



Internetul e o junglă. Învață să-l explorezi.

Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

11-14 ani

Ghid
pentru cadre didactice, părinți
și alți adulți responsabili



Tuturor celor care deschideți acest document, poate cu speranța că veți găsi un suport în strădaniile voastre zilnice de a fi buni părinți sau dascăli, buni adulți ai copiilor din prezent, vă oferim aceste puncte de orientare pentru a deveni un instrument.

Practic și accesibil, ghidul nostru are menirea de a structura tematic și nu de a simplifica o realitate sofisticată și dură – așa cum o spune titlul programului, internetul este o junglă tot mai stufoasă pentru utilizatori. Nu vrem nici să îi spulberăm farmecul, ci doar să fim siguri că atunci când copiii noștri își încep explorarea, sunt bine echipați. Suntem de aceea bucuroși să primim sugestii, completări, corecturi ivite din experiența directă, din interacțiunea dumneavoastră directă cu copiii.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.

Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.
Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Care sunt datele personale?

- Numele complet;
- Adresa de acasă;
- Numărul de telefon;
- Informații despre familie, părinți etc.;
- Numele și adresa școlii.



Anonimat:

Cere copiilor să își exprime opinia despre acest concept și întreabă-i dacă ei consideră că își mai pot păstra anonimatul pe internet în zilele noastre. Provoacă-i să argumenteze oricare variantă de răspuns.

Date personale:

Prezintă ce înseamnă datele personale, faptul că de cele mai multe ori trebuie folosite (de exemplu pentru a-ți deschide un cont online), însă nu trebuie folosite toate simultan.

Întreabă ce date din lista consideră că sunt necesare pentru a-și face un cont și ce date pot lipsi, sunt opționale sau nu ar trebui expuse și de ce.

Concluzie: tocmai folosirea acestor date la crearea unui cont online sunt un semn că nu poți rămâne în anonimat pe internet, dar poți controla câte informații faci publice.

Internetul e o junglă. Învățã să-l explorezi.

Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA România.

Internetul e o junglă. Învățã să-l explorezi.
Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA România.

Care este puterea unei parole?

- Cum creezi o parolă puternică? andrei123 vs Andrei2o23 vs DCv1L&3cjupSi
- Cum tratezi o parolă?

Parole:

Explică faptul că puterea unei parole constă în lungimea (minim 12 caractere) și complexitatea ei (* / _ M m). Dimpotrivă, folosirea unor informații personale sau evidente, trebuie evitate. De exemplu, dacă ai un câine Rex, nu-i folosi numele ca parola.

Întreabă care din cele 3 parole li se pare mai ușor sau mai dificil de aflat și roagă-i să motiveze.

Explică fiecare dintre cele 3 parole.

Concluzie: parola trebuie să fie lungă, complexă, secretă (se păstrează doar pentru sine, nu se scrie la vedere, se folosește un manager de parole etc.)

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.

Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.
Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Cum folosești gadget-urile?

- De ce este important să folosești versiuni originale (nu piratate) și actualizate ale aplicațiilor?
- De ce este important să utilizezi protecția antivirus?



Gadget-urile:

Explică faptul că versiunile piratate sunt vulnerabile, nu beneficiază de setări de securitate, iar versiunile originale sunt verificate și actualizate regulat pentru a proteja utilizatorii.

Folosirea versiunilor piratate poate îngreuna performanța calculatorului și este ilegală!

Vorbește despre jocuri video și riscurile la care se expun când folosesc versiunile lor piratate.

În cazul antivirusului, menționează că acesta oferă protecție împotriva atacurilor cibernetice, identifică un comportament suspect și protejează datele personale. Antivirusul care vine cu windows-ul oferă suficientă protecție.

Concluzie: gadget-urile se folosesc împreună cu sisteme de operare, aplicații și softuri originale.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.

Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.
Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Cum te protejezi împotriva prădătorilor online?

- Eviți discuțiile personale cu străinii, în special conversațiile care implică sex, violență și activități ilegale;
- Nu distribui poze necunoscuților, nici cu tine, nici cu locația/casa ta;
- Nu stabilești întâlniri față-în-față cu oameni cunoscuți pe internet;
- Nu divulgi informații personale (despre familie, finanțe, adrese etc.).

Foarte important: discută deschis cu adulții în care ai încredere despre orice comportament ciudat!

Protecția împotriva prădătorilor:

Citește sfaturile.

Dezvoltă cu exemple: nu este recomandat să distribuie poze din vacanță, mai ales în perioada în care sunt plecați împreună cu familia, altfel devin vulnerabili.

Subiectele intime trebuie evitate pe internet, iar setările de confidențialitate din aplicații trebuie utilizate la maximum.

Concluzie: în spatele ecranului sunt de multe ori necunoscuți care așteaptă să se comită o greșeală de pe urma căreia să profite. Ajutorul unui adult din familie este esențial în cazul comiterii unei erori.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.

Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.
Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.



WhatsApp

Vârsta legală ca să folosești WhatsApp este 13 ani. E important să știi cum să te protejezi online, iată câteva reguli simple pentru a rămâne în siguranță:

- Setează confidențialitatea contului și NU vorbi cu necunoscuți!;
- Ai grijă la mesaje ciudate, fii atent la cyberbullying;
- Nu distribuie informații personale sau intime;
- Blochează și raportează când este nevoie;
- Nu petrece prea mult timp pe WhatsApp;
- Nu crede tot ce vezi!



Whatsapp

Accentuează importanța acestui subiect: aplicația este larg răspândită, iar de acest lucru profită și prădătorii. Citește toate punctele de pe slide-ul de prezentare și explică setările de siguranță de mai jos.

Explică cum se blochează și se raportează:

- Blocare (Chat > Setări > Blochează contactul);
- Raportare mesaje neadecvate (Ține apăsat pe mesaj > Raportează).

Explică cum se setează confidențialitatea contului (cine vede informațiile):

- Setări > Confidențialitate și alege:
- Poza de profil – Vizibilă doar pentru contacte;
- Ultima accesare – Poate fi ascunsă pentru toți sau doar pentru anumite persoane;

- Grupuri – Alege cine te poate adăuga în grupuri (doar contactele sau anumite persoane).

Îndeamnă-i la vigilență sporită în ce privește:

- link-urile suspecte – pot conține viruși sau încercări de furt de date;
- fișiere necunoscute – dacă primesc documente, poze sau aplicații ciudate, întreabă un adult înainte de a le deschide;
- conturi false pentru a păcăli alții - dacă cineva le cere bani sau informații ciudate, verifică cu un adult.
- fake news și înșelătorii - o știre șocantă sau un mesaj alarmant, trebuie verificat înainte de a fi crezut sau distribuit.
- jignirile și amenințările - trebuie blocate și raportate.

WhatsApp se folosește responsabil, nu trebuie să lase notificările să le distragă atenția de la școală sau somn. Dacă cineva îi presează să răspundă imediat la mesaje, amintește-le că au dreptul la spațiul lor personal.

Concluzie: Siguranța este cea mai importantă! Orice suspiciune se discută cu părinții sau profesorii.

Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Internetul e o junglă. Învață să-l explorezi.
Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Jocuri online

- Folosește un nume de utilizator sigur - neutru și inventat;
- Protejează contul cu o parolă puternică și autentificarea în doi pași (2FA);
- Joacă doar pe servere oficiale și evită să vorbești cu necunoscuți;
- Fii atent la înșelătorii și linkuri periculoase;
- Respectă regulile jocului și pe ceilalți jucători;
- Vorbește cu părinții sau un adult de încredere dacă cineva te hărțuiește sau îți cere lucruri ciudate.



Jocuri online

Învață-i câteva reguli de aur:

- Nickname-ul este neutru, adică nu atrage atenția, nu include numele real, vârsta sau orașul;
- Parola este puternică, diferită pentru fiecare joc/platformă și secretă;
- Se joacă pe servere oficiale, nu se vorbește cu necunoscuți, nu se dau informații personale în chat (nume, adresă, școală, număr de telefon);
- Nu se dă click pe link-uri necunoscute – pot conține viruși sau încercări de fraudă;
- Nu se descărca „hack-uri” sau „cheat-uri” – pot fi viruși care le fură contul;

- Dacă cineva le promite monede, skin-uri sau orice gratuit, probabil este o înșelătorie;
- Se joacă responsabil, se respectă regulile jocului și pe ceilalți jucători;
- Nu se răspunde la provocări sau mesaje agresive – se ignoră, se blochează și se raportează;
- Jocurile nu trebuie să le afecteze somnul sau temele;
- Se cere voie părinților înainte de a cumpăra ceva în joc;
- Nu se introduc datele cardului bancar în conturi necunoscute;
- Atenție la abonamente – unele jocuri taxează lunar automat!
- Dacă cineva le fură contul, trebuie să schimbe parola imediat și să anunțe suportul jocului.

De asemenea, îndeamnă-i să vorbească cu părinții sau un adult de încredere dacă cineva îi hărțuiește sau le cere lucruri ciudate și dacă întâlnesc jucători agresivi sau conturi suspecte.

Concluzie: Joacă deștept, joacă în siguranță!

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.

Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.
Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Carduri și plăți

- Protejează-ți cardul (nu împărtăși datele, activează notificările prin SMS sau aplicație, nu-l salva pe site-uri);
- Cumpără doar de pe site-uri sigure;
- Folosește autentificarea în doi pași (2FA);
- Ai grijă la fraude și înșelătorii;
- Folosește un card special pentru plăți online.



Carduri și plăți

Explică datele cardului (număr, CVV, PIN) și faptul că ele nu trebuie împărtășite cu nimeni, nici chiar cu prietenii.

Cardul nu trebuie introdus pe site-uri nesigure sau în aplicații necunoscute și trebuie activate notificările prin SMS sau aplicație pentru a verifica fiecare tranzacție.

Online se fac cumpărături doar de pe site-uri sigure, care încep cu "https://" și au un lacăt în bara de adresă. Se vizitează doar magazine cunoscute pentru cumpărături.

Se ignoră sau se șterg link-urile primite prin email sau mesaje care promit oferte incredibile și email-urile care cer date bancare – banca nu cere informații prin email.

Se folosește un card special pentru plăți online și se setează o limită de tranzacții pentru a preveni cheltuieli neautorizate. Dacă pierde cardul sau observă tranzacții suspecte, el trebuie blocat imediat.

Concluzie: Ferește-te de extraordinar! Plătește online doar pe site-uri de încredere și verifică fiecare tranzacție!

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.

Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.
Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.



Ce este reputația digitală și de ce contează?

- Ține cont că o fotografie, odată postată, va rămâne pe Internet și după ce o ștergi;
- Ai grijă ce fotografii postezi și în ce ipostaze apari atunci când ești fotografiat sau filmat;
- Ai grijă ca ceea ce postezi să nu fie ofensator sau deranjant pentru ceilalți;
- Folosește setările de confidențialitate pentru a controla audiența informațiilor pe care le distribuie;
- Fii atent la exprimarea publică a sentimentelor personale.

Reputația digitală:

Prezintă riscurile la care se expun când trimit, postează sau distribuie imagini indecente, indiferent ale cui sunt.

Explică că ceea ce fac pe internet nu se șterge definitiv, iar în momentele importante ale vieții (de exemplu la angajare) poate să aibă consecințe neplăcute.

Folosirea setărilor de confidențialitate (de exemplu pe Instagram, unde pot alege audiența etc.) este și în acest caz foarte importantă.

Ideile și opiniile pot fi exprimate liber în social media, dar cu respectarea limitelor impuse de bun simț și educație și doar atâta vreme cât nu le aduce altor semeni prejudecii, nu instigă la ură, nu sunt rasiste etc.

Concluzie: comportamentul civilizată este valabil și în online, faptul că se află în spatele unui ecran nu ascunde pe nimeni și nu scuză.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.

Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.
Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Ce informații postezi pe un profil online?

Reputația digitală este și despre proiectarea unei imagini pozitive și profesionale online.

Participă activ în cadrul comunităților și partajează conținut care reflectă valorile și interesele tale!



Profilurile online:

În România, vârsta minimă legală pentru utilizarea rețelelor de socializare este de 16 ani, conform Regulamentului General privind Protecția Datelor (GDPR). GDPR stabilește că utilizatorii sub 16 ani au nevoie de consimțământul părinților sau tutorilor pentru a folosi platforme online care colectează date personale.

Dacă au consimțământul părinților să utilizeze social media, încurajează-i să își compună un profil cât mai original, care să reflecte principiile și valorile lor, cu precauție și discreție, având grijă ce tip de informații împărtășesc, pentru a-și proteja identitatea și imaginea lor publică.

Concluzie: Crearea unui cont pe rețelele de socializare sub vârsta de 13 ani implică mai multe riscuri, atât din punct de vedere al securității online, cât și al dezvoltării emoționale și sociale.

Conținut dedicat părinților/cadrelor didactice

1. Expunerea la conținut nepotrivit

- Platformele de socializare nu sunt complet filtrate pentru vârste mici, astfel încât copiii pot vedea conținut violent, sexual, ofensator sau nepotrivit pentru dezvoltarea lor.

2. Cyberbullying (hărțuirea online). Copiii sunt mai vulnerabili la comentarii negative, mesaje de ură sau chiar la atacuri directe de la alți utilizatori, ceea ce poate afecta stima de sine și sănătatea emoțională.

3. Dependența de ecrane și social media. Crearea unui cont prea devreme poate duce la utilizare excesivă, afectând somnul, concentrarea și performanțele școlare.

4. Pericolele interacțiunilor cu străini (grooming). Rețelele sociale pot facilita contactul cu persoane necunoscute, inclusiv cu adulți care au intenții rele, cum ar fi manipularea sau exploatarea copiilor.

5. Colectarea și utilizarea datelor personale. Copiii nu sunt conștienți de riscurile legate de confidențialitate. Ei pot furniza informații personale fără să își dea seama că acestea pot fi utilizate pentru profilare, publicitate sau chiar furt de identitate.

6. Presiunea socială și compararea cu alții. Algoritmii platformelor promovează conținut care poate crea așteptări nerealiste despre viață, frumusețe sau succes, afectând încrederea în sine și starea emoțională.

7. Lipsa de maturitate digitală. Copiii sub 13 ani nu înțeleg pe deplin implicațiile postărilor lor, ceea ce poate duce la probleme viitoare, cum ar fi postarea unor informații sau imagini pe care le-ar putea regreta mai târziu.

8. Ce puteți face?

- impuneți limite de timp și reguli clare pentru utilizarea internetului;
- folosiți aplicații de control parental pentru a monitoriza activitatea online;
- discutați deschis cu copilul despre riscuri și să-l învețe să recunoască pericolele;
- încurajați alternative sănătoase, cum ar fi activități offline și interacțiuni sociale reale;
- dacă un copil sub 13 ani insistă să fie pe rețelele sociale, luați în considerare platforme mai sigure pentru copii, precum Messenger Kids (de la Facebook), unde controlul parental este mai strict.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.

Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.
Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.



#CYBERBULLYING?

Cum îl recunoști?	Cum reacționezi?
<ul style="list-style-type: none">• Mesaje răutăcioase, amenințări sau insulte repetate;• Postări, comentarii sau imagini care te fac să te simți jenat sau trist;• Excludere intenționată din grupuri sau conversații online;• Răspândirea de zvonuri false despre tine.	<ul style="list-style-type: none">• Nu răspunde la mesaje agresive – uneori, agresorii vor doar atenție;• Blochează și raportează persoanele care te hărțuiesc;• Nu ignora dacă vezi pe cineva care suferă – oferă-i sprijin;• Nu redistribui conținutul ofensator – chiar și ca glumă, poate răni persoana afectată.

Cyberbullying-ul:

Explică definiția: *Hărțuirea cibernetică (hărțuire cibernetică sau bullying online) este o formă de hărțuire sau hărțuire prin mijloace electronice.*

Inițiază un dialog: sunt conștienți de ceea ce înseamnă? au exemple sau au întâmpinat situații în care au fost hărțuiți sau au hărțuit ei pe cineva?

Explică modul în care fenomenul se manifestă: cum și de unde pornește, în ce punct poate lua amploare, dar și ce poate face fiecare dintre noi pentru a-l preveni/stopa.

Expune consecințele cyberbullying-ului, efectele devastatoare pe care le poate avea supra victimei, dar și responsabilitatea penală a lor sau a părinților lor, în funcție de vârstă.

Concluzie: Fii un aliat online – nu contribui la răutăți și ajută la crearea unui internet mai sigur!

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.

Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.
Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Cum interacționezi în jungla din online?

- Tratează-i pe ceilalți cum ai vrea să fii tratat;
- Înainte de a publica ceva online, gândește-te în ce fel îi afectează pe ceilalți;
- Nu distribuie materiale defăimătoare, situația poate escalada surprinzător, de cele mai multe ori negativ.
- Blochează persoanele care încearcă să te intimideze;
- Blochează persoanele care distribuie materiale defăimătoare;
- Ajută-i pe cei din jur dacă sunt victime, suportul moral e foarte important în aceste cazuri.

Principii de bază în interacțiunea online:

Parcurge toată lista din prezentare și folosește această ocazie pentru a recapitula subiectele discutate anterior. Răspunde întrebărilor care se ivesc și lămurește incertitudinile. Adaugă detalii (de exemplu, faptul că pe lângă setări de confidențialitate ale aplicațiilor există un buton de block/report ce poate fi folosit pentru a limita conținutul nedorit sau a-l exclude).

Menționează faptul că este indicat să scoatem din lista noastră de contacte persoanele care promovează conținut care ne afectează sau este în profund dezacord cu principiile și valorile noastre morale sau cu care nu vrem să fim asociați.

Concluzie: în mediul online respectarea regulilor este foarte importantă, iar nerespectarea lor are consecințe grave asupra noastră și a celor din jur.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.

Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.
Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.



Cum utilizezi înțelept ... Inteligența Artificială (AI)?

- Folosește AI responsabil pentru școală – NU lăsa AI să facă temele, e un “asistent”, nu un înlocuitor;
- Nu accepta informații fără verificare – AI poate genera conținut fals sau inexact;
- Nu furniza date personale – AI nu trebuie să știe detalii despre tine, locația ta sau informațiile bancare;
- Nu folosi AI pentru a păcăli sau a manipula alți oameni – este periculos și, în unele cazuri, ilegal.

Exemple de utilizări benefice: Medicină, Educație, Siguranță.

Exemple de utilizări ilegale sau imorale:

- Deepfake-uri – videoclipuri falsificate pentru manipulare, fraudă sau răspândirea de fake news;
- Hack-uri și fraude online, spam și fake news – boti care generează comentarii și postări false.

AI:

Ce este Inteligența Artificială și cum funcționează?

Un “creier digital” super avansat, care poate învăța, analiza informații și lua decizii. AI funcționează prin algoritmi și rețele neuronale – niște programe foarte complexe care îi permit să recunoască modele și să facă previziuni. De exemplu, când Netflix îți recomandă un film sau telefonul tău completează automat un mesaj, este AI la treabă. Cu cât AI are mai multe date, cu atât devine mai „deșteaptă” și mai precisă. Cu cât are mai puține date și mai eronate, cu atât riscăm mai mult să dea rezultate eronate.

Cum ar trebui folosită?

AI poate avea un impact pozitiv uriaș dacă este folosită corect. Exemple de utilizări benefice includ:

- Medicină – diagnosticarea mai rapidă a bolilor și crearea de tratamente personalizate.

- Educație – aplicații care ajută elevii să învețe mai ușor, cu explicații adaptate nevoilor lor.
- Siguranță – sisteme care detectează fraudele bancare sau ajută la securizarea conturilor online.

Bune practici pentru folosirea AI de către adolescenți:

- Nu accepta orice informație fără verificare – AI poate genera conținut fals sau inexact.
- Nu furniza date personale – AI nu trebuie să știe detalii despre tine, locația ta sau informațiile bancare.
- Folosește AI responsabil pentru școală – Nu lăsa AI să facă temele pentru tine, folosește-o ca un asistent, nu ca un înlocuitor.
- Nu folosi AI pentru a păcăli sau a manipula alți oameni – Crearea de deepfake-uri, răspândirea de fake news sau folosirea AI pentru a păcăli pe cineva este periculos și, în unele cazuri, ilegal.

Cum folosesc adolescenții AI cel mai des?

- Pe rețele sociale (algoritmii de recomandare de pe TikTok, Instagram și YouTube sunt forme de AI care îți personalizează feed-ul); în jocuri video (AI controlează adversarii, ajustează dificultatea jocului și îți oferă recomandări personalizate); în școală – Aplicații ca ChatGPT sau Grammarly îi ajută pe elevi să își îmbunătățească textele și să găsească rapid informații.

Cum este folosită în mod ilegal sau imoral:

- Deepfake-uri – videoclipuri false în care fețele și vocile oamenilor sunt falsificate. Pot fi folosite pentru manipulare, fraudă sau răspândirea de fake news.
- Bullying – poze falsificate, în care se păstrează chipul sau contextul, dar se falsifică corpul sau activitatea.
- Hack-uri și fraude online – AI poate ajuta la spargerea parolelor sau la generarea de mesaje false pentru a păcăli oamenii să își dea datele personale.
- Spam și fake news – hoți care generează comentarii și postări false pentru a manipula opiniile publice.

Cazuri celebre de infracțiuni bazate pe AI sunt: deepfake-uri folosite în politică (videoclipuri trucate au fost folosite pentru a influența alegerile sau pentru a denigra politicieni); fraude cu voci sintetizate (Un CEO a fost păcălit să transfere milioane de dolari după ce a primit un apel telefonic cu vocea falsificată a șefului său); roboți scammeri pe rețele sociale (mii de conturi false, create cu AI, au fost folosite pentru a răspândi fake news sau pentru a înșela oamenii cu oferte false).

Nu există o lege globală, dar multe platforme impun limite de vârstă pentru utilizarea AI: ChatGPT, Google Bard (13-18 ani, în funcție de țară), rețele sociale cu AI integrat – 13+ ani.

Concluzie: AI poate fi un instrument super util, dar trebuie folosită cu responsabilitate. Înțelegerea modului în care funcționează și a riscurilor implicate te va ajuta să o folosești în mod inteligent și sigur.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.

Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Internetul e o junglă. Învăță să-l explorezi.
Proiect dezvoltat și susținut de NTT DATA Romania.

Controlul parental

Este important să menținem un echilibru între siguranță și confidențialitate. Controlul parental înseamnă protecție, nu supraveghere excesivă și presupune:

- Setări de control parental pe dispozitive;
- Filtrarea și siguranța pe internet;
- Gestionarea timpului petrecut online;
- Supravegherea activității online;
- Protecția împotriva pericolelor online.



Controlul parental:

Citește slide-ul din prezentare; întreabă câți dintre ei au instalat control parental pe device-urile pe care le folosesc și expune concluzia:

Siguranța digitală este despre educație, nu doar despre restricții!

Conținut dedicat părinților/cadrelor didactice

1. Setări de control parental pe dispozitive

- **Windows / Mac:** Activează conturile de copil și limitează accesul la aplicații și site-uri web;
- **iPhone / Android:** Configurează Family Safety (Microsoft), Family Link (Google) sau Screen Time (Apple) pentru a monitoriza utilizarea telefonului;
- **Consolă de jocuri** (PlayStation, Xbox, Nintendo): Setează restricții de vârstă pentru jocuri și chat-uri online.

2. Filtrarea și siguranța pe internet

- Activează SafeSearch în Google și YouTube pentru a bloca conținut inadecvat;
- Folosește un DNS de siguranță, cum ar fi OpenDNS Family Shield, pentru a filtra site-urile periculoase;
- Instalează extensii de control parental (ex: Qustodio, Norton Family) pentru monitorizare ușoară.

3. Gestionarea timpului petrecut online

- Folosește funcțiile de limitare a timpului pe dispozitive (ex. Screen Time, Digital Wellbeing);
- Încurajează pauze regulate și activități offline (sport, lectură, hobby-uri).

4. Supravegherea activității online

- Discută deschis despre riscurile internetului și comportamentul online, cum să blocheze și să raporteze utilizatorii agresivi sau suspecti;
- Încurajează copiii să îți spună imediat dacă cineva îl face să se simtă inconfortabil online;
- Monitorizează lista de prieteni din jocuri și social media, fără a invada intimitatea copilului;
- Verifică periodic ce aplicații și site-uri folosește, dar explică-i de ce faci asta.

Jungla Digitală

INTERNETUL E O JUNGLĂ. ÎNVAȚĂ SĂ-L EXPLOREZI.

Obiectivul proiectului **Jungla Digitală** este să ofere elevilor cunoștințele și abilitățile necesare pentru a naviga în siguranță și responsabil în mediul online, promovând comportamente digitale sigure și conștientizând riscurile și amenințările cibernetice.

Proiect dezvoltat și susținut de  **NTT DATA**