

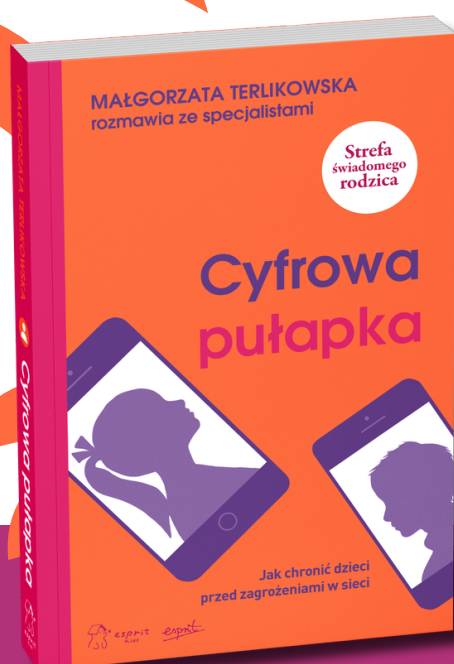


esprit
Kids



BEZPIECZNE WAKACJE

Pakiet edukacyjny dla
szkół, świetlic, bibliotek,
półkolonii i rodzin



Na podstawie książki
Małgorzaty Terlikowskiej
„Cyfrowa pułapka. Jak chronić
dzieci przed zagrożeniami w sieci?”

espritkids.pl/bezpieczne-wakacje

Spis treści

1. Wprowadzenie
2. 10 zasad bezpiecznego internetu
3. Scenariusz 1: Cyfrowi odkrywcy wakacji
4. Scenariusz 2: Czy na pewno znasz swojego internetowego znajomego?
5. Scenariusz 3: Telefon na wakacjach - przyjaciel czy wróg dobrej zabawy?
6. Karty pracy dla dzieci
7. Materiały dla rodziców
8. Rodzinny kontrakt cyfrowy na wakacje
9. Certyfikat uczestnika
10. Dyplom uznania

Wprowadzenie



Wakacje to czas odpoczynku, swobody i nawiązywania znajomości. To także okres, w którym dzieci mają więcej czasu online: grają, korzystają z komunikatorów, oglądają treści wideo i poznają nowe osoby w internecie. **Kampania „Bezpieczne wakacje”** pomaga dorosłym rozmawiać z dziećmi o bezpieczeństwie w sieci bez straszenia i moralizowania.

Pakiet powstał jako **praktyczne narzędzie dla nauczycieli, wychowawców świetlic, bibliotekarzy, animatorów wakacyjnych i rodziców**. Materiał można wykorzystać podczas zajęć wakacyjnych, półkolonii, spotkań w bibliotekach, świetlicach, szkołach oraz w domach.

Najważniejsza myśl

Najlepszą ochroną dziecka w świecie cyfrowym jest relacja, rozmowa i obecność dorosłego.

- Pakiet można realizować jako pojedyncze zajęcia trwające 45-60 minut albo jako cykl trzech spotkań.
- Scenariusze można dostosować do wieku i liczności grupy.
- Karty pracy można wydrukować i rozdawać uczestnikom.
- Warto zakończyć zajęcia rozmową z rodzicami lub przekazaniem im krótkiej checklisty.

10 zasad bezpiecznego internetu



Nie ufaj od razu osobom poznanym online.

Nie wiesz, kto naprawdę jest po drugiej stronie ekranu.



Nie podawaj danych osobowych.

Adres, szkoła, numer telefonu, lokalizacja i plan wakacji powinny pozostać prywatne.



Pomyśl przed publikacją zdjęcia.

Zdjęcie wysłane lub opublikowane w sieci może zostać skopiowane i udostępnione dalej.



Nie spotykaj się sam z osobą poznaną w internecie.

Każdą taką propozycję zgłoś rodzicowi lub opiekunowi.



Nie klikaj podejrzanych linków.

Fałszywe konkursy i „darmowe nagrody” mogą służyć wyłudzeniu danych.



Reaguj na hejt i cyberprzemoc.

Nie odpowiadaj agresją. Zrób zrzut ekranu i powiedz o tym dorosłemu.



Chroń swoje hasła.

Hasło jest jak klucz do domu. Nie przekazuj go kolegom ani osobom z internetu.



Zachowuj równowagę online-offline.

Wakacje to czas odpoczynku, ruchu, relacji i pasji poza ekranem.



Rozmawiaj z rodzicami o internecie.

Dorośli nie musi znać każdej aplikacji, ale powinien wiedzieć, co dzieje się w twoim cyfrowym świecie



Gdy coś cię niepokoi, opowiedz o tym dorosłemu.

Niepokojąca wiadomość, poufne prośby lub presja nigdy nie powinny zostać tajemnicą.

Scenariusz 1: Cyfrowi odkrywcy wakacji

Grupa wiekowa: 7-10 lat

Czas: 45 minut

Miejsce: świetlica, biblioteka, półkolonie, szkoła, dom kultury

Forma: rozmowa, praca w grupach, karta pracy, plakat

Cele zajęć:

- dziecko odróżnia sytuacje bezpieczne od ryzykownych
- dziecko rozumie, że nie powinno publikować danych osobowych w sieci
- dziecko zna zasadę: Gdy coś mnie niepokoi, mówię o tym dorosłemu

Materiały:

- zielone i czerwone kartki
- duży arkusz papieru
- flamastry
- wydruk "10 zasad zezpiecznego internetu"
- naklejki lub kredki

Przebieg zajęć

1. Rozmowa na start - 5 minut

Prowadzący pyta: Co lubicie robić w internecie w wakacje? Czy gracie online?

Czy zdarzyło wam się rozmawiać z kimś poznanym w grze lub aplikacji?

2. Gra „Bezpieczne czy niebezpieczne?” - 15 minut

Prowadzący czyta krótkie opisy różnych sytuacji. Dzieci podnoszą zieloną kartkę, gdy sytuacja jest bezpieczna, lub czerwoną, gdy wymaga ostrożności. Po każdej ocenionej sytuacji następuje krótka rozmowa.

3. Plakat „Kodeks cyfrowego odkrywcy” - 15 minut

Dzieci wspólnie tworzą plakat z zasadami bezpiecznego korzystania z internetu podczas wakacji. Każde dziecko zapisuje lub rysuje jedną zasadę.

4. Rundka końcowa - 10 minut

Każde dziecko kończy zdanie: „Poruszając się po internecie będę pamiętać ...”.

Podsumowanie dla prowadzącego:

Najważniejsze jest, aby dzieci wyszły z zajęć z prostym komunikatem:
Nie zostaję sam z problemem w internecie.

Scenariusz 2: Czy na pewno znasz swojego internetowego znajomego?

Grupa wiekowa: 10-13 lat

Czas: 60 minut

Miejsce: świetlica, biblioteka, półkolonie, szkoła, dom kultury

Forma: rozmowa, praca w grupach, karta pracy, plakat

Cele zajęć:

- uczestnik rozumie, że profil online może być fałszywy
- uczestnik rozpoznaje ryzykowne prośby i manipulację
- uczestnik wie, kiedy przerwać rozmowę i poprosić o pomoc

Materiały:

- wydrukowane historie sytuacyjne
- kartki A4
- długopisy
- tablica lub flipchart

Przebieg zajęć

1. Wprowadzenie - 10 minut

Prowadzący pyta: Czy w internecie łatwo udawać kogoś innego? Co może zdradzać, że ktoś nie mówi prawdy?

2. Historia „SuperMatil2” - 15 minut

Uczestnicy analizują historię dziecka, które poznaje w grze nową osobę. Po kilku rozmowach ta osoba prosi o zdjęcie, numer telefonu i zachowanie znajomości w tajemnicy.

3. Czerwone flagi - 15 minut

Grupy wypisują sygnały ostrzegawcze, jakie zauważyły: prośba o sekret, nacisk, komplementy od obcej osoby, pytania o adres, prośba o zdjęcia...

4. Co zrobić krok po kroku? - 15 minut

Uczestnicy tworzą instrukcję reakcji: przerwij rozmowę, nie wysyłaj danych ani zdjęć, zrób zrzut ekranu, powiedz dorosłemu, zablokuj i zgłoś profil.

5. Podsumowanie - 5 minut

Prowadzący podkreśla: dobra znajomość nie wymaga tajemnicy przed rodzicami.

Podsumowanie dla prowadzącego

Nie chodzi o to, by dzieci bały się internetu. Ważne jest, by potrafiły rozpoznać sytuacje, w których ktoś przekracza granice.

Scenariusz 3: Telefon na wakacjach – przyjaciel czy wróg dobrej zabawy?

Grupa wiekowa: warsztat rodzinny: dzieci 9-13 lat + rodzice

Czas: 75 minut

Miejsce: świetlica, biblioteka, półkolonie, szkoła, dom kultury

Forma: rozmowa, praca w grupach, karta pracy, plakat

Cele zajęć:

- rodzina umie rozmawiać o czasie online bez oskarżania
- uczestnicy ustalają wspólne zasady wakacyjne
- rodzice poznają perspektywę dziecka, a dzieci perspektywę rodziców

Materiały:

- wydruk „Rodzinnego kontraktu cyfrowego”
- karteczki samoprzylepne
- długopisy
- duży arkusz papieru

Przebieg zajęć

1. Mapa wakacyjnego dnia - 15 minut

Rodziny wyznaczają, kiedy telefon pomaga, a kiedy przeszkadza: rano, podczas posiłku, na plaży, w podróży, wieczorem, przed snem.

2. „Dwie perspektywy” - 20 minut

Dzieci odpowiadają: Co dorośli powinni zrozumieć o moim korzystaniu z internetu?

Rodzice odpowiadają: O co się martwię, kiedy moje dziecko jest online?

3. Rodzinny kontrakt cyfrowy - 25 minut

Rodzina ustala kilka zasad na wakacje, odpowiadając na pytania: Kiedy korzystamy z telefonu, jakie aplikacje są dozwolone, co robimy przy niepokojącej wiadomości, gdzie odkładamy telefony na noc, jak dbamy o czas offline?

4. Wspólny finał - 15 minut

Każda rodzina wybiera jedną zasadę, którą zaczyna stosować już dziś.

Podsumowanie dla prowadzącego:

Najlepszy kontrakt cyfrowy to taki, który dotyczy całej rodziny, nie tylko dziecka.

Karty pracy dla dzieci

Karta pracy 1: Bezpieczne czy niebezpieczne?

- | | | | | |
|--------------------------|-------------------|--------------------------|----------------------|--|
| ☐ | bezpieczne | ☐ | niebezpieczne | Obca osoba w grze pyta mnie, gdzie mieszkam. |
| ☐ | bezpieczne | ☐ | niebezpieczne | Wysłałam zdjęcie z wakacji tylko do babci. |
| ☐ | bezpieczne | ☐ | niebezpieczne | Ktoś prosi mnie, żebym nie mówił rodzicom o naszej rozmowie. |
| ☐ | bezpieczne | ☐ | niebezpieczne | Klikam link do darmowych diamentów w grze. |
| ☐ | bezpieczne | ☐ | niebezpieczne | Ktoś obraża kolegę na grupie klasowej. |

BEZPIECZNE WAKACJE | Esprit Kids

Karta pracy 2: Moje zasady na wakacje online

Moja najważniejsza zasada bezpieczeństwa:

Osoba dorosła, do której mogę się zwrócić:

Co zrobię, gdy ktoś obcy poprosi mnie o zdjęcie lub adres:

BEZPIECZNE WAKACJE | Esprit Kids

Materiały dla rodziców

5 pytań do rozmowy z dzieckiem

- ☐ Z kim najczęściej rozmawiasz online?
- ☐ Co najbardziej lubisz robić w internecie?
- ☐ Czy ktoś obcy pisał do ciebie ostatnio?
- ☐ Czy wiesz, co zrobić, gdy coś cię zaniepokoi?
- ☐ Jak możemy razem ustalić zasady korzystania z telefonu?



Mini checklista rodzica

- ☐ Rozmawiam z dzieckiem o internecie spokojnie i nie tylko wtedy, gdy pojawia się problem.
- ☐ Znam aplikacje, gry i komunikatory, z których korzysta moje dziecko.
- ☐ Ustalamy zasady korzystania z telefonu przed wakacjami, a nie dopiero po konflikcie.
- ☐ Dziecko wie, że może przyjść do mnie nawet wtedy, gdy zrobiło coś nierozważnego.
- ☐ Telefon nie zastępuje relacji, rozmowy i wspólnie spędzonego czasu.

Rodzinny kontrakt cyfrowy

Wypełnijcie wspólnie. Zasady powinny dotyczyć zarówno dzieci, jak i dorosłych.

Kiedy korzystamy z ekranów i jak długo?

Kiedy odkładamy telefony i inne ekrany?

Jakie wakacyjne aktywności wybieramy zamiast ekranu?

Co robimy, gdy trudno nam przestrzegać naszych zasad?

Podpisano:

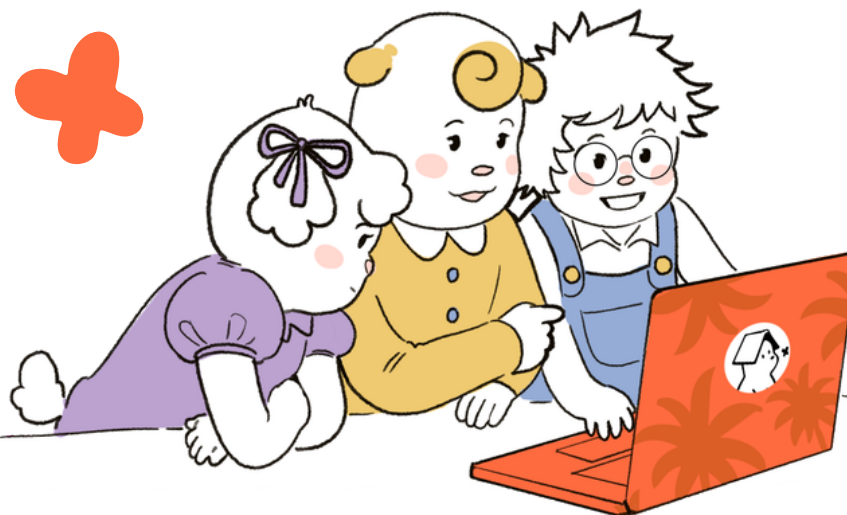


Certyfikat Cyfrowego odkrywcy wakacji

otrzymuje

za udział w akcji „Bezpieczne wakacje w sieci”
i poznanie zasad bezpiecznego korzystania z internetu.

data



Podpis

Dyplom Uznania

otrzymuje

za poznanie **zasad bezpiecznego internetu**
i odpowiedzialne odkrywanie cyfrowego świata.

data

Podpis

