

## **Навички цифрової грамотності для дітей та батьків**

*Не секрет, що технології все більше входять у наше життя, і батьки повинні переконатися, що їхні діти мають навички цифрової грамотності, необхідні для безпечного орієнтування в цьому світі.*

*Цифрова грамотність охоплює низку навичок, від розуміння налаштувань конфіденційності в Інтернеті до створення надійних паролів тощо. Дітям дуже важливо розвивати ці навички, коли вони ростуть, щоб вони могли відповідально використовувати технології та захищати себе від кіберзагроз.*

*Батьки часто не знають, як найкраще навчити своїх дітей цифровій грамотності або навіть з чого почати з цифровими інструментами. Ось чому ми створили цей ресурсний посібник; він містить практичні поради щодо того, як допомогти вашій дитині вивчити основи цифрової грамотності, а також дає поради щодо того, як ви можете допомогти їй залишатися в безпеці в Інтернеті.*

*Ми знаємо, що навчання ваших дітей цифровим навичкам може бути складним завданням, але за допомогою відповідних ресурсів, інструментів і підтримки ви можете дати їм необхідну впевненість під час використання пристроїв, підключених до Інтернету. Цей посібник містить огляд деяких ключових тем, як-от:*

*Безпека онлайн*

*Профілактика кібербулінгу*

*Розуміння налаштувань конфіденційності в Інтернеті за допомогою цифрових технологій*

*Створення надійних паролів за допомогою цифрових інструментів*

*Як розпізнати підозрілу активність і повідомити про неї*

*Окрім ознайомлення з цими темами, цей посібник запропонує вказівки щодо того, як ви можете допомогти своїй дитині набути хороших цифрових звичок. Важливо, щоб діти вивчали основи цифрової грамотності з раннього віку, щоб вони могли стати впевненими, відповідальними цифровими громадянами.*

### **Що таке цифрова грамотність?**

*Цифрова грамотність означає знання того, як безпечно та відповідально використовувати цифрові технології. Останні дослідження вказують на зростаючу потребу озброїти дітей навичками, необхідними для безпечного та належного використання цифрових технологій і розпізнавання, коли вони можуть бути в небезпеці в Інтернеті.*

*Згідно з останніми дослідженнями Pew Research Center, майже половина (47%) батьків, які мають дітей віком до 18 років, заявили, що їхні діти проводять занадто багато часу за цифровими пристроями.*

*Звіт за 2021 рік виявив, що майже три чверті (72%) дітей у віці 5-15 років мають доступ до планшетного пристрою, тоді як більше половини (56%) мають доступ до своїх власних смартфонів.*

*Про це повідомляє ЮНІСЕФ що мобільні телефони є найпопулярнішими пристроями, якими діти користуються для виходу в Інтернет, і понад 80% дітей у всьому світі мають доступ до нього вдома.*

*Пандемія COVID-19 лише ще більше підкреслила потребу в цифровій грамотності. Зараз багато дітей проводять більше часу в Інтернеті, ніж будь-коли раніше, тому знання про небезпеки та те, як залишатися в безпеці з цифровими інструментами, дуже важливо.*

### ***Ризики небезпечного використання цифрових інструментів***

*Ми будемо першими, хто визнає, що цифрова ера створила неймовірні можливості для дітей.*

*Маючи доступ до комунікаційних технологій, діти можуть досліджувати нові інтереси, знаходити відповіді на свої запитання та навіть створювати власний контент. І оскільки освітні ресурси перетворюються на набагато більш цифрове середовище, діти тепер можуть отримати доступ до інструментів, які допоможуть їм навчатися вдома, чого попередні покоління навіть уявити не могли.*

*Однак з усіма цими інформаційно-комунікаційними технологіями пов'язані й потенційні ризики. Зростає занепокоєння щодо кіберзалякування, онлайн-хижаків і шахрайства, крадіжки особистих даних та інших шкідливих дій. Ось чому так важливо озброїти дітей цифровими навичками, необхідними для прийняття розумних рішень під час використання технологій.*

#### ***Ризик 1: кіберзалякування***

*Проблема кібербулінгу зростає, особливо з появою соціальних мереж. Це часто приймає форму образливих коментарів або погроз, опублікованих в Інтернеті або через текстові повідомлення, і може серйозно вплинути на психічне здоров'я та благополуччя дітей.*

*Навчання дітей цифровій грамотності може допомогти їм визначити, коли вони можуть опинитися під загрозою стати мішенню кібер-хуліганів.*

*Наприклад, вони можуть навчитися розпізнавати неприйнятний вміст або повідомлення, які можуть бути від хулігана, і як повідомити про них у разі потреби. Вони також можуть навчитися стратегіям реагування на кіберзалякування, наприклад, заблокувати або ігнорувати хулігана, не мститися та звернутися за допомогою до дорослого чи довіреного друга.*

*Батьки та вихователі повинні відкрито говорити з дітьми про кібербулінг, щоб вони розуміли пов'язані з ним ризики. За матеріалами StopBullying, кожен п'ятий підліток у тій чи іншій формі стикався з кіберзалякуванням. Крім того, Дослідження показують, що дівчата частіше, ніж хлопчики, зазнають кіберзалякування – що може призвести до зниження самооцінки, депресії, тривоги та інших труднощів.*

*Коли діти розуміють попереджувальні знаки та наслідки кіберзалякування, вони, швидше за все, вживатимуть проактивних заходів, щоб захистити себе та своїх однолітків під час цифрового життя.*

#### ***Ризик 2: онлайн-хижаки***

*Про це свідчить статистика До 1 із 7 молодих людей в Інтернеті звертався незнайомиць – часто видають себе за когось, кого вони знають або якому довіряють. Ось чому так важливо навчати дітей навичок цифрової грамотності, як-от розуміння налаштувань конфіденційності в Інтернеті, створення надійних паролів і усвідомлення потенційних загроз.*

*Батьки також повинні поговорити зі своїми дітьми про ризики, пов'язані з розмовою з незнайомцями в цифровому середовищі, навіть якщо вони спочатку здаються доброзичливими або нешкідливими. Діти повинні розуміти, що онлайн-хижаки часто прикидаються кимось, ким вони не є, щоб завоювати довіру дитини, а потім експлуатують її.*

*Цифрова грамотність дозволяє дітям розуміти та розпізнавати червоні прапорці та попереджувальні знаки під час спілкування з кимось онлайн. Їх слід навчити важливості не повідомляти особисту інформацію, таку як паролі, адреси, номери телефонів або банківські реквізити, якщо вони не абсолютно впевнені, що людина на іншому кінці – це той, за кого вони себе видають.*

### ***Ризик 3: крадіжка особистих даних і онлайн-шахрайство***

*Найпоширенішим онлайн-злочином є крадіжка особистих даних, коли злочинці отримують доступ до особистої інформації та використовують її для власної фінансової вигоди. А в поєднанні з онлайн-шахрайством, коли злочинці намагаються спокусити нічого не підозрюючих жертв надати їм гроші чи іншу особисту інформацію, результати можуть бути нищівними.*

*Щоб захистити дітей від цих ризиків, важливо навчати їх тактиці цифрової грамотності, як-от надання особистої інформації лише в разі крайньої необхідності, ніколи не натискати підозрілі посилання чи вкладення та розуміти, як розпізнавати шахрайство в Інтернеті за ознаками, як-от орфографічні помилки чи несправності Англійська в неочікуваному цифровому вигляді або інший цифровий вміст.*

*Цифрова грамотність також допомагає дітям зрозуміти важливість використання надійних паролів, унікальних для кожного облікового запису, налаштування двофакторної автентифікації для своїх облікових записів і регулярного оновлення програмного забезпечення безпеки.*

*Батьки також можуть отримати користь, розуміючи попереджувальні ознаки онлайн-шахрайства та крадіжки особистих даних, щоб вони могли стежити за будь-якою підозрілою діяльністю. Захист дітей від цих ризиків починається з навчання їх цифровій грамотності та надання їм інструментів для прийняття безпечних і відповідальних рішень в Інтернеті.*

### ***Ризик 4: Дезінформація***

*Оскільки штучний інтелект і контент, керований ботами, стають все більш поширеними, стає все важче розрізнити, що правда, а що ні. Фейкові новини, підроблені фотографії та відео, а також теорії змови – усе це використовувалося для маніпулювання громадською думкою за допомогою цифрового контенту.*

*І діти, які часто не можуть відрізнити справжні новини від дезінформації, особливо вразливі до цього ризику. Ось чому так важливо, щоб батьки навчали*

своїх дітей навичкам цифрової грамотності, наприклад, як оцінювати джерела в Інтернеті та виявляти потенційні попередження.

Більше половини американців отримують новини з соціальних мереж, і майже дві третини дорослих стикалися з неправдивою інформацією під час користування Інтернетом. Це виявив Інститут вивчення журналістики Reuters. Майже 70% опитаних людей бачили фейкові новини в соціальних мережах – підвищення ризику того, що діти отримають неточну інформацію під час поширення вмісту. Ви розумієте, чому цифрова грамотність так потрібна!

Дезінформація може включати різноманітні елементи – від тонких упереджень у цифровому письмі до відвертої брехні – саме тому діти повинні вміти розпізнавати ознаки та розуміти, як фільтрувати неправдиву інформацію.

Цифрова грамотність означає, що діти та батьки можуть вивчати такі тактики, як:

Використання кількох надійних джерел під час дослідження теми

Критично читати статті та ставити під сумнів припущення чи твердження

Пошук мови, яка є навмисно підбурювальною, сенсаційною або емоційно насиченою

Отримання цифрових навичок, щоб зрозуміти різницю між думкою та фактом в Інтернеті.

Навчаючи дітей навичкам цифрової грамотності, ми можемо навчити їх бути більш поінформованими та розбірливими цифровими громадянами. Це допоможе їм уникнути пасток дезінформації та приймати безпечні відповідальні рішення в Інтернеті.

### **Які типи медіа має включати цифрова грамотність?**

Наш цифровий досвід продовжує розширюватися, оскільки технології впливають майже на всі аспекти нашого життя. Як наслідок, цифрова грамотність має включати не лише основи онлайн-безпеки.

#### **1. Платформи соціальних мереж**

Соціальні мережі є значною частиною нашого життя, і більшість підлітків і дорослих використовують їх для спілкування та обміну цифровим вмістом.

Навчання дітей усвідомлювати свою присутність в Інтернеті та набуття технічних навичок відповідального користування соціальними мережами може допомогти захистити їх від потенційних ризиків, таких як кіберзалякування чи крадіжка особистих даних. Знання того, як відповідально передавати інформацію, має вирішальне значення для цифрової безпеки.

#### **2. Мобільні пристрої та програми**

Мобільні пристрої стають все більш поширеними в нашому житті, і діти, і дорослі однаково використовують їх для всього, від ігор до покупок.

Цифрова грамотність має включати в себе навчання дітей відповідальному користуванню цими пристроями, наприклад уникати надмірного поширення особистої інформації чи завантаження програм із невідомих джерел.



### **3. Пошуки в Інтернеті**

Пошукові системи є невід'ємною частиною цифрового світу – як в онлайн-навчанні, так і в професійному світі. Розуміння того, як ефективно використовувати ці інструменти, є ключовою частиною цифрової грамотності.

Якщо навчити дітей складати ефективні пошукові запити та оцінювати результати, це допоможе їм знайти точну інформацію в Інтернеті. Подібним чином, знання того, чого НЕ шукати, може допомогти їм уникнути потенційно шкідливого цифрового вмісту.

### **4. Цифрове громадянство**

Цифрове громадянство є важливою частиною цифрової грамотності, оскільки воно допомагає дітям зрозуміти свої ролі та обов'язки в онлайн-світі. Це включає розуміння таких тем, як мережевий етикет, закон про авторське право, запобігання кібербулінгу тощо.

### **5. Виробництво цифрових медіа**

Виробництво цифрових медіа передбачає створення вмісту для веб-сайтів, програм або інших платформ. Діти повинні розуміти основи створення вмісту, який відповідає веб-стандартам і є доступним для всіх користувачів, а також юридичні наслідки авторського права та добросовісного використання.

### **6. Темні дизайни**

Цифрова грамотність виходить за рамки знання як використовувати технології – це включає наявність цифрових навичок, щоб помічати, коли вміст використовує переваги вашого мозку та емоцій.

Темний дизайн стосується цифрових засобів масової інформації або взаємодії, призначеної для маніпулювання користувачами або впливу на їх поведінку. Це можуть бути «лутбоксы» у відеоіграх або цільова реклама в соціальних мережах. Навчання дітей розпізнавати ознаки темних малюнків може допомогти їм приймати зважені рішення та захистити себе від потенційного шахрайства чи маніпуляцій.

### **Як створити метод навчання цифровій грамотності вдома**

Як батьки, ми повинні переконатися, що наші діти оволодіють цифровими навичками, необхідними для безпеки та прийняття розумних рішень в Інтернеті. Ось кілька порад щодо навчання цифровій грамотності вдома:

#### **Почніть завчасно та пояснюйте часто**

Легко забути, що діти все більше стикаються з технологіями з раннього віку. Обов'язково починайте говорити про цифрову грамотність рано й часто, навіть із немовлятами та дітьми раннього віку.

У наймолодшому віці діти починають дізнаватися, кому вони можуть довіряти точну, надійну інформацію, яка забезпечить їхню безпеку та щастя. Це означає говорити про безпеку в Інтернеті, налаштування конфіденційності та відповідальну поведінку з самого початку. Чим швидше діти засвоять ці цифрові навички, тим краще їм буде.

#### **Встановіть очікування та межі**

*Важливо встановити очікування та межі поведінки вашої дитини в Інтернеті. Сядьте з ними та поясніть, чого ви очікуєте від них щодо цифрової грамотності та використання.*

*Переконайтеся, що вони розуміють, що їхні дії в Інтернеті впливають на них самих та їх родину. Поясніть їм, що вони повинні бути відповідальними, підзвітними та шанобливими до своєї поведінки в Інтернеті та до наслідків, які будуть, якщо вони цього не зроблять.*

### **Модель хорошої цифрової поведінки**

*Визначення очікувань — це лише частина рівняння. Важливо також самостійно моделювати хорошу цифрову поведінку.*

*Діти найкраще вчаться на прикладі, тому обов'язково застосовуйте те, що ви проповідуете, коли справа доходить до вашої поведінки в Інтернеті. Це включає уважність до того, як ви ділитесь особистою інформацією, повагу до інших в Інтернеті та відведення часу від екранів.*

### **Створити час офлайн**

*Також важливо щодня приділяти дитині трохи вільного часу. Переконайтеся, що вони займаються без екранів, наприклад, грають на свіжому повітрі або читають книгу. Це допоможе їм зрозуміти цінність відпочити від технологій і отримати задоволення від інших видів діяльності.*

*Але не дозволяйте цьому часу офлайн пройти, не знайшовши час для обговорення цифрової грамотності – цифрова грамотність має бути сімейною справою! Використовуйте ці можливості, щоб поговорити про стратегії розпізнавання неправдивої інформації, розуміння налаштувань конфіденційності та безпеки в Інтернеті.*

### **Дозвольте відкритий і безпечний простір для обговорення**

*Нарешті, важливо створити відкритий і безпечний простір, щоб ваші діти могли говорити про свій цифровий досвід. Заохочуйте їх ставити запитання та надавати допомогу, коли це необхідно. Це допоможе зміцнити довіру між вами та вашою дитиною, даючи їй впевненість звернутися до вас із будь-якими проблемами, з якими вони можуть зіткнутися в Інтернеті.*

**Питання, які можуть стимулювати розмови про цифрову грамотність, можуть включати:**

*«Що ви думаєте про цю статтю?»*

*«Як ви думаєте, чому ці налаштування конфіденційності існують у вашому телефоні?»*

*«Ви коли-небудь бачили або взаємодіяли з чимось онлайн, що викликало у вас відчуття дискомфорту?»*

*«Чи почувалися ви коли-небудь в небезпеці в Інтернеті?»*

*Ці запитання допоможуть дітям бути відкритими та чесними щодо свого цифрового досвіду, а вам дадуть поради щодо безпеки та прийняття розумних рішень в Інтернеті.*

*Застосовуючи проактивний підхід до допомоги нашим дітям у розвитку основних навичок цифрової грамотності, ми можемо переконатися, що вони*

добре підготовлені для безпечного та відповідального орієнтування у світі технологій. Враховуючи ці поради, ви зможете допомогти своїм дітям розвивати навички цифрової грамотності, необхідні їм у майбутньому.

### ***Розвивайте цифрову грамотність із Kidslox***

*Цифрова грамотність є важливою навичкою в сучасному технологічному світі, і від нас залежить, щоб наші діти мали знання та ресурси, необхідні для безпеки в Інтернеті. Ставлячи запитання про їхній цифровий досвід, надаючи вказівки та поради та допомагаючи їм розвинути базові навички цифрової грамотності, ви можете допомогти своїм дітям залишатися в безпеці в Інтернеті, продовжуючи користуватися перевагами технологій.*

*У Kidslox, ми прагнемо допомогти батькам і опікунам навчитися готувати своїх дітей до успіху в епоху цифрових технологій. Ми віримо, що, надаючи доступ до потрібних інструментів і ресурсів, ми можемо допомогти створити безпечніше та безпечніше онлайн-середовище для всіх. Наша програма для батьківського контролю допомагає сім'ям розвивати відкритий діалог про діяльність в Інтернеті та створити безпечне місце для дітей, щоб досліджувати світ технологій.*

*Хочете дізнатися більше? Відкрийте для себе додаток Kidslox в Інтернеті та перегляньте нашу повна бібліотека посібників і ресурсів щоб допомогти вам і вашій родині безпечно користуватися Інтернетом!*