

## ПАМЯТКА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

### ОБЩИЕ ПРАВИЛА ИНТЕРНЕТА

Важно помнить, что в Интернете есть свои правила и границы, свои «НЕЛЬЗЯ!», «ОСТОРОЖНО!», «МОЖНО!»:

#### **НЕЛЬЗЯ!**

1. Всем подряд сообщать свою частную информацию (настоящие имя, фамилию, телефон, адрес, номер школы, а также фотографии свои, своей семьи и друзей).

2. Открывать вложенные файлы электронной почты, когда не знаешь отправителя.

3. Грубить, придирааться, оказывать давление — вести себя невежливо и агрессивно.

4. Не распоряжайся деньгами твоей семьи без разрешения старших - всегда спрашивай родителей;

5. Не встречайся с Интернет-знакомыми в реальной жизни - посоветуйся со взрослым, которому доверяешь.

#### **ОСТОРОЖНО!**

1. Не все пишут правду. Читаешь о себе неправду в Интернете — сообщи об этом своим родителям или опекунам.

2. Приглашают переписываться, играть, обмениваться - проверь, нет ли подвоха.

3. Незаконное копирование файлов в Интернете – воровство.

4. Всегда рассказывай взрослым о проблемах в сети - они всегда помогут.

5. Используй настройки безопасности и приватности, чтобы не потерять свои аккаунты в соцсетях и других порталах.

#### **МОЖНО!**

1. Уважай других пользователей.

2. Пользуешься Интернет-источником - делай ссылку на него.

3. Открывай только те ссылки, в которых уверен.

4. Общаться за помощью взрослым - родители, опекуны и администрация сайтов всегда помогут.

## БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В ИНТЕРНЕТЕ

С каждым годом молодежи в интернете становится больше, а школьники одни из самых активных пользователей Рунета. Между тем, помимо огромного количества возможностей, интернет несет и проблемы. Эта памятка должна помочь тебе безопасно находиться в сети.

### КОМПЬЮТЕРНЫЕ ВИРУСЫ

Компьютерный вирус - это разновидность компьютерных программ, отличительной особенностью которой является способность к размножению. В дополнение к этому, вирусы могут повредить или полностью уничтожить все файлы и данные, подконтрольные пользователю, от имени которого была запущена заражённая программа, а также повредить или даже уничтожить операционную систему со всеми файлами в целом. В большинстве случаев распространяются вирусы через интернет.

Методы защиты от вредоносных программ:

1. Используй современные операционные системы, имеющие серьёзный уровень защиты от вредоносных программ.
2. Постоянно устанавливай патчи (цифровые заплатки, которые автоматически устанавливаются с целью доработки программы) и другие обновления своей операционной системы. Скачивай их только с официального сайта разработчика ОС. Если существует режим автоматического обновления, включи его.
3. Работай на своем компьютере под правами пользователя, а не администратора. Это не позволит большинству вредоносных программ устанавливаться на твоём персональном компьютере;
4. Используй антивирусные программные продукты известных производителей, с автоматическим обновлением баз;
5. Ограничь физический доступ к компьютеру для посторонних лиц;
6. Используй внешние носители информации, такие как флешка, диск или файл из интернета, только из проверенных источников;
7. Не открывай компьютерные файлы, полученные из ненадёжных источников. Даже те файлы, которые прислал твой знакомый. Лучше уточни у него, отправлял ли он тебе их.

### СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ

1. Ограничь список друзей. У тебя в друзьях не должно быть случайных и незнакомых людей.
2. Защищай свою частную жизнь. Не указывай пароли, телефоны, адреса, дату твоего рождения и другую личную информацию. Злоумышленники могут использовать даже информацию о том, как ты и твои родители планируете провести каникулы.
3. Защищай свою репутацию - держи ее в чистоте и задавай себе вопрос: хотел бы ты, чтобы другие пользователи видели, что ты загружаешь? Подумай, прежде чем что-то опубликовать, написать и загрузить.

4. Избегай групп и пользователей, говорящих на языке насилия и ненависти, призывающих к тем действиям, которые никогда бы не одобрили твои родители.

5. Если ты говоришь с людьми, которых не знаешь, не используй свое реальное имя и другую личную информацию: имя, место жительства, место учебы и прочее.

6. Избегай размещения фотографий в Интернете, где ты изображен на местности, по которой можно определить твоё местоположение.

7. При регистрации в социальной сети необходимо использовать сложные пароли, состоящие из букв и цифр и с количеством знаков не менее 8.

8. Для социальной сети, почты и других сайтов необходимо использовать разные пароли. Тогда если тебя взломают, то злоумышленники получают доступ только к одному месту, а не во все сразу.

## ЭЛЕКТРОННАЯ ПОЧТА

Электронная почта — это технология и предоставляемые ею услуги по пересылке и получению электронных сообщений, которые распределяются в компьютерной сети. Обычно электронный почтовый ящик выглядит следующим образом: имя\_пользователя@имя\_домена. Также кроме передачи простого текста, имеется возможность передавать файлы.

Основные советы по безопасной работе с электронной почтой:

1. Надо выбрать правильный почтовый сервис. В интернете есть огромный выбор бесплатных почтовых сервисов, однако лучше доверять тем, кого знаешь и кто первый в рейтинге.

2. Не указывай в личной почте личную информацию. Например, лучше выбрать «музыкальный\_фанат@» или «рок2013» вместо «тема13».

3. Выбери сложный пароль. Для каждого почтового ящика должен быть свой надежный, устойчивый к взлому пароль.

4. Используй несколько почтовых ящиков. Первый для частной переписки с адресатами, которым ты доверяешь. Это электронный адрес не надо использовать при регистрации на форумах и сайтах;

5. Не открывай файлы и другие вложения в письмах даже если они пришли от твоих друзей. Лучше уточни у них, отправляли ли они тебе эти файлы;

6. После окончания работы на почтовом сервисе перед закрытием вкладки с сайтом не забудь нажать на «Выйти».

## КИБЕРБУЛЛИНГ

Кибербуллинг — преследование сообщениями, содержащими оскорбления, агрессию, запугивание; хулиганство; социальное бойкотирование с помощью различных интернет-сервисов.

Основные советы по борьбе с кибербуллингом:

1. Не бросайся в бой. Лучший способ: посоветоваться как себя вести и, если нет того, к кому можно обратиться, то вначале успокоиться. Если ты начнешь отвечать оскорблениями на оскорбления, то только еще больше

разожжешь конфликт.

2. Анонимность в сети мнимая. Существуют способы выяснить, кто стоит за анонимным аккаунтом.

3. Не стоит вести хулиганский образ виртуальной жизни. Интернет фиксирует все твои действия и сохраняет их. Удалить их будет крайне затруднительно.

4. Игнорируй единичный негатив. Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать. Обычно агрессия прекращается на начальной стадии.

5. Бан агрессора. В программах обмена мгновенными сообщениями, в социальных сетях есть возможность блокировки отправки сообщений с определенных адресов.

6. Если ты свидетель кибербуллинга. Твои действия: выступить против преследователя, показать ему, что его действия оцениваются негативно, поддержать жертву, которой нужна психологическая помощь, сообщить взрослым о факте агрессивного поведения в сети.

## ОНЛАЙН ИГРЫ

Современные онлайн-игры - это красочные, захватывающие развлечения, объединяющие сотни тысяч человек по всему миру. Игроки исследуют данный им мир, общаются друг с другом, выполняют задания, сражаются с монстрами и получают опыт. За удовольствие они платят: покупают диск, оплачивают абонемент или приобретают какие-то опции.

Все эти средства идут на поддержание и развитие игры, а также на самую безопасность: совершенствуются системы авторизации, выпускаются новые патчи (цифровые заплатки для программ), закрываются уязвимости серверов.

В подобных играх стоит опасаться не столько своих соперников, сколько кражи твоего пароля, на котором основана система авторизации большинства игр.

Основные советы по безопасности твоего игрового аккаунта:

1. Если другой игрок ведет себя плохо или создает тебе неприятности, заблокируй его в списке игроков.

2. Пожалуйся администраторам игры на плохое поведение этого игрока, желательно приложить какие-то доказательства в виде скринов.

3. Не указывай личную информацию в профайле игры.

4. Уважай других участников по игре.

5. Не устанавливай неофициальные патчи и моды.

6. Используй сложные и разные пароли.

7. Даже во время игры не стоит отключать антивирус. Пока ты играешь, твой компьютер могут заразить.

## ЦИФРОВАЯ РЕПУТАЦИЯ

Цифровая репутация - это негативная или позитивная информация в сети о тебе. Компрометирующая информация размещенная в интернете может серьезным образом отразиться на твоей реальной жизни. «Цифровая

репутация» - это твой имидж, который формируется из информации о тебе в интернете.

Твое место жительства, учебы, твое финансовое положение, особенности характера и рассказы о близких - все это накапливается в сети.

Многие подростки легкомысленно относятся к публикации личной информации в Интернете, не понимая возможных последствий. Ты даже не сможешь догадаться о том, что фотография, размещенная 5 лет назад, стала причиной отказа принять тебя на работу. Комментарии, размещение твоих фотографий и другие действия могут не исчезнуть даже после того, как ты их удалишь. Ты не знаешь, кто сохранил эту информацию, попала ли она в поисковые системы и сохранилась ли она, а главное: что подумают о тебе окружающие люди, которые найдут и увидят это. Найти информацию много лет спустя сможет любой - как из добрых побуждений, так и с намерением причинить вред. Это может быть кто угодно.

Основные советы по защите цифровой репутации:

1. Подумай, прежде чем что-то публиковать и передавать у себя в блоге или в социальной сети;

2. В настройках профиля установи ограничения на просмотр твоего профиля и его содержимого, сделай его только «для друзей»;

3. Не размещай и не указывай информацию, которая может кого-либо оскорблять или обижать.