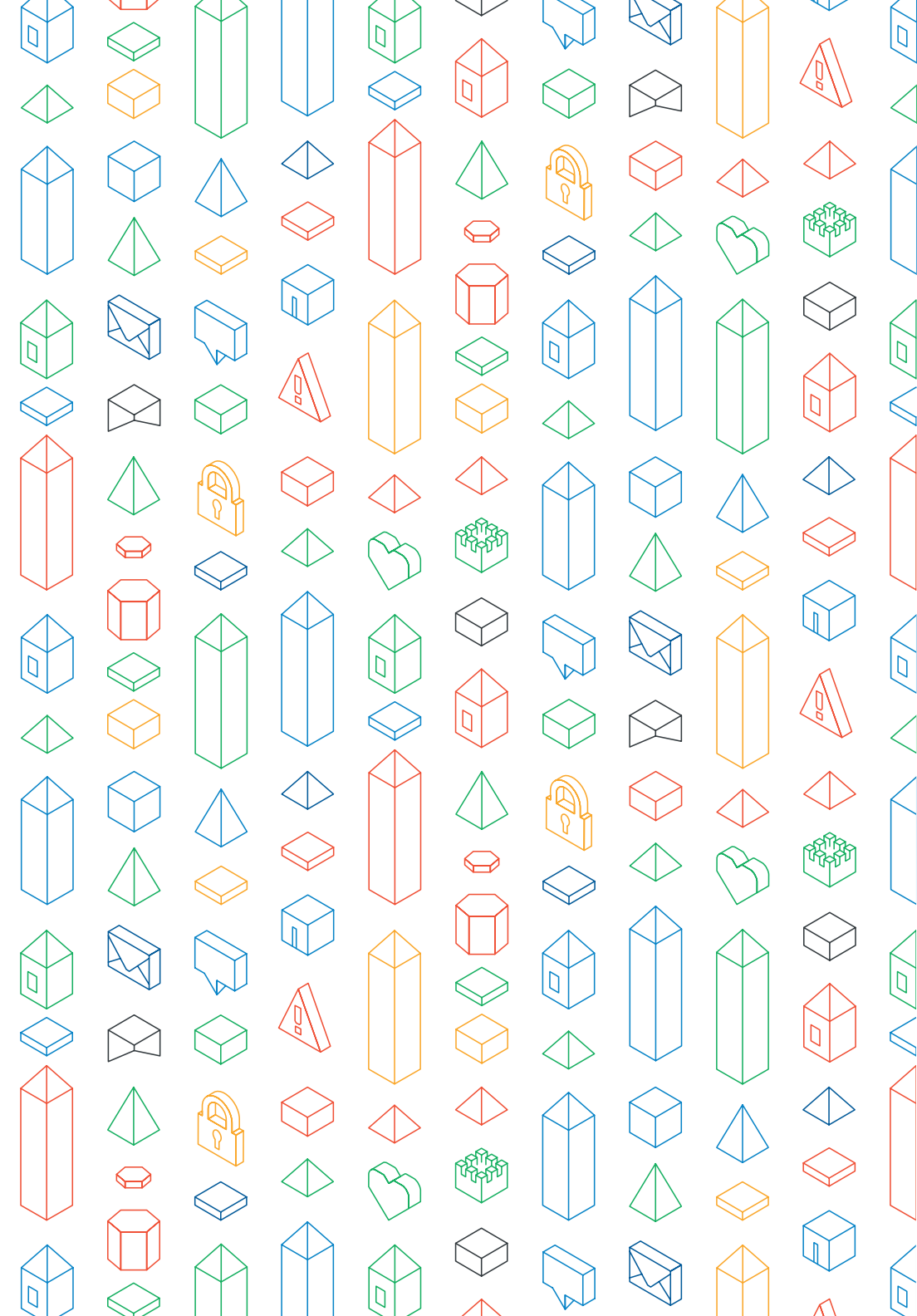


Ostražití Šikovní Silní Láskaví Odvážní

Spríevodca pre rodiny





Hrdinovia internetu.

Milí rodičia alebo opatrovníci, v minulosti sme vytvorili osnovy Hrdinova internetu pre pedagógov. Výučba digitálnej bezpečnosti a občianstva je dôležitou súčasťou dnešného školstva, ale základom vzdelávania každého dieťaťa zostáva domov. A to sa týka i zdravých návykov, ako pracovať s internetom.

Technológie sa vyvíjajú rýchlo a udržať s nimi krok nemusí byť vždy jednoduché. Túto príručku sme vytvorili pre rodiny, ktorým chceme uľahčiť zavedenie a precvičenie správnych digitálnych návykov v každodennom živote. Príručka obsahuje veľa praktických tipov a mala by vám a vašim deťom predstaviť päť oblastí internetového hrdinstva a pomôcť vám ich spoločne prediskutovať. Týmito oblasťami sú:

Ostražitosť: Zdieľajte s rozumom

Šikovnosť: Nenalette fejkom

Sila: Chráňte si svoje tajomstvá

Láskavosť: Láskavosť je cool

Odvaha: Ak máte pochybnosti, poradte sa

Každá z týchto oblastí je kľúčovou súčasťou programu Hrdinova internetu, ktorý sa používa čím ďalej vo viacerých školách u nás i vo svete. Ak sa vaše deti učia podľa programu Hrdinova internetu, táto príručka vám predstaví jeho základné princípy a pomôže vám upevniť u detí to, čo už vedia zo školy.

Doma si deti môžu znova zahrať Interland, interaktívnu online hru, ktorá je súčasťou programu Hrdinova internetu. Určite vám radi ukážu, ako sa hrá. Čo tak si ju zahrať s nimi?

Túto príručku sme vytvorili ako nezávislý zdroj, ktorý vysvetlí vašej rodine zásady internetovej bezpečnosti a občianstva. Ku každej z piatich lekcí sa viaže jedna kapitola hry Interland a každá z nich tiež obsahuje relevantnú terminológiu a námety na diskusie a aktivity. Vďaka nim získa vaša rodina prehľad o tom, ako sa správať na internete bezpečne a sebedovetne.

Užite si spolu objavovanie programu Hrdinova internetu pre rodiny!

Srdečne
tím programu Hrdinova internetu
a internauti ❤️





Bud'te internetoví Ostražitci

04

Zdieľajte s rozumom



Bud'te internetoví Šikovníci

10

Nenalette fejkom



Bud'te internetoví Siláci

14

Chráňte si svoje tajomstvá



Bud'te internetoví Láskavci

18

Láskavosť je cool



Bud'te internetoví Odvážlivci

23

Ak máte pochybnosti, porad'te sa



Google

29

Family Link

Zdieľajte s rozumom

Na internete sa informácie šíria rýchlo, a keď si nebudeme dávať pozor, ľahko sa dostaneme do situácie, ktorá môže mať negatívne následky.

Riešením je naučiť sa, ako a čo zdieľať s ľuďmi, ktorých poznáme, i s tými, ktorých nepoznáme.



Ciele

- ✓ **Pochopiť**, o aké informácie je dobré podeliť sa a aké by sa nemali zdieľať (alebo len v rámci rodiny).
- ✓ **Porozprávať sa** spolu o tom, čo by mali deti urobiť, keď si nie sú isté, čo môžu zdieľať a s kým.
- ✓ **Zistiť**, ako nahliadať na súkromie z rôznych perspektív.

Skôr ako začnete

Naše súkromie na internete závisí do značnej miery od toho, čo o sebe a svojej rodine zdieľame – obzvlášť na sociálnych sieťach. Jednou z najdôležitejších zručností u detí je vedieť, čo sa hodí a nehodí zdieľať. Je to zručnosť, ktorú rozvíjame skúsenosťami, a domov je ideálne miesto, kde začať.

Vo všetkých rodinách existujú dva druhy zdieľania: interné (čo zdieľame len so svojou rodinou) a externé (čo zdieľame s ostatnými ľuďmi). A pobažiť sa o nich znamená túto zručnosť rozvíjať.

Zdieľanie s rodinou:

V mnohých rodinách rodičia požičiavajú svoje zariadenia deťom, ktoré na nich hľadajú informácie, volajú si so starými rodičmi, nakupujú, hrajú hry alebo si prezerajú videá, keď robí rodič niečo iné. Je však dôležité pochopiť, o čo ďalšie sa človek delí, keď niekomu požičia telefón alebo notebook.

Keď dieťaťu požičiate svoj telefón, dávate mu tým do ruky i svoje nastavenia, kontakty, heslá a údaje o platobných kartách. Nie všetky informácie sú však vhodné na to, aby ich deti videli, používali alebo zdieľali. Deti môžu zariadenia rodičov použiť na sťahovanie aplikácií a sledovanie obsahu, s ktorými rodičia nemusia súhlasiť. Určite je dobré zamyslieť sa, či chcete v rámci rodiny poznať svoje heslá (pretože heslá by sa zdieľať všeobecne nemali). Cieľom tejto príručky je pomôcť vám informovane sa rozhodnúť tak, aby to fungovalo v rámci vašej rodiny čo najlepšie.

Zdieľanie mimo rodiny:

Naše online životy sa podobajú na tie skutočné: chránime určité osobné a rodinné informácie, ktoré nemusí vedieť nikto mimo rodiny. Nejde len o heslá a adresy, ale aj o zdanlivo bežné informácie, ako kedy a kam ideme na dovolenku alebo komu z rodiny sa narodilo bábätko.

Určite vám napadajú i ďalšie príklady. Na začiatok si prezrite slovník pre túto lekciu a potom sa ponorte do štyroch scenárov zaoberajúcich sa otázkou ochrany súkromia. Prejdite si ich s rodinou a dajte každému priestor povedať, čo sa mu zdá alebo nezdá vhodné zdieľať.

Slovník

Súkromie na internete

Všeobecný termín, ktorým sa obvykle označuje kontrola nad tým, aké údaje o sebe na internete zdieľate a kto všetko ich môže vidieť a zdieľať ďalej.

Digitálna stopa (alebo aj prezentácia na internete)

Vaša digitálna stopa zahŕňa všetky informácie, ktoré sa o vás na internete objavujú. Môže zahŕňať čokoľvek – fotky, audiozáznamy, videá, správy i „lajky“ a komentáre, ktoré ste napísali na profil priateľom. Tak ako na zemi zanechávate stopy všade, kam vkročíte, šľapajte

po vás zostávajú i v podobe príspevkov na internete.

Reputácia

Myšlienky, názory, dojmy i domnienky, ktoré si o vás vytvárajú druhí. Tu nikdy neviete, na čom ste, možno len to, že určite chcete pôsobiť pozitívne a sympaticky.

Osobné údaje

Údaje, ktoré niekoho konkrétne identifikujú, napríklad vaše meno, adresa, telefónne číslo, rodné číslo, e-mailová adresa a pod. Týmto údajom sa hovorí osobné (alebo citlivé). Skôr než niekde na internete podobné informácie zverejníte, vždy si to

poriadne rozmyslite.

Nadmerné zdieľanie

Zdieľanie veľkého množstva informácií na internete. Obvykle sa to týka situácií, keď niekto v určitej chvíli, napríklad v internetovej diskusii, zverejní príliš mnoho osobných údajov alebo jednoducho prezradí o vás veľa.

Nastavenia

Ide o súčasť akéhokoľvek digitálneho produktu, aplikácie, webových stránok a pod., kde môžete nastaviť alebo upraviť, čo zdieľate a ako má byť váš účet vedený (vrátane nastavenia súkromia).

Rodinná aktivita

Scenár 1

Scenáre ochrany súkromia: Čo by ste urobili?

Vaše deti majú veľkú radosť z nadchádzajúceho výletu k starým rodičom. A vy tiež. Jedno z detí si požičalo váš telefón a o výlete sa zmienilo na sociálnej sieti. Uviedlo i to, kedy presne a kam idete, pridalo fotky babičky a dedka a v príspevku označilo všetkých členov rodiny vrátane starých rodičov. Čo urobíte?

- Povieť dieťaťu, aby príspevok zmazalo. Zverejňovať dátum a miesto dovolenky na sociálnych médiách nie je múdre, pretože tým vlastne vraví celému svetu, že v tom čase nebude doma nikto.
- Spýtate sa ho, či mu babička s dedkom dovolili zdieľať ich fotky a označovať ich v príspevkoch.
- Pripomeniete mu, aby sa vždy spýtalo, skôr než na internete zverejní niečiu fotku a spomenie ho v príspevku.
- Povieť mu, že za vami môže kedykoľvek prísť, keď bude na pochybách, či je vhodné zdieľať niečo na internete.

Rada pre rodičov: O všetkých uvedených bodoch je dobré sa ako rodina porozprávať. Určite ste už deťom povedali, že nie je dobrý nápad všetkých upozorňovať, kedy nebudete doma. Deti by si však tiež mali uvedomiť, že každý má inak nastavené hranice týkajúce sa toho, čo chce, aby sa o ňom verejne zdieľalo.

Scenár 2

Vaša sestra vám práve oznámila, že je tehotná, a deti sú nadšené, že budú mať malú sesternicu alebo bratranca. Najstarší syn vám prišiel povedať, že nazdieľal fotku tety a strýka spolu s informáciou, že budú mať bábätko. Bohužiaľ, tesne predtým vám prišla od sestry správa: „Ako mama s otcom vedia, že čakám dieťa? Im som to ešte nepovedala!“ Čo urobíte?

- Porozprávate sa s deťmi o tom, že bábätko je skvelá novina, ale zároveň i veľmi osobná informácia. Povieť im, že ich nadšenie chápete, ale je na uvážení budúcej mamičky, kedy, ako a komu o tom povie.
- Povieť svojmu synovi (i jeho súrodencom), že to síce myslel dobre, ale príspevok musí okamžite zmazať, zavolať tete a ospravedlniť sa jej za to, že o nej niečo zdieľal bez jej zvolenia.

- Porozprávate sa ako rodina o rôznych typoch informácií, ktoré je v poriadku zdieľať na sociálnych sieťach. Preberiete spolu, o čo je vhodné podeliť sa s najbližšou rodinou, s ostatnými príbuznými, s kamarátmi alebo so všetkými ostatnými.

Rada pre rodičov: O uvedených veciach sa porozprávajte ideálne vtedy, keď na to bude vhodná situácia. Nemusíte sa ponáhľať, aby ste zvládli prebrať všetky body naraz. Nezasypte deti informáciami. Tieto lekcie sa veľmi nelíšia od toho, ako väčšina rodín učí deti o rešpekte k súkromiu. Jedným z cieľov tejto príručky je ukázať, že podobné zásady platia i na internete.

Scenár 3

Práve varíte večeru a vaša desaťročná dcéra vám príde povedať, že už má hotové všetky domáce úlohy a veľmi by si chcela zahrať jednu hru, o k torej hovoria hádam všetci jej kamaráti. Prosí vás, aby ste jej dovolili hru stiahnuť do vášho tabletu a hrať, kým nebude večera. Tu je pár vecí, ktoré stoja za zváženie:

- Pre požičiavanie tabletu máte nastavené pevné pravidlá – napríklad nemeniť heslá, nikomu nevolať ani nesťahovať žiadne aplikácie bez vášho dovolenia. Nikdy vám neklamala o tom, čo chce na vašom tablete robiť, a tak jej povedzte, že si hru môže stiahnuť a zahrať.
- Neviete isto, či všetky hry, ktoré hrajú jej kamaráti, sú určené pre deti ako ona, preto jej povedzte, že si hru môže stiahnuť, ale musí počkať, kým si ju po večeri vyskúšate a uistíte sa, že je pre ňu vhodná.
- Zdá sa vám v poriadku, aby si hru stiahla, ale v rodine ste sa dohodli, že budete k požičiavaniu zariadení pristupovať obozretne a nebudete si hovoriť heslá ani medzi sebou. A tak dcére poviete, nech vám donesie tablet, že jej ho odomknete.
- Dcéra pozná vaše heslo, ale vy si chcete o hre najprv niečo zistiť. Hra teda musí počkať až po večeri. Dôverujete dcére, že si dovedty nájde inú zábavu.

Rada pre rodičov: Vy sami sa rozhodnite, ktorá z možností sa vám zdá najvhodnejšia. Záleží na tom, ako máte doma nastavené pravidlá, aby bolo surfovanie po internete bez rizika a vaše zariadenia zostali zabezpečené. Ak zatiaľ nemáte žiadne pravidlá týkajúce sa hesiel, požičiavania zariadení, sťahovania aplikácií a hrania hier, skúste niektorú z možností vyskúšať. Možno sa u vás doma ujmie.

Scenár 4

Dcéra vám povie, že jedna jej spolužiačka zdieľala na sociálnej sieti niečo o jej najlepšej kamarátke. Šlo o pravdivú informáciu, ale bolo to tajomstvo a príspevok jej kamarátku uviedol do trápnej situácie. Dcéra vraví, že jej bolo kamarátky veľmi ľúto. Čo urobíte?

- O situácii sa porozprávate až vtedy, keď sa zide celá rodina. Spýtate sa každého, čo pre neho znamená súkromie – na internete i offline. Prečo je dôležité rešpektovať a chrániť súkromie ostatných rovnako, ako chránime to svoje?
- Spýtate sa dcéry, či nechce kamarátke poradiť, aby spolužiačku požiadala o zmazanie príspevku a vysvetlila jej, prečo to od nej chce. Samozrejme, že sa dcéry opýtate i na to, či by chcela takúto vec urobiť.
- Skúsate obe spomenuté možnosti.

Rada pre rodičov: Sociálne médiá nám môžu dať veľa životných lekcií. Či už negatívna situácia nastala na internete, alebo v reálnom živote, prediskutujte ju ako rodina a spolu rozhodnite, čo je najvhodnejšie urobiť. Je to skvelá príležitosť, ako deti poučiť.

Buďte internetoví
Ostražítci



Hora ostražitosti

Super! Ste vyzbrojení informáciami a o zdieľaní viete toho už veľa. Lenže čo takto svoje znalosti ešte otestovať, skôr než sa vydáte na cestu a dobyjete celý internet? V hornatom strede Interlandu sa všetci stretávajú a ich cesty sa krížia. Tu si svoje nové zručnosti poriadne precvičíte.

Musíte však stále dávať pozor, čo a s kým zdieľate. Informácie cestujú rýchlosťou svetla a jeden z vašich známych internautov zdieľa všetko, čo mu príde pod ruku.

Na počítači alebo mobilnom zariadení spustíte prehliadač a navštívte goo.gle/HrdinoviaInternetu

Nenalet'te fejkom

Je dôležitú, aby si deti uvedomili,
že to, čo objavia na internete, nie je
vždy pravda, skutočnosť alebo fakt.

Kľúčovou zručnosťou digitálneho
občianstva a bezpečnosti je
rozpoznať, čo je skutočné
a čo predstierané.



Ciele

- ✔ **Pochopiť**, že to, čo je na internete, nemusí byť vždy pravda.
- ✔ **Zistiť**, ako funguje vyhľadávanie na internete a prečo je dôležité pristupovať k webovému obsahu kriticky a riadiť sa heslom „dôveruj, ale preveruj“.
- ✔ **Zamyslieť sa** nad kvalitou výsledkov vyhľadávania, webov a iných zdrojov informácií a byť na pozore pred klamlivými správami, tzv. fake news, a manipuláciou.

Skôr ako začnete

Bez vyhľadávania na internete si dnešný život už takmer nevieme predstaviť. Prirodzene sa stáva aj súčasťou rodinného života – oveľa skôr, než deti začnú chodiť do školy. Naučiť sa kriticky posudzovať výsledky vyhľadávania a pochopiť, ako fungujú vyhľadávače, je jednou z najzákladnejších a najužitočnejších zručností, ktoré môžu rodiny spoločne získať.

Čo je to „vyhľadávanie“?

| Vyhľadávajte



Internetové vyhľadávanie umožňuje ľuďom získavať informácie z webu pomocou vyhľadávača, ktorý tieto informácie triedi, aby sa dali jednoduchšie a rýchlejšie nájsť. Väčšina moderných zariadení dokáže vyhľadávať, ale už nevedia rozlíšiť pravdu od ľži ani posúdiť spoľahlivosť zdroja. Tu stále vedie ľudská inteligencia. I tak to však chce tréning, aby sme si vypestovali cit na posúdenie vierohodnosti zdrojov. Vyskúšajte si aktivity za slovníkovou sekciou – pomôžu vašej rodine vyhľadávať šikovne.

Slovník

Vyhľadávač

Program, ktorý vyhľadáva a rozpoznáva informácie v databáze, ktoré zodpovedajú požiadavke používateľa.

Webový crawler

Ide o „internetového bota“ – program, ktorý beží v softvéri vyhľadávača a neustále prechádza internet s cieľom usporiadania či „indexovania“ obsahu nájdeného na weboch a v databázach, ktoré navštívi. Vďaka tomu môže potom vracaať výsledky pre požiadavky, ktoré zadáte do vyhľadávacieho poľa.

Digitálny asistent

Rovnako ako webový crawler, aj digitálny asistent prechádza vyhľadávacie databázy, informácie o používateľoch a weby. Uľahčuje používateľom prácu tým, že im automaticky odpovedá na otázky, vybavuje

priказы (vie napríklad nájst trasu k domu nového spolužiaka) a zvláda aj iné jednoduché akcie (napríklad prehrať pesničku).

Výsledky vyhľadávania

Zoznam webových stránok a ďalších zdrojov zobrazených na stránke vyhľadávača podľa toho, čo používateľ hľadal.

Bezpečné vyhľadávanie

Funkcia, pomocou ktorej môžu rodičia odfiltrovať z výsledkov vyhľadávania nevhodný obsah. Dá sa kedykoľvek zapnúť a vypnúť.

Klamlivá správa

Lživá, falošná, zavádzajúca alebo nepresná informácia.

Dezinformácia

Klamlivá správa (pozrite vyššie), ktorej cieľom je

podviesť používateľa alebo ho uviesť do omylu. Patrí sem i politická propaganda.

Overiteľný (verifikovateľný)

Niečo, pri čom je možné preukázať alebo inak zistiť, že je to pravdivé či presné.

Klamlivosť

Falošnosť, nepravdivosť; akcia alebo správa, ktorá má niekoho oklamať, obalamutiť, prekabátiť alebo uviesť do omylu.

Manipulácia

Nepoctivé, nečestné alebo násilné ovládnutie alebo ovplyvnenie druhej osoby či udalosti. To, čo nájdete na internete (informácie, údaje, fotky), môže byť upravené alebo prezentované tak, aby ste uverili niečomu, čo nie je pravda.

Rodinná aktivita

Naučte sa vyhľadávať šikovne

- Keď sa zide celá vaša rodina, zapnite tablet alebo počítač (stačil by i mobilný telefón, ale na malý displej nemusia všetci dobre vidieť). Spustte svoj obľúbený vyhľadávač.
- Uistite sa, že je zapnutá funkcia bezpečného vyhľadávania. (Obvykle ju nájdete v nastaveniach alebo predvoľbách vyhľadávača.)
- Zvoľte tému, ktorá vaše dieťa zaujíma (profesionálni športovci, obľúbená udalosť, herci alebo interpreti, film, kniha...), a napíšte ju do vyhľadávacieho poľa.
- Rozklikávajte rôzne výsledky vyhľadávania. Vyskúšajte weby,

ktoré sa vám zobrazili medzi prvými, ale i tie, ktoré sa nachádzajú až na ďalších stránkach s výsledkami. Spýtajte sa detí, ako vnímajú najlepšie umiestnené weby a čo si myslia o tých na ďalších stránkach. Pripadajú im všetky rovnako dôveryhodné? Prečo áno alebo nie?

- Sú medzi výsledkami vyhľadávania nejaké, na ktoré vy alebo vaše deti neklikáte? Prečo? (Sú to sponzorované výsledky, teda reklamy? Sú nejaké zdroje, ktorým sa vyhýbate? Prečo?)
- Porozprávajte sa o zdroji a kvalite informácií, stránke „O nás“ na danom webe a pod.
- Tu je pár príkladov otázok, ktoré si môžete navzájom položiť: Ak ste hľadali celebrity, umelcov alebo športovcov, je obsah pozitívny (takže ho možno spravujú sponzori alebo fanúšikovia)? Ak je obsah negatívny alebo kritický, dokážete povedať, prečo je daná osoba kritizovaná (môže vám napovedať stránka „O nás“ alebo informácie o majiteľovi webu)? Nech je už sentiment akýkoľvek, viete určiť, či autori obsahu čerpajú z faktov, alebo sa len delia o svoj subjektívny názor? Ak ide o spravodajský portál, je to známy web, ktorému môžete dôverovať? Ak nie, skúste si tento portál vyhľadať a zistiť, či podáva skôr objektívne a vyvážené, alebo jednostranne zamerané informácie.
- Ako rodina určite vymyslíte i ďalšie otázky. A klásť si otázky nie je nikdy na škodu! Kritické uvažovanie o zdrojoch, ktoré nachádzame medzi výsledkami vyhľadávania, je základom digitálnej gramotnosti a nevyhnutným prvým krokom k tomu, aby sme mohli surfovať na internete bezpečne.

Buďte internetoví
šikovníci



Rieka reality

Teraz, keď už viete, ako sa správať na internete šikovne, si svoje znalosti otestujte. Na rieke, ktorá preteká Interlandom, plávajú fakty i výmysly. No nie všetko je vždy také, aké sa zdá na prvý pohľad. Len keď vezmete rozum do hrsti, máte šancu prekonať pereje.

V počítači alebo mobilnom zariadení spustíte prehliadač a navštívte goo.gle/HrdinoviaInternetu

Chránite si svoje tajomstvá

Bezpečnosť vašich informácií, účtov a zariadení je rovnako dôležitá ako vaše súkromie. Silné heslá, ktoré s nikým nezdieľate, pomôžu členom rodiny ochrániť ich zariadenia, identitu, povest i vzťahy.



Ciele

- ✔ **Pochopiť**, prečo je digitálna bezpečnosť taká dôležitá a ako ju zaistiť.
- ✔ **Dozvedieť sa**, ako vytvoriť silné heslo.

Skôr ako začnete

Vedeli ste, že v roku 2017 boli najčastejšie používanými heslami „123456“ a „heslo“? Heslá chránia naše bezpečie, zariadenia, identitu, povosť a vzťahy. Slabé heslo uľahčí zločincovi prístup k našim informáciám. Jednou z najdôležitejších vecí, ktoré teda môžeme svojim deťom vštepiť, je dôležitosť silného hesla.

Tu sú kľúčové tipy, ako si vytvoriť silné heslo:

- Heslo by ste si mali ľahko zapamätať, ale nepoužívajte osobné informácie, ako je dátum narodenia alebo meno domáceho miláčika.
- Používajte kombináciu veľkých písmen, malých písmen, symbolov a čísel.
- Namies+0 niek+0rých písm3n p0uži+3 \$Ymb0IY (ako my v tejto vete). Má to dve výhody: samotné heslo si ľahko zapamätáte, ale pre program bude oveľa zložitejšie rozlúštiť ho.
- Osem a viac znakov. Čím viac, tým lepšie!
- Heslá striedajte. Hlavne nepoužívajte rovnaké heslo na mnohých rôznych weboch a zariadeniach. Môžete však použiť variácie jedného hesla pre rôzne účty.
- Na svojich zariadeniach vždy používajte zámok obrazovky.
- Použite správcu hesiel. Je to aplikácia alebo funkcia, ktorá si pamätá heslá za vás (väčšina moderných prehliadačov takúto funkciu má).

Slovník

Bezpečnosť

Ochrana zariadení, informácií v nich a softvéru, ktorý je v nich nainštalovaný.

Heslo

Tajná kombinácia písmen, čísel a symbolov, ktorá slúži napríklad na prístup do zariadenia alebo služby. Môže mať rôznu podobu, napríklad štvormiestny číselný kód, ktorým odomykáte telefón alebo tablet, alebo zložitejšie heslo k e-mailu, online bankovníctvu či účtu na sociálnej sieti. Všeobecne by ste mali vytvárať čo najzložitejšie heslá, aké si dokážete zapamätať.

Dvojfázové overenie

(Niekdý tiež dvojfaktorové alebo dvojkrokové overenie)

Bezpečnostný proces, ktorý vyžaduje na prihlásenie nielen heslo a používateľské meno, ale zároveň niečo, čo vy (a nikto iný) fyzicky vlastníte. Táto metóda má sťažiť útočníkom prístup k vašim údajom a identite a ochrániť ich pred krádežou. Príkladom je účet, ktorý vyžaduje okrem hesla ešte zadanie časovo obmedzeného kódu zaslaného do telefónu alebo e-mailu.

Šifrovanie

Proces, ktorý chráni vaše informácie (napríklad správy, ktoré pošlete niekomu na internete) tým, že dáta zakóduje, aby sa nedali jednoducho dešifrovať.

Komplexnosť

Cieľ pri vytváraní bezpečného hesla. Heslo je komplexné, ak obsahuje súčasne čísllice, špeciálne znaky (napríklad \$ alebo &) a veľké i malé písmená. Čím viac znakov heslo má, tým je komplexnejšie.

Hackeri

Osoby, ktoré sa prostredníctvom počítača snažia získať nedovolený prístup k zariadeniam a dátam cudzích ľudí alebo organizácií.

Rodinná aktivita

Vytvorte si spoločne silné heslá

Poznámka, skôr ako s touto aktivitou začnete:

Toto cvičenie je pre celú rodinu, takže vám odporúčame, aby ste si pripravili dve heslá: jedno, ktoré budete skutočne používať, ale necháte si ho pre seba, a druhé, ktoré prezradíte ostatným v rámci tohto cvičenia. Prečo? Pretože chceme, aby ste si zvykli na to, že heslo sa neprezrádza nikomu. Bodka. Ani najlepšiemu kamarátovi, ani sesternici, ani najbližšej rodine. Heslo je skrátka súkromná vec.

Niektorým ľuďom (napríklad rodičom) dáva heslo určité oprávnenia a iným (deťom) bráni v prístupe. Kto pozná vaše heslo, môže si z vás

vystreliť, vydávať sa za vás, strápníť vás pomocou vášho zariadenia alebo vám založiť falošný profil.

1. Vymyslite si vtipnú alebo originálnu hlášku, vetu alebo udalosť, ktorú si ľahko zapamätáte. Môže obsahovať napríklad obľúbený rodinný film, detskú knihu, školu jedného z detí alebo rok, kedy ju dokončí.

Príklad: Skejťák Tom dokončí ZŠ J. A. Komenského v roku 2023.

2. Použite len prvé písmená niektorých alebo všetkých slov v tejto vete.

Príklad: SkejťákTomdokončíZŠJAKvr23

3. Niektoré z písmen zmeňte na čísla a niektoré na symboly.

Príklad: Sk3jtákT0md0k0nč!ZŠJAKvr23

4. Dbajte na to, aby sa v hesle vyskytovali veľké i malé písmená.

Príklad: Sk3jtákT0md0k0nč!ZšJaKvr23

A je to! Spoločne ste vytvorili extra silné heslo.

A čo ďalej? Slúbate si, že vaše heslá budú pevné ako skala, budete ich občas obmieňať a nikomu ich neprezradíte. Ak si zariadenia navzájom požičiavate, povedzte si, komu dané zariadenie patrí (a s ním i heslo k nemu). Keď bude chcieť niekto toto zariadenie použiť, jeho majiteľ ho bude musieť odomknúť.

Veža pokladov

Už viete, ako ochrániť svoje informácie. Tak čo, máte i na to, aby ste sa stali internetovými Silákmi? S.O.S.! Veža pokladov je odomknutá, takže všetky internautove cennosti (kontaktné údaje a súkromné správy) sú v ohrození!

Pomocou silných hesiel oklamte hackerov a postavte pevnosť, kde budú vaše tajomstvá raz a navždy v bezpečí.

V počítači alebo mobilnom zariadení spustte prehliadač a navštívte goo.gle/HrdinoviaInternetu

Bud'te internetovi
Siláci



Láskavosť je cool

Internet je úžasným nástrojom na komunikáciu a ľudia nemusia surfovať ďaleko, aby si všimli, že táto platforma môže byť (a je) plná inšpirácie a povzbudzujúcich informácií, ale tiež šokujúcich a neznášanlivých komentárov a názorov. Internet sám osebe, bohužiaľ, nedokáže odlišiť láskavosť od krutosti.

A preto ste tu. Deti čerpajú internetové návyky hlavne v rodine. Rodičia môžu ísť príkladom a naučiť deti pomáhať kamarátom alebo bojovať proti negativite a kyberšikane. A tiež im môžu vštepiť pravidlo „správaj sa k ostatným tak, ako chceš, aby sa oni správali k tebe“.



Ciele

- ✔ **Povedať si**, čo pre vašu rodinu znamená pozitívne sa správať.
- ✔ **Pochopiť**, ako vyzerá pozitivita a ako na internete šíriť láskavosť.
- ✔ **Identifikovať situácie**, kedy je namiesto online komunikácie lepšie počkať na osobné stretnutie a kedy požiadať rodiča alebo staršieho súrodenca o pomoc.

Skôr ako začnete

Keď nastane problém (a to sa na internete stane úplne jednoducho, i keď často nie úmyselne), sú to práve členovia rodiny, u ktorých dieťa nachádza najviac pochopenia, odpustenia a rád, ako sa poučiť z chýb. Preto je rodina i najlepším miestom, kde začať trénovať rešpekt, láskavosť a pozitivitu na internete. Rodina pomôže, keď je niekto na internete zlý (často len tým, že dieťa vypočuje). Rodinní príslušníci sa môžu navzájom podporovať v tom, aby sa správali ako „zástancovia“: aby bránili a podporovali obeť krutého alebo zlého „správania sa.“

Ak ste to ešte neurobili, porozprávajte sa o tom, aké kroky a správanie považujete za dôležité. Pohovorte si o tom, ako sa vaša rodina správa k iným ľuďom. Popremýšľajte, ako sa to prejavuje na internete: vo vašich správach, príspevkoch, komentároch, pri fotkách a videách.

Pripravili sme pre vás slovníček, ktorý vám pomôže pochopiť pozitívne a negatívne správanie. Rodinná aktivita vám potom ukáže, aký vplyv môžu mať internetové správy, ktoré občas píšeme a odosielame tak trochu unáhle.

Slovník

Šikana

Úmyselné zlé správanie, ktoré sa väčšinou opakuje. Obeť šikany sa obvykle nedokáže dobre brániť.

Kyberšikana

Šikana, ktorá prebieha na internete alebo pomocou digitálnych zariadení. Kyberšikanou sa rozumie zasielanie a zdieľanie negatívneho, zákeřného, živého alebo zlého obsahu a tiež zdieľanie osobných alebo súkromných informácií o obeti, ktorých cieľom je verejné zahanbenie alebo poníženie.

Obťažovanie

Všeobecnejší termín než šikana. Môže mať mnoho podôb (obťažovanie, dotieranie, zastrasovanie, zosmiešňovanie a pod.) a môže k nemu dochádzať i na internete.

Konflikt

Hádka alebo nezhoda, ktorá sa nemusí nutne opakovať.

„Dráma“ alebo scény a zlomyseľnosť

Neformálny pojem, používaný skôr študentmi, než dospelými. Odkazuje na rôzne typy správania od snahy upozorniť na seba cez šírenie klebiet až po dlhodobejší konflikt medzi dvomi či viacerými študentmi, ktorý môže byť v závažnejších prípadoch i fyzicky nebezpečný a emočne

skľučujúci. Od šikany sa líši v tom, že obvykle nedochádza k nerovnomernému postaveniu aktérov – obaja sa striedajú v role obeť i agresora. To neznamená, že toto správanie medzi študentmi je neškodné alebo že sa nebude stupňovať. Postupne môže vyšumieť alebo sa vyriešiť, môže však tiež vyžadovať zásah niekoho zvonka.

Agresori

Osoby, ktoré niekoho obťažujú alebo šikanujú.

Obete

Osoby, ktoré sú šikanované, obťažované alebo diskriminované.

Prizerajúci sa

Svedkovia obťažovania alebo šikany, ktorí vedia, o čo ide, ale nijako nezasahujú do situácie – či už z ľahostajnosti, alebo zo strachu, že sa agresori obrátia proti nim.

Zástancovia

Svedkovia obťažovania alebo šikany, ktorí sa verejne alebo súkromne zastanú obeť, a niekedy sa i pokúsia vzniknutý incident zastaviť alebo nahlásiť.

Zablokovanie

Spôsob, ako na internete s niekým ukončiť interakciu (bez toho, aby ste ho na to upozornili) a znemožniť mu prezerat si váš profil, posielat vám správy, vidiet vaše príspevky a pod. Zablokovanie síce agresorom znemožni online kontakt (prostredníctvom danej služby), ale nemusí zabrániť ďalšiemu obťažovaniu. U agresorov je bežné, že príspevky o deťoch zdieľajú ďalej aj v prípade, že ich obeť ignoruje.

Umlčanie, skrytie či stlmenie

Menej definitívna akcia než zablokovanie. Ak vás niečie príspevky či komentáre obťažujú, môžete ich na sociálnej sieti skryť bez toho, aby sa o tom dotyčný dozvedel. On zároveň vaše príspevky uvidí ďalej. Ak vás však ďalej šikanuje, býva lepšie úplne ho zablokovať.

Trollovanie, trolenie

Zverejňovanie príspevkov alebo komentárov, ktoré sú naschvál kruté, urážlivé alebo provokatívne.

Nahlásiť zneužitie

Pomocou nástrojov alebo systémov sociálnych sietí môžete nahlásiť obťažovanie, šikanu, vyhrážky, či iný škodlivý obsah, ktorý je v rozpore so zmluvnými podmienkami danej služby alebo s pravidlami komunity.

Rodinná aktivita

Č. 1: Dbajte na správny tón

Tón správy alebo príspevku je jeho alfou a omegou. Na príjemcu môže pôsobiť pozitívne alebo negatívne. Pretože rodičia a deti si píšu a chatujú takmer neustále, a navyše sa dobre poznajú, nevzniká u nich taká výrazná potreba premýšľať, ako ich správu pochopí druhá strana. Pre nás a našich blízkych sú správy len jedným z mnohých spôsobov, ako sa porozprávať a prehĺbiť vzájomné puto. Lenže tí, ktorí nás tak dobre nepoznajú, môžu našu správu alebo smajlíka pochopiť úplne inak, než aký bol náš pôvodný zámer. Preto máme pre vás jednoduchú aktivitu, na ktorej to uvidíte sami.

1. Keď sa zide celá rodina, prineste si dva alebo viac telefónov a spustíte chatovaciu aplikáciu, ktorú medzi sebou používate. Aspoň dvaja z vás si teraz začnú písať. Vyberte si tému, ktorú doma skutočne riešite, alebo si nejakú vymyslíte. Napríklad čo budete robiť cez víkend, ako bolo dnes v škole, čo majú nové známi a pod.
2. Konverzáciu nahlas prečítajte určitým tónom – veselo, smutne, naštvane atď.
3. Porozprávajte sa o tom, čo ste si všimli, keď sa konverzácia čítala. Aké ste mali pri tom pocity? Čo myslíte, že by si myslel alebo ako by sa cítil niekto mimo vašej rodiny? Ako by sa dali vaše správy preformulovať? Určite vám napadnú ďalšie otázky – smelo do toho :).
4. Potom si dvaja rôzni členovia rodiny začnú písať iným tónom, než aký mala prvá konverzácia – napríklad naštvane alebo smutne. Prečítajte správy nahlas a pobavte sa o tom, ako ich každý vnímal.

Č. 2: Čo môžu deti urobiť so sociálnou negatívnou

Tu je niekoľko diskusných bodov (a otázok na deti) o tom, aké sú v škole vzťahy. Ktoré body sú pre vašu rodinu najaktuálnejšie?

- Spravajú sa deti v škole k tebe pekne a milo?
- Spomenieš si na nejakú situáciu, keď sa správali k niekomu zle alebo škaredo a to opakované či dlhodobo?
- Poznáš deti, ktorým sa to stalo?
- Povieš mi, keby sa k tebe správali zle? (Ak nie, tak prečo?)
- Ak bol obeťou zlého správania niekto iný, ako si sa pri tom cítil/cítila?

- Ako si sa zachoval/zachovala?
- Deje sa to i na internete? Vraj takéhoto človeka môžeš stlmiť alebo zablokovať. Ukážeš mi, ako sa to dá urobiť? Pomohlo by to? Ak nie, dokážeš mi vysvetliť prečo?
- Ak si neurobil/neurobila nič: praješ si, aby si vtedy zakročil/zakročila?
- Čo si myslíš, že urobíš, ak sa to stane znovu?
- Myslíš si, že by ti toto pomohlo, keby si bol/bola v pozícii obeť ty?
- Myslíš si, že môžeš niekomu pomôcť len tým, že sa budeš správať k nemu dobre alebo ho vypočuješ?
- Vieš, že keď sa na internete stretneš so zlým príspevkom a budeš ho zdieľať ďalej, môže to situáciu obeť ešte zhoršiť?
- Keby niekto na internete ubližoval tvojim kamarátom, pomohol/pomohla by si mu?
- Ako by sa to dalo urobiť? Dalo by sa upozorniť na zlé správanie (ale neútočiť na agresora)? Napísať o obeť niečo pekné? Napísať obeť správu, že za ňou stojíš? Napísať správu svojim spolužiakom a požiadať ich, aby verejne alebo súkromne obeť podporili?

Byť zástancami niekedy znamená byť jednoducho len kamarátmi toho, kto zažíva šikanu: vypočuť ho, byť k nemu milí a dobrí alebo mu proste iba povedať, že môže s vami počítať.

Buďte internetoví
Láskavci



Kráľovstvo láskavosti

Nálada môže byť dobrá i zlá, ale vždy je nákazlivá. I v najslnečnejších častiach mesta sa nájdu agresori, ktorí šíria okolo seba negatívu.

Blokujte a nahlasujte agresorov, aby neprevzali vládu nad mestom. Pritom sa správajte láskavo k ostatným internautom, aby sa do krajiny opäť vrátili pokoj a mier.

V počítači alebo mobilnom zariadení spustte prehliadač a navštívte goo.gl/HrdinoviaInternetu

Ak máte pochybnosti, porad'te sa

Je dôležité dať deťom najavo, že keď sa na internete stretnú s nevhodným obsahom alebo správaním, ktoré sú im nepríjemné, nie sú v tom sami. Platí to obzvlášť v situáciách, ktoré ubližujú im alebo niekomu, na kom im záleží.

Pre deti by malo byť automatické požiadať o pomoc vás alebo niekoho iného z rodiny, komu dôverujú. Mali by tiež vedieť, že odvaha a proaktivita majú veľa podôb – na internete sú to nástroje na nahlásenie nevhodného obsahu, v skutočnom svete často stačí o probléme niekomu povedať.



Ciele

- ✓ **Podporiť** deti v tom, aby požiadali o pomoc, keď sa stretnú s negatívnym správaním alebo nepríjemnou situáciou. Ukázať im, že podporiť ostatných a požiadať o pomoc je prejavom odvahy a môže to vyriešiť problematickú situáciu.
 - ✓ **Vedieť rozlíšiť**, či je o situácii potrebné niekomu povedať, alebo ju stačí len nahlásiť v rámci webovej služby, prípadne oboje.
 - ✓ **Pochopiť**, aké sú možnosti pomoci – na internete i mimo neho.
-

Skôr ako začnete

Vašej rodine sa môže hodiť jasný plán alebo postup pre prípad problematickej situácie na internete. Nemusí to byť nič zložité – stačí sa spoločne zamyslieť, prečo a ako požiadať o pomoc. Tu je zopár užitočných tipov:

- Spoločne si opíšete rodinné hodnoty. Napríklad takto: „V našej rodine sa správame k ľuďom _____, a to na internete i mimo neho“ (na prázdne miesto dopíšete slová, ktoré zodpovedajú vašim hodnotám a želanému správaniu – napríklad „s rešpektom“, „milo“ alebo „slušne“).
- O veciach hovorte spolu otvorene a z domova urobte bezpečné miesto na diskusiu o tom, čo sa deje v škole a na internete.
- Často sa bavte o tom, akú hodnotu a dôležitosť majú vo vašej rodine rôzne technológie, ktoré používate na komunikáciu, zábavu, prácu, hranie sa, socializáciu a podobne. Hovorte i o pravidlách na ich používanie.
- Povedzte si, aký má vaša rodina postoj a zásady týkajúce sa toho, kedy a ako je prijateľné používať rôzne zariadenia a médiá.

Slovník

Protokol

„Oficiálne“ pravidlá. V tejto príručke sa nimi myslí dohodnutý postup vašej rodiny, keď sa deti na internete stretnú s nepríjemnou situáciou.

Dôvera

Silná viera v spoľahlivosť alebo dôveryhodnosť služby alebo človeka.

Odvaha

Statočnosť, ktorá nemusí vždy znamenať, že daný človek vôbec nepozná strach. Statoční sú hlavne ľudia, ktorí požiadajú o pomoc alebo urobia niečo pozitívne, i keď majú strach alebo sú nervózni.

Nahlásiť zneužitie

V tejto príručke používame tento termín na nahlásenie problémov s internetovými aplikáciami a službami. Väčšina z nich má k tomu vlastné nástroje či systémy.

Rodinná aktivita

Č. 1: Spísanie rodinného protokolu pre prípad nepríjemných situácií na internete

Spoločne sa posadzte a nahlas si prečítajte nasledujúce scenáre. Ak vám napadnú ďalšie, pokojne pridajte i tie. Za každým scenárom nájdete 3 prázdne polia a 3 zaškrťavacie políčka. Ako rodina vyberete, či chcete problém nahlásiť na internete, rovno o ňom povedať členovi rodiny, alebo oboje. Ak si nie ste istí, spoločne sa o tom porozprávajte. Rôzni členovia rodiny môžu mať rôzne názory, ale práve to vám pomôže objasniť, ako k digitálnym dilemám ako rodina pristupovať. Ak ste zaškrtili políčko na nahlásenie členom rodiny, zapíšte do prázdnych polí ich mená. Na prvé miesto môžete napríklad napísať rodičov a na druhé a tretie miesto meno alebo prezývku niekoho, kto zaujme jeho miesto, ak rodič nie je práve k dispozícii.

Na žiadnu z týchto situácií neexistuje jedna správna odpoveď ani skupina odpovedí. Táto aktivita vám má len pomôcť načrtnúť a odsúhlasiť plán, ktorý vašej rodine sadne. Jasne spísané kroky, aj keď len neformálne, zbavia deti pochybností a podporia ich v proaktívnej komunikácii.

Situácia 1: Nieкто zo školy dáva na sociálnu sieť anonymne veľa nepekých komentárov o kamarátke vašej dcéry. Dcéra tuší, kto je za tým, ale nie je si istá. Akú možnosť by ste vybrali? Čie mená by ste zapísali do prázdnych polí? Ak sa nezhodnete, o situácii a jej riešení sa porozprávajte.

- ⑤ Nahlásiť problém na internete _____
- ⑤ Rovno o probléme povedať rodine _____
- ⑤ Oboje _____

Situácia 2: Deti: Predstavte si, že na internete narazíte na veľmi nevhodné fotky. Čo urobíte? Rodičia: Čo by ste chceli, aby vaše deti urobili?

- ⑤ Nahlásiť problém na internete _____
- ⑤ Rovno o probléme povedať rodine _____
- ⑤ Oboje _____

Situácia 3: Bratranec dá na sociálnu sieť skupinovú fotku z veľkej rodinnej oslavy, ale jednému z členov rodiny sa vôbec nepáči, ako na fotke vyzerá. Požiadali by ste o pomoc? Alebo by ste problém nahlásili?

Sondujte: Ak na jednu z možností odpoviete „áno“, za kým by ste šli alebo ako by ste problém nahlásili?

- ⑤ Nahlásiť problém na internete _____
- ⑤ Rovno o probléme povedať rodine _____
- ⑤ Oboje _____

Situácia 4: Jedno z detí pozerá animované video. Zrazu sa vo videu objaví divný obsah, ktorý rozhodne nie je určený pre deti. Dieťaťu je situácia nepríjemná. Keď sa rozhodnete, čo je najlepšie urobiť, porozprávajte sa o tom, čo sa dá spraviť v budúcnosti, aby ste sa takýmto nepríjemným prekvapeniam vyhli.

- ⑤ Nahlásiť problém na internete _____
- ⑤ Rovno o probléme povedať rodine _____
- ⑤ Oboje _____

Situácia 5: Jedno z detí hrá online hru s kamarátmi a niekto, koho nikto z hráčov nepozná, s nimi začne chatovať. Ten človek nie je zlý, iba ho nikto nepozná. Rozhodnite, čo robiť. Nahlásiť ho? Povedať o ňom niekomu z rodiny?

- ⑤ Nahlásiť problém na internete _____
- ⑤ Rovno o probléme povedať rodine _____
- ⑤ Oboje _____

Rozveďte to ďalej: Mali by hráči z vašej rodiny tohto človeka ignorovať? Alebo by mali prejavíť láskavosť a zistiť, kto to je? Aké pre a proti má každý variant?

Situácia 6: Jedno z detí objaví na sociálnej sieti komentár spolužiaka, že na druhý deň sa pobije s iným žiakom v jedálni. Porozprávajte sa ako rodina o tom, čo by malo dieťa spraviť.

- ⑤ Nahlásiť problém na internete _____
- ⑤ Rovno o probléme povedať rodine _____
- ⑤ Oboje _____

Č. 2: Nahlasovanie problémov na internete

Ako rodina si spolu sadnite a pripravte si telefón, tablet, notebook alebo stolový počítač tak, aby každý videl na obrazovku.

Dvaja členovia vašej rodiny si pustia svoje obľúbené sociálne médiá (v aplikácii alebo na webe). Spoločne zistíte, ako v týchto službách nahlasovať problémy.

Deti dokážu niekedy zaobchádzať s aplikáciou lepšie než ich rodičia. Nech vám ukážu pár fíg'ov, ako na sociálne médiá! Môže to byť poučné i zábavné. Navyše je to pre všetkých skvelá príležitosť, ako sa dozvedieť niečo nové a spolu sa s danou službou zoznámiť.

A čo teraz?

Páni! Vytvorili ste poriadnu porciu internetového hrdinstva!

Dúfame, že vás nápady a aktivity nachádzajúce sa v tejto príručke bavili. Ak sa chcete dozvedieť viac alebo si vypočuť rôzne ohlasy a názory, pozrite sa na niektoré z našich ďalších zdrojov.

To najdôležitejšie však je, aby vás bavilo vymedzovať svoje rodinné pravidlá a rozvíjať **ostražitosť**, **šikovnosť**, **silu**, **láskavosť**, **odvážlivosť** – na internete i mimo neho.

Ďalšie zdroje pre rodiny

Family Link od Googlu

bit.ly/googlefamilylink

Digitálna rovnováha od Googlu

bit.ly/googledigitalwellbeing

Good Digital Parenting od inštitutu FOSI

bit.ly/gooddigitalparenting

Connect Safely

connectsafely.org

iKeepSafe

ikeepSAFE.org

Family Resources od National PTA

bit.ly/familyresourcesPTA

„Savvy Searching“

(z programu Google for Education)

bit.ly/savvysearchingYouTube

Connected Parenting

bit.ly/ConnectedParentingArticle



Príručka Family Link pre rodičov

Sprievodca vytvorením pravidiel na používanie internetu vo vašej rodine.

V dnešnom svete nás digitálne zariadenia obklopujú na každom kroku. A keď im to dovolíme, neustále si ukrajujú časť našej pozornosti. Pre rodiny, ktoré učia deti zaobchádzať s technológiami, je pochopenie a vytvorenie základných pravidiel na používanie internetu v domácnosti dôležitým krokom. Veľa detí alebo dospelujúcich môže vnímať tieto snahy ako „presilovku“ rodičov a prejav ich authority. Nemusí to však byť tak.

Keď sa porozprávate s deťmi o týchto pravidlách otvorene, môžete im pomôcť pochopiť ich význam. I keď sa nižšie uvedené témy zameriavajú na funkcie služby Family Link, diskusia o používaní technológií určite pride vhod každému z rodičov. Aplikácia Family Link poskytuje rodičom prehľad, ako ich dieťa používa zariadenie s Androidom. Rodičia môžu používať Family Link vo svojich Androidoch*, iPhoneoch alebo Chromebookoch.

*U detí funguje Family Link na zariadeniach Android verzia 7.0 (Nougat) a vyššie, ale môže fungovať i na zariadeniach Android verzie 5.0 a 6.0 (Lollipop a Marshmallow). Služba Family Link funguje aj na vybraných zariadeniach Chromebook.

Ďalšie informácie nájdete na families.google.com/familylink/device-compatibility a v našom centre pomocníka.

Nasmerujte deti ku kvalitnému obsahu

Nebolo by pekné vedieť, koľko času trávia vaše deti v tej novej výučbovej aplikácii v porovnaní s aplikáciami, ktoré si stiahli? Family Link obsahuje užitočné nástroje pre rodičov, ako sú denné, týždenné a mesačné prehľady využívania aplikácií, takže už si nebudete lámať hlavu nad tým, ako deti využívajú čas na svojom zariadení.

Obmedzenie obsahu a schvaľovanie aplikácií

Keď deti prejdú do Obchodu Google Play, môže prechádzať hry, filmy, seriály, knihy a ďalší obsah. Family Link navyše rodičom umožňuje:

- obmedziť zobrazený obsah podľa hodnotenia,
- schvaľovať obsah (bezplatný i platený), ktorý chcú deti stiahnuť,
- prečítať si informácie o aplikácii, ktorú chcú deti stiahnuť, a zistiť, či obsahuje reklamy, nákupy v aplikácii alebo požaduje oprávnenie.

Porozprávajte sa s deťmi o rôznych štítkoch na hodnotenie obsahu (napríklad ako sa líši hodnotenie PEGI 3 pre všetky vekové skupiny od hodnotenia PEGI 12 pre tínedžerov). Vysvetlite im, prečo majú rôzne vekové skupiny rôzne obmedzenia, a pomôžte im pochopiť, aký druh obsahu je podľa vás pre ne vhodný.

Prehľady o aktivite aplikácií

Je oveľa ľahšie porozprávať sa s deťmi o technológiách, keď viete, ktoré ich bavia najviac. Že vaše deti najradšej chatujú? Hrajú hry? Sú vášnivými čitateľmi? Pohovorte si s nimi o tom, ktoré typy aplikácií a hier ich bavia najviac, a pomocou prehľadov o aktivite aplikácií v službe Family Link zistíte, v ktorej aplikácii trávia deti najviac času. V týchto prehľadoch nájdete denné, týždenné a mesačné rozpisy času stráveného v každej aplikácii.

Skrytie aplikácie

Koľko času by mali deti tráviť na svojom telefóne alebo tablete? Možno si myslíte, že záleží na tom, čo sledujú, či sa hrajú alebo učia. Ak z prehľadu o aktivite vyčítate, že deti trávia veľa času v konkrétnej aplikácii (napríklad v obľúbenej novej hre), môžete im ju v zariadení dočasne skryť. Spýtajte sa detí, či je podľa nich zdravé tráviť v aplikácii toľko času, a vysvetlite im, prečo ich prosíte, aby si od nej odpočinulo. Jeho údaje v aplikácii (napríklad postup v hre alebo najvyššie skóre) sa nezmažú. Aplikácia sa iba skryje, kým sa nerozhodnete znovu ju sprístupniť.

Keď sa s deťmi rozprávate o aplikáciách, spýtajte sa ich, ktoré aplikácie a hry ich bavia najviac. Je to skvelá príležitosť poznať ich záujmy a zároveň sa uistiť, že čas na zariadení dokážu vyvážiť so školskými a domácimi povinnosťami alebo hraním sa vonku.

Majte prehľad o čase strávenom na zariadení

Rozhodnúť, koľko času by malo vaše dieťa tráviť na svojom telefóne alebo tablete, budete musieť sami. S nastavením týchto limitov vám však môže pomôcť aplikácia Family Link.

Obmedzenie času stráveného na zariadení

Family Link vám umožní nastaviť, koľko hodín denne smú deti používať svoj Android. Je to skvelá príležitosť porozprávať sa, ako dlho môžu byť deti každý deň na mobile alebo tablete a dohodnúť sa na obojstranne prijateľných obmedzeniach. Rodičia i deti majú k dispozícii údaj o tom, koľko času ešte zostáva. Rodičia tak môžu deti aktívne viesť k rozumnému používaniu technológií alebo nechať deti, aby si čas proaktívne rozvrhli sami.

Nastavenie večierky

Keď je čas ísť do postele, je dôležité, aby deti už nič nevyrušovalo a mohli sa dobre vyspať. V čase, keď majú deti odpočívať, umožňuje Family Link nastaviť v zariadení večierku. Deti by mali chápať fyzické i duševné výhody nerušeného spánku, či už preto, aby zajtra na futbale predviedli čo najlepší výkon, alebo preto, lebo ich čaká dôležitý test. Môžete využiť príležitosť a deťom vysvetliť, prečo sa i vy sami snažite odložiť svoj telefón pred spaním.

Vzdialené uzamknutie zariadení detí

Keď je čas na domáce úlohy alebo rodinnú večeru, rodičia môžu pomocou aplikácie Family Link zariadenie detí uzamknúť. Využite situáciu a v rodinnom kolektíve sa s deťmi porozprávajte o tom, kedy je podľa vás v poriadku používať zariadenie a kedy by malo byť mimo dosahu. Funkcia okamžitého uzamknutia zariadenia na diaľku poskytuje rodičom zároveň príležitosť vysvetliť deťom, aké má tento krok dôvody, a uľahčuje im budovanie zdravých návykov i dohľad nad dodržiavaním dohodnutých pravidiel.

Kde sa deti nachádzajú?

Ak máte staršie alebo dospelujúce deti, možno ste to už zažili. Stojíte v obývačke a kladiete si otázku: „Kde tie deti zase sú?“ Najskôr budú jednoducho potichu vo svojej izbe. Alebo ste možno zabudli, že išli von s kamarátmi. I tak sa však niekedy hodí vedieť, že pomocou aplikácie Family Link môžete zistiť ich polohu. Stačí, aby mali pri sebe zapnuté zariadenie.

Zapnutie polohy zariadenia

Porozprávajte sa s deťmi o tom, prečo môže byť prístup k polohe ich zariadenia užitočný..

Uvoľňovanie pravidiel pre staršie deti

Ako vaše deti rastú, môžete pomocou služby Family Link meniť nastavenia jeho účtu a zariadenia. O uskutočňovaných zmenách spolu hovorte. Povedzte deťom, ako ho zmena pravidiel lepšie pripraví na správu vlastného účtu a zariadenia, keď budú staršie.

Dajte si ako rodina sľub

I keď vám aplikácia Family Link umožní dohliadať na to, ako vaše deti objavujú moderné technológie, je vhodné vybaviť ich informáciami, pomocou ktorých sa samé stanú ostražitými a sebavedomými priekumníkmi sveta internetu. Program Buďte Hrdinovia internetu vstúpuje deťom základy digitálneho občianstva a bezpečnosti. Čo takto diskusiu o témach uvedených v tejto príručke uzavrieť tým, že spoločne podpíšete rodinný sľub Buďte Hrdinovia internetu? Môžete deťom tiež ukázať bezplatnú webovú hru Interland, ktorá v nich upevní zručnosť chrániť sa silnými heslami, správať sa na internete láskavo, rozpoznať phishing a podvody a dbať na svoju povesť na internete. Deti môžu na hru Interland prejsť priamo z Tipov pre rodiny, ktoré sa nachádzajú v ponuke aplikácie Family Link.