

JAK DOBRZE KORZYSTAĆ Z KOMPUTERA I INTERNETU?

1. KIEDY, W JAKI SPOSÓB I JAK DŁUGO MOŻNA KORZYSTAĆ Z MEDIÓW?



- CORAZ WIĘCEJ CZASU SPĘDZANEGO PRZEZ DZIECI I MŁODZIEŻ W SIECI ORAZ PRZED MONITOREM ŹLE WPŁYWA NA ZDROWIE.

CZAS...



- DZIECI W WIEKU **WCZESNOSZKOLNYM** POWINNY BAWIĆ SIĘ MULTIMEDIAMI NIE DŁUŻEJ NIŻ **1 GODZINĘ** DZIENNIE!
- DZIECKO DO 12 ROKU ŻYCIA NIE POWINNO KORZYSTAĆ Z KOMPUTERA DŁUŻEJ NIŻ GODZINĘ DZIENNIE, **MŁODZIEŻ – MAKSYMALNIE 2 GODZINY** DZIENNIE.

PUŁAPKI...

- GRY INTERNETOWE (ZAWIERAJĄ CZĘSTO DUŻO PRZEMOCY I MOGĄ NAPRAWDĘ WCIĄGNAĆ... ZA BARDZO...)
- PORTALE SPOŁECZNOŚCIOWE I KOMUNIKATORY - NIE MOGĄ ZASTĄPIĆ PRAWDZIWEJ PRZYJAŹNI
- NIEBEZPIECZNE TREŚCI W SIECI (DLA DOROSŁYCH)
- PROBLEMY ZE WZROKIEM

- PROBLEMY ZE SNEM (PRZEDŁUŻAJĄCE SIĘ SESJE W SIECI W NOCY):
rozwijający się mózg potrzebuje nawet do 9,5 godzin snu w ciągu doby.
Zazwyczaj niekończące się sesje przy komputerze odbywają się w nocy i niedosypianie wpływa na DOBRE funkcjonowanie w szkole.

CO ROBIĆ?...

- USTALIĆ RAZEM Z RODZICAMI PLAN DNIA
- USTALIĆ Z RODZICAMI ZASADY I CZAS KORZYSTANIA Z KOMPUTERA/INTERNETU
- KORZYSTAĆ ZE SPRAWDZONYCH MIEJSC W SIECI
- ZGŁASZAĆ NIETYPOWE SYTUACJE ONLINE OSOBOM DOROSŁYM

POMOCNE ROZWIĄZANIA:



- **SIECIAKI.PL** – EDUKACJA DLA MŁODYCH INTERNAUTÓW
- KATALOG BEZPIECZNYCH STRON I PRZEGLĄDARKA „BEST”
- APLIKACJA „CHROŃ DZIECI W SIECI” ORANGE
- BEZPIECZNY STARTER ORANGE

JAK KORZYSTAĆ BEZPIECZNIE?

„NETYKIETA”:

1. Szanuj innych i traktuj ludzi tak, jak chcesz aby traktowali Ciebie

Dotyczy to wszystkiego, co robisz w sieci, wszystkich serwisów i typów aktywności. Internet to nie tylko wirtualne połączenia i boty: to przede wszystkim ludzie, którzy wymagają szacunku.

2. Sprzeciw się hejtowi

Postępując **zgodnie z zasadami netykiety** - nawet jeśli spotka Cię hejt, nie odpłacaj pięknym za nadobne. Nie daj się sprowokować, nie publikuj poniżających komentarzy czy grafik.

3. Nie nadużywaj CAPS LOCKA

Jeśli nie chcesz, by postrzegano Cię jako osobę, która wiecznie krzyczy lub rozkazuje – nie pisz wyłącznie WIELKIMI LITERAMI. Wbrew zasadom netykiety jest także pisanie na przemian dUŻYmI i MałyMi LiTeRaMi – to tzw. poke pismo, które jest męczące dla czytelników. Duże i małe litery prowadzą odbiorcę przez wypowiedź i dobrze oddają jej sens.

4. Pisz po polsku

Ortografia, odmiana, zwroty grzecznościowe – działają w internecie tak samo jak w komunikatach analogowych. **Netykieta** wskazuje na prosty, grzeczny język dostosowany do odbiorców i miejsca, w którym piszesz.

5. Sięgnij do słownika

Osobny punkt należy się wulgaryzmem. Nigdy ich nie używaj! Język polski jest bogaty i warto skorzystać z tego skarbcza. Jeśli chcesz wyrazić silne emocje czy dobitniej coś podkreślić, na pewno znajdziesz dobry, wyrazisty i oryginalny zamiennik najpopularniejszego słowa w Europie Środkowo-Wschodniej.

6. Nie przesadzaj z emotikonami

To prawda, emotki są wspaniałe. Mogą w skrótowy sposób dodać komentarz, wzmocnić przekaz, ubarwić wypowiedź. Różne miny, zwierzątka, jedzenie, rakietka kosmiczna, ogień, piorun, uśmiechnięta kupa – pokażemy nimi różne stany i czynności. Wszystko, co dobre trzeba jednak stosować z umiarem. Pamiętaj, że to dodatek do całej wypowiedzi, a nie odwrotnie.

7. Nie trolluj

Trollowanie - to publikowanie zaczepnych treści wyłącznie po to, by wywołać reakcję. Nie rób tego: dyskutuj merytorycznie, elegancko i kulturalnie. Trzymaj się faktów. Zamiast kogoś poniżyć, zostań lepiej mistrzem retoryki. Nawet jeśli trollowanie przynosi popularność, będzie to tylko krótkotrwały rozgłos.

8. Uważaj na fake newsy

Trafiasz w sieci na szokującą wiadomość, w emocjach podajesz dalej. Z czasem okazuje się, że to nieprawda, ktoś publikuje krótkie sprostowanie – ale obraz pozostał w głowach wielu. Znajomy scenariusz? Zanim opublikujesz jakąś szokującą wiadomość, sprawdź, czy podają ją przynajmniej dwa poważne źródła, np. różne media.

9. Szanuj prawo do własności w sieci

Jeśli publikujesz obrazek czy wypowiedź, podaj autora i źródło. **Postępuj zgodnie z netykietą** i nigdy nie przywłaszczaj sobie cudzych treści: to nic innego jak kradzież. Nie pozwalaj też innym na wykorzystanie Twoich autorskich treści bez zezwolenia.

10. Dbaj o prywatność swoją i innych

Nie publikuj wiadomości, które dostałeś przez prywatny kanał. Jeśli jest to konieczne, nigdy nie pokazuj innym adresu, nazwiska ani żadnych danych nadawcy. Uważaj też na swoje dane: nie umieszczaj w sieci zdjęć dokumentów czy umów. W przeciwnym wypadku, możesz chcąc nie chcąc stać się bohaterem sieci (jak fan jednej z drużyn piłkarskich, którego dane żyją już własnym życiem).

11. Użyj wyszukiwarki na forum lub Google

Chcesz zadać proste pytanie? Sprawdź najpierw, czy nie padło wcześniej na forum, na którym szukasz informacji. Jeśli sprawa jest prosta, użyj po prostu Google.

12. Respektuj zasady grupy

Poszczególne grupy w sieci mają różną kulturę i swoje **zasady netykiety**. Na facebooku istnieją np. grupy o ściśle określonej strukturze postu, która porządkuje wiadomości i pozwala szybciej wyszukać informacje. Zaczynij od zapoznania się z zasadami grupy. Jeśli masz wątpliwość, czy możesz opublikować daną treść – spytaj o to administratora. Sprawdź też, jaki jest w danej społeczności styl wypowiedzi. Zazwyczaj w sieci obowiązuje bezpośrednia forma na „ty”, ale istnieją też bardziej tradycyjne społeczności, korzystające z form grzecznościowych „Pan/Pani”. Dopasuj się do zasad, które zostały ustalone przez założycieli.

13. Postuj odpowiedzialnie

Zastanów się dwa razy, zanim coś opublikujesz. Czy ta treść nadawałaby się, by pokazać ją znajomym? Czy jej treść nie byłaby zbyt głupia lub wstydliva? Czy Twoja społeczność ma ochotę to czytać/ oglądać?

Unikaj *offtopów* (*off-topic*, OF – dygresja), czyli publikowania wiadomości niezwiązanych z tematem w ściśle tematycznych grupach czy na forach.

14. Uważaj z ironią i sarkazmem

W komunikacji bezpośredniej mimika, wzrok i gesty mają dużo większe znaczenie dla całości wypowiedzi niż sama jej treść. Pamiętaj, że tekst pisany rządzi się innymi prawami niż mówiony. Ironia, sarkazm, specyficzny ton wypowiedzi – tu bardzo łatwo o nieporozumienia. Jeśli chcesz, żeby wypowiedź była **zgodna z zasadami netykiety** i prawidłowo odebrana, pomyśl, jak na poziomie słów oddałbyś mrugnięcie okiem czy ironiczny uśmiech.

15. Miej umiar

Życie nie kończy się na świecie wirtualnym. Nie musisz być zawsze na gorze newsfeedu wszystkich znajomych; nie musisz mieć zawsze ostatniego słowa. W wielu sytuacjach – na przykład ostrych dyskusji – warto po prostu skończyć rozmowę, wylogować się i pójść na spacer lub porozmawiać z kimś bliskim.

(źródło: <https://fundacja.orange.pl/blog/wpis/netykieta>)

BEZPIECZNE STRONY INTERNETOWE (KĄCIK RODZICA):

- <http://www.dzieckowsieci.pl/>
- fundacja.orange.pl/kurs/ - Bezpiecznie Tu i Tam – kurs internetowy dla rodziców
- www.edukacja.fdds.pl/elearning/bezpieczenstwo-dzieci-i-mlodziezy-online.php - Kurs „Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży online”
- www.dzieckowsieci.pl - kampania: „Chroń dziecko w sieci” –ustawienia i urządzenia
- www.domowezasadyekranowe.fdds.pl
- Internet dla najmłodszych:
- <https://sieciaki.pl>



ŻYCZĘ BEZPIECZNEGO KORZYSTANIA Z MEDIÓW! 😊

Źródła:

- „Fundacja Orange” oraz „Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę”:
- https://fundacja.orange.pl/files/user_files/user_upload/materialy_edu_dla_nauczycieli/Internet_bez_przesady/internet_bez_przesady_prezentacja.pdf
- <https://fundacja.orange.pl/blog/wpis/netykieta>
- <https://sieciaki.pl>
- Faber. A., Mazlish E., *Jak mówić do nastolatków, żeby nas słuchały. Jak słuchać, żeby z nami rozmawiały*, Poznań 2006.
- Gordon T., *Wychowanie bez porażek w szkole*, Warszawa 1995.