**BEZPIECZNIE  w sieci PODCZAS ZDALNEGO NAUCZANIA**



**Wszyscy spędzamy obecnie dużo czasu przed komputerem, tabletem, telefonem. Dlatego szczególnie ważne jest zwrócenie uwagi na  aktywność  dzieci i młodzieży w sieci. W związku ze zdalnym nauczaniem ważne jest  przestrzeganie zasad bezpieczeństwa w Internecie**.

**Prosimy Rodziców/Opiekunów o:**

**- Zwrócenie szczególnej uwagi dziecku na bezpieczne korzystanie z internetu.**

           Przydatne informacje dotyczące zasad bezpieczeństwa w sieci znajdują się

<https://ose.gov.pl/pakiety-edukacyjne>

**-Nadzorowanie działań dziecka w sieci i rozmawianiu z nim o podejmowanych przez nie aktywnościach.**

**-Zwrócenie uwagi, na to, że  spędzonego czasu przy komputerze nie należy niepotrzebnie przedłużać. Przerwy, nawet krótkie są obowiązkowe!**

            Najnowsze badania dowodzą, że aby zadbać o wzrok należy robić przerwy co 20  minut  i koniecznie popatrzeć wówczas przez chwilę (może to być choć minuta, dwie) w dal, najlepiej przez okno, gdy nie mamy innej możliwości.

**-Zadbanie o to, aby mimo trudnej sytuacji  dzieci miały zróżnicowany plan dnia (poruszały się, rozmawiały z rodziną, jadły  dala od komputera, komórki itp., porozmawiały  telefonicznie z kolegami).**

**-Zwrócenie uwagi, zachowanie czujności, czy dziecko nie jest narażone w Internecie na treści niebezpieczne dla rozwoju psychicznego i moralnego, na niebezpieczne kontakty i inne zagrożenia. Współczesne systemy operacyjne mają charakter wielozadaniowy, a urządzenia przeznaczone w domu ucznia do realizacji zdalnej edukacji mogą zawierać połączenia prowadzące do szkodliwych stron.**

           Warto zastosować opcje kontroli rodzicielskiej w systemach (na komputerach, smartfonach, tabletach itp.) oraz z dodatkowego oprogramowania. Pamiętajmy o ich aktualizowaniu. Wskazane jest również bezpośrednie monitorowanie działań dzieci w Internecie (szczególnie  u młodszych dzieci).

**Polecamy materiały i linki, z których mogą skorzystać zarówno uczniowie jak i rodzice:**

* [Chroń swoje dziecko w sieci](http://www.dzieckowsieci.pl/)
* [Publikacje nt. cyberbezpieczeństwa - biblioteczka materiałów](https://www.cyfrowobezpieczni.pl/biblioteka-materialow/publikacje-nt-cyberbezpieczenstwa)
* [Audycje edukacyjne o bezpieczeństwie w sieci](https://www.cyfrowobezpieczni.pl/biblioteka-materialow/audio)
* [CYFROWOBEZPIECZNI - strefa Rodziców](https://www.cyfrowobezpieczni.pl/strefa-rodzica)
* [CYFROWOBEZPIECZNI - STREFA UCZNIA](https://www.cyfrowobezpieczni.pl/strefa-ucznia)
* [Program KE o nazwie „Safer Internet”](https://www.saferinternet.pl/pl/)
* [Serwis Bezpieczne Interneciaki](http://www.bezpieczneinterneciaki.pl/)
* [Serwis Sieciaki](https://sieciaki.pl/)

[Dobre praktyki pomagające zachować bezpieczeństwo danych podczas lekcji onlie](https://www.mechaniak.com.pl/sites/default/files/pliki-pobierz/2020-04/dobre_praktyki_zasady_bezpieczenstwa_uodo.pdf)

https://www.mechaniak.com.pl/sites/default/files/pliki-pobierz/2020-04/dobre\_praktyki\_zasady\_bezpieczenstwa\_uodo.pdf

[Poradnik o bezpieczeństwie danych osobowych w czasie zdalnego nauczania](https://www.mechaniak.com.pl/sites/default/files/pliki-pobierz/2020-04/poradnik_uodo_dane_osobowe_bezpieczne_podczas_zdalnego_nauczania.pdf)

https://www.mechaniak.com.pl/sites/default/files/pliki-pobierz/2020-04/poradnik\_uodo\_dane\_osobowe\_bezpieczne\_podczas\_zdalnego\_nauczania.pdf

Warto przeczytać:

* ochrona danych osobowych podczas pracy zdalnej>> [**https://uodo.gov.pl/pl/138/1459**](https://uodo.gov.pl/pl/138/1459)
* dane dzieci bezpieczne w sieci>> [**https://uodo.gov.pl/pl/138/1363**](https://uodo.gov.pl/pl/138/1363)
* ochrona danych osobowych w szkole>> [**https://uodo.gov.pl/pl/383/479**](https://uodo.gov.pl/pl/383/479)
* tworzenie haseł dostępowych>> [**https://uodo.gov.pl/pl/138/1285**](https://uodo.gov.pl/pl/138/1285)