

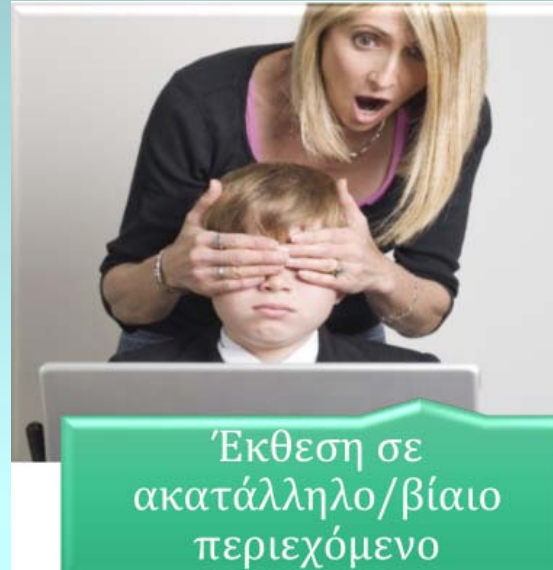
ασφάλεια στο διαδίκτυο

οδηγός για γονείς



Δημοτικό Σχολείο Ασσήρου
Πετρίδης Αντώνιος
2022-2023

Κίνδυνοι Χρήσης Διαδικτύου



Υπερβολική Ενασχόληση

Συναισθηματικές - κοινωνικές συνέπειες

- Χάνουν την επαφή με τους φίλους τους. Ζουν συνεχώς σε έναν εικονικό κόσμο.
- Παραμελούν τις δραστηριότητές τους για χάρη του διαδικτύου και των ηλ. παιχνιδιών.
- Μειώνονται οι σχολικές επιδόσεις.
- Νιώθουν κενό, ανησυχία και δείχνουν επιθετικότητα, τσακώνονται με τους γονείς όταν γίνεται περιορισμός της χρήσης του διαδικτύου.

Υπερβολική Ενασχόληση Σωματικές Συνέπειες

- Σωματική κούραση.
- Ημικρανίες και πονοκέφαλοι.
- Ξηροφθαλμία.
- Πόνοι στη μέση.
- Παραμέληση εμφάνισης και προσωπικής υγιεινής.
- Διαταραχές ύπνου, αυπνία τη νύχτα – υπνηλία την ημέρα.
- Αλλαγή σε διατροφικές συνήθειες – παράλειψη γευμάτων

Βασικές συμβουλές



- Τα μικρά παιδιά πρέπει να βρίσκονται πάντα υπό την επίβλεψή μας όταν χρησιμοποιούν το διαδίκτυο
- Τοποθετούμε τον υπολογιστή ή το laptop σε ένα εμφανές μέρος του σπιτιού – μακριά από υπνοδωμάτια
- Επιβλέπουμε διακριτικά τα μεγαλύτερα παιδιά
- Αυτό που είναι σωστό και λάθος στον πραγματικό κόσμο είναι σωστό και λάθος και στον εικονικό κόσμο.

Βασικές συμβουλές

- Εξερευνήστε μαζί
 - Ο καλύτερος τρόπος για να κρατήσετε την οικογένειά σας ασφαλή στο διαδίκτυο είναι να περνάτε χρόνο και να χρησιμοποιείτε το διαδίκτυο μαζί με τα παιδιά σας.
- Προωθούμε το Ποιοτικό Περιεχόμενο
 - Όχι μόνο ψυχαγωγία, αλλά και δημιουργικότητα.
- Κρατήστε τις ισορροπίες
 - Η πραγματική ζωή και οι αληθινοί φίλοι είναι έξω από το διαδίκτυο.

Όρια και κανόνες

- Θέτουμε όρια και κανόνες χρήσης του διαδικτύου **ΠΑΝΤΑ** σε συνεννόηση με τα παιδιά
 - **πότε** μπορεί να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο,
 - **πόσο** χρόνο θα διαθέτουν,
 - **που** μπορούν να επισκέπτονται,
- Η δημιουργία μιας **οικογενειακής συμφωνίας** είναι ένα χρήσιμο βήμα
 - για το διαδίκτυο
 - για το κινητό

Ηλεκτρονικά Παιχνίδια – Online gaming

1. Ελέγξτε το όριο ηλικίας
2. Σιγουρευτείτε ότι γνωρίζετε με ποιον παίζει
3. Σιγουρευτείτε ότι το περιεχόμενο είναι κατάλληλο για την ηλικία του
4. Συζητήστε για το ποιες πληροφορίες μπορεί να μοιράζεται με άλλους παίχτες
5. Διαπραγματευτείτε το χρόνο που θα ξοδεύει σε καθημερινή βάση σε αυτή τη δραστηριότητα

10 ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ ΠΟΥ ΘΑ ΤΟ ΒΟΗΘΗΣΟΥΝ ΝΑ ΠΑΡΑΜΕΙΝΕΙ ΑΣΦΑΛΕΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

1. «Μπορείς πάντα να έρθεις σε μένα αν χρειάζεσαι βοήθεια.»
2. «Τι θα έκανες αν συνέβαινε αυτό σε εσένα...»
3. «Να θυμάσαι ότι στο διαδίκτυο δεν είναι όλοι αυτοί που υποστηρίζουν ότι είναι.»
4. «Κράτησε τα προσωπικά σου στοιχεία ασφαλή.»
5. «Να σέβεσαι τους άλλους χρήστες του διαδικτύου.»
6. «Σκέψου πριν δημοσιεύσεις.»
7. «Ρώτα πριν κοινοποιήσεις.»
8. «Θυμήσου ότι στο διαδίκτυο δεν είναι όλα αληθινά.»
9. «Οι δημοσιεύσεις άλλων στο διαδίκτυο δε δείχνουν πάντα την πραγματικότητα.»
10. «Κάνε ένα διάλειμμα όταν χρειάζεται.»

Προσωπικά Δεδομένα



- Φωτογραφίες, Βίντεο, Προσωπικά στοιχεία κτλ.
- Τα μικρά παιδιά δεν κατέχουν ακόμη την απαραίτητη ωριμότητα ώστε να προστατέψουν τα προσωπικά τους δεδομένα
 - *Μήπως όμως ούτε και οι μεγάλοι;;;*
 - *Είναι ανάγκη να δημοσιεύσουμε πότε, πού και για πόσο θα πάμε διακοπές;*
 - *Είναι πια τόσο σημαντικό να δημοσιεύουμε φωτογραφίες των παιδιών μας (και των φίλων τους) στα κοινωνικά δίκτυα;*
- Ότι ανεβαίνει στο Διαδίκτυο δεν κατεβαίνει **ποτέ**
- Το διαδικτυακό αποτύπωμα (ψηφιακή φήμη) μας ακολουθεί για όλη μας τη ζωή.
 - ***Μεγάλη προσοχή στο τι δημοσιεύουμε***

Smartphones - Tablets

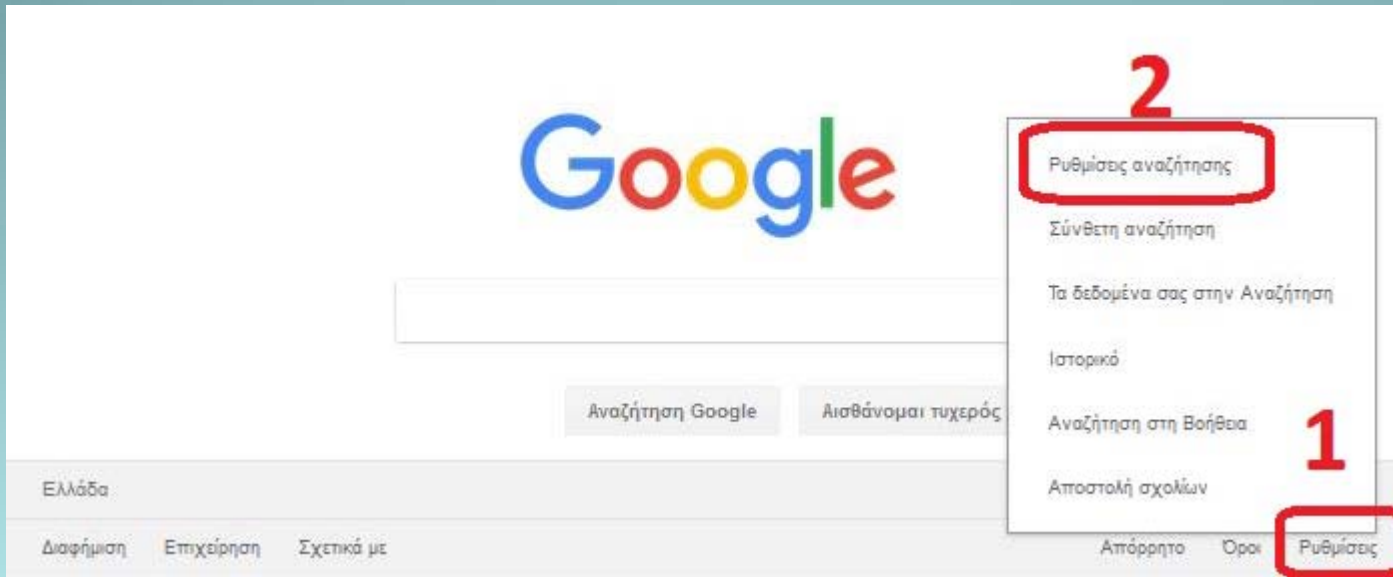


- Δεν υπάρχει ΚΑΝΕΝΑΣ λόγος για να έχει smartphone ένα παιδί του Δημοτικού
 - Για το θέμα της ασφάλειας κατά τις μετακινήσεις υπάρχουν και τα απλά κινητά τηλέφωνα
- Φτιάχνουμε μια λίστα με τα άτομα με τα οποία επιτρέπεται να επικοινωνούν (ειδικά για τα μικρά παιδιά)
- Βάζουμε οπωσδήποτε κωδικό κλειδώματος στο τηλέφωνό μας.
 - Το ίδιο και τα παιδιά στα δικά τους αν έχουν
- Χρησιμοποιούμε **ΙΣΧΥΡΟΥΣ** κωδικούς παντού. Δεν τους δίνουμε πουθενά
 - Και τους γράφουμε και σε χαρτί καλού – κακού

Ασφαλής αναζήτηση σε Google και YouTube

Google

1

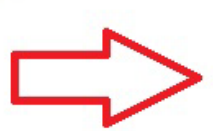


2

Προτάσεις ελέγχου αναζήτησης Φίλτρα Ασφαλούς Αναζήτησης

Προτάσεις
ελέγχου

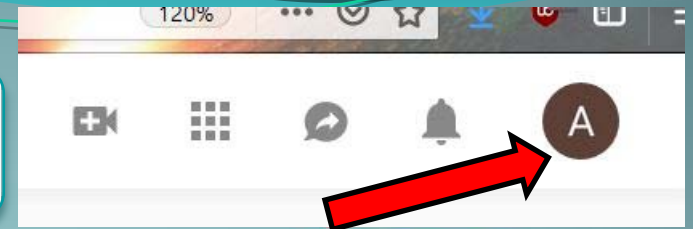
Η **Ασφαλής Αναζήτηση** μπορεί να σας βοηθήσει να αποκλείσετε υβριστικές ή ακατάλληλες εικόνες από τα αποτελέσματά σας στην Αναζήτηση Google. Το φίλτρο της Ασφαλούς Αναζήτησης δεν είναι ακριβές 100% αλλά σας βοηθά να αποφεύγετε το μεγαλύτερο μέρος του βίαιου περιεχομένου και του περιεχομένου για ενηλίκους.



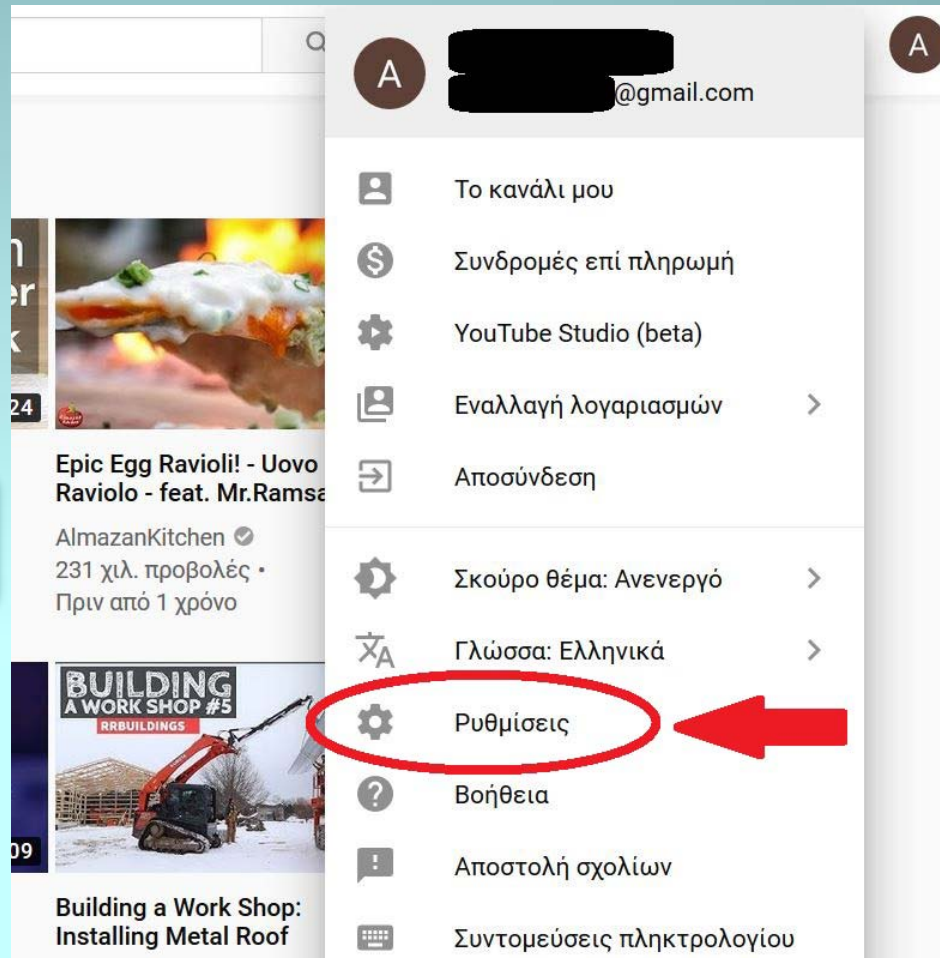
Ενεργοποίηση Ασφαλούς Αναζήτησης [Κλειδωμα Ασφαλούς αναζήτησης](#)

YouTube

1 Μπαίνουμε στη σελίδα του YouTube και κάνουμε κλικ στο εικονίδιο του λογαριασμού μας πάνω δεξιά



2 Στη συνέχεια πατάμε στην επιλογή ρυθμίσεις



YouTube

3

Πατάμε στο κουμπί Λειτουργίας περιορισμένης πρόσβασης, μετά τσεκάρουμε την επιλογή «ενεργή» και τέλος πατάμε αποθήκευση.

Μάθετε για το YouTube Premium

[Δείτε ή αλλάξτε τις ρυθμίσεις του λογαριασμού σας](#)
Θα μεταφερθείτε στη σελίδα του Λογαριασμού σας Google

Ρυθμίσεις λογαριασμού

1 →

YouTube Γλώσσα: Ελληνικά ▼ Τοποθεσία: Ελλάδα ▼ Λειτουργία περιορισμένης πρόσβασης: Ανενεργή ▼

2 ↓

Λειτουργία περιορισμένης πρόσβασης

- Η λειτουργία περιορισμένης πρόσβασης κρύβει βίντεο με ακατάλληλο περιεχόμενο επισημασμένο από χρήστες και άλλες ενδείξεις. Κανένα υλικό περιεχόμενο.
- Η ρύθμιση λειτουργίας περιορισμένης πρόσβασης θα ισχύει μόνο γι' αυτό το πρόγραμμα περιήγησης.

Ενεργή Ανενεργή

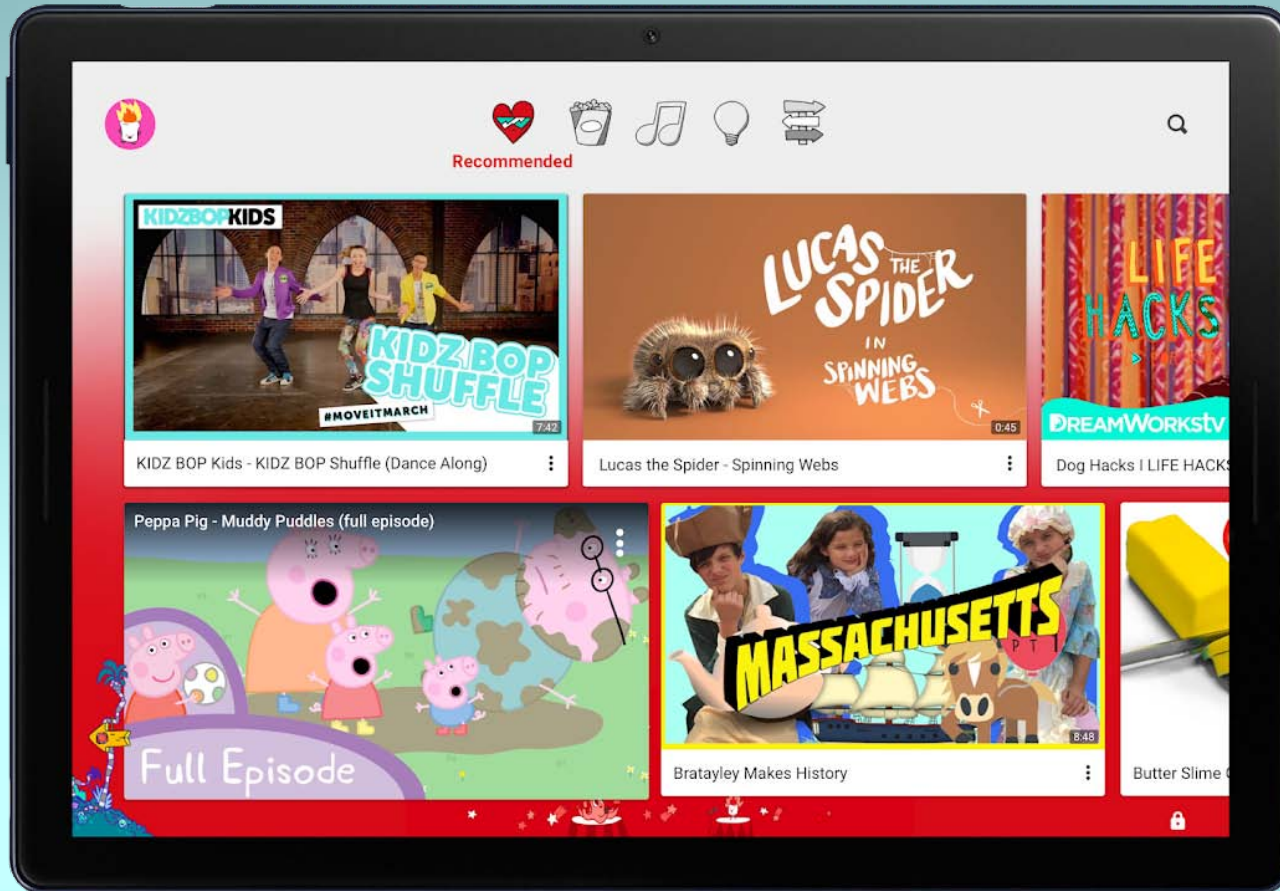
3 ←

Αποθήκευση



YouTube Kids

<https://www.youtubekids.com>



Περιορισμός λήψης εφαρμογών

1. Ανοίγουμε την εφαρμογή **Play store**
2. Πατάμε «**Μενού**» και μετά «**Ρυθμίσεις**»
3. Πατάμε «**Γονικοί Έλεγχοι**»
4. Πληκτρολογούμε το PIN μας
5. Ρυθμίζουμε τα φίλτρα βάση των οποίων θα επιτρέπεται το κατέβασμα εφαρμογών.
6. Ενεργοποιούμε και την επιλογή «**Απαιτήση ελέγχου ταυτότητας για αγορές**», ώστε να μην μπορεί να γίνει κάποια χρέωση κατά λάθος

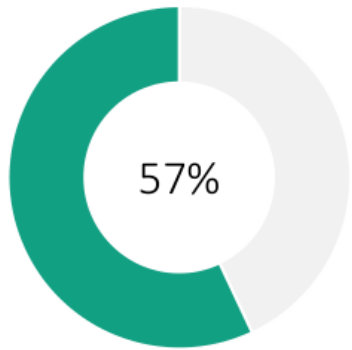


ΒΟΗΘΩΝΤΑΣ ΤΑ
ΠΑΙΔΙΑ ΝΑ
ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΟΥΝ ΤΗΝ
ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΤΗΝ
ΙΔΙΩΤΙΚΟΤΗΤΑ

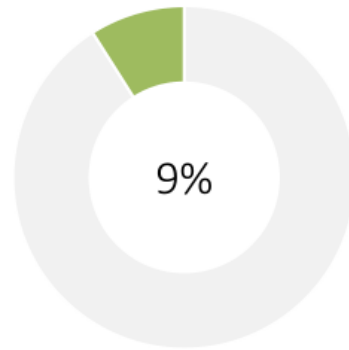


Έρευνα Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου

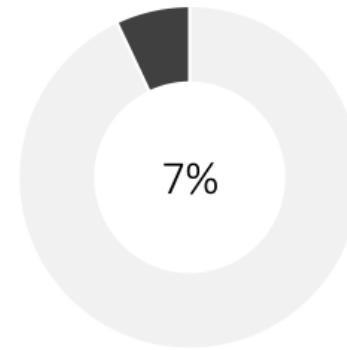
Διαδικτυακά Παιχνίδια



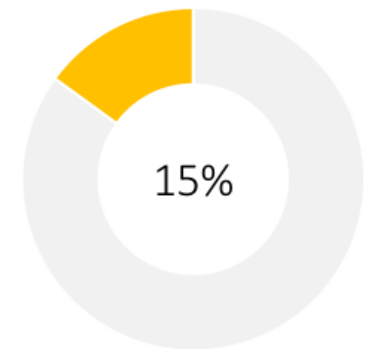
- › Το **57%** των παιδιών δηλώνει ότι ασχολείται με τα διαδικτυακά παιχνίδια μέχρι 2 ώρες την ημέρα



- › Το **9%** δηλώνει ότι ασχολείται με τα διαδικτυακά παιχνίδια 3-4 ώρες την ημέρα



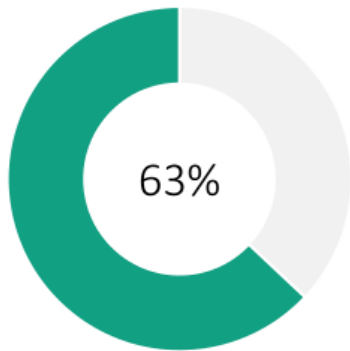
- › Το **7%** δηλώνει ότι ασχολείται με τα διαδικτυακά παιχνίδια πάνω από 4 ώρες την ημέρα



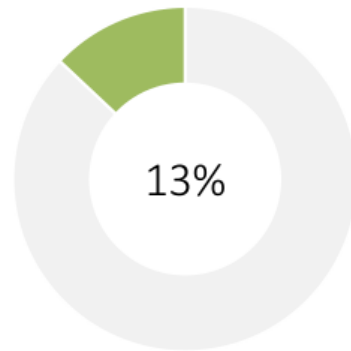
- › Το **15%** δηλώνει ότι ασχολείται με τα διαδικτυακά παιχνίδια πάνω από 4 ώρες τα Σαββατοκύριακα

Έρευνα Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου

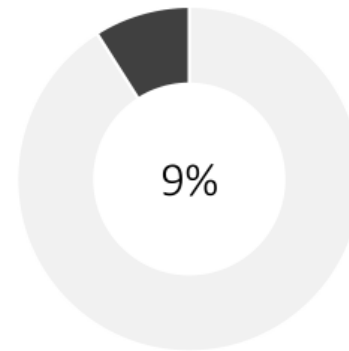
Κοινωνικά Δίκτυα



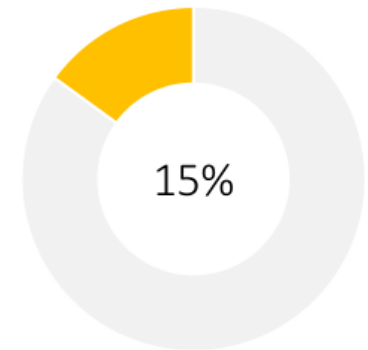
Το **63%** των παιδιών δηλώνει ότι ασχολείται με τα κοινωνικά δίκτυα μέχρι 2 ώρες την ημέρα



› Το **13%** δηλώνει ότι ασχολείται με τα κοινωνικά δίκτυα 3-4 ώρες την ημέρα



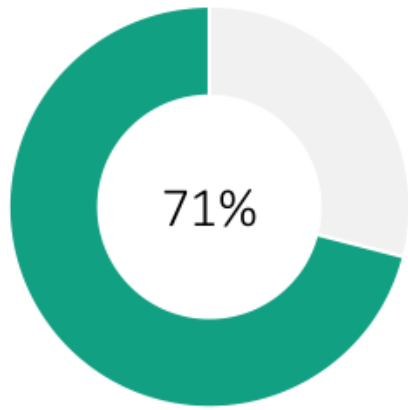
› Το **9%** δηλώνει ότι ασχολείται με τα κοινωνικά δίκτυα πάνω από 4 ώρες την ημέρα



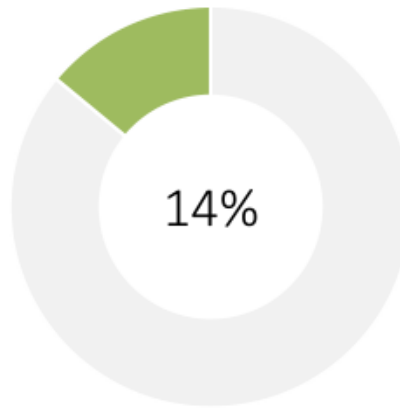
› Το **15%** δηλώνει ότι ασχολείται με τα κοινωνικά δίκτυα πάνω από 4 ώρες τα Σαββατοκύριακα

Έρευνα Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου

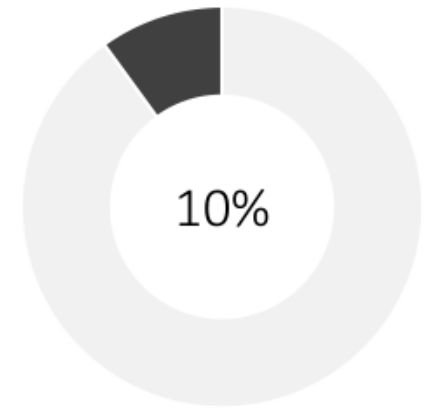
YouTube



- › Το **71%** των παιδιών παρακολουθεί video στο YouTube μέχρι 2 ώρες την ημέρα

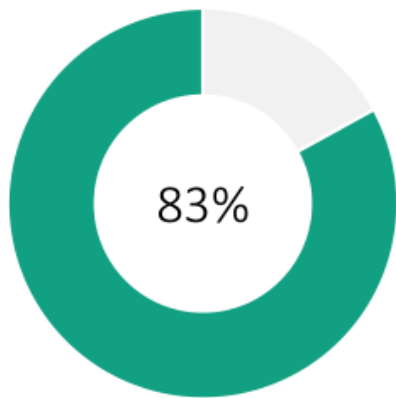


- › Το **14%** των παιδιών παρακολουθεί video στο YouTube 3-4 ώρες την ημέρα

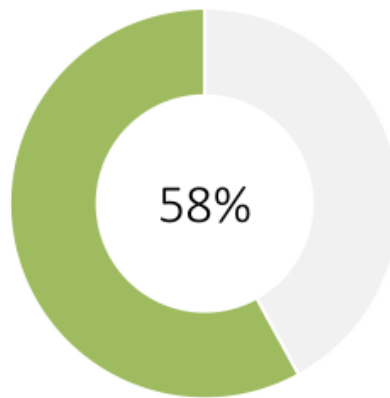


- › Το **10%** των παιδιών παρακολουθεί video στο YouTube περισσότερες από 4 ώρες την ημέρα

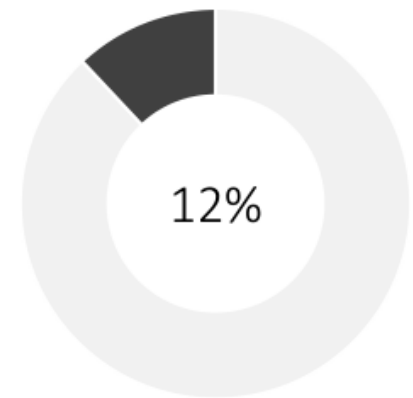
Έρευνα Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου



- › Το **83%** των παιδιών δηλώνει ότι μπαίνει στο διαδίκτυο χωρίς την επίβλεψη των γονιών του



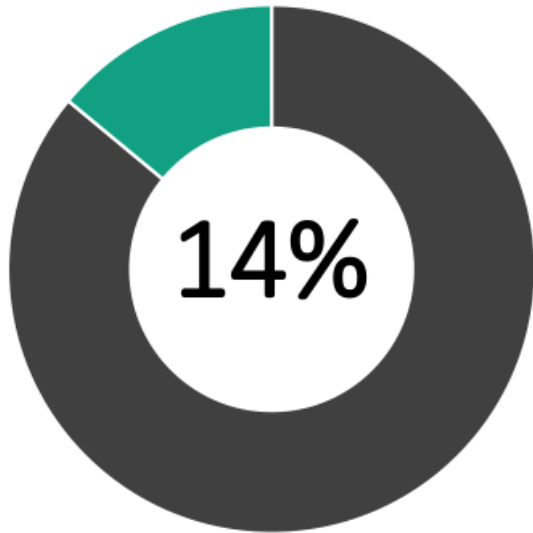
- › Το **58%** των παιδιών δηλώνει ότι έμαθε μόνο του να χρησιμοποιεί το διαδίκτυο



- › Το **12%** δηλώνει λίγο ή καθόλου ενημερωμένο γύρω από την ασφάλεια στο διαδίκτυο

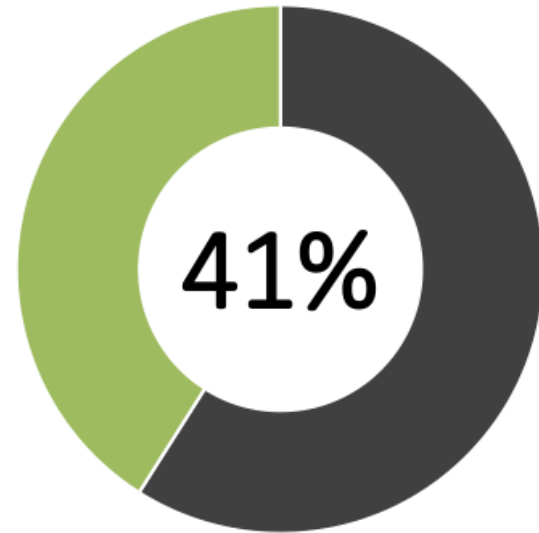
Έρευνα Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου

SEXTING



Το 14% των παιδιών δηλώνει ότι μοιράζεται προσωπικό υλικό στο διαδίκτυο

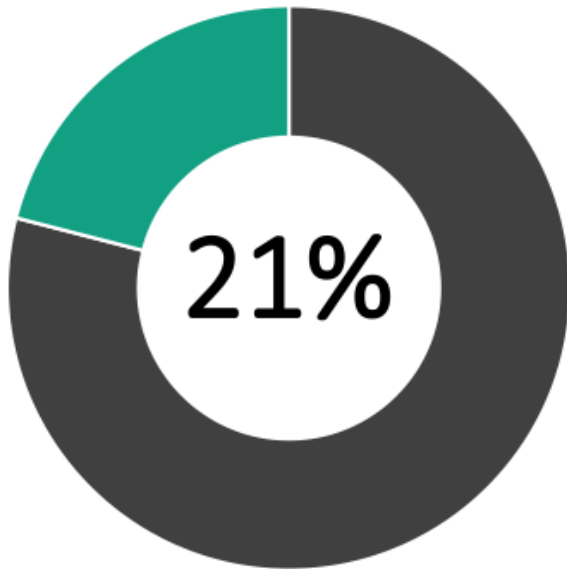
ΑΓΝΩΣΤΟΙ



Το 41% των παιδιών αποδέχεται αιτήματα φιλίας από αγνώστους

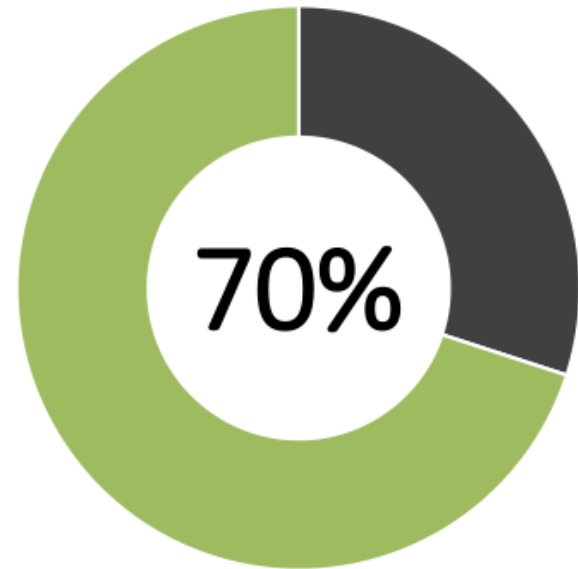
Έρευνα Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου

ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΜΕ ΑΓΝΩΣΤΟΥΣ



Το 21% έχει συναντηθεί με κάποιον που γνώρισε στο διαδίκτυο

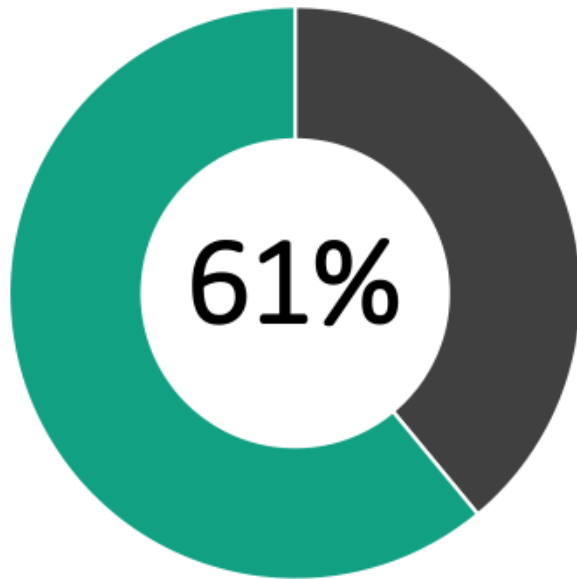
ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΔΙΚΤΥΑ



Το 70% έχει ανοίξει προφίλ σε κοινωνικό δίκτυο κάτω από την επιτρεπτή ηλικία των 13 ετών

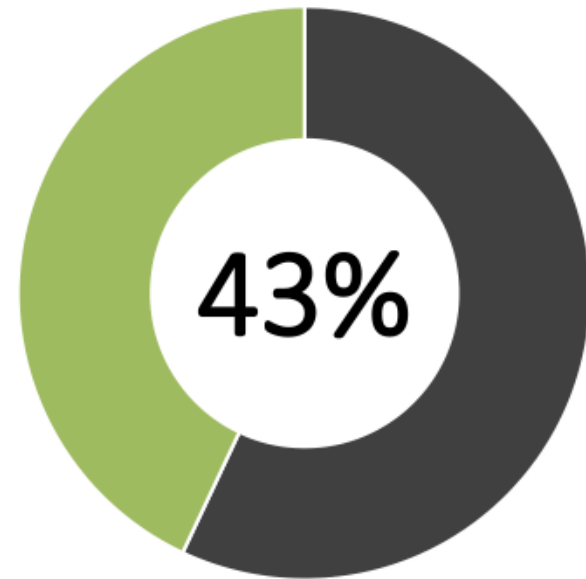
Έρευνα Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου

ΑΚΑΤΑΛΛΗΛΟ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ



Το 61% έχει συναντήσει ακατάλληλο περιεχόμενο

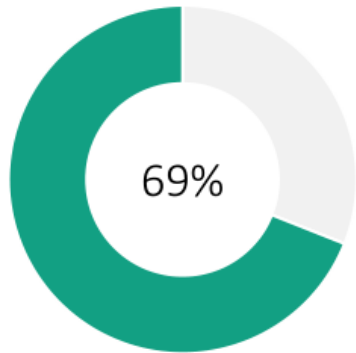
ΟΡΙΑ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ



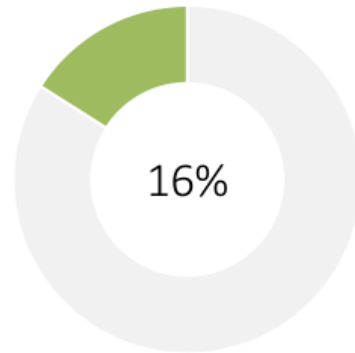
Σχεδόν οι μισοί γονείς δε βάζουν όρια στη χρήση του διαδικτύου

Έρευνα Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου

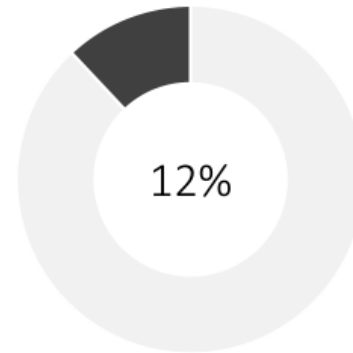
Αν κάτι σοβαρό σου συμβεί διαδικτυακά από ποιον θα ζητήσεις βοήθεια;



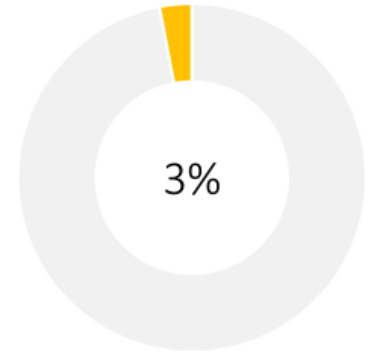
Το **69%** των παιδιών δηλώνει από τους γονείς του



› Το **16%** των παιδιών δηλώνει από κάποιο φίλο του



› Το **12%** δηλώνει «από κανέναν, θα προσπαθήσω να τα βγάλω πέρα μόνος μου»



› Το **3%** δηλώνει από κάποιον εκπαιδευτικό που εμπιστεύομαι

ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ ΠΑΝΤΑ !!!

- ❑ Τα πλεονεκτήματα του διαδικτύου είναι περισσότερα από τα μειονεκτήματα
- ❑ Έχει γίνει βασικό εργαλείο στην εκπαιδευτική διαδικασία και αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινότητας των παιδιών
- ❑ Τα εργαλεία ελέγχου και παρακολούθησης συσκευών είναι χρήσιμα , αλλά μην αφήσετε να σας δώσουν μια ψεύτικη αίσθηση ασφάλειας.
- ❑ Η συζήτηση, η καλλιέργεια πνεύματος εμπιστοσύνης, η δική μας σωστή συμπεριφορά και η από κοινού θέσπιση κανόνων είναι το βασικό βήμα για την ασφάλεια των παιδιών στο διαδίκτυο.

Το πιο σημαντικό

Εμείς είμαστε πρότυπα για τα παιδιά
μας και θα πρέπει η δική μας
συμπεριφορά να συνάδει με τα όρια
και τους κανόνες που θέτουμε στο
παιδί μας



Χρήσιμες συνδέσεις

- <http://www.safeline.gr/>
Ελληνική Ανοικτή Γραμμή για το παράνομο περιεχόμενο στο Διαδίκτυο
- <http://www.help-line.gr/>
Γραμμή Βοήθειας
- <https://saferinternet4kids.gr/>
Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου
- <https://internet-safety.sch.gr/>
Ενημερωτικός κόμβος Πανελληνίου Σχολικού Δικτύου
- http://www.astynomia.gr/index.php?option=ozo_content&perform=view&id=8194
Διεύθυνση Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος
- <https://www.cyberkid.gov.gr/>
Ενημερωτικός κόμβος Ασφάλειας στο Διαδίκτυο

