

Чем опасен Интернет?

Информационная безопасность .

Занятие тренинг с подростками

Цель занятия: развить информационную компетентность учащихся, дать представление о безопасном информационно-образовательном пространстве.

Задачи занятия: развивать ключевые компетентности, удовлетворить познавательные интересы на основе информации о безопасности в окружающем информационном пространстве:

1. получение информации о доступном безопасном источнике информации;
2. изучение информационных источников микрорайона школы;
3. предоставление учащимся информации о правилах Интернет безопасности.

Ход занятия.

В 2006 году Организации объединенных наций провозгласила 17 мая Всемирным днем информационного общества. Этот день призван обратить внимание мирового сообщества на вопросы приобщения всех жителей планеты к благам цифровой революции в информационно-коммуникационных технологиях.

Долгое время 17 мая отмечался как Всемирный день электросвязи. В этот день в 1865 году был учрежден Международный телекоммуникационный союз (ITU). В 2005 году участники Тунисского раунда Всемирного саммита по информационному обществу (WSIS) обратилась с призывом к ООН о провозглашении 17 мая Всемирным днем информационного общества. Решение было одобрено Генеральной ассамблеей ООН в 2006 году.(1 слайд)

Сегодня мы поговорим об информационном образовательном пространстве нашего города, необходимом каждому школьнику для реализации своих возможностей. Выясним, опасен ли для школьников мобильный телефон?

Познакомимся с правилами Интернет безопасности. (2 слайд)

Первая группа учащихся изучала информационное пространство нашего города, которое можно использовать в образовании. Они искали информацию о СМИ г.Балаково, о библиотеках, информационных центрах. (3 слайд)

I группа: Средства массовой информации г. Балаково. Демонстрация презентации.(Приложение)

Вторая группа исследовала возможности мобильного телефона и ответ на вопросы: Опасен ли для школьников мобильный телефон? Как сделать так, чтобы пользование мобильной связью не мешало ему полноценно учиться и отдыхать? (4 слайд)

II группа: Опасен ли для школьников мобильный телефон? Демонстрация презентации. (Приложение)

Новым источником информации в современном мире стал - Интернет.

Глобальное Интернет-пространство все быстрее покрывает нашу планету и становится источником неограниченных возможностей.

В Сети можно общаться, можно искать информацию, можно зарабатывать деньги и развлекаться. Имея доступ и скоростной модем, можно просто жить в сети, не выходя в реальный мир, можно покупать и заказывать, все что необходимо для жизни, можно учиться и читать он-лайн, можно делать практически все, что угодно, благодаря универсальному коммуникативному средству нашей действительности – ИНТЕРНЕТУ. Это удобно и страшно одновременно. Общась в интернете, вы отдаляетесь от простого человеческого разговора, от взгляда в глаза собеседника, от ощущения присутствия другого человека рядом. Механические удары по клавишам, и, порой, сразу нескольким собеседникам, механизмирует само мышление. Не говоря уже о детском взгляде на мир и ощущение его.

Вы интересуетесь WEB контактами, различными Чатами, посещаете разнообразные интернет – форумы. (5 слайд).

Так ли безопасно Интернет пространство? Как влияет компьютер на ваше здоровье?

Осознавая актуальность опасности в Сети, компания Panda Software совместно с другими сообществами, негосударственными организациями и частными компаниями по всему миру организует кампанию «Ребенок в Сети». В рамках данной кампании предполагается привлечь общественное внимание, предоставив полную информацию о том, что может ожидать вас в Интернете, каким опасностям вы можете там подвергнуться, и что нужно знать родителям, чтобы обезопасить вас от этих угроз. (6 слайд).

На сайте компании Panda Software есть специальный веб-раздел, посвященный этой тематике:

www.viruslab.ru/deti.

Презентация книги

ОПАСНОСТИ ИНТЕРНЕТА.(7-11 слайд)

Основные виды это:

Шпионское ПО: программы, которые наблюдают за тем, что ты делаешь, и рассказывают это людям с плохими намерениями.

Шутки: программы, гадко подшучивающие над тобой.

Спам или мусорная почта: это вся та утомляющая реклама, которую тебе шлют, но о которой ты никогда не просил.

Дозвонщики: они могут заставить твой модем подключиться к Интернету

Существует Тревожная статистика.(12 слайд)

1. 25% пятилетних детей используют Интернет.

Уже в 2001 году 25% пятилетних детей в США пользовались Интернетом. Эта цифра достигает 75% среди детей возраста 15 -17 лет. Данные, собранные в результате опроса “Использование компьютера и Интернета детьми и подростками в 2001 году”, проведенного департаментом образования США, показывают, что дети начинают пользоваться Интернетом в самом раннем возрасте, и роль, которую Глобальная сеть играет в жизни подростков, значительна.

2. В 2004 году Интернетом пользовалось больше детей, чем взрослых.

“Дети опережают взрослых по количеству времени, которое они проводят в Интернете”. Это одно из заключений Ассоциации исследования средств коммуникации (Association for the Research of Communication Media) после проведенного в 2004 году опроса пользователей Интернета. Конкретные данные указывают на факт, что только в возрасте между 8 и 13 годами дети составляют половину общего числа пользователей Интернета. Большинство из них выходит в Сеть из дома и самыми частыми их занятиями являются браузинг, чаты и онлайн-игры.

3. 44% детей подвергались сексуальным домогательствам в Интернете.

По данным исследования, опубликованного в 2002 году в Испании Агенством Защиты Детей (Child Protection Agency), 44 % детей, регулярно использующих Интернет, один раз подвергались сексуальным домогательствам при виртуальном общении, 11 % подверглись этому несколько раз. В других случаях воздействие может принимать форму оскорблений со стороны других Интернет-пользователей или почтовых сообщений с оскорбительным содержанием.

Тревожные данные: 14.5 % детей, принявших участие в опросе, назначали встречи с незнакомцами через Интернет. 10 % из них ходили на встречи в одиночку, а 7 % никому не сообщили, что с кем-то встречаются.

4. 28% детей посещают порнографические веб-страницы.

По данным вышеупомянутого исследования, 19 % детей иногда посещают порносайты, еще 9 % делают это регулярно. Тот же опрос обнаружил ряд данных о детях, просматривающих нежелательное содержимое:

38% детей, просматривающих страницы о насилии
16% детей, просматривающих страницы с расистским содержанием
26% детей, участвующие в чатах о сексе

5. 50% детей выходят в Интернет одни.

Использование Интернета детьми без присмотра может привести к таким последствиям:

- В последнее время значительно участились случаи, когда программы-«дозвончики» самостоятельно набирают дорогостоящие телефонные номера, создавая новое модемное подключение. Вы узнаете об этом только тогда, когда Вам приходит крупный телефонный счет.
- Дети очень любят общение в чатах. Однако при таком общении ребенку сложно увидеть истинное лицо человека, с которым они общаются. Если же такая виртуальная беседа приводит к личной встрече, последствия могут оказаться печальными.

Факторы риска при работе ребенка на компьютере.(13 слайд)

1. Нарушение осанки
2. Нагрузка на зрение
3. Различные виды излучений
4. Компьютерная зависимость

Убедитесь, что вы НИКОГДА.(14 слайд)

1. Чем НЕ сообщаете личную информацию (имя, адрес, телефон, номер школы),
2. НЕ встречаетесь с кем-либо из он-лайн без разрешения родителей,
3. НЕ открываете электронное письмо от неизвестных отправителей
4. НЕ отправляете свою фотографию по Интернету незнакомцам.

опасен Интернет?

Памятка Интернет-безопасности для школьников.(15 слайд)

Проводи больше времени с реальными друзьями, чем с виртуальными.

Обязательно скажи взрослому, если кто-то в Сети надоедает тебе или хочет говорить о сексе.

Сразу прекращай контакт с любым, кто пытается давить для получения информации о тебе (имени, возраста, роста и размера, фотографий, адреса, информации о семье).

Будь очень осторожен с незнакомцами, которые пытаются настроить тебя против твоей семьи, обещая быть твоим лучшим другом (они могут посылать тебе подарки и говорить много комплиментов, но в то же время они распоряжаются твоим временем и критикуют твоих родителей).

Не обменивайся с незнакомцами фотографиями через Интернет.

Не открывай электронные сообщения от незнакомых людей и не загружай вложенные в них файлы.

Не сообщай информацию о себе для того, чтобы получить что-то бесплатно.

Не соглашайся на встречу с теми, кого ты не знаешь в реальной жизни.

На страже информационной безопасности стоит закон.

Какие документы регламентируют информационную безопасность? .(16 слайд)

Законы

Документы РФ

Закон Российской Федерации «О средствах массовой информации»

Федеральный закон «О борьбе с терроризмом» (извлечения)

Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» (извлечения)

Федеральный закон "О праве на информацию"

Проект федерального закона "О государственной защите нравственности и здоровья граждан и об усилении контроля за оборотом продукции сексуального характера"

Федеральный закон "О Высшем совете по защите нравственности телевизионного вещания и радиовещания в Российской Федерации"

Международные документы.(17 слайд)

Конвенция о правах ребенка

Декларация принципов, принятая на Всемирном Саммите по Информационному обществу (Женева 2003 г. - Тунис 2005 г.)

План действий, принятый на Всемирном Саммите по Информационному обществу (Женева 2003 г. - Тунис 2005 г.)

Окинавская Хартия глобального информационного общества

Европейская Конвенция по киберпреступлениям (преступлениям в киберпространстве)

Рекомендация № R (91) 11 комитета министров государствам-членам относительно эксплуатации секса в целях наживы, порнографии, проституции, торговли детьми и несовершеннолетними

Рекомендация № R (97) 20 комитета министров государствам-членам по вопросам "разжигания ненависти"

Декларация Комитета министров Совета Европы о свободе выражения мнений и информации в СМИ в контексте борьбы с терроризмом (2005)

Рекомендация Парламентской Ассамблеи Совета Европы № 1706 (2005) "Средства массовой информации и терроризм"

Вывод: Интернет – часть нашей жизни. От него огромная польза и коммуникативность, но есть и вред. Не будем забывать о том, что Интернет наш друг и помощник в обучении. Совсем недавно мы открывали страницы Википедии- детской энциклопедии, работали с электронной почтой, общались на форуме. Я вам желаю обходить все подводные камни Интернета. Пусть он станет для вас удобным, интересным и безопасным источником информации.

то, что мы знаем – ограничено,

а то, что не знаем – бесконечно.

Ж.Жубер.

Использование Интернета является безопасным, если выполняются три основных правила

Защитите свой компьютер

- Регулярно обновляйте операционную систему.
- Используйте антивирусную программу.
- Применяйте брандмауэр.
- Создавайте резервные копии важных файлов.
- Будьте осторожны при загрузке новых файлов

Защитите себя в Интернете

- С осторожностью разглашайте личную информацию.
- Думайте о том, с кем разговариваете.
- Помните, что в Интернете не вся информация надежна и не все пользователи откровенны.

Соблюдайте правила

- Закону необходимо подчиняться даже в Интернете.
- При работе в Интернете не забывайте заботиться об остальных так же, как о себе.

Советы для родителей

1. Безопасные пароли (не создавать пароль, который может отгадать Друг)
2. Фильтр поиска MSN (фильтр поиска MSN, который исключает неуместные ссылки в результате поиска)
3. Безопасное пространство (необходимо создать для ребенка персональную учетную запись пользователя в ОС)
4. Программы фильтрации (ограничение входящих контактов)
5. Журнал просмотренных веб-страниц (веб-сайты, посещенные другими пользователями за последнее время)

Инструкции по безопасному общению в чатах

Дети, которые общаются в чатах, должны знать, как делать это безопасным образом. Каждый должен помнить о следующих правилах чата.

1. Не доверяйте никому вашу личную информацию.
2. Сообщайте администратору чата о проявлениях оскорбительного проявления участников.
3. Если вам неприятно находиться в чате, покиньте его.
4. Если вам что-то не понравилось, обязательно расскажите об этом родителям.
5. Будьте тактичны по отношению к другим людям в чате.

1. [Войти](#)

1. [Настройки](#)
2. [Настройки](#)
3. [Report abuse](#)

Задание

Комментарии

[Открыть доступ](#)

Файл

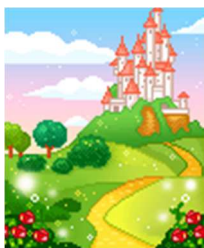
Правка

Вид

Справка

Только просмотр

Задание 1. Прочитайте сказку о золотых правилах безопасности в Интернет



В некотором царстве, Интернет - государстве жил-был

Смайл-царевич-Тьютор-Королевич, который правил славным городом СоцОБРАЗом. И была у него невеста – прекрасная Смайл-царевна-Он-лайн-Королевна, день и ночь проводившая в виртуальных забавах. Сколько раз предупреждал её царевич об опасностях, подстерегающих в сети, но не слушалась его невеста. Не покладая рук трудился Смайл-царевич, возводя город СоцОБРАЗ, заботился об охране своих границ и обучая жителей города основам безопасности жизнедеятельности в Интернет-государстве. И не заметил он, как Интернет-паутина всё-таки затянула Смайл-царевну в свои коварные сети. Погоревал – да делать нечего: надо спасать невесту. Собрал он рать королевскую-СоцОбразову – дружину дистанционную и организовал "Регату" премудрую. Стали думать головы мудрые, как вызволить царевну из плена виртуального. И придумали они [«Семь золотых правил безопасного поведения в Интернет»](#), сложили их в котомку Смайл-царевичу, и отправился он невесту искать. Вышел на поисковую строку, кликнул по ссылкам поганым, а они тут как тут: порно-сообщества Змея-искусителя-Горыныча, стрелялки-убивалки Соловья-разбойника, товары заморские купцов шоповских, сети знакомств-зазывалок русалочьих... Как же найти-отыскать Смайл-царевну? Крепко задумался Тьютор-королевич, надел щит антивирусный, взял в руки меч-кладенец кодовый, сел на коня богатырского и ступил в трясины непролазные. Долго бродил он, отбиваясь от реклам шоповских зазывающих и спамав завлекающих. И остановился на распутье игрища молодецкого трёхуровневого, стал читать надпись на камне, мохом заросшим: на первый уровень попадёшь – времени счёт потеряешь, до второго уровня доберёшься – от родных-близких отвернёшься, а на третий пойдёшь - имя своё забудешь. И понял Смайл-царевич, что здесь надо искать невесту.



Взмахнул он своим мечом праведным и взломал код игрища страшного! Выскользнула из сетей разомкнувшихся Смайл-царевна, осенила себя паролем честным и бросилась в

объятия своего суженого. Обнял он свою невесту горемычную и протянул котомочку волшебную со словами поучительными: «Вот тебе оберег от козней виртуальных, свято соблюдай наказы безопасные!»



Всегда помни своё Интернет-королевское имя (E-mail, логин, пароли) и не кланяйся всем подряд (не регистрируйся везде без надобности)!



Не поддавайся ярким реклам-указателям и не ходи тропками путанными на подозрительные сайты: утопнуть в трясине можно!



Если пришло письмо о крупном выигрыше – это «Лохотрон-грамота»: просто так выиграть невозможно, а если хочешь зарабатывать пиастры, нужно участвовать в полезных обучающих проектах – в «Регате...», например!



Чтобы не забыть тропинку назад и вернуться вовремя, бери с собой Клубок волшебный (заводи себе будильник, садясь за компьютер)!



Если хочешь дружить с другими царствами-государствами, изучай полезные социальные сервисы Web 2.0: они помогут тебе построить «Мой королевский мир», свой царский блог, форум для глашатаев важных – друзей званых!



Не забывай обновлять антивирусную программу – иначе вирус Серый Волк съест весь твой компьютер!



Не скачивай нелегальные программные продукты – иначе пираты потопят твой корабль в бурных волнах Интернет!

Залилась совестливыми слезами дева красная, дала своему наречённому слово честное, что не будет пропадать в забавах виртуальных, а станет трудиться на благо народа города

своего СоцОБРАЗа, сама начнёт обучаться и помогать будет люду заблудшему и погрязшему в трясине сетевой. И зажили они дружно и счастливо с мечтою расширить границы образовательные.



Задание 2. Заполните таблицу

Правила Смайл Царевича Тьютора королевича.	Нарушения правил, случаи из жизни
Смайл-царевича-Тьютора-Королевича	

[Включить чтение с экрана](#)

Основные вредные факторы, влияющие на состояние здоровья людей, работающих за компьютером:

- сидячее положение в течение длительного времени;
- воздействие электромагнитного излучения монитора;
- утомление глаз, нагрузка на зрение;
- перегрузка суставов кистей, стресс при потере информации



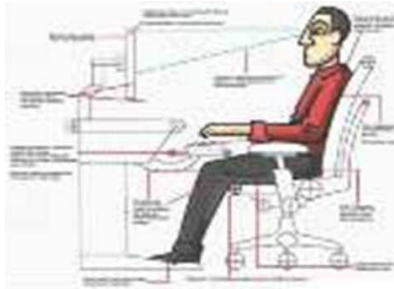
Как уменьшить неприятные последствия долгой работы за компьютером?

- **Освещение при работе с компьютером** должно быть не слишком ярким, но и не отсутствовать совсем, идеальный вариант - **приглушенный рассеянный свет**.

- Поставьте стол так, чтобы **окно не оказалось перед вами**. Если это неизбежно, купите плотные шторы или жалюзи, которые отсекут свет. Если окно сбоку, решение то же - шторы, жалюзи. Можно купить козырек, одевающийся на монитор (такими козырьками комплектуют некоторые профессиональные мониторы, продают их и отдельно) или сделать его самому: возьмите картонную коробку, вырежьте из нее угол и оденьте на монитор. Козырек экранирует свет, контрастность изображения повышается, цветопередача становится более естественной, глаза устают меньше.

- **Экран монитора** должен быть удален от глаз минимум на 50-60 сантиметров. Если на таком расстоянии вы плохо видите изображение, выберите для работы шрифт большего размера.

Если близорукость превышает 2-4 единицы, необходимо иметь две пары очков для работы "вблизи" и "для дали".



- **Экран монитора** должен быть удален от глаз минимум на 50-60 сантиметров. Если на таком расстоянии вы плохо видите изображение, выберите для работы шрифт большего размера.

Если близорукость превышает 2-4 единицы, необходимо иметь две пары очков для работы "вблизи" и "для дали".

- **Экран монитора** должен быть абсолютно чистым; если вы работаете в очках, они тоже должны быть абсолютно чистыми. Протирайте экран монитора (лучше специальными салфетками) и/или жидкостью для протирки мониторов минимум раз в неделю, следите за кристальной прозрачностью очков каждый день.

- **Располагайте монитор и клавиатуру** на рабочем столе прямо, ни в коем случае не наискосок.

- **Центр экрана** должен быть примерно на уровне ваших глаз или чуть ниже. Держите голову прямо, без наклона вперед. Периодически на несколько секунд закрывайте веки, дайте мышцам глаз отдохнуть и расслабиться. Иногда встречаются рекомендации использовать специальные очки-фильтры. Они действительно способны поднять какой-то из показателей видеосистемы, но только ущерб другому показателю.



1. [Войти](#)

1. Настройки
- 2.
3. Report abuse

Задания для детей Компьютер и здоровье



Задание 1. Основные вредные факторы, влияющие на состояние здоровья людей, работающих за компьютером:

Заполните таблицу. При затруднениях ответа можно пользоваться материалом, расположенным под таблицей.

Вредные факторы	Последствия	Профилактика последствий
Сидячее положение в течение длительного времени.		
Воздействие электромагнитного излучения монитора.		
Утомление глаз, нагрузка на зрение.		
Перегрузка суставов кистей.		
Стресс при потере информации.		

Сидячее положение.

Казалось бы, за компьютером человек сидит в расслабленной позе, однако она является для организма вынужденной и неприятной: напряжены шея, мышцы головы, руки и плечи, отсюда излишняя нагрузка на позвоночник, остеохондроз, а у детей - сколиоз. У

тех, кто много сидит, между сиденьем стула и телом образуется своего рода тепловой компресс, что ведет к застою крови в тазовых органах, как следствие - простатит и геморрой, болезни, лечение которых - процесс длительный и малоприятный. Кроме того, малоподвижный образ жизни часто приводит к ожирению.

Электромагнитное излучение.

Современные мониторы стали безопаснее для здоровья, но еще не полностью. А если на Вашем столе совсем старенький монитор, лучше держитесь от него подальше.

Воздействие на зрение.

Глаза регистрируют самую мелкую вибрацию текста или картинки, а тем более мерцание экрана. Перегрузка глаз приводит к потере остроты зрения. Плохо сказываются на зрении неудачный подбор цвета, шрифтов, компоновки окон в используемых Вами программах, неправильное расположение экрана.

Перегрузка суставов кистей рук.

Нервные окончания подушечек пальцев как бы разбиваются от постоянных ударов по клавишам, возникают онемение, слабость, в подушечках бегают мурашки. Это может привести к повреждению суставного и связочного аппарата кисти, а в дальнейшем заболевания кисти могут стать хроническими.

Стресс при потере информации.

Далеко не все пользователи регулярно делают резервные копии своей информации. А ведь и вирусы не дремлют, и винчестеры лучших фирм, бывает, ломаются, и самый опытный программист может иногда нажать не ту кнопку... В результате такого стресса случались и инфаркты.

Пыль и грязь: аллергия и кишечные инфекции.

Пыли и грязи в компьютере и вокруг него со временем скапливается немало, причем убрать их зачастую бывает весьма сложно. А где грязь, там и всяческие микробы, бактерии и грибки, где пыль, там и пылевые клещи. Все это может спровоцировать самые разные заболевания - от аллергии до "болезней грязных рук".

Компьютер и беременность.

Опасны ли компьютеры для беременных? Безусловно, некоторое негативное влияние на протекание беременности и развитие плода компьютер оказать может, но насколько сильное? Единого мнения на этот счет у врачей еще не сложилось...

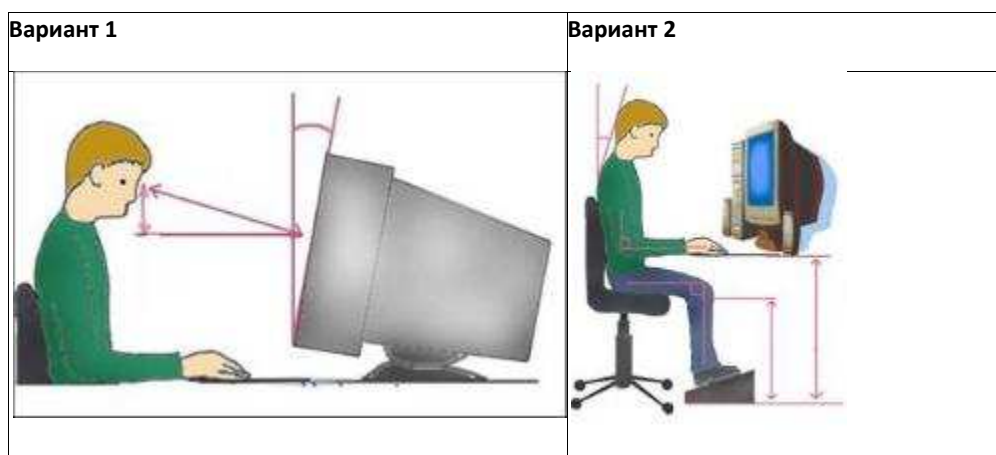
Влияние компьютера на психику.

Тема, на наш взгляд, очень дискуссионная. Игромания, интернет-зависимость - насколько серьезны эти проблемы? Как сильно влияет компьютер на психическое здоровье людей?

Предлагаем вашему вниманию разные точки зрения на эти вопросы.

Задание 2 . Правильная рабочая поза при работе за компьютером.

Подпишите параметры, которые позволяют сохранить правильную осанку при работе за компьютером.



Для справки:

Монитор необходимо установить на такой высоте, чтобы центр экрана был на 15-20 см ниже уровня глаз, угол наклона до 15° (т.е., примерно, верхняя часть экрана должна находиться на уровне глаз (при работе в очках с бифокальными линзами — ниже уровня глаз). Экран монитора должен находиться от глаз пользователя на оптимальном расстоянии 60-70 см, но не ближе 50 см с учетом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов. Не располагайте рядом с монитором блестящие и отражающие свет предметы (листы бумаги, глянцевые плакаты, рамки для картинок). Поверхность экрана должна быть чистой и без световых бликов.

Необходимо найти такое положение головы, при котором меньше напрягаются мышцы шеи. Рекомендуемый угол наклона головы - до 20°. В этом случае значительно снижается нагрузка на шейные позвонки и на глаза.

Во время работы необходимо расслабить руки, держать предплечья параллельно полу, на подлокотниках кресла. Кисти рук на уровне локтей или немного ниже, запястья - на опорной планке. Тогда пальцы получают наибольшую свободу передвижения.

Не следует высоко поднимать запястья и выгибать кисти - это может стать причиной боли

в руках и онемения пальцев. можно надевать легкие перчатки без пальцев, если стынут руки.

Колени - на уровне бедер или немного ниже. При таком положении ног не возникает напряжение мышц.

Нельзя скрещивать ноги, класть ногу на ногу - это нарушает циркуляцию крови из-за сдавливания сосудов. Лучше держать обе стопы на подставке или полу.

Необходимо сохранять угол (90) в области локтевых. тазобедренных

Необходимо сохранять прямой угол (90) в области локтевых, тазобедренных и голеностопных суставов.