowa podsumowującą zdobytą wiedzę.

Pytania do wychowanków:

- Wymień pięć zalet Internetu.
- Wymień pięć zagrożeń, na które jest narażony każdy użytkownik cyberprzestrzeni.
- Jak można ustrzec się przed zagrożeniami internetowymi?
- Jak należy postępować, by czuć się bezpiecznie w sieci?
- Jak sądzisz, co było celem dzisiejszych zajęć?

ZAJECIA 2

Temat: Stop - cyberprzemocy

Cel:

- Ustalenie katalogu form cyberprzemocy.
- Zaprezentowanie wychowankom konsekwencji grożących sprawcom cyberprzemocy.
- Uświadomienie roli świadków cyberprzemocy.
- Wypracowanie zasad bezpieczeństwa.

Metoda:

burza mózgów, dyskusja.

Czas trwania:

1godzina.

Pomoce dydaktyczne:

prezentacja multimedialna, filmiki, arkusze papieru, flamastry.

Przebieg spotkania.

1. Przedstawienie form cyberprzemocy

W celu podsumowania oraz uporządkowania wiedzy o cyberprzemocy wychowawca wskazuje, jakie działania z wykorzystaniem sieci i telefonów komórkowych mogą być krzywdzące dla innych. Nawiązanie rozmowy do obejrzanego filmiku i przypomnienie sobie form cyberprzemocy i prezentowanych historii,

następnie zapisanie na tablicy lub papierze ustalone z wychowankami formy. Ważne, aby wśród odpowiedzi znalazł się możliwie wyczerpujący katalog sytuacji definiowanych, jako cyberprzemoc.

Formy cyberprzemocy:

- rejestrowanie niechcianych filmów lub zdjęć telefonem komórkowym,
- publikowanie ośmieszających zdjęć i filmów w Internecie,
- rozsyłanie ośmieszających materiałów przy użyciu telefonu (SMS, MMS),
- wysyłanie wulgarnych SMS-ów,
- straszenie, obrażanie w sieci i przez telefon komórkowy,
- grożenie komuś w sieci i przez telefon komórkowy,
- włamanie na blog, profil lub konto pocztowe,
- podszywanie się w sieci pod inną osobę i działanie na jej niekorzyść.

2. Sprawcy cyberprzemocy.

Przedstawienie, jakie konsekwencje grożą sprawcom cyberprzemocy.

- wezwanie do szkoły rodziców,
- obniżenie oceny zachowania,
- możliwość przeniesienia do innej szkoły,
- odpowiedzialność karna (w sytuacjach łamania prawa, np.: groźby karalne, publikowanie nielegalnych treści, zniesławienie).

Cechy cyberprzemocy, które często wpływają na nieodwracalność jej skutków, a mianowicie:

- szybkie rozprzestrzenianie i duża popularność materiałów publikowanych w sieci,
- brak możliwości całkowitego usunięcia tego typu materiałów z Internetu,
- długotrwałe doznawanie cierpienia przez ofiarę.

Zwrócenie uwagi wychowanków na fakt, że mimo często nieodwracalnych skutków cyberprzemocy osoba, która uświadomi sobie, że wyrządziła komuś za pośrednictwem sieci krzywdę, nie powinna pozostawać bierna. Ważne, aby efektem dyskusji były m.in. następujące wnioski:

- sprawca powinien przeprosić swoją ofiarę i zapewnić ją o nie podejmowaniu takich działań w przyszłości,
- w kontakcie z administratorami serwisów internetowych powinien podjąć próbę usunięcia krzywdzących treści z sieci,
- powinien reagować w sytuacji kontynuowania krzywdzących działań przez inne osoby.

3. Rola świadków cyberprzemocy

Podjęcie dyskusji, dotyczącej tego czy pomoc kolegom jest obowiązkiem. Podkreślenie, że nie można pozostawać obojętnym wobec krzywdy kolegów z klasy, szkoły czy podwórka. Podkreślenie, że reakcja jest obowiązkiem, a zaniechanie działania stawia świadka po stronie sprawców!

4. Zasady odpowiedzialnego korzystania z Internetu i telefonów komórkowych.

Na zakończenie zajęć stworzenie kodeksu bezpiecznego i odpowiedzialnego korzystania z Internetu i telefonów komórkowych. Odpowiedzenie na pytania:

- **Co robić, żeby nie zostać ofiarą cyberprzemocy?**
- **Jak korzystać z Internetu i telefonu, by nie krzywdzić innych?**
- **Co robić, będąc świadkiem cyberprzemocy?**
- **Co robić, będąc ofiarą cyberprzemocy?**

Ważne, by wśród zasad znalazły się m.in. następujące zapisy:

Co robić żeby nie zostać ofiarą cyberprzemocy?

- dbać o prywatność swoich danych osobowych,
- nadawać swoim profilom w sieci bezpieczny status (prywatny),
- chronić swoje hasła i loginy,
- nie zamieszczać w sieci swoich zdjęć i filmów,
- nie wymieniać się z kolegami telefonami komórkowymi.

Jak korzystać z Internetu i telefonu, żeby nie krzywdzić innych?

- traktować innych z szacunkiem (nie wyzywać, nie obrażać, nie straszyć itp.),
- nie zamieszczać w Internecie materiałów (filmów, zdjęć, tekstów), które mogą kogoś skrzywdzić,
- zawsze pytać o zgodę, jeżeli chcemy komuś zrobić zdjęcie lub nakręcić film z jego udziałem,
- nie rozsyłać za pomocą telefonu komórkowego zdjęć, filmów oraz tekstów, które mogą komuś sprawić przykrość.

Co robić, będąc świadkiem cyberprzemocy?

- nie przysyłać dalej krzywdzących materiałów, które otrzymujemy w sieci,
- zawsze pomagać kolegom i koleżankom, którzy padli ofiarą cyberprzemocy,
- informować o krzywdzie kolegi lub koleżanki kogoś dorosłego – wychowawcę, nauczyciela, pedagoga szkolnego, rodziców,
- polecić ofierze cyberprzemocy kontakt z Helpline.org.pl lub skontaktować się z Helpline osobiście.

Co robić, będąc ofiarą cyberprzemocy?

- nie odpowiadać na zaczepki w sieci,
- domagać się skasowania filmów i zdjęć nagranych wbrew naszej woli,
- natychmiast szukać pomocy u kogoś dorosłego – wychowawcy, nauczyciela, pedagoga szkolnego, rodziców,
- zachowywać dowody cyberprzemocy,
- interweniować u dostawców usług internetowych,

- szukać pomocy w Helpline.org.pl.

5. Podsumowanie.

Rozmowa podsumowująca zdobytą wiedzę.

Ankieta do wychowanków podsumowująca zajęcia:

Odpowiedz na pytania, zakreśl swoją odpowiedź.

1. Jak Ci się podobały zajęcia?
 - a) nudne
 - b) takie sobie
 - c) fajne
2. Czy dowiedziałeś/-eś się czegoś nowego?
 - a) nie
 - b) trudno powiedzieć
 - c) tak
3. Czy wykorzystasz to, czego się nauczyłeś/-es?
 - a) nie
 - b) trudno powiedzieć
 - c) tak

VI. Ewaluacja

Ewaluacja programu profilaktycznego - czerwiec bieżącego roku szkolnego.

Pytania kluczowe:

1. Czy program jest przejrzysty, przystępny i dostosowany do problemów występujących na terenie bursy?
2. Czy program jest skuteczny?

Metody i narzędzia ewaluacji:

- ankiety
- obserwacje
- analiza dokumentów

Grupy badawcze:

- wychowankowie

Ankieta skierowana do wychowanków:

1. Czy poprzez gazetki tematyczne i materiały przygotowane na Dzień Bezpiecznego Internetu i znajdujące się w sali komputerowej poszerzyłeś swoją wiedzę na temat wad i zalet Internetu?
 - a) tak
 - b) nie
 - c) nie mam zdania

2. Czy znasz zasady korzystania z Internetu?
 - a) tak
 - b) nie
 - c) nie mam zdania

3. Czy podczas korzystania z Internetu podajesz swoje dane osobowe?
 - a) tak
 - b) nie
 - c) nie mam Internetu

4. Czy zdarzyło Ci się włączyć stronę internetową o niedozwolonej dla Ciebie treści?
 - a) tak
 - b) nie
 - c) nie mam zdania

5. Czy stosujesz się do zasad korzystania z Internetu?
 - a) tak
 - b) nie
 - c) nie mam Internetu

Dziękuję ☺.