

CYBERBEZPIECZEŃSTWO

WAŻNE INFORMACJE DLA UCZNIÓW I RODZICÓW

Bezpieczeństwo dzieci w Internecie jest dla naszej szkoły priorytetem. Współczesne technologie dają nam wiele możliwości, ale niosą też zagrożenia, o których warto wiedzieć i którym trzeba przeciwdziałać. Poniżej przedstawiamy najważniejsze zasady i wskazówki, które pomogą chronić młodych użytkowników sieci.

1. Bezpieczne korzystanie z Internetu – zasady dla ucznia

- **Chroń swoje dane osobowe** – nie podawaj w sieci adresu, numeru telefonu, haseł ani informacji o rodzinie.
- **Używaj silnych haseł** – trudnych do odgadnięcia, innych do każdej aplikacji.
- **Nie rozmawiaj z nieznajomymi online** – traktuj ich tak samo, jak nieznajomych w świecie rzeczywistym.
- **Nie klikaj w podejrzaną linki** – mogą prowadzić do wirusów lub stron wyłudających dane.
- **Zgłaszaj niepokojące treści** – rodzicom, wychowawcy lub pedagogowi.
- **Szanuj innych w Internecie** – nie udostępniaj obraźliwych treści, nie hejtuj, nie wyśmiewaj.
- **Pamiętaj, że nic w Internecie nie ginie** – każda publikacja może zostać zapisana i udostępniona dalej.

2. Cyberprzemoc – jak jej unikać i jak reagować

Cyberprzemoc to m.in.:

- wyśmiewanie, obrażanie i wykluczanie w Internecie,
- publikowanie obraźliwych zdjęć, filmów, memów,
- podszywanie się pod inną osobę,
- groźby w wiadomościach.

Jeśli jesteś świadkiem lub ofiarą cyberprzemocy:

- nie odpowiadaj na zaczepki,
- zachowaj dowody (screeny, linki),
- zgłoś dorosłemu – rodzicowi, nauczycielowi, pedagogowi,
- zablokuj osobę i zgłoś treści administratorom serwisu.

3. Wskazówki dla rodziców – jak wspierać bezpieczeństwo dziecka w sieci

- **Rozmawiaj z dzieckiem** o jego aktywności internetowej – co ogląda, z kim rozmawia, jakie aplikacje używa.
- **Ustal jasne zasady** korzystania z telefonu, komputera i mediów społecznościowych.
- **Zainstaluj kontrolę rodzicielską** – pozwala monitorować treści i czas ekranowy.
- **Bądź uważny** na zmiany w zachowaniu dziecka: wycofanie, stres przed wejściem do sieci mogą sygnalizować problem.
- **Dawaj przykład** – dzieci uczą się naśladowując dorosłych.
- **Wspieraj, a nie oceniaj** – jeśli dziecko zgłosi problem, najważniejsza jest pomoc i spokój.

4. Gdzie szukać pomocy?

W razie jakichkolwiek niepokojących sytuacji szkoła pozostaje do dyspozycji.

Można zgłaszać się do:

- **Pedagoga szkolnego**
- **Wychowawców klas**
- **Dyrekcji szkoły**

Dodatkowo polecamy bezpieczne strony i infolinie:

- www.dzieckowsieci.pl
- www.saferinternet.pl
- **Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży: 116 111**
- **Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci: 800 100 100**

DBAJMY O BEZPIECZEŃSTWO RAZEM!

Internet może być miejscem nauki, zabawy i rozwoju, jeśli korzystamy z niego odpowiedzialnie. Współpraca uczniów, rodziców i szkoły to najlepsza ochrona przed zagrożeniami.

[Procedury bezpieczeństwa cyfrowego w szkołach - Cyfrowobezpieczni.pl - Bezpieczna Szkoła Cyfrowa](#)