

Metodika pro pedagogy

Využití knihy na základních
školách a ve speciálních
kroužcích zaměřených
na kybernetickou bezpečnost

Cílová skupina: děti ve věku 6 - 9 let (1. - 3. třídy ZŠ)

Zaměření:

nomofobie (závislost na mobilním telefonu)

kyberšikana

kybergrooming (manipulace ve virtuálním prostředí)

on-line nákupy

sexting (elektronické rozesílání fotografií se sexuálním obsahem)

Zpracovala:

Ing. Michala Radotínská, CZ.NIC, z.s.p.o., michala.radotinska@nic.cz, www.nic.cz



Úvod ke knize ON-LINE ZOO a jednotlivým pracovním materiálům

Knihu ON-LINE ZOO vydala rakouská asociace ISPA v rámci projektu Safer Internet Centre (SIC) podpořeného Evropskou komisí. Sdružení CZ.NIC ji přeložilo do českého jazyka a vytisklo v rámci Edice CZ.NIC, na jejíž webových stránkách je k dispozici k bezplatnému stažení ve formátu pdf a následnému užívání dle licence Creative Commons Attribution-Noncommercial-No Derivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0).

Na webových stránkách organizace ISPA jsou k dispozici i jiné jazykové mutace, jako je němčina, angličtina, francouzština, španělština, portugalština, ruština aj. Knihu tedy mohou využívat základní školy s rozšířenou výukou jazyků či zahraniční školy.

Na základě knihy vznikly **omalovánky** pro mladší školní žáky, díky kterým si mohou děti u obrázků zvířátek připomenout jednotlivé příběhy a znovu je probrat např. s rodiči. K tomuto účelu může posloužit i **audiokniha** ve formátu mp3, jež děti přenesou do zoologické zahrady prostřednictvím reálných zvuků zvířátek a příjemného hlasu Báry Milotové. Audioverze je taktéž k dispozici na stránkách Edice CZ.NIC a vztahují se na ni stejné licenční podmínky jako na její elektronickou verzi.

V neposlední řadě jsme ke knize připravili **pracovní listy** (omalovánka, spojovačka, divadélko, hledání rozdílů a vystřihovánka), které jsou součástí této metodické příručky. Pedagogové tak mohou s dětmi realizovat doprovodné aktivity, při nichž se obzvláště mladší z nich na chvíli odreagují. Týkají se pěti stěžejních příběhů z knížky zaměřených na nomofobii, kyberšikanu, kybergrooming, on-line nákupy a sexting.



Dále jsou pedagogům pod každou kapitolou k dispozici návrhy aktivit, které je možné s dětmi absolvovat pro lepší zažití problému. Žákům umožní, díky práci ve skupinách, vyslechnout názory svých spolužáků a společně najít vhodné řešení

Kniha ON-LINE ZOO a k ní vytvořené pracovní listy je určena především pro práci se žáky 1. - 3. tříd základní školy. Knihu jsme převzali a přeložili s cílem informovat děti mladšího školního věku o výhodách internetu, ale i o hrozbách, které na ně ve virtuálním světě číhají.

Odkazy na knihu ON-LINE ZOO:

https://knihy.nic.cz/files/edice/online_zoo.pdf

https://knihy.nic.cz/files/edice/online_zoo.mp3

Náměty pro práci s knihou ON-LINE ZOO a pracovními listy

S knihou doporučujeme **pracovat krok za krokem**, tedy po jednotlivých tématech, a čas od času si s dětmi vyplývající pravidla zopakovat. Ověřte pomocí cílených otázek, zda žáci problematiku dostatečně pochopili a zapamatovali si všechny dobře míněné rady či navrhovaná řešení. Dejte dětem prostor, aby se k příběhu samy vyjádřily a případně se podělily o své zkušenosti s daným tématem s ostatními spolužáky. Jeden příběh z knihy může vydat i na jednu vyučovací hodinu, zvláště pokud děti budou vyplňovat pracovní listy nebo realizovat jednu z navrhovaných aktivit.

Svým obsahem může kniha spadat do vzdělávacích oblastí jako jsou Informační a komunikační technologie, Člověk a jeho svět či Člověk a společnost.

Na následujících stránkách detailně popisujeme jednotlivá témata (nomofobie, kyberšikana, kybergrooming, on-line nákupy a sex-ting) a z nich plynoucí doporučení. Nabízíme různé možnosti práce s knihou, ať už ve formě pracovních listů nebo dalších aktivit, které děti navedou k diskusi k jednotlivým problémům a jejich různým způsobům řešení.



1. Závislý opičák Olda



Přečtěte/pust'te žákům příběh o opičákovi Oldovi (str. 14 - 19 v pdf verzi, 3:37 - 5:13 v mp3 verzi). Následně dětem pokládejte otázky, viz níže, a diskutujte s nimi nad daným tématem dle jejich odpovědí.

Poproste někoho z žáků, aby vám příběh jednoduše převyprávěl a zeptejte se ho/ostatních dětí, co Olda udělal špatně.

- 1) **Smíte používat mobilní telefon (tablet) každý den?**
- 2) **Kolik dní v týdnu vám rodiče dovolili používat mobil (tablet)?**
- 3) **Máte od rodičů nějaká omezení, např. kolik času denně smíte strávit u mobilního telefonu (tabletu)? Jaká ta omezení jsou?**
- 4) **Kolik hodin denně/týdně trávíte u mobilu (tabletu)?**
- 5) **Kdy si nejčastěji zapínáte mobil (ráno po probuzení, po škole, večer před spaním)?**
- 6) **Myslíte si, že je správné dívat se do mobilu před spaním?**
- 7) **Myslíte si o sobě, že jste závislí na mobilu? Podle čeho usuzujete?**
- 8) **Jak si myslíte, že se projevuje závislost na mobilu?**
- 9) **Jaké jiné aktivity byste mohli provozovat místo koukání se do mobilu?**
- 10) **Je pro vás čas strávený u mobilu plodným časem?**

Můžete dát dětem jednoduchý kvíz a poproste je, ať si u všech 5 otázek zapíší na papír své odpovědi. Na konci kvízu jim vysvětlíte bodování a seznámte je s výsledkem (kvíz je vhodný pro žáky 2. a 3. tříd):

1. otázka: Jak často si hraješ na mobilu/tabletu?

- a) Každý den několik hodin. (2 body)
- b) Jen 2 - 3 dny v týdnu několik hodin nebo každý den jen chvíli. (1 bod)
- c) Jen výjimečně. Rodiče to neradi vidí. (0 bodů)



2. otázka: Když děláš domácí úkoly, na co nejčastěji myslíš?

- a) Už abych to měl/a hotové, chtěl/a bych si hrát na mobilu/tabletu. (2 body)
- b) Už abych to měl/a hotové, chtěl/a bych si hrát. (1 bod)
- c) Už abych to měl/a hotové, chtěl/a bych jít na hřiště nebo na výlet. (0 bodů)

3. otázka: Je sobota ráno, právě se probouzíš, co tě napadne jako první?

- a) Musím si zapnout mobil, abych se podíval/a, kdo mi píše a zahrál/a si nějakou hru. (2 body)
- b) Za chvíli zkontroluju mobil, zda mi píše kamarád/kamarádka, a pak si půjdu něco dělat (hrát si nebo si číst). (1 bod)
- c) Půjdu se nasnídat, a pak si začnu s něčím hrát, případně číst knížku/časopis. (0 bodů)

4. otázka: Zapomněl/a sis mobil u babičky a máte se vidět zase až za týden. Co tě napadne?

- a) Musím se pro něj vrátit, abych mohl/a hrát svou oblíbenou hru a psát si s kamarády/kamarádkami. (2 body)
- b) V první chvíli si řeknu, co bez něj budu týden dělat, ale pak nad tím mávnu rukou. Přeci vydržím týden bez mobilu. (1 bod)
- c) Je mi to jedno. Za týden se přeci zase s babičkou uvidíme a ona mi ho předá. (0 bodů)

5. otázka: Rodiče ti zakážou mobil/tablet, protože ses zhoršil/a ve škole. Budeš ho mít zase dovolený, až se zlepšíš. Jak se budeš cítit?

- a) Budu dost našťavaný/á až vzteklý/á, protože si rád/a hraju na mobilu/tabletu a nedovedu si představit, jak to bez něj zvládnou. Je to horší, než kdyby mi rodiče zakázali chodit ven s kamarády nebo koukat na televizi. (2 body)

- b) Budu chvíli smutný/a, ale za pár dní si už na mobil/tablet ani nevzpomenou. (1 bod)
- c) Je mi to jedno. Horší by bylo, kdyby mi rodiče zakázali chodit s kamarády ven. (0 bodů)

6. otázka: Když jdeš večer spát, co se děje s tvým mobilem?

- a) Položím ho na stůl vedle postele, abych ho měl/a ráno po ruce. (2 body)
- b) Mobil vypnu, pokud už ho nemám vypnutý, a uložím do šuplíku nebo na jeho vyhrazené místo, které je daleko od postele. (1 bod)
- c) Ani nevím, kde je můj mobil. Asi na svém místě. Už jsem ho nějakou dobu neměl/a v ruce. (0 bodů)

Vyhodnocení kvízu:

9 – 12 bodů: Měl/a by ses nad sebou zamyslet. Svůj mobil/tablet používáš už přespříliš. Zkus se někdy zamyslet, jestli bys místo toho, aby sis vzal do ruky mobil/tablet, šel raději s kamarády ven, nebo si vytáhl svou oblíbenou hru, časopis. Budeš mít ze sebe lepší pocit a pokud to tak začneš dělat častěji, pomalu se dostaneš do situace, že si na svůj mobil ani nevzpomeneš. A bude ti hned lehčeji!

5 – 8 bodů: Vypadá to, že máš svůj čas strávený u mobilu/tabletu docela pod kontrolou. To je dobře! Nenech svůj mobil/tablet, aby ti ovládal život a nepřivrhoval tě o radost nad jinými aktivitami, třeba jít s kamarády/kamarádkami ven. Ale raději si to hlídej, ať tě mobil/tablet brzy zcela neovládne.

1 – 4 body: Skvělé, tvůj mobil/tablet ti vůbec nezasahuje do života. Je to určitě dobrý pomocník, můžeš se snadno domluvit s rodiči, že chceš déle



zůstat venku nebo se občas odreagovat u zábavné hry. Ale je dobré mít to pod kontrolou, což ty máš. Jen tak dál!

Co je to závislost na mobilu a jak se projevuje

Závislost na mobilu, někdy známá jako „nomofobie“ (strach být bez svého mobilního telefonu) je často podpořena závislostí na internetu. Nutkání být stále on-line, vytvářejí hry, aplikace či sociální sítě, které mají děti nainstalované na svém mobilu.

Mezi nejčastější příznaky závislosti na mobilu/tabletu patří:

- častý neklid
- hněv nebo podrážděnost
- obtížnost soustředění
- problémy se spánkem
- neustálé dožadování se přístupu k mobilu/tabletu

Závislost na mobilu může přerůst v řadu problémů, které u dětí zahrnují následující aspekty:

Virtuální vztahy převažují nad reálnými společenskými vazbami. Závislost na sociálních sítích, seznamovacích aplikacích, zasílání textových zpráv se může dostat až do bodu, kdy už jsou virtuální přátelé důležitější než vztahy v reálném životě. Internet je sice výborným místem pro navázání nových přátelství, nesmí to však překročit určité meze.

Nadměrné surfování na internetu může vyústit v přehlcení informacemi. Surfování na webu, sledování videí, hraní her může vést ke snižování soustředěnosti a následně nižší produktivitě ve škole. Dítě může izolovat až na několik hodin denně. To pak pomalu ztrácí zájem o vztahy v reálném světě, koníčky a další sociální zájmy.

Proti závislosti se dá úspěšně bojovat, a to následujícími způsoby:

Být dobrým vzorem

Děti mají silné nutkání napodobovat nás dospělé. Pokud tedy uvidí, že jejich rodiče tráví omezenou dobu se svým mobilním telefonem, budou to brát jako samozřejmost. Pokud však vidí své rodiče s mobilem v ruce téměř celý den, bude jim to připadat normální.

Nastavit pravidla

Je dobré nastavit určitá pravidla, ať už doma či ve škole. Doma je určitě dobré dodržovat zóny bez telefonu (např. na jídelním stole, v posteli, v koupelně) i časy, ve kterých se telefony nebudou používat (v době oběda, večere, dvě hodiny před spaním, v neděli odpoledne).

Podpora ostatních zájmů a sociálních aktivit

Pokud dětem poskytneme různé možnosti, jak využít volný čas, můžeme očekávat, že stráví mnohem kratší dobu u svých mobilních telefonů. Nabídněte tedy dětem sportovní aktivity, výtvarné kroužky a další zájmové činnosti, které jim umožní být v kolektivu ostatních dětí, budovat sociální vztahy a zapomenout tak na virtuální svět.



Kontaktovat odbornou či jinou pomoc

Pokud máme pocit, že je dítě svým mobilním telefonem přespříliš pohlceno a již to negativně zasahuje do jeho života a výsledků ve škole, je dobré vyhledat odbornou pomoc. Informujte rodiče o možnosti využití např. rodičovské linky Linky bezpečí (606 021 021).

Dále dítěti mnohdy pomůže rozhovor s jinou autoritou, nežli s rodičem či třídním učitelem. Ani se nutně nemusí jednat o odborníka, ale stačí oslovit člověka, který je s problémem nějakým způsobem spjatý a dítě mu bude důvěřovat a ochotně naslouchat. Nechá se tak snáze navést správným směrem.

Tipy na aktivity pro děti:

Můj offline den

Pomůcky:

- tužka a papír

Cílem aktivity je, aby si děti uvědomily, že je spousta zajímavých činností a možností, co dělat o víkendu, aniž by se nudily a aniž by použily mobil či tablet.

Rozdělte děti do skupin (např. po 4 - 5 dětech). Zadejte jim úkol, at' vymyslí ideální sobotní offline den. At' zahájí den ranním vstáváním a ukončí ho uléháním do postele.

Nechte děti, at' si rozdělí role: zapisovač, předčítač atd.

Pokud jsou děti ještě malé (1. třída či předškoláci), můžete psaní nahradit kreslením ideální offline aktivity, viz aktivita níže.





Moje nejoblíbenější offline aktivita

Pomůcky:

- papír a pastelky (případně jiné výtvarné potřeby)

Cílem aktivity je, aby si děti uvědomily, že je spousta zajímavých činností a možností, co dělat o víkendu, aniž by se nudily a aniž by použily mobil či tablet.

Řekněte dětem, ať ztvární jednu ze svých oblíbených offline aktivit (jízda na kole, plavání, hry na hřišti, hraní stolních her aj.).

Znovu s dětmi rozeberte, že je spousta zajímavých činností, kterým se mohou věnovat, místo aby seděly u tabletu či mobilu.



2. Šikanovaný panda Pavel



**Přečtete/pust'te žákům příběh o pandě Pavlovi
(str. 22 - 33 v pdf verzi, 5:52 - 9:47 v mp3 verzi).**

Poproste někoho z žáků, aby vám příběh jednoduše převyprávěl a zeptejte se ho/ostatních dětí, co se Pavlovi stalo, jak se cítil a co mohl udělat.

Položte dětem následující otázky a diskutujte s nimi o jejich odpovědích (tato aktivita je vhodná spíše pro starší děti):

1) Máte právo říct na internetu, co se vám líbí?

Vysvětlíte dětem, že v České republice je sice svoboda slova, ale přesto je třeba zvážit, jaké informace o sobě a jiných na internetu píší. Neměly by se o nikom vyjadřovat negativně, natož někoho urážet.

Zdůrazněte jim, že některé případy nenávistných komentářů již byly českými soudy vyhodnoceny jako trestný čin.

2) Pokud vyfotíte vtipnou fotku kamaráda, můžete ji bez jeho svolení vložit na internet?

Vysvětlíte dětem, že bez souhlasu osob uvedených na fotografii ji nesmí nikde publikovat, tedy vkládat na internet (např. na sociální sítě) a přeposílat jiným kamarádům.

Zdůrazněte jim i to, že by takové fotografie neměly ani pořizovat.



Spolufinancováno Evropskou unií
Nástroj pro propojení Evropy

Safer
Internet
Centrum | Česká
republika

3) Když vám někdo pošle vtipnou informaci o vašem spolužákovi, přepošlete ji dále, abyste pobavili i ostatní?

Vysvětlíte dětem, že takové věci se nedělají, že to spolužáka může mrzet a trápit ho to. Přimějte je, ať se zkusí nejprve vžít do role oběti a zamyslet se, jak by se cítily ony samy, kdyby se ocitly ve stejné situaci.

Zdůrazněte jim, že je třeba putující informaci včas zarazit a neposílat ji dále. Ba dokonce je vhodné se poškozeného spolužáka zastat a šířiteli informace domluvit, aby ji již nikomu dále neposílal.

Co je to kyberšikana

Kyberšikana je opakované násilné chování za použití moderních komunikačních technologií, především internetu a mobilu. Nejčastěji se jedná o zasílání urážlivých a zastrašujících textových zpráv a e-mailů, vytváření webových stránek, na kterých je oběť urážena a ponižována, či pořádání negativních internetových anket. Za kyberšikanu se označuje záměrné a opakované psychické násilí včetně symbolické agrese.

Kyberšikana ve škole, resp. mezi spolužáky, bývá často provázaná s tím, co se děje ve třídě. Je to „jen“ jiný projev šikany a přenáší se do ní rozdělení rolí ve skupině.

Prostředky kyberšikany

Níže jsou vybrány prostředky kyberšikany, které mohou agresori použít vůči obětem mladšího školního věku.

Messengery a textové zprávy

Většinou se jedná o zprávy s výhrůžným či útočným obsahem. Oběť je často zahlcována velkým množstvím urážejících zpráv, před nimiž není úniku, jelikož chodí opakovaně. Útočník bývá vytrvalý a svou oběť někdy obtěžuje i v noci.

Sociální sítě

Sociální sítě zprostředkovávají snadné a jednoduché spojení s ostatními ať už reálnými či virtuálními kamarády. Umožňují sdílení fotografií, zveřejňování různých tvrzení a zpráv. Bohužel mohou být snadno zneužity k rozšiřování pomluv.

Fotografie a videa

Jedná se o fotografie a videa pořízená na mobilní telefony v ne příliš lichotivé situaci a následně zasílaná buď samotné oběti nebo dalším osobám.

E-mail

Jelikož je velice snadné založit si e-mailovou adresu pod jakýmkoli jménem, najdou se tací útočníci, kteří rozesílají svým obětem urážlivé e-maily.

Telefonáty

Útočníci své oběti často obtěžují opakovanými telefonáty či jen samotným prozváněním a když oběť zvedne telefon, neodpovídají.



Důležité rady obětem kyberšikany

- Doporučte dětem, aby si uchovávaly kopie všech útočných zpráv a dalších aktivit na internetu. Mohou později pomoci při identifikaci agresora. V případě kyberšikany mezi spolužáky tak poslouží jako důkaz.
- Poučte děti, aby nevhodné chování na internetu nikdy neoplácely, i když jim to připadá jako to nejlepší, co mohou udělat. Odplata se pravděpodobně jen zhorší. Navíc se i oběť kyberšikany může dopustit porušení zákonů.
- Vysvětlete dětem, aby své problémy ze skutečného světa nikdy nepřenesly do kyberprostoru. Je mnohem lepší vyřešit je osobně, než útočit elektronicky.
- Doporučte dětem, aby používaly nástroje, které nabízí poskytovatel služby, např. omezení přístupu k úplnému uživatelskému profilu některým „přátelům“, blokáce „přátel“ aj. Děti by na sociálních sítích neměly přijímat žádosti o přátelství od lidí, které ve skutečném světě neznají.
- Vysvětlete dětem, jak je důležité dodržovat pravidla slušného chování a úctu k ostatním lidem nejen ve skutečném světě, ale i ve virtuálním.
- Informujte děti, kdo má ve škole úlohu preventisty a že pokud se stanou obětí kyberšikany, mohou se na něj kdykoli obrátit a svěřit se se svým problémem. Někdy se může jednat i o důvěryhodnou osobu z řad žáků školy.
- Vysvětlete dětem, jak je důležité ohlašovat kyberšikanu, tedy informovat zodpovědnou osobu o kyberšikaně, na které se podílí jiný žák. Mohou tak pomoci oběti, která se bojí sama promluvit o své situaci.

- V případě potřeby, pomozte dětem ohlásit jakoukoli internetovou šikanu na sociálních sítích poskytovateli služby. Ti informaci o vzniklé situaci ve většině případů uvítají a budou se snažit ji co nejdříve vyřešit.

- Poučte děti, že pokud dojde na vážné výhrůžky, zahrnující zejména násilí, je již nutné kontaktovat policii, jelikož se může jednat o trestný čin. At' se ale nejdříve poradí s důvěryhodnou dospělou osobou a uchovají všechny důkazy.

- **Podporujte děti, aby se nebály o svém problému mluvit, aby měly dostatek sebevědomí případné kyberšikaně čelit a neměly obavy z toho, svěřit se doma či někomu, komu důvěřují.**



Tipy na aktivity pro děti:

Vzkaz pro spolužáka

Pomůcky:

- malé papírky (počet dětí ve třídě x 5) - když máte ve třídě 18 dětí, potřebujete k aktivitě 90 papírků
- psací potřeby

Cílem aktivity je, aby si děti zvýšily sebevědomí a získávaly sebeúctu. Naučí se hledat na svých vrstevnících jejich pozitivní vlastnosti, schopnosti a dovednosti.

Nejprve nadepište papírky jmény dětí ve třídě, každé jméno se bude opakovat pětkrát. Poté papírky zamíchejte a nechte každé dítě, aby si jich pět vylosovalo. Pokud někdo získá papírek se svým jménem, vezme si za něj nový. Řekněte dětem, aby na papírek napsaly jednu pozitivní věc na svém spolužákovi, kterého si vylosovaly (pozn.: je třeba zdůraznit, že se jedná o pozitivní věc). Může to být dobrá vlastnost, za kterou ho mají rádi, zajímavá dovednost či schopnost. Např.: moc hezky se směješ, kreslíš pěkné obrázky, jsi na mě vždy moc hodný. Až děti dopíší vzkazy, vyberte je od nich a rozdejte každému jeho pět lístečků, kterými se bude moct potěšit. Děti si vzkazy můžou přečíst buď ve škole, nebo odnést s sebou domů a přečíst později. Nechte to na nich. Děti se prostřednictvím této aktivity naučí dávat pozitivní zpětnou vazbu a vážit si samy sebe.

Pomocná ruka

Pomůcky:

- tužka a papír

Cílem aktivity je, aby si děti rozmyslely, za kým půjdou v případě potíží s kyberšikanou.

Řekněte dětem, aby se vžily do situace pandy Pavla a představily si, že se něco podobného stalo i jim, že je např. šikanuje spolužák prostřednictvím sociálních sítí či sms zpráv. Diskutujte s nimi, jak by se cítily, co by prožívaly, jak by se zachovaly. Postupně vyslechněte názory dětí, které se k dané problematice chtějí vyjádřit a vysvětlete jim, že není zbabělé požádat někoho o pomoc. Taktéž jim zdůrazněte, že šikana se neoplácí.

Vyzvěte děti, aby si na papír obkreslily svou ruku a ke každému prstu napsaly jméno osoby, které by se svěřily v případě nesnází. Poproste je, aby postupovaly od palce k malíčku. Palec by měl představovat osobu, které by se svěřily nejraději. Ostatní prsty budou představovat osoby, které by oslovily v případě, že předchozí „spřízněná duše“ nebude k zastižení.

Zamyslete se společně s dětmi, zda bylo obtížné pomocníky nalézt a proč by oslovily právě tyto osoby. Diskutujte o tom, čím jsou výjimečné, proč právě oni by jim mohli pomoci, čím se odlišují od ostatních.



3. Důvěřivé antilopy Agáta s Adamem a zákeřný lev Ludvík



Přečtěte/pust'te žákům příběh o malých antilopách a lvu Ludvíkovi (str. 34 - 44 v pdf verzi, 10:07 - 13:52 v mp3 verzi).

Poproste někoho z žáků, aby vám příběh jednoduše převyprávěl a zeptejte se ho/ostatních dětí, co malé antilopy udělaly špatně a na co si mají příště dát větší pozor. Dále jim položte otázku, co by nikdy neměly sdělovat cizí osobě na internetu.

Pro lepší zvládnutí problému si s dětmi zahrajte divadlo. Rozdejte jim role (můžete použít pracovní list - divadélko na špejli):

1. Antilopa Anežka - maminka Agáty a Adama
2. Malá antilopa Agáta
3. Malá antilopa Adam
4. Lev Ludvík
5. Ředitelka Eliška - můžete být i Vy

Děti by si měly z příběhu odnést především to, že nemají nikdy komunikovat s cizími lidmi, stejně jako v reálném světě. Od malička jim vštěpujeme do hlavy, že se nemají bavit s neznámými lidmi na ulici, brát si od nich bonbóny a jiné dárky, nesadat do cizího auta. Stejná pravidla platí na internetu (na sociálních sítích, ve hrách atd.).

Zopakujte si s dětmi, jaké informace o sobě nemají nikdy sdělovat:

- jak se jmenují
- kde bydlí
- kam chodí do školy/na kroužky
- jak se jmenují jejich rodiče
- kde pracují jejich rodiče
- že jsou doma samy



V případě dotěrných otázek je mnohdy lepší přestat komunikovat. Vysvětlete dětem, že když cizím zvědavcům neodpoví, není to nic neslušného. Někdy je lepší přestat reagovat, než se pouštět do diskuze s neznámým člověkem a nechtěně mu na sebe něco prozradit.

Co je to kybergrooming

Kybergrooming je druhem psychické manipulace realizované prostřednictvím internetu, mobilních telefonů a dalších souvisejících technologií. Útočník s obětí komunikuje nejčastěji pomocí sociálních sítí s cílem vyvolat v ní důvěru, přimět ji k osobní schůzce a zpravidla sexuálně zneužít. Je to způsob, jak využít dětské důvěřivosti, naivity, touhy po přátelství, intimitě i dobrodružství. Tato manipulace většinou probíhá v delším časovém horizontu, útočník získává informace a důvěru oběti postupně a dává si na čas. Jedná se často i o několikaletou komunikaci.

Nejčastějším projevem kybergroomingu, někdy překládaném jako krášlení, je změna identity za účelem přilákání potencionální oběti. Útočník využije falešnou fotografii, přizpůsobí svůj uvedený věk věku oběti, vyplní profil co nejzajímavěji a začne komunikovat na chatech pro děti či mladé lidi, sociálních sítích atd.

Klasický průběh kybergroomingu:

1. Vzbuzení důvěry a snaha izolovat oběť od okolí
2. Podplácení dárky, penězi, budování přátelského vztahu
3. Získání nebezpečných materiálů k vydírání
4. Emocionální závislost na útočnickovi
5. Osobní schůzka
6. Sexuální obtěžování, zneužití

Nejčastější scénář kybergroomingu je, že starší muž se vydává za mladšího a snaží se vzbudit zájem osamělé dívky. Často však dochází i k případům, kdy se muž vydává za atraktivní dívku a snaží se z mladých chlapců vylákat kompromitující materiály, kterými je poté vydírá.

V případě malých dětí se spíše útočník vydává za jejich nového kamaráda - vrstevníka, který se snaží vetřít do přízně tím, že tvrdí, že má stejné zájmy jako oběť, např. fotbal, jízdu na koni, malování aj. Děti, které nemají kamarády, nebo na ně rodiče nemají čas, mají nízké sebevědomí, jsou nejvíce náchylné právě k tomu být obětí kybergroomingu. Brzy si vytvoří citovou závislost, kterou není snadné odbourat.

Dále jsou případy dětí, kterým útočník nabídne peníze např. v podobě navýšení kreditu či dat v mobilu, virtuálních peněz ve hrách, nákupu VIP bonusů a výhod v různých aplikacích. Jako protislužbu může zprvu žádat fotku ve spodním prádle, za další finanční pomoc si již řekne o odhalenější fotku. Pro dítě se to stále může jevit jako dobrý obchod, když stačí „pouze“ zaslat intimní fotografii a nemusí o peníze žádat rodiče či čekat na kapesné. Takto se to postupně stupňuje, až do chvíle, kdy se dítě zarazí a už nic dalšího odeslat nechce, což je již záminka pro agresora zahájit vydírání. Začne oběti vyhro-



žovat, že pokud nepošle další fotografii či video, dosavadní komunikaci a obdržené materiály zveřejní (pošle rodičům, kamarádům, učitelům atd.). Dítě dostane strach a nakonec útočnickovi vyjde vstříc a nikdy se z tohoto bludného kruhu nedostane ven.

Kybergrooming se vyskytuje všude tam, kde lze komunikovat zcela anonymně či tam, kde si lidé můžou vytvářet falešnou identitu. Obět'mi jsou nejčastěji děti ve věku 11 - 17 let a častěji dívky než chlapci. S kybergroomingem se spíše setká dítě, které tráví velké množství volného času v chatovacích místnostech, na instant messengerech (WhatsApp, Viber, Messenger, Snapchat aj.), hraním on-line her a rádo navazuje nové virtuální kontakty.

Nejčastější oběti kybergroomingu jsou:

- děti s nedostatkem sebedůvěry
- děti s emocionálními problémy
- přehnaně důvěřivé děti
- dospívající děti

Základní pravidla pro děti:

- Nenechte se oklamat sliby virtuálních „kamarádů“ (mohou vám slibovat bezmezná kamarádství, porozumění, dárky). Je důležité si uvědomit, že na internetu je snazší klamat, nežli ve skutečném světě.
- Všímejte si nesrovnalostí v komunikaci, v zaslaných fotografiích (útočník si nemusí dávat úplný pozor a může měnit některé informace, které o sobě dříve sdělil, jako je věk, záliby atd.)

- Pokud by chtěl virtuální „kamarád“ udržet komunikaci a její obsah v tajnosti, zpozorněte.

- Vytyčte si své osobní hranice, o čem už s útočníkem nechcete mluvit a nechte se k tomu přemluvit. Nepokračujte v konverzaci, která je vám svým obsahem nepříjemná.

- Nikomu nesdělujte své osobní údaje. Používejte přezdívky jako např. beruska003, batman, Nelly_cz. Místo své vlastní fotografie použijte raději fotku zvířátka, obrázek oblíbené animované postavy nebo si v jedné z aplikací na tvorbu avatarů vytvořte toho svého.

- Nikdy nechod'te na osobní schůzku, aniž by o ní věděli rodiče. Uvědomte si, jak může být schůzka riskantní a co vše se může stát.

- Dejte si pozor na to, s kým se bavíte a o čem. Komunikace na internetu není zcela anonymní. Váš virtuální „kamarád“ vás může v reálném světě vystopovat nebo vás může nutit dělat věci, které nechcete.



Aktivita pro děti:

Sdílet/nesdílet

Pomůcky:

- 4 kartičky s nápisy „**Sdílet s rodinou**“, „**Sdílet s přáteli**“, „**Sdílet se všemi virtuálními kamarády**“, „**Nechat si pro sebe**“ pro každou skupinu
- soubor vět pro každou skupinu, návrhy viz níže

- 1) Dozvěděl/a jsem se, že mám mononukleózu.**
- 2) Miluju boloňské špagety.**
- 3) Dnes odjíždíme na dovolenou do Itálie.**
- 4) Dostal/a jsem 5 z matiky.**
- 5) Je mi smutno, zemřelo mi morče.**
- 6) Po vánočním stromkem jsem našel/la PS4.**
- 7) Nesnáším Elu z 2.B.**
- 8) O víkendu se nám narodila kot'átka.**
- 9) Za měsíc se stěhujeme do většího bytu v ulici Pod Alejí 32.**
- 10) Radím mě šikanuje, trápí mě to.**

Cílem aktivity je rozpoutat diskuzi o tom, jaké informace je vhodné na internetu sdílet a jaké už ne. Děti se pokusí rozlišit, co by napsaly jen dobrému kamarádovi nebo jiné blízké osobě a co by klidně sdílely ve skupině spolužáků na sociální síti.

Rozdělte třídu do skupin po 4 - 5 dětech. Vysvětlete jim, že jde o hru, kdy neexistují zcela správné či špatné odpovědi. Záleží na každém z nich, jaké informace jsou o sobě ochotni sdílet.

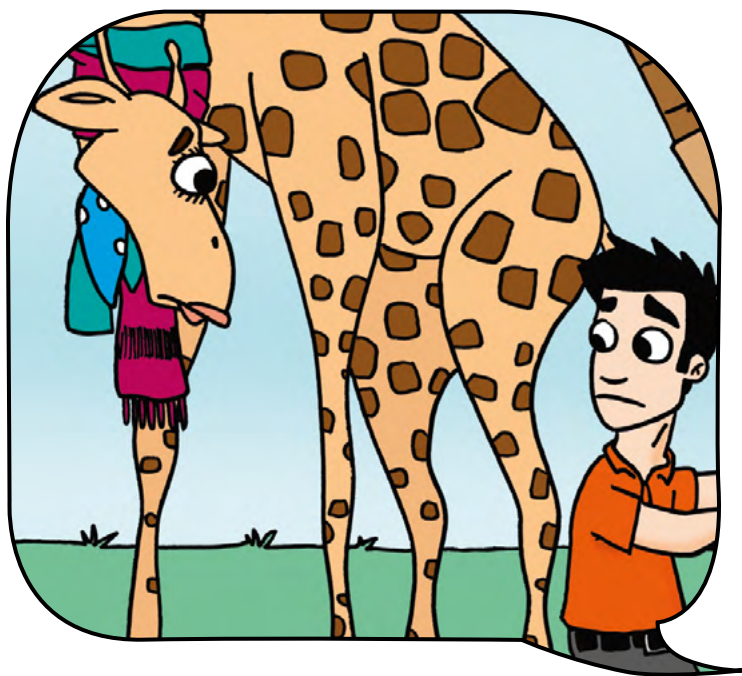
Položte před každou skupinu 4 kartičky s nápisy „Sdílet s rodinou“, „Sdílet s přáteli“, „Sdílet se všemi virtuálními kamarády“, „Nechat si pro sebe“ a rozdejte jim lístečky s větami. Nechte je 15 - 20 minut přemýšlet, diskutovat a rozdělovat věty dle jednotlivých kategorií. Jakmile budou mít všichni rozdělené lístečky s větami, začněte to s nimi vyhodnocovat. Dejte postupně prostor všem skupinám, aby zdůvodnily, proč se rozhodly tak či onak.

V průběhu rozhodování můžete dětem pomoci kladením doplňujících otázek a svými komentáři. Ved'te je k tomu, aby se každé tvrzení snažily odůvodnit.

Aktivitu zakončete vysvětlením, že by děti měly rozlišovat, komu danou informaci svěří a aby důležité věci svěřovaly pouze těm lidem, ke kterým mají plnou důvěru.



4. Zbrklá žirafa Žaneta



Přečtete/pust'te žákům příběh o žirafě Žanetě (str. 45 - 52 v pdf verzi, 14:11 - 16:45 v mp3 verzi).

Poproste někoho z žáků, aby vám příběh jednoduše převyprávěl a zeptejte se ho/ostatních dětí, co Žaneta udělala špatně a na co si má příště dát větší pozor.

V tomto příběhu učíme děti, aby slepě neodklikávaly tlačítka, která se jim objevují v různých hrách a aplikacích. Zdůrazňujeme jim, že je třeba vše bedlivě číst a vnímat text, který je může informovat o důležitých věcech. Týká se to informačních okének v aplikacích, ale i upozornění, jež se náhodně objevují při surfování na internetu.

V případě žirafy šlo o to, že si text přečetla jen zčásti. Po přečtení věty: „Získejte plyšové hračky!!!“ se nechala omámit sdělením a s vidinou nových hraček tlačítko potvrdila kliknutím. Kdyby však nebyla zbrklá, dozvěděla by se, že plyšáci nejsou zadarmo a že si je vlastně kupuje.

Zdůrazněte dětem, že musí číst veškerý text, který se jim na displeji mobilu či tabletu objeví a který očekává nějakou reakci. V některých případech se jedná pouze o reklamní sdělení, a to stačí pouze „shodit“ stiskem křížku. V situaci, kdy jsou děti vyzvány k zadání osobních údajů, jež se následně odesílají stiskem tlačítka, doporučujeme nic nevyplňovat a aplikaci ihned odinstalovat.

Děti si musí uvědomit, že nic není nikde zadarmo, ani na internetu. Je potřeba si ověřovat informace a používat „zdravý selský rozum“, což je u malých dětí velice obtížné, jelikož jsou ještě hodně důvěřivé. Na internetu se díky anonymitě nachází mnohem více nástrah nežli v reálném světě a je zde snazší lhát



než kdekoli jinde. V případě malých dětí apelujeme na to, aby se ihned poradily s dospělým. Starší a zkušenější děti už si mohou zkusit pravdivost textu ověřit z jiných zdrojů na internetu tím, že část textu zkopírují do vyhledávače a podívají se, jaké další články jim na stejné téma internet našel.

Dále děti upozorňujeme na objevující se hlášky typu „Vyhráli jste iPhone, gratulujeme!“. Kyberzločinci pro tyto podvody často zneužívají logo známé společnosti (např. Seznam.cz, CZC.cz aj.), aby svým výzvám zvýšili důvěryhodnost. V tom lepším případě se jedná o sběr informací, jako je jméno, věk, adresa, telefonní číslo, e-mail, aby je později použili pro reklamní účely. Dalším důvodem těchto podvodů je připravit uživatele o peníze. Útočníci „šťastné výherce“ přesměrují na webové stránky, kam mají zadat telefonní číslo a malým písmem, někde na samém konci stránky, je informují, že tímto souhlasí s registrací a podmínkami předplatného např. v ceně 100 Kč za týden. V některých případech může kliknutí na výhru nebo zajímavou nabídku znamenat „dárek“ ve formě viru (o virech více v otázkách a odpovědích níže).

Dalším fenoménem je zmeškaný hovor ze zahraničí. Pod zahraniční předvolbou se nejčastěji skrývají země jako Alžírsko, Libérie, Bahrajn a jiné exotické země. Vyzvánění telefonu proběhne většinou velice krátce, aby ho příjemce nestihl zvednout. Kdo na zmeškané volání reaguje a zavolá zpět, operátor mu strhne poplatek za hovor do exotických zemí. Podvodníci na tom profitují tak, že získávají podíl ze zisku z vysokých sazeb hovorného. V případě příjmu hovoru se naštěstí nic nestane. Seznamte děti s předvolbou České republiky (+420) a poučte je, aby hovory z jiných zemí ignorovaly, případně se poradily s rodiči, kdo by to mohl být. Chytré telefony dnes často i s předvolbou ukazují název země, ze které účastník volá.

Doporučené otázky pro děti:

1) Čtete veškeré informace, které se vám v mobilu či tabletu objeví? Setkali jste se s jiným jazykem nežli s češtinou?

Zde doporučujeme znovu zopakovat důležitost čtení veškerých informací, než děti něco potvrdí. V případě, že se informace objeví v jazyce, kterému nerozumí, je nutné, aby někoho požádaly o překlad, nebo aplikaci rovnou odinstalovaly.

Informace se může zobrazit i v jazyce, kterému nikdo v okolí nerozumí (např. čínština). V tomto případě by si aplikaci měly ihned odinstalovat. Některé děti zmiňují, že si text vloží do překladače a ten jim ho přeloží. Ale není dobré spoléhat pouze na něj, protože překlady z některých jazyků nemusí být sto procentně dobře. Může dojít k záměně jednoho slovíčka a problém je „na světě“.

2) Když si stahujete do mobilu či tabletu novou aplikaci z Google Play či App Store, čtete si hodnocení uživatelů, kteří si aplikaci stáhli a používají před vámi (Pozn.: recenze jsou uvedeny pod informacemi o aplikaci)?

Informujte děti, že je vhodné recenze číst před tím, než si aplikaci stáhnou. Nejprve doporučujeme podívat se, kolik daná aplikace obdržela hvězdiček (1 - nejhorší, 5 - nejlepší) a poté si pár (min. 10) recenzí přečíst. Děti se takto mohou dozvědět poměrně zajímavé a důležité informace. Někdy je uživatelé odradí aplikaci stáhnout, protože jim samotným např. zpomalila mobil.



Dalším možným hodnotícím nástrojem je označení aplikace číslem **PEGI** (jde o číslo nacházející se v zeleném, oranžovém či červeném čtverci vpravo nahoře nad tlačítkem Instalovat).



Pan European Game Information (**PEGI**) je Evropský ratingový systém počítačových her. Má za úkol informovat uživatele o obsahu hry, resp. pro jakou věkovou kategorii je vhodná a proč. Číslo zobrazuje doporučený minimální věk z pohledu obsaženého násilí, neslušných výrazů, sexuálních narážek a dalších kritérií. Hodnotící systém **PEGI** v současnosti používá více než třicet zemí a je založen na kodexu chování, ke kterému se každý vydavatel smluvně zavázal.

Po instalaci aplikace jsou uživatelé často vyzváni k povolení jejího přístupu ke kontaktům, fotoaparátu, galerii nebo třeba k nahrávání zvuku. Pokud se jedná o aplikaci na tvorbu avatarů, tak je v pořádku, že žádá o povolení přístupu k fotoaparátu, jelikož jeho prostřednictvím bude z reálné fotografie vytvářet kreslený obrázek. V případě, že si děti nainstalovaly dětskou hru, kde animovaná postava napodobuje jejich řeč, je třeba jí povolit přístup k mikrofonu. Pokud se však jedná o aplikaci na svícení, která požaduje přístup ke kontaktům, hovorům a poloze, pak je něco špatně. V tomto případě doporučte dětem nic nepotvrzovat a aplikaci ihned odinstalovat.

3) Víte, co je to antivirový program a k čemu slouží? Máte ve svém mobilu a tabletu antivirový program? Co je to vir a co vám může způsobit? Setkali jste se někdy s napadením virem?

Třídě za pomoci znalých dětí vysvětlíte význam a důležitost antivirového programu. Všechny přístroje, pomocí kterých se připojují k internetu, by měly obsahovat antivirový program, který je bude chránit před napadením viry. Zdůrazněte dětem, že přítomnost antivirového programu je velice důležitá, jelikož si takto chrání svůj mobilní telefon či tablet (samozřejmě to platí i pro počítač). V případě napadení přístroje virem, je antivirový program upozorní, že se tak stalo a poradí jim, jak situaci vyřešit, nebo dokonce vůbec nedopustí, aby se vir k jejich aparátu přiblížil.

Aktivita pro děti:

5 minutový test

Pomůcky:

- papír s testem
- psací potřeby

Cílem aktivity je, aby se děti naučily vnímat obsah textu a instrukce, které jim někdo zadává. Kdo čte pozorně, usnadní si v tomto případě práci. Po skončení testu si děti uvědomí, jak je důležité pečlivě číst veškerý text, který se jim nabízí, a zbrkle nepřeskakovat podstatné informace.

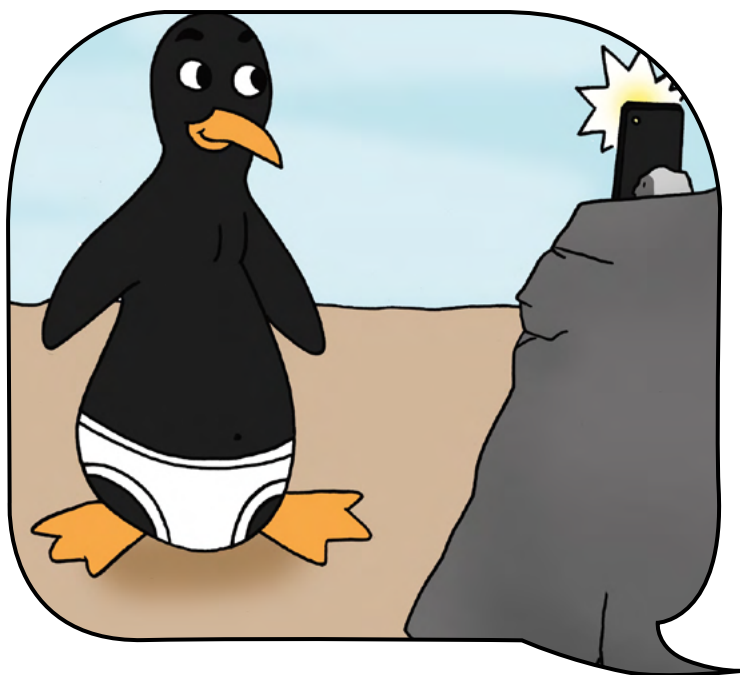
Rozdejte dětem test (otázky viz níže) a zdůrazněte jim, že na vypracování mají pouze 5 minut. Nasimulujete tak některé výzvy k výhře na internetu, které jsou časově omezené a ještě se na obrazovce odpočítává čas. Dále se u testu ukáže, kdo čte pozorně zadání.

TEST - Nejprve si přečti všechny otázky.

1. Jak se jmenovala žirafa v příběhu?
2. S čím si žirafa hrála? S mobilem či tabletem?
3. Co se jí na displeji zobrazilo za informaci?
4. Dostala žirafa všechny dárky zdarma?
5. Jak to dopadlo s došlými balíčky?
6. Stalo se někdy něco podobného i tobě?
7. Odpovědi na otázky si jen promysli v hlavě, nic nevyplňuj. Pouze se podepiš a odlož tužku na stůl.



4. Vychloubáčný tučňák Tonda



Přečtěte/pust'te žákům příběh o tučňákovi Tondovi (str. 53 - 58 v pdf verzi, 17:04 - 19:50 v mp3 verzi).

Poproste někoho z žáků, aby vám příběh jednoduše převyprávěl a zeptejte se ho/ostatních dětí, co by Tonda způsobil přeposláním své fotografie v plavkách.

Vysvětlete si s dětmi zásady pořizování fotografií:

1) Pořizujte pouze takovou fotografii, za kterou byste se nestyděli, kdyby visela na nástěnce školy.

Když děti fotí samy sebe, měly by mít na paměti, že je správné pořizovat pouze takovou fotografii, kterou by se např. nestyděly vyvěsit na nástěnce ve třídě nebo ukázat babičce.

Někdy mají děti tendenci pořizovat fotografie z legrace, ať už sebe samých či jiných osob. I když jim fotografie může v první chvíli připadat legrační, je dobré se zamyslet, zda ji opravdu chtějí někomu poslat, aby se později nestalo, že se za ni začnou stydět a tento krok už nepůjde vzít zpět.

Dětem zdůrazněte, že důležitou zásadou je nepořizovat fotografii ve spodním prádle či bez oblečení, i kdyby ji neměly v úmyslu nikomu poslat. Může se stát, že se jim někdo „vloupe“ do telefonu a fotografii následně zveřejní. Opět už to nepůjde vzít zpět a děti budou mít akorát „z ostudy kabát“. Zde je namístě zmínit i to, že by všichni měli mít svůj telefon či tablet opatřený heslem, viz vysvětlivky níže.



2) Fotografie ostatních lidí pořizujte pouze s jejich souhlasem, i když je to váš dobrý kamarád.

Je třeba dětem zdůraznit, že pokud zveřejní např. fotografii spolužáka v nějaké nelichotivé pozici (např. na záchodě), může to mít nepříjemné následky jak pro něj samotného, tak pro spolužáka. Spolužák se bude cítit trapně a v krajním případě se může začít bát chodit do kolektivu kvůli zesměšňování ostatními dětmi. Tomu, kdo fotografii pořídil, hrozí přinejmenším třídní důtka, ale je možné, že na něj rodiče poškozeného dítěte podají trestní oznámení.

Osoba mladší 15 let sice není trestně odpovědná, ale soud pro mládež jí může uložit následující doporučení: dohled probačního úředníka, zařazení do terapeutického, psychologického nebo jiného vhodného výchovného programu ve střediscích výchovné péče či ochrannou výchovu.

Sexting

Termínem **sexting** neboli sextování označujeme elektronické rozesílání zpráv, obrázků či videí s intimním obsahem. Fotografie či videa jsou nejčastěji pořizována mobilním telefonem a šířena prostřednictvím sociálních sítí.

Sexting je často spojován s kybergroomingem, při němž je dítě mnohdy vyzýváno k zaslání své intimní fotografie výměnou za peníze, dárek či rozšíření ke hře. Děti by si měly uvědomit, že jsou určité partie těla, které by nikdy neměly před fotoaparátem telefonu odhalovat, natož takové fotografie někomu posílat.

Zde je třeba ještě mnohem více zdůraznit, že jakmile děti svou fotografii rozešlou prostřednictvím internetu, již její šíření nezastaví. Bohužel takové fotografie mohou snadno posloužit i jako prostředek kyberšikany. V těchto případech se poškozené dítě cítí ještě více ponížené a může mít strach chodit do školy, kde se stalo terčem posměchu.

V této souvislosti si s dětmi popovídejte o tom, zda mají zabezpečený svůj telefon heslem. Vysvětlete jim důležitost tohoto zabezpečení a také pravidla jeho tvorby.

Zadání hesla by mělo být jedním z prvních kroků, které provádíme při nastavení nového telefonu. Tento jednoduchý, ale přesto dosti zásadní krok, ochrání náš mobil nejen před zvědavými kamarády, ale i před zloději.

Možnosti zabezpečení:

- **PIN** - číselný kód (často 4 - 16 místný kód)
- **Gesto** - spojování teček na displeji telefonu
- **Biometrie** (otisk prstu, čtečka duhovky, sken obličeje)

Zdůrazněte dětem, že heslo se nikdy nesdílí druhé osobě (vyjma rodičů). I zdánlivě dobrý kamarád se jim může „vloupat“ do telefonu a z legrace poslat nějakou fotografii jiným kamarádům nebo zde něco vymazat.



Další zásady pořizování a zveřejňování fotografií:

Profilová fotografie na sociálních sítích

I přesto, že děti by se měly vyskytovat na sociálních sítích až od 15 let, spousta z nich je využívá již na 1. stupni základní školy. Mnozí z nich mají účet na Instagramu, TikToku a dalších. Velké množství dětí používá ke komunikaci s rodinou a kamarády WhatsApp či Viber. Ve všech aplikacích je možné vložit svou profilovou fotografii.

Ideální je, když dítě jako svou profilovou fotografii používá např. fotografii zvířátka nebo oblíbené animované postavy. Aplikace WhatsApp i Viber jsou sice svázány s telefonním číslem, ale i tak se může stát, že se číslo dítěte dostane do nepovolaných rukou. Pak je možné si po uložení kontaktu do telefonu, profilovou fotografii dítěte na těchto sociálních sítích prohlédnout. Jestli dotyčný používá WhatsApp, zjistíte pouhým nahlédnutím do kontaktů (za předpokladu, že vy sami tuto aplikaci používáte).

Fotografie a videa na sociálních sítích

Při pořizování fotografií by děti měly dbát na to, aby na fotografii nebylo rozeznatelné, kde bydlí a kam chodí do školy. Tudiž, aby se nefotily u vstupu do domu, na zahradě, před školou atd. Dále by měly být obezřetné při fotografování věcí v bytě. Pokud např. rodiče vlastní drahou elektroniku, bylo by dobré ji na fotografiích vůbec nezachycovat. Někteří se rádi chlubí fotografiemi z dovolené a vkládají je na sociální sítě s dovětkem, že celá jejich rodina právě není doma a že všechny zdraví z dalekých krajů. Tyto snímky doporučujeme zveřejňovat až po návratu z dovolené, aby potenciální zloději nedostali návod, jaký byt či dům „navštívit“.

Oblíbené fotografie jsou také na konci školního roku s vysvědčením v ruce. Opět si zde řada dětí neuvědomuje, že všem ukazují celé své jméno, datum narození a kam chodí do školy. Jedná se o osobní údaje, které bychom si všichni měli chránit.

Aktivita pro děti:

Obrázek na sociální síť

Pomůcky:

- čtvrtka o velikosti A3
- pastelky či jiné pomůcky na malování

Cílem aktivity je ztvárnit obrázek, který by děti bez obav mohly sdílet na sociálních sítích.

Rozdělte děti do skupin po 4 – 5 dětech. Každý z nich bude mít za úkol ve skupině k obrázku přispět. Společně si zopakujte pravidla pro sdílení fotografií, která mohou znít např. takto:

- Nebudu se fotit ve spodním prádle, natož bez oblečení.
- Fotografi z dovolené sdílím až po návratu domů.
- Na fotografii nazachycuji hodnotné věci ze své domácnosti.
- Dávám si pozor, aby z fotografie nebylo patrné, kde přesně bydlím, tedy název ulice, číslo domu, jiné poznávací znamení.
- Nebudu se fotit před školou.
- Nebudu fotit své vysvědčení, kde je vidět celé mé jméno a kam chodím do školy.
- Nebudu se fotit s letenkou před nástupem na dovolenou, v některých případech se dá např. pomocí QR kódu letenka stornovat.



Použité zdroje:

<https://www.helpguide.org/articles/addictions/smartphone-addiction.htm>

<https://www.policie.cz/clanek/preventivni-informace-sikana.aspx>

<https://www.internetembezpecne.cz/internetem-bezpecne/rizika-online-komunikace/kybergrooming/>

<http://www.nebudobet.cz/?cat=kybergrooming>

https://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogick%C3%BD_lexikon/K/Kybergrooming

<https://www.novinky.cz/internet-a-pc/bezpecnost/clanek/vyhrali-jste-iphone-trik-podvodniku-poznaji-jen-pozorni-40036414>

https://www.idnes.cz/mobil/tech-trendy/podvodne-volani-zmeskany-hovor-prozvoneni-vysoce-zpoplatneny-wangiri.A191119_121126_mob_tech_LHR

<https://pegi.info/>

Vanessa Rogers: Hry a aktivity pro zkoumání emocí

Vanessa Rogers: Kybersíkana



Spolufinancováno Evropskou unií
Nástroj pro propojení Evropy

Safer
Internet
Centrum | Česká
republika