



Develop Your
Creativity

BEZPIECZNE I KREATYWNE SURFOWANIE W INTERNECIE

SCENARIUSZ III



Współfinansowane przez
Unię Europejską

LIDER:



PARTNERZY:



Spis treści

I INFORMACJE OGÓLNE	3
• Czas trwania zajęć	
• Odbiorcy zajęć	
• Ilość uczestników	
• Metody/techniki pracy	
• Materiały potrzebne do realizacji spotkania	
• Cel warsztatów	
II WSTĘP	6
• Przedstawienie się prowadzących/prowadzącego zajęcia	
• Ustalenie zasad panujących w grupie	
III MERYTORYKA	9
• Wstęp do programu	
• Miniwykład	
• 10 zadań	
• 10 Kart pracy	
IV ZAKOŃCZENIE WARSZTATÓW	91
V ANKIETA EWALUACYJNA	92
VI WZÓR DYPLOMU	94

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Unia Europejska ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

I Informacje ogólne

Czas trwania zajęć:

5 godzin zegarowych



Odbiorcy zajęć :

Odbiorcami warsztatów są osoby dorosłe w wieku 45-70 lat będące członkami Uniwersytetów Trzeciego Wieku, Klubów Seniora, bibliotek, domów kultury, kół tematycznych czy innych miejsc zrzeszających osoby starsze. Ze scenariusza mogą korzystać osoby starsze, u których często występują bariery okazywaniu emocji oraz kreatywnych zachowań oraz wszystkie osoby związane z edukacją osób dorosłych.

Ilość uczestników:

Grupa warsztatowa dla 10 osób obojga płci. Można również przeprowadzić warsztat w grupie mniejszej, co najmniej 6 osobowej w zależności od warunków lokalowych, ale nie większej niż 14 osób.

Proponowane techniki/metody pracy:

- praca z tekstem,
- dialog z partnerem,
- praca w grupach,
- tematyczne rozmowy w grupach (dyskusje)
- wykład,
- prezentacja,
- ćwiczenia praktyczne,
- wyjaśnienie,
- obserwacja,
- dyskusja.

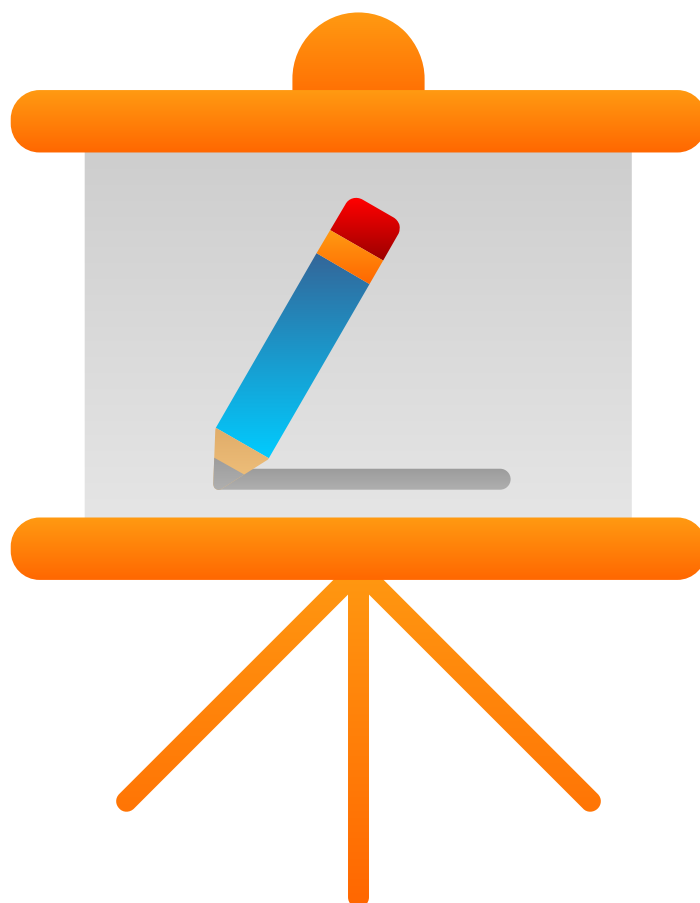
Przebieg zajęć

- Wprowadzenie prowadzącego warsztaty,
- Ustalenie zasad pracy w grupie,
- Wprowadzenie do tematu,
- Przerwa,
- Warsztaty praktyczne,
- Przerwa,
- Podsumowanie.

Informacje ogólne

Przykładowe materiały/narzędzia potrzebne do realizacji spotkania:

- karty pracy,
- laptop/komputer,
- papier Flipchart,
- bristol,
- kartki A3, A4,
- długopisy,
- certyfikaty,
- ankieta ewaluacyjna.



Cel warsztatów

Informacje dla prowadzącego

Międzynarodowe Badanie Kompetencji Osób Dorosłych (PIAAC), wskazują na utrzymujący się wysoki odsetek dorosłych mających niewystarczające umiejętności podstawowe. W niektórych krajach nawet co trzeci dorosły ma umiejętność rozumienia i tworzenia informacji oraz rozumowania matematycznego jedynie na najniższym poziomie. 44 % ludności Unii ma niskie umiejętności cyfrowe lub nie ma ich wcale (19 %).

Konieczne zatem staje się wdrażanie nowych sposobów uczenia się na potrzeby społeczeństwa, które staje się coraz bardziej mobilne i cyfrowe. Można by to osiągnąć poprzez organizowanie kształcenia i szkolenia w odpowiednich warunkach uczenia się, w których wykwalifikowani nauczyciele i szkoleniowcy stosują metody nauczania dostosowane do dorosłych i wykorzystują potencjał cyfrowego uczenia się.

Celem niniejszych warsztatów jest edukacja z wykorzystaniem elementów związanych z rozwojem umiejętności komputerowych, w tym zwiększenie wiedzy i umiejętności na temat nowoczesnych technologii i bezpieczeństwa w sieci, z wykorzystaniem kreatywnych metod pracy.

Planowane jest osiągnięcie przez uczestników następujących rezultatów:

- rozwój kompetencji cyfrowych,
- zwiększenie świadomości na temat zagrożeń związanych z Internetem i bezpieczeństwa w sieci,
- zwiększenie kompetencji z zakresu ochrony przeciwwirusowej,
- zwiększenie świadomości na temat możliwości Internetu i sposobów wykorzystywania go w pracy kreatywnej,
- edukacja cyfrowa z uwzględnieniem nowoczesnych technologii i metod inteligentnego wyszukiwania w internecie.

Styl pracy

Uczestnicy siedzą przy stolikach, a prowadzący zajmuje miejsce naprzeciwko grupy. Zadaniem prowadzącego jest wcześniejsze przygotowanie miejsc siedzących dla uczestników szkolenia.

II WSTĘP

Przedstawienie się prowadzących/prowadzącego zajęcia (10 min.)

Prowadzący przedstawia się uczestnikom warsztatów i mówi:

- Swoje pełne imię,
- Zainteresowania i hobby,
- Doświadczenie zawodowe.



Przebieg zajęć

1. Przedstawienie się prowadzącego/prowadzących zajęcia. Powitanie (5 min.)

- imię, nazwisko,
- wykształcenie,
- doświadczenie zawodowe
- zainteresowania

2. Przedstawienie się uczestników szkolenia (15 min.)

Zapisanie imienia na kartce samoprzylepnej i przyklejenie jej na widocznej części ubrania. Następnie każdy z uczestników, krótko - jednym zdaniem przedstawia swoje oczekiwania względem szkolenia.

2. Zasady panujące w grupie (25 min.)

Prowadzący przygotowuje mapę myśli zatytułowaną tematem szkolenia. Tworzy 4 główne gałęzi wychodzące od głównego tematu:

- CELE SZKOLENIA
- OCZEKIWANIA
- ZASADY
- EWALUACJA SZKOLENIA. WSKAZÓWKI NA PRZYSZŁOŚĆ

(określenie aspektów szkolenia, które w przyszłości prowadzący może udoskonalić).

Przygotowaną mapę myśli zawiesza w sali szkoleniowej tak, aby dla każdego z uczestników była widoczna.



Etapy prezentacji mapy myśli:

1. Przedstawienie głównych celów szkolenia zapisanych na wcześniej przygotowanej mapie myśli.
2. Prowadzący pyta uczestników o ich oczekiwania względem szkolenia i zapisuje je na mapie myśli korzystając z metody aktywizującej: burzy mózgów.
3. Prowadzący określa 3 najważniejsze zasady obowiązujące podczas szkolenia. Dodatkowo, prowadzący podkreśla możliwość zaimplementowania 1 zasady zaproponowanej przez uczestników szkolenia.
4. Ostatni punkt mapy myśli stanowi element ewaluacji szkolenia. Prowadzący po zakończonym warsztacie pyta uczestników jak oceniają szkolenia i zapisuje ich uwagi na mapie myśli.



III. Merytoryka



Internet

Ogólnoświatowa sieć komputerowa, będąca zbiorem milionów sieci lokalnych i pojedynczych komputerów z całego świata, oparta na protokole komunikacyjnym TCP/IP. W ramach sieci Internet dostępne są usługi takie jak: WWW, poczta elektroniczna, FTP (ang. File Transfer Protocol).

File Transfer Protocol (FTP) to protokół sieciowy służący do przesyłania plików. Umożliwia wymianę poleceń i danych między komputerem lub oprogramowaniem, klientem FTP i serwerem, czyli hostem FTP. Serwer FTP to rodzaj zdalnego katalogu.

Wyszukiwarka internetowa

Wyszukiwarka to narzędzie internetowe, które umożliwia użytkownikom znajdowanie informacji w sieci. Jest to program, który wyszukuje i identyfikuje pozycję w bazie danych, które odpowiadają słowom kluczowym lub znakom określonym przez użytkownika. Najczęściej stosowany jest do wyszukiwania określonych witryn w sieci. Przykłady popularnych wyszukiwarek to Google, Yahoo! i MSN.

Jak działa wyszukiwarka internetowa?

Wyszukiwarki działają poprzez przeszukiwanie setek miliardów stron przy użyciu własnych robotów indeksujących. Te roboty indeksujące są powszechnie nazywane botami wyszukiwarek lub pajakami. Wyszukiwarka porusza się po Internecie, pobierając witryny internetowe i podążając za linkami, które tam napotkają, aby odkryć nowe, powiązane z nimi strony.

Użytkownik wprowadza słowa kluczowe lub frazy kluczowe do wyszukiwarki i otrzymuje listę wyników treści, które — zdaniem wyszukiwarki — najlepiej pasują do wprowadzonego zapytania. Są wyświetlane w postaci listy stron internetowych, obrazów, filmów lub innych danych, dostępnych online.

Najpopularniejsze wyszukiwarki w Polsce

Najpopularniejsza wyszukiwarka internetowa, zarówno w Polsce, jak i na całym świecie, to bezapelacyjnie Google. Marka od lat buduje swoją silną pozycję w sieci, dlatego od dawna zajmuje pierwsze miejsce w takich rankingach. Wiele osób decyduje się na korzystanie z tej wyszukiwarki właśnie ze względu na jej popularność i zasięg działania, w końcu Google posiada największą ilość zaindeksowanych stron internetowych. Poza standardowym wyszukiwaniem w Google można również korzystać z wyszukiwania obrazem czy głosem. Dużą zaletą wyszukiwarki Google jest to, że została wzbogacona o szereg dodatkowych, darmowych funkcji, jak na przykład Mapy Google, Książki Google i Google Scholar. Wyszukiwarka współdziała także z takimi platformami jak Analytics, Gmail, YouTube itp. W ten sposób można działać jeszcze bardziej efektywnie i osiągać lepsze wyniki. Jakie są wady wyszukiwarki internetowej Google? Wielu użytkowników zwraca uwagę na to, że Google gromadzi wiele danych dotyczących użytkowników (aby skutecznie dopasować do nich wyświetlane reklamy), przez co nie mają zapewnionej prywatności przy korzystaniu z sieci.

Lista 5 najpopularniejszych (w 2021 r.) wyszukiwarek na urządzeniach desktop w Polsce według Statcounter

Google - 90,89%

Bing - 5,77%

Yahoo! - 1,85%

MSN - 0,77%

DuckDuckGo - 0.39%



Jak tworzyć zakładki w Google Chrome?

Tworzenie zakładek w Google Chrome jest łatwe i szybkie. Zakładki pozwalają Ci szybko przełączać się między stronami internetowymi, które często odwiedzasz. Możesz tworzyć zakładki dla stron internetowych, które chcesz mieć pod ręką, aby szybko je otworzyć. Możesz również tworzyć zakładki dla stron, które chcesz zapisać na później. W tym artykule przedstawimy Ci, jak tworzyć zakładki w Google Chrome.

Jak skonfigurować zakładki w Google Chrome?

PRZEWODNIK KROK PO KROKU

Konfiguracja zakładek w Google Chrome jest prosta i szybka. Oto kroki, które należy wykonać, aby skonfigurować zakładki w przeglądarce:

1. Otwórz Google Chrome i kliknij ikonę trzech poziomych kresek w prawym górnym rogu.
2. Wybierz opcję „Zakładki” z menu.
3. Kliknij „Dodaj zakładkę”, aby dodać nową zakładkę.
4. Wprowadź nazwę zakładki i adres URL strony, którą chcesz dodać.
5. Kliknij „Dodaj”, aby zapisać zakładkę.
6. Aby edytować lub usunąć zakładkę, kliknij ikonę trzech poziomych kresek w prawym górnym rogu, a następnie wybierz opcję „Zakładki”.
7. Kliknij zakładkę, którą chcesz edytować lub usunąć.
8. Aby edytować zakładkę, wprowadź nową nazwę i adres URL, a następnie kliknij „Zapisz”.
9. Aby usunąć zakładkę, kliknij „Usuń”.

Konfiguracja zakładek w Google Chrome jest prosta i szybka. Po wykonaniu powyższych kroków możesz korzystać z zakładek w przeglądarce.



Jak wykorzystać zakładki w Google Chrome do organizacji swojej przeglądarki?

Organizacja przeglądarki Google Chrome może być ułatwiona za pomocą zakładek. Zakładki pozwalają na tworzenie grup stron internetowych, które można łatwo przeglądać i przechodzić między nimi. Aby skorzystać z zakładek, należy najpierw otworzyć stronę internetową, którą chce się dodać do zakładki. Następnie należy kliknąć ikonę zakładki w prawym górnym rogu przeglądarki i wybrać opcję „Dodaj zakładkę”. Można również dodać zakładkę, przeciągając adres strony internetowej do paska zakładek. Po dodaniu zakładki można ją edytować, aby dostosować jej nazwę i położenie. Można również tworzyć grupy zakładek, aby łatwiej było przechodzić między stronami internetowymi. Aby utworzyć grupę zakładek, należy kliknąć prawym przyciskiem myszy na zakładkę i wybrać opcję „Utwórz grupę zakładek”. Można również przeciągać i upuszczać zakładki w grupach, aby je uporządkować. Dzięki zakładkom w Google Chrome można łatwo organizować swoje strony internetowe i przechodzić między nimi.



Jak wykorzystać zakładki w Google Chrome do szybkiego dostępu do ulubionych stron?

Korzystanie z zakładek w przeglądarce Google Chrome jest bardzo proste i pozwala na szybki dostęp do ulubionych stron. Aby skorzystać z tej funkcji, należy najpierw otworzyć przeglądarkę Chrome i wpisać adres strony, którą chce się odwiedzić. Następnie należy kliknąć ikonę zakładki w prawym górnym rogu okna przeglądarki. Po kliknięciu ikony zakładki, strona zostanie dodana do listy zakładek. Można również dodać zakładkę do paska zakładek, klikając prawym przyciskiem myszy na ikonę zakładki i wybierając opcję „Dodaj do paska zakładek”. Po dodaniu zakładki do paska zakładek, można ją szybko otworzyć, klikając na jej ikonę. W ten sposób można szybko dostać się do ulubionych stron bez konieczności wpisywania ich adresów.



Zarządzanie historią wyszukiwania i jej usuwanie

Gdy wyszukujesz w Google z włączoną Aktywnością w Internecie i aplikacjach, na koncie Google są zapisywane dane o Twojej aktywności, w tym historia wyszukiwania. Na podstawie informacji o Twojej aktywności w różnych usługach Google może oferować Ci bardziej spersonalizowane funkcje, np. rekomendacje aplikacji i treści.

Na stronie Moja aktywność możesz:

- usuwać historię wyszukiwania zapisywaną na koncie Google;
- zarządzać ustawieniami wyszukiwania, np. danymi o aktywności zapisywanymi przez Google i czasem, po którym Twoja historia ma być automatycznie usuwana.

Usuwanie historii wyszukiwania

Ważne!

Jeśli usuniesz historię wyszukiwania zapisaną na koncie Google, nie będzie można jej odzyskać.



Możesz usunąć z historii wyszukiwania wybrane dane o aktywności, a także dane z konkretnego dnia lub niestandardowego zakresu dat bądź całą aktywność.

Na komputerze otwórz historię wyszukiwania na stronie Moja aktywność.

Wybierz historię wyszukiwania, którą chcesz usunąć. Opcje do wyboru:

- Cała historia wyszukiwania: nad historią kliknij Usun Usun całą aktywność.
- Konkretny okres: nad historią kliknij Usun Usun wyniki z niestandardowego zakresu dat.
- Konkretny dzień: obok dnia kliknij Usun całą aktywność z [dzień] .
- Konkretny rodzaj aktywności: obok wybranego rodzaju aktywności kliknij Usun element aktywności .

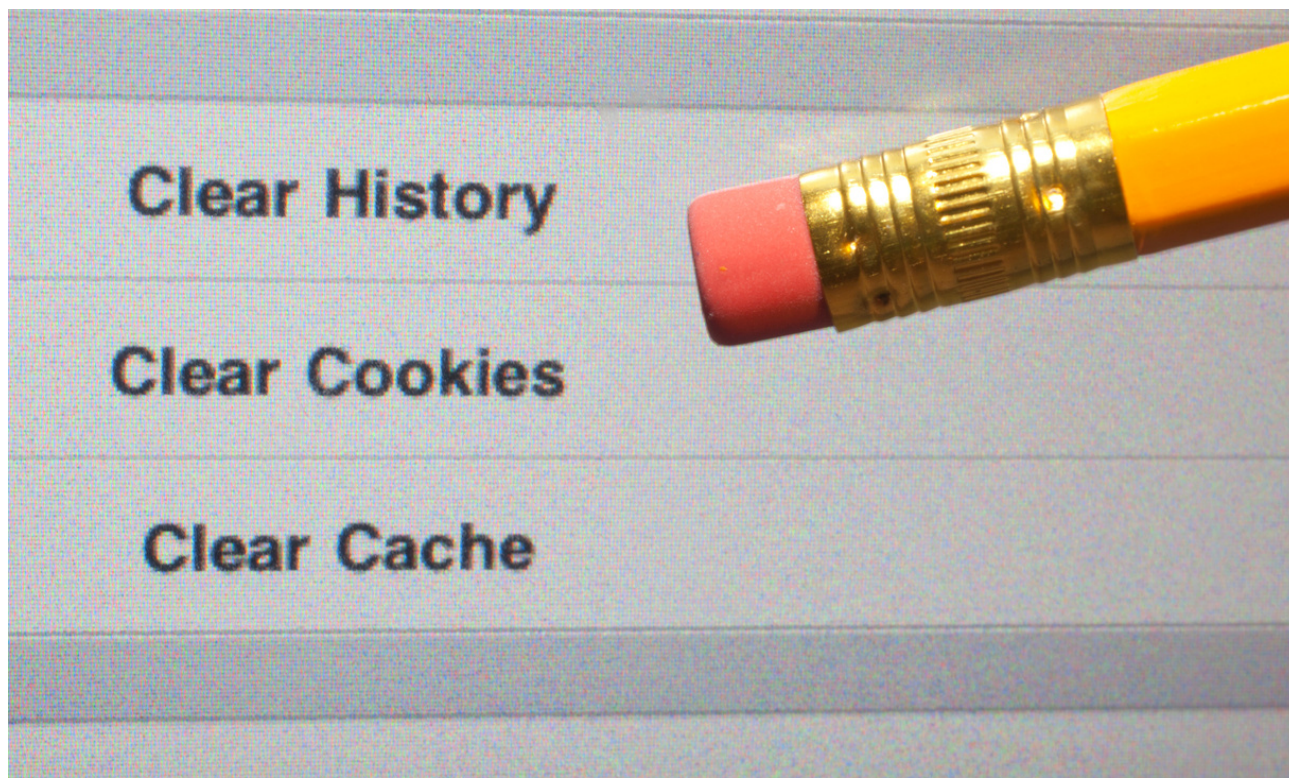
Jak wyczyścić pamięć podręczną i pliki cookies w przeglądarce Chrome?

KROK 1. Kliknij ikonę menu Chrome, która znajduje się w prawym górnym rogu ekranu.

KROK 2. Wybierz opcję Więcej narzędzi.

KROK 3. Następnie kliknij Wyczyść dane przeglądania.

KROK 4. W wyświetlonym oknie wybierz zakres czasu i typ informacji, które chcesz usunąć.



Jak działa przeglądanie prywatne w Chrome [tryb incognito]?

Jeśli przeglądasz strony internetowe w trybie prywatnym, inne osoby korzystające z tego samego urządzenia nie zobaczą Twojej historii.

Chrome nie zapisuje historii przeglądania ani informacji podanych w formularzach. Pliki cookie i dane stron są zapisywane na czas przeglądania, ale po zamknięciu trybu incognito zostają usunięte. Możesz zdecydować, że po otwarciu nowego okna incognito pliki cookie innych firm mają być blokowane.

Co się dzieje, gdy przeglądasz strony w trybie prywatnym?

Niektóre informacje nie będą widoczne ani nie zostaną zapisane.

Gdy zamkniesz wszystkie okna przeglądania otwarte w trybie incognito, Chrome nie zapisze:

- A) historii przeglądania,
- B) plików cookie ani danych witryn,
- C) informacji podanych w formularzach,
- D) uprawnień udzielonych stronom.



Aby wyjść z tego trybu, zamknij wszystkie okna incognito. Twoja aktywność może być nadal widoczna.

W trybie incognito Chrome nie zapisuje w historii lokalnej informacji o Twojej aktywności związanej z przeglądaniem. Twoja aktywność, np. lokalizacja, może być nadal widoczna. Mogą ją zobaczyć:

- strony internetowe, na które wchodzisz, w tym reklamy oraz zasoby, z których na nich korzystasz;
- strony, na których się logujesz;
- pracodawca, przedstawiciel szkoły lub inna osoba zarządzająca siecią, z której korzystasz;
- dostawca usług internetowych;
- wyszukiwarki.

Część Twoich danych może być nadal widoczna.

Usługa internetowa, witryna, wyszukiwarka lub usługodawca mogą mieć dostęp do:

- adresu IP, na podstawie którego można określić Twoją ogólną lokalizację;
- Twojej aktywności związanej z korzystaniem z usługi internetowej;
- Twojej tożsamości, jeśli zalogujesz się w usłudze internetowej takiej jak Gmail.

Nadal możesz znaleźć dane swoich kart, hasła oraz dane kontaktowe i z nich skorzystać. W oknie incognito w Chrome nie możesz jednak zmienić zapisanych informacji. Pobrane pliki i zakładki są zapisywane. Chrome nie przechowuje plików pobieranych podczas przeglądania w trybie prywatnym. Są one jednak zapisywane w folderze **Pobrane pliki** nawet po wyjściu z trybu incognito. Każdy użytkownik urządzenia może je zobaczyć i otworzyć. Wszystkie utworzone zakładki są zapisywane w Chrome. Niektóre ustawienia, w tym opcje ułatwień dostępu i zakładek, również mogą być zapisywane w Chrome.

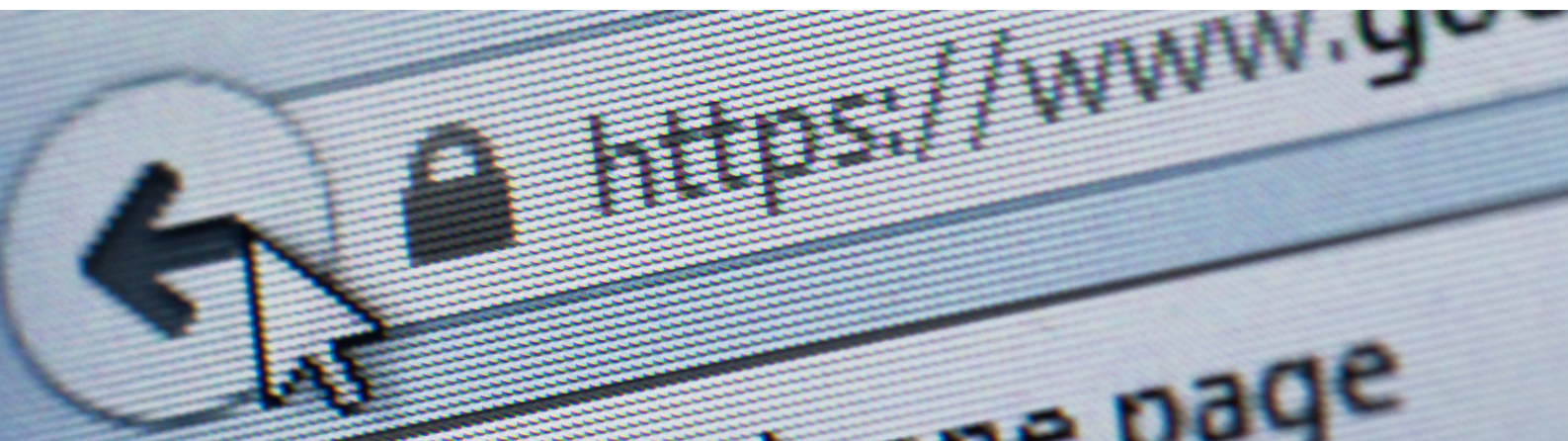
Jak zamknąć tryb incognito, żeby zatrzymać przeglądanie prywatne?

Tryb incognito działa w osobnym oknie, oddzielnie od normalnych okien w Chrome. Jeśli masz już otwarte okno incognito i otworzysz kolejne, sesja przeglądania prywatnego będzie kontynuowana w nowym oknie. Aby wyjść z tego trybu, zamknij wszystkie okna incognito. Jeśli obok ikony Incognito w prawym górnym rogu widzisz liczbę, masz kilka otwartych okien incognito. Aby zamknąć okno incognito:

1) Na komputerze przejdź do okna incognito.

2) Zamknij okno:

- Windows lub Chrome OS: kliknij Zamknij w prawym górnym rogu.
- Mac: kliknij Zamknij w lewym górnym rogu.



ZAGROŻENIA W INTERNECIE

Poznaj 10 niebezpieczeństw!

1. Złośliwe oprogramowanie

Hakerzy są w stanie wyrządzić sporo szkód, jeżeli posłużą się malware, czyli złośliwym oprogramowaniem. Należą do niego różnego rodzaju wirusy, m.in.:

- **robaki komputerowe** – programy, które posiadają zdolność do replikowania się i rozprzestrzeniania w samoistny sposób. W efekcie powodują szybkie wyczerpywanie zasobów zainfekowanego komputera,
- **adware** – złośliwy wirus, który wyświetla w przeglądarce i na pulpicie niechciane komunikaty reklamowe, np. w postaci bannerów, okien pop-up czy pasków narzędzi. Po kliknięciu w nie użytkownik jest przekierowywany na reklamowaną stronę internetową. Takie programy zwykle nie są szkodliwe, jednak mocno utrudniają korzystanie z komputera,
- **spyware** – oprogramowanie szpiegujące, które monitoruje aktywność użytkownika – np. przeglądane strony czy uruchamiane programy. Rodzajem spyware jest keylogger, czyli program rejestrujący naciśnięcia klawiszy na klawiaturze czy wykonujący zrzuty ekranu,
- **ransomware** – rodzaj malware posiadający zdolność blokowania dostępu do komputera. Aby zdjąć blokadę, ofiara jest nakłaniana do wpłacenia okupu na podany numer konta bankowego.

Cyberprzestępcy w celu zainstalowania szkodliwego oprogramowania zwykle wykorzystują luki w systemie operacyjnym komputera. Można również nieświadomie doprowadzić do infekcji, np. pobierając z internetu zarażony plik czy wchodząc na zainfekowaną stronę.

Malware często udaje legalne i przydatne programy, które okazują się trojanem. Wykrycie złośliwego programu staje się wyjątkowo trudne, jeżeli jest on instalowany razem z rootkitem, czyli szkodliwym kodem, ukrywającym niebezpieczne procesy w systemie.

Hakerzy są również w stanie całkowicie przejąć kontrolę nad komputerem, na co pozwala **im exploit** – program umożliwiający przejęcie uprawnień administratora, np. w celu kradzieży lub usunięcia plików.

ZAGROŻENIA W INTERNECIE

Poznaj 10 niebezpieczeństw!

2. SPAM

Kolejny rodzaj zagrożenia w sieci to niechciane wiadomości, zwykle o charakterze reklamowym. Są wysyłane w sposób masowy do wielu użytkowników. Reklamy zachęcają do kliknięcia w link, pobrania pliku czy podjęcia określonej aktywności – np. zakupu czy skorzystania z usługi. Do rozsyłania SPAM-u najczęściej służy poczta elektroniczna oraz komunikatory internetowe.



3. Phishing

Poważnym typem zagrożenia w internecie jest phishing, czyli stosowane przez cyberprzestępców techniki wprowadzające użytkownika w błąd z zamiarem odniesienia określonych korzyści. Cyberprzestępcy podszywają się pod znane firmy i instytucje, np. pocztę, kuriera, policję, sąd, kancelarię prawniczą, bank, urząd skarbowy, ZUS, dostawcę energii elektrycznej czy operatora telefonicznego. Próbują wpłynąć na emocje swoich ofiar, zwykle wywołując u nich lęk czy wywierając poczucie presji czasu. Celem akcji phishingowych jest najczęściej przejęcie dostępu do konta bankowego lub wyłudzenie prywatnych danych.

4. Łamanie zbyt prostych haseł

Hakerzy są w stanie w łatwy sposób przejąć dostęp do konta w banku, poczty elektronicznej, sklepu internetowego czy innych serwisów internetowych. Najszybciej będą w stanie złamać proste i powszechnie używane hasła, np. składające się wyłącznie z imion czy następujących po sobie liczb.

ZAGROŻENIA W INTERNECIE

Poznaj 10 niebezpieczeństw!

Konfigurowanie uwierzytelniania dwuskładnikowego (2FA)

Co to jest uwierzytelnianie dwuskładnikowe (2FA)?

Uwierzytelnianie dwuskładnikowe (często skracane do 2FA) zapewnia „podwójne sprawdzanie”, że naprawdę jesteś osobą, za którą się podajesz, gdy korzystasz z usług online. Sposób ten jest dostępny w większości powszechnych usług online, takich jak bankowość, poczta e-mail lub media społecznościowe. Podczas konfigurowania 2FA usługa poprosi Cię o podanie „drugiego składnika”, do którego masz dostęp tylko Ty. Drugim składnikiem mogą być różne rzeczy - może to być kod wysyłany do Ciebie SMS-em lub utworzony przez aplikację zainstalowaną na Twoim urządzeniu mobilnym. Może to być wcześniej wygenerowana lista kodów, którą trzymasz w bezpiecznym miejscu.

Przykład

Bankowość internetowa ma prawny obowiązek korzystać z uwierzytelnienia dwuskładnikowego, aby zmniejszyć ryzyko nieuprawnionego dostępu do kont klientów.

Dlaczego powinienem używać 2FA?

Hasła mogą zostać skradzione przez cyberprzestępców, potencjalnie dając im dostęp do twoich kont internetowych. Jednak konta skonfigurowane do korzystania z 2FA będą wymagały dodatkowej kontroli, więc nawet jeśli przestępca zna twoje hasło, nie będzie mógł uzyskać dostępu do twoich kont.

Specjaliści zalecają stosowanie 2FA na „ważnych” kontach; zazwyczaj są to konta o „wysokiej wartości”, które chronią informacje, na których naprawdę Ci zależy, i spowodowałyby największą szkodę, gdyby hasła dostępu do tych kont zostały skradzione. Zalecane jest również stosowanie 2FA do poczty e-mail, ponieważ przestępcy, którzy uzyskają dostęp do skrzynki odbiorczej mogą ją wykorzystać do resetowania haseł na innych kontach.

ZAGROŻENIA W INTERNECIE

Poznaj 10 niebezpieczeństw!

Jak skonfigurować 2FA?

Niektóre usługi online będą miały od razu włączone 2FA. Większość jednak nie ma takiej opcji, musisz zatem samemu włączyć je samodzielnie, aby zapewnić dodatkową ochronę innym kontom internetowym, takim jak poczta e-mail, media społecznościowe i przechowywanie w chmurze. Jeśli opcja włączenia 2FA jest dostępna, zwykle znajduje się ona w ustawieniach zabezpieczeń konta (gdzie może być nazwana „weryfikacją dwuetapową”).

5. Nieodpowiednie treści dla nieletnich

Szczególnie narażone na zagrożenia w internecie są dzieci, które mogą trafić na nieodpowiednie dla nich treści, np. pornografię, materiały promujące przemoc czy nielegalne i przestępcze działania.

6. Przyjmowanie fałszywej tożsamości

W sieci działa wiele przestępców, którzy przyjmują fałszywą tożsamość, np. oszuści matrymonialni. Najczęściej można się na nich natknąć w serwisach społecznościowych oraz na czatach internetowych.

7. Internetowy hejt i fake newsy

Poczucie anonimowości skłania wielu użytkowników do zamieszczania w internecie opinii, których nie byliby w stanie wypowiedzieć w realnym świecie. W sieci można więc znaleźć wiele wypowiedzi określanych jako mowa nienawiści. Są to komunikaty pełne agresji, wulgaryzmów, ostrej krytyki i obraźliwych uwag. Hejt może mieć związek z dyskryminacją, np. ze względu na płeć, rasę, religię, światopogląd czy orientację seksualną.

W sieci nie zawsze są publikowane prawdziwe i wiarygodne treści. Często można trafić na newsy zamieszczane dla żartu czy z zamiarem celowego wprowadzenia użytkowników w błąd. Na podstawie fake newsów spora część z nich podejmuje szkodliwe dla siebie działania.

ZAGROŻENIA W INTERNECIE

Poznaj 10 niebezpieczeństw!

8. Siecioholizm

Spore zagrożenie wiąże się również z ryzykiem popadnięcia w siecioholizm. Zjawisko to polega na korzystaniu z internetu w dysfunkcyjny sposób. Osoba dotknięta tym problemem odczuwa wewnętrzny przymus bycia online i nie kontroluje czasu spędzanego w sieci. Często zaniedbuje inne aspekty życia, np. obowiązki zawodowe, szkolne czy domowe, a także znacząco ogranicza kontakty z innymi ludźmi w realnym świecie.

9. Upublicznianie prywatnych zdjęć, nagrań i wiadomości

Korzystając w nierozważny sposób z internetu, można również narazić się na utratę dobrego wizerunku. Istnieje niebezpieczeństwo, że zamieszczane w sieci prywatne fotografie czy nagrania wideo zostaną upublicznione bez zgody ich właściciela.

10. Fałszywe sklepy internetowe

Spora część użytkowników internetu dokonuje zakupów w sklepach online oraz serwisach aukcyjnych. Jest to rozwiązanie wygodne i pozwalające zaoszczędzić czas. W sieci działa jednak wielu oszustów, którzy zakładają fałszywe sklepy oraz zamieszczają oferty wprowadzające w błąd. Klient będący ich ofiarą po wniesieniu zapłaty nie otrzymuje zamówionego towaru.



INTERNET RZECZY

Internet rzeczy (IoT) oznacza sieć obiektów fizycznych — „rzeczy” — które są wyposażone w czujniki, oprogramowanie i inne technologie w celu łączenia się i wymiany danych z innymi urządzeniami i systemami za pośrednictwem Internetu. Urządzenia te obejmują zarówno zwykłe przedmioty gospodarstwa domowego, jak i zaawansowane narzędzia przemysłowe.

Dlaczego Internet rzeczy (IoT) jest tak ważny?

W ciągu ostatnich kilku lat IoT stał się jedną z najważniejszych technologii XXI wieku. Obecnie, gdy możemy podłączyć do Internetu przedmioty codziennego użytku — urządzenia kuchenne, samochody, termostaty, automatycznie nianie — za pomocą urządzeń wbudowanych, możliwa jest bezproblemowa komunikacja między ludźmi, procesami i przedmiotami.

Dzięki zastosowaniu tanich technologii obliczeniowych, chmury, big data, analityki i technologii mobilnych fizyczne przedmioty mogą udostępniać i zbierać dane przy minimalnej interwencji człowieka. W tym niezwykle skomunikowanym świecie systemy cyfrowe mogą rejestrować, monitorować i dostosowywać każdą interakcję między połączonymi rzeczami. Świat fizyczny spotyka się ze światem cyfrowym — i współpracują ze sobą.

Jakie technologie umożliwiły powstanie IoT?

Idea Internetu rzeczy istnieje od dawna, ale dzięki postępowi w wielu różnych dziedzinach można ją wykorzystać w praktyce.

- **Dostęp do tanich czujników o niskim poborze mocy.** Niedrogie i niezawodne czujniki sprawiają, że z technologii IoT może korzystać coraz więcej producentów.
- **Łączność.** Szereg protokołów sieciowych dla Internetu ułatwił podłączanie czujników do chmury i innych „rzeczy”, umożliwiając wydajne przesyłanie danych.
- **Platformy obliczeniowe w chmurze.** Coraz większa dostępność platform chmurowych umożliwia zarówno firmom, jak i konsumentom dostęp do infrastruktury potrzebnej do zwiększenia skali działalności bez konieczności zarządzania nią.

INTERNET RZECZY

- **Uczenie maszynowe i analityka.** Dzięki postępom w zakresie uczenia maszynowego i analityce oraz dostępowi do różnorodnych i ogromnych ilości danych przechowywanych w chmurze, firmy mogą szybciej i łatwiej uzyskiwać informacje. Pojawienie się tych technologii pokrewnych nadal przesuwa granice IoT, a dane generowane przez IoT również zasilają te technologie.
- **Konwersacyjna sztuczna inteligencja (AI).** Postępy w dziedzinie sieci neuronowych sprawiły, że przetwarzanie języka naturalnego (NLP) w urządzeniach IoT (takich jak cyfrowi asystenci osobiści Alexa, Cortana i Siri) stało się atrakcyjne, przystępne cenowo i możliwe do zastosowania w domu.

Co to jest cookies / ciasteczka?

Ciasteczka (ang. cookies) to niewielkie pliki, zapisywane i przechowywane na Twoim komputerze lokalnym lub innym urządzeniu, podczas gdy odwiedzasz różne strony WWW w sieci Internet.

Plik „cookie” zazwyczaj zawiera:

- podstawowe informacje na temat nazwy strony WWW, z której pochodzi,
- „długość życia” ciasteczka — czyli jaki ustawiony jest czas jego istnienia na Twoim komputerze,
- przypadkowo wygenerowany unikalny numer służący do identyfikacji przeglądarki, z jakiej następuje połączenie ze stroną WWW.

Pliki „cookies” (tzw. ciasteczka) stanowią dane informatyczne, w szczególności pliki tekstowe, które przechowywane są w urządzeniu końcowym użytkownika strony WWW. Ciasteczka używane są najczęściej w celu optymalizacji procesu korzystania ze stron WWW. Stosowane są również w celu gromadzenia danych statystycznych, które pozwalają identyfikować sposób korzystania użytkowników ze stron internetowych. Daje to możliwość późniejszego ulepszania struktury i zawartości strony WWW.

Do czego mogą być stosowane pliki cookies?

INTERNET RZECZY

Pliki „cookies” mogą być stosowane w celu:

- dostosowania zawartości stron WWW do preferencji użytkownika oraz optymalizacji procesu korzystania ze stron internetowych – w szczególności pliki te pozwalają rozpoznać urządzenie użytkownika serwisu internetowego i odpowiednio wyświetlić stronę internetową, dostosowaną do jego indywidualnych potrzeb,
- tworzenia statystyk, które pomagają zrozumieć, w jaki sposób użytkownicy serwisu korzystają ze stron internetowych, co umożliwia ulepszanie ich struktury i zawartości,
- utrzymania sesji użytkownika serwisu internetowego (po zalogowaniu), dzięki której użytkownik nie musi na każdej podstronie serwisu ponownie wpisywać loginu i hasła (np. Panel klienta home.pl, Poczta home.pl),
- dostarczania użytkownikom treści reklamowych bardziej dostosowanych do ich zainteresowań.

Co może spowodować wyłączenie stosowania plików cookies w przeglądarce?

Wyłączenie stosowania plików „cookies” może spowodować utrudnienia związane z korzystaniem z niektórych usług w ramach serwisów internetowych, w szczególności wymagających logowania. Wyłączenie opcji przyjmowania „cookies” nie powoduje natomiast braku możliwości czytania lub oglądania treści zamieszczanych w serwisie internetowym — z zastrzeżeniem tych, do których dostęp wymaga logowania.

Część I

KARTA PRACY 1

Bazując na własnej wiedzy i doświadczeniach, utwórz definicję zagrożeń internetowych.

Zagrożenia internetowe to:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Część I

KARTA PRACY 2

Zaproponuj sposoby zapobiegania cyberprzemocy.

Możliwe sposoby zapobiegania cyberprzemocy:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Część I

KARTA PRACY 3

Zaproponuj sposoby zapobiegania kradzieży danych finansowych i wyłudzeniom finansowym.

Możliwe sposoby zapobiegania kradzieży danych finansowych i wyłudzeniom finansowym:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Część I

KARTA PRACY 4

Zaproponuj sposoby zapobiegania niebezpiecznym znajomościom

Możliwe sposoby zapobiegania niebezpiecznym znajomościom:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Część I

KARTA PRACY 5

Zaproponuj sposoby zapobiegania uzależnieniu od internetu.

Możliwe sposoby zapobiegania uzależnieniu od internetu:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Część I

ZADANIE 1

Załącz konto Google.

NOTATKI:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Część I

ZADANIE 2

Ustanów zabezpieczenie dwustopniowe na swoim koncie mailowym i kontach w social mediach.

NOTATKI:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ZASADY BEZPIECZNEGO KORZYSTANIA Z INTERNETU

O nasze bezpieczeństwo w Internecie musimy troszczyć się głównie sami ale są również specjaliści w zakresie cyberbezpieczeństwa, którzy nam w tym pomagają. Tworzą oni aplikacje i programy:

- antywirusowe,
- antyspamowe,
- szyfrowania danych,
- bezpiecznie przeprowadzające proces logowania,
- wykluczające pojawiające się w oprogramowaniu luki bezpieczeństwa.

Pamiętaj!

Korzystaj z programów antywirusowych, stosuj dwuskładnikowe uwierzytelnienie i aktualizuj zgodnie z wymogami swoją przeglądarkę.

Poleganie wyłącznie na takich rozwiązaniach, bez zachowania zdrowego rozsądku, nie będzie wystarczające. W Internecie roi się od oszustów, którzy tylko czekają by wyłudzić Twoje dane lub wkraść się na Twoje konto bankowe.

Jak im to utrudnić?

- Twórz trudne do odgadnięcia hasła.
- Używaj wyłącznie zaufanych sieci.
- Pobieraj pliki tylko ze sprawdzonych źródeł.
- Sprawdź czy strona z której korzystasz posiada certyfikat bezpieczeństwa (zamknięta kłódka, którą znajdziesz na lewo od adresu strony www).
- Unikaj wchodzenia na linki od nieznanych osób.
- Nigdy nie podawaj nikomu w Internecie swoich danych osobowych.
- Zgłaszaj incydenty naruszające bezpieczeństwo komputerowe do CSIRT NASK lub do organów ścigania.
- Kiedy nie używasz kamerki wyłącz ją w ustawieniach sterownika.

NAJLEPSZE PROGRAMY, KTÓRE POMOGĄ ZADBAĆ O TWOJE BEZPIECZEŃSTWO W INTERNECIE

Malwarebytes - skuteczny skaner antywirusowy

Jeden najlepszych skanerów do wykrywania i usuwania szkodliwego oprogramowania, daje radę z różnego rodzaju złośliwym oprogramowaniem:

- wykrywa i usuwa wirusy, robaki, trojany, programy szpiegujące i niechciane dodatki reklamowe instalujące się po cichu w przeglądarkach internetowych.

AdwCleaner

Znany na świecie program do wyszukiwania oraz usuwania prawdopodobnie niechcianego oprogramowania PUP na komputerach osobistych pracujących na systemie Windows.

- wykrywa szpiegujące i reklamowe paski narzędziowe oraz wszelkie szkodniki, które mają za zadanie zmianę kluczowych ustawień przeglądarek internetowych.

Atlas VPN

Program do anonimowego przeglądania sieci i zwiększenia poziomu zabezpieczeń dotyczących naszej prywatności.

- daje możliwość przekierowania całego ruchu przez serwer zdefiniowany przez użytkownika, co pozwala na uzyskanie dostępu do treści będących w różnych krajach ale również zadba o ochronę naszych danych, maskując adres IP.

NAJLEPSZE PROGRAMY, KTÓRE POMOGĄ ZADBAĆ O TWOJE BEZPIECZEŃSTWO W INTERNECIE

F-Secure ID PROTECTION

Najbardziej popularny program do ochrony tożsamości:

- analizuje aktywności naszych danych, które wcześniej podajemy w aplikacji. Udziela całodobowej ochrony za pomocą monitoringu online i informuje nas o możliwym naruszeniu prywatności. Daje również możliwość do tworzenia i przechowywania haseł, zapobiegając kradzieży loginów.

Tor Browser

Przeglądarka internetowa, która uchroni nas przed inwigilacją, śledzeniem i cenzurą. Jest to możliwe za sprawą sieci rozproszonej Tor:

- działa za pomocą transferu danych, który odbywa się w Tor Browser za pośrednictwem przekaźników, aktywowanych przez wolontariuszy na całym świecie. Ponadto cały ruch jest przesyłany i szyfrowany trzy razy co powoduje duże utrudnienie w kontrolowaniu naszego połączenia.

IObit Protected Folder

Ostatni z polecanych programów chroni foldery i pliki zapisane na zewnętrznych i wewnętrznych dyskach.

- funkcjonuje jako wirtualny sejf na dane, dając tym samym możliwość na gromadzenie prywatnych i służbowych dokumentów w odizolowanym miejscu. Pomaga to zwiększyć poziom ochrony prywatności przed niekontrolowanym dostępem osób trzecich.

Część II

ZADANIE 3

Przyporządkuj A, B lub C zgodnie z siłą bezpiecznego hasła. (15 min)

- a - bardzo silne
- b - średnio silne
- c - słabe

HASŁA:

...qwer

...asd1234*&

...098tyu#@#

...12345

...kot1256*#&\$

...0987qwer

...abcd1234

Część II

ZADANIE 3 (DLA PROWADZĄCEGO)

Przyporządkuj A, B lub C zgodnie z siłą bezpiecznego hasła. (15 min)

a - bardzo silne

b - średnio silne

c - słabe

HASŁA:

...qwer

...asd1234*&

...098tyu#@#

...12345

...kot1256*#\$

...0987qwer

...abcd1234

ROZWIĄZANIE

C - qwer

A - asd1234*&

A - 098tyu#@#

C - 12345

C - kot1256*#\$

B - 0987qwer

B - abcd1234

Część II

KARTA PRACY 6

Wypisz trzy podstawowe zasady bezpiecznego korzystania z Internetu.

1).....

.....

.....

2).....

.....

.....

3).....

.....

.....

Część II

ZADANIE 4

Do poniżej opisanych sytuacji dopisz odpowiednią reakcję na zaistniałe zdarzenie.
(15 min)

SYTUACJA	REAKCJA
Otrzymujesz wiadomość na jednym z komunikatorów internetowych od Twojej znajomej o treści: "Witaj Dorotko, bardzo mi głupio Cię o to prosić ale mam problemy finansowe i czy mogłabyś do przyszłego tygodnia pożyczyć mi 500 zł? Wystarczy, że klikniesz w ten link www.blikopgw.pl i podasz dane karty. Będę Ci bardzo wdzięczna."	
Na jednym z portali społecznościowych widzisz udostępniony post dotyczący zbiórki dla chorej dziewczynki z Twojej wsi, którą znasz i wiesz, że nie jest chora.	
Otwierasz pocztę mailową i widzisz wiadomość od jednego z przewoźników paczek. Informuje Cię w tym mailu, że wyruszyła do Ciebie paczka i jeśli chcesz otrzymać więcej szczegółów musisz kliknąć w link www.kuriersledzeniepaczki.pl .	
Logujesz się do swojego banku internetowego i nagle strona przekierowuje Cię na nieznaną dla Ciebie witrynę, która nie posiada certyfikatu i prosi o dane do logowania.	

Część II

KARTA PRACY 7

Opisz sytuację, w której Ty lub ktoś z Twoich bliskich padł ofiarą oszustwa internetowego.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

KREATYWNE SURFOWANIE W INTERNECIE

Jak kreatywnie surfować w internecie?

- ▶ Poszukaj inspiracji w sztuce i kulturze. Możesz przeglądać galerie sztuki online, czytać recenzje filmowe, odkrywać nowe gatunki muzyczne, czy szukać inspiracji w modzie i designie.
- ▶ Dołącz do społeczności online związanych z Twoimi zainteresowaniami. Możesz znaleźć fora dyskusyjne lub grupy na portalach społecznościowych, gdzie będziesz mógł wymieniać się informacjami i pomysłami z ludźmi o podobnych zainteresowaniach.
- ▶ Poszukaj ciekawych artykułów i opinii na tematy, które Cię interesują. Możesz przeglądać portale informacyjne lub blogi, aby poznać opinie ekspertów lub dowiedzieć się o nowych trendach.
- ▶ Poszukaj kursów online i szkoleń. Możesz znaleźć wiele darmowych lub płatnych kursów z różnych dziedzin, które pomogą Ci rozwijać swoje umiejętności lub zdobyć nowe.
- ▶ Znajdź ciekawe podcasty lub kanały na YouTube. Możesz posłuchać interesujących wywiadów lub obejrzeć inspirujące filmy na tematy, które Cię interesują.

!WAŻNE!

Ważne jest jednak, aby pamiętać o bezpieczeństwie podczas przeglądania Internetu. Zawsze należy unikać podejrzanych witryn, które mogą zawierać wirusy lub inny szkodliwy oprogramowanie.

POLECANE STRONY:

- <https://epale.ec.europa.eu/en>

O EPALE

- EPALE to europejska, wielojęzyczna, otwarta dla wszystkich społeczność profesjonalistów z dziedziny kształcenia dorosłych, między innymi edukatorów i instruktorów dorosłych, doradców i konsultantów, badaczy i pracowników naukowo-dydaktycznych oraz decydentów.
- Platforma EPALE jest finansowana ze środków programu Erasmus+. Stanowi element strategii Unii Europejskiej promowania możliwości kształcenia się dla wszystkich osób dorosłych.
- EPALE realizuje to zadanie poprzez wspieranie i wzmacnianie pozycji zawodów związanych z kształceniem dorosłych. Umożliwia członkom nawiązywanie kontaktów z kolegami w całej Europie i wzajemne uczenie się za pośrednictwem wpisów na blogach, forów oraz narzędzia wyszukiwania partnerów, a także spotkań bezpośrednich.
- EPALE zapewnia całe bogactwo wysokiej jakości precyzyjnych informacji, które zainteresują praktyków z sektora kształcenia dorosłych. Z czasem coraz więcej tych treści powinno być dostarczanych przez samych członków. [Dowiedz się więcej, jak przyłączyć się do społeczności EPALE.](#)

EPALE stosuje rzetelną politykę redakcyjną, która także skupia się na społeczności uczenia się dorosłych. Chcemy, aby wszyscy nasi użytkownicy czuli się dobrze w witrynie i mieli zaufanie do prezentowanych na platformie informacji.

Platforma EPALE jest na co dzień zarządzana przez Centralne Biuro z pomocą [37 Krajowych Biur w całej Europie](#). Dążymy do zaangażowania użytkowników we wszystkie etapy budowania platformy EPALE, aby spełniała wasze oczekiwania i oferowała to, czego potrzebujecie, by pozostawać na bieżąco z rozwojem wydarzeń w dziedzinie uczenia się dorosłych w Europie.

POLECANE STRONY:

- <https://epale.ec.europa.eu/en>

Platforma EPALE finansowana jest z budżetu programu Erasmus+ za pośrednictwem Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury. Z DG EAC można skontaktować się pod adresem eac-epale@ec.europa.eu bądź pocztowo:

European Commission

DG Education, Youth, Sport and Culture

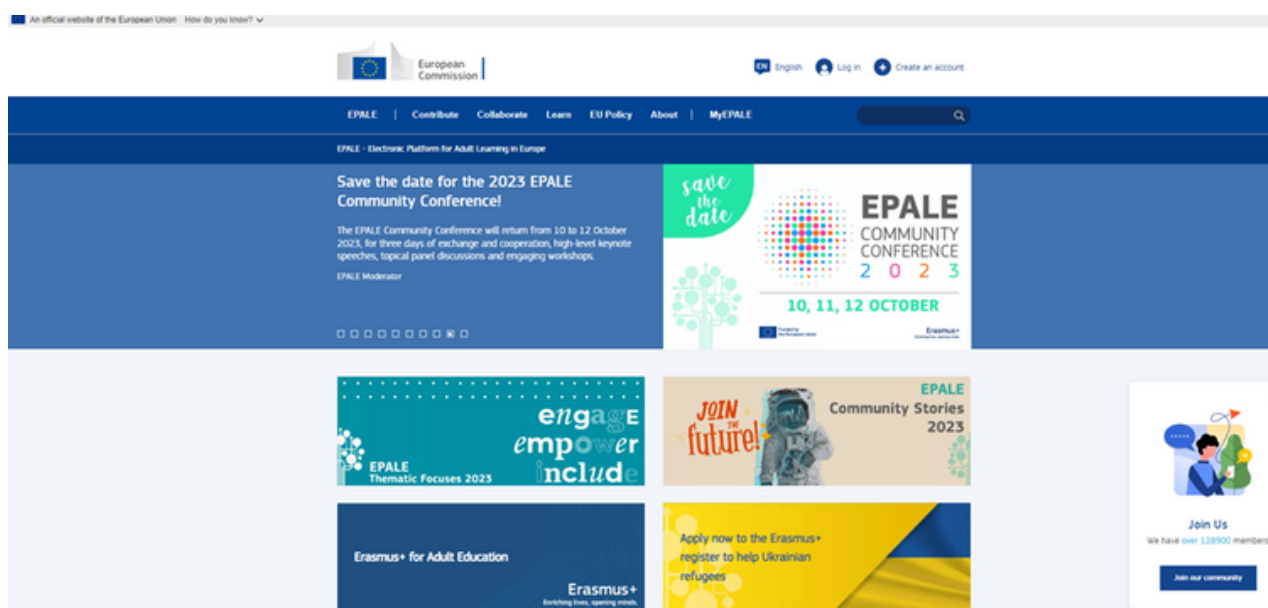
EACEA A2 - Erasmus+: Platforms, Skills and Innovation

Office SPA2 03/100

Avenue du Bourget1

BE - 1049 Brussels/Belgium

Informujemy, że: wiadomości, opinie i materiały publikowane w witrynie EPALE nie są zatwierdzane przez Komisję Europejską.



Źródło: <https://epale.ec.europa.eu/en>

POLECANE STRONY:

- <https://www.consilium.europa.eu/pl/>

Portal ten jest oficjalnym portalem Rady UE i Rady Europejskiej. Czuwa nad nim Sekretariat Generalny Rady, czyli organ obsługujący obie te instytucje.:

W zakładce “ŹRÓDŁA I PUBLIKACJE” można znaleźć wiele ciekawych informacji i materiałów o różnej tematyce:

<https://www.consilium.europa.eu/pl/documents-publications/educational-resources-teach-le> Portal ten jest oficjalnym portalem Rady UE i Rady Europejskiej. Czuwa nad nim Sekretariat Generalny Rady, czyli organ obsługujący obie te instytucje.

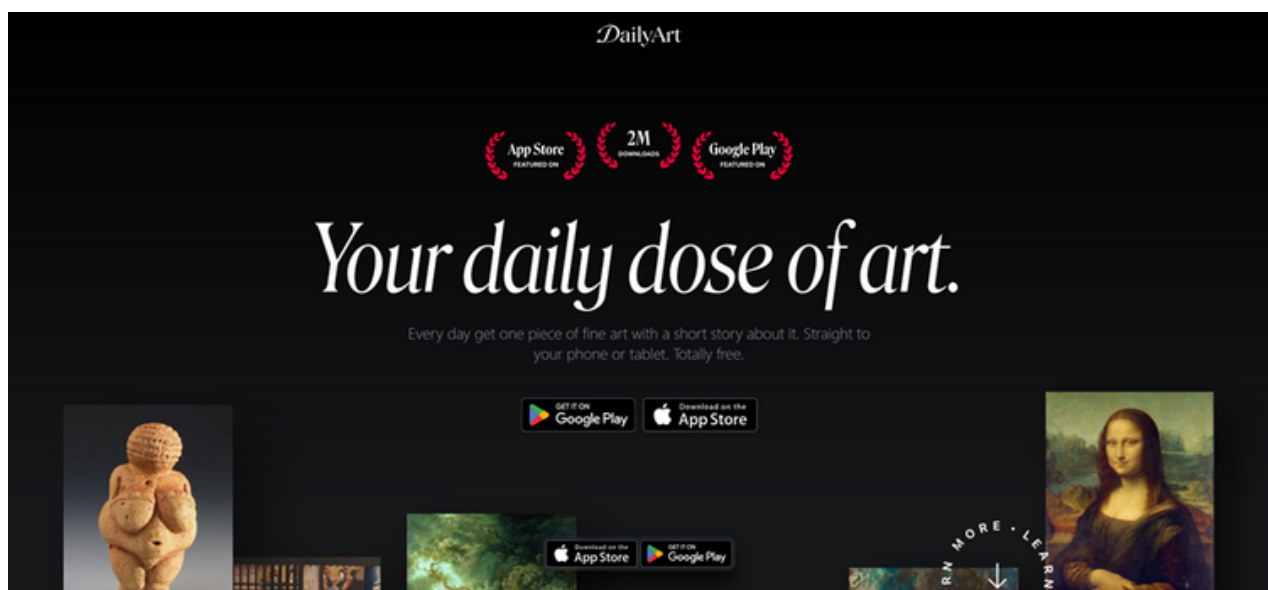


Źródło: <https://www.consilium.europa.eu>

- <https://www.getdailyart.com/>

DailyArt Dzienna dawka sztuki to aplikacja mobilna, dzięki której każdego dnia otrzymasz na swój telefon klasyczne dzieło sztuki i wraz z krótką historią na jego temat.

POLECANE STRONY:

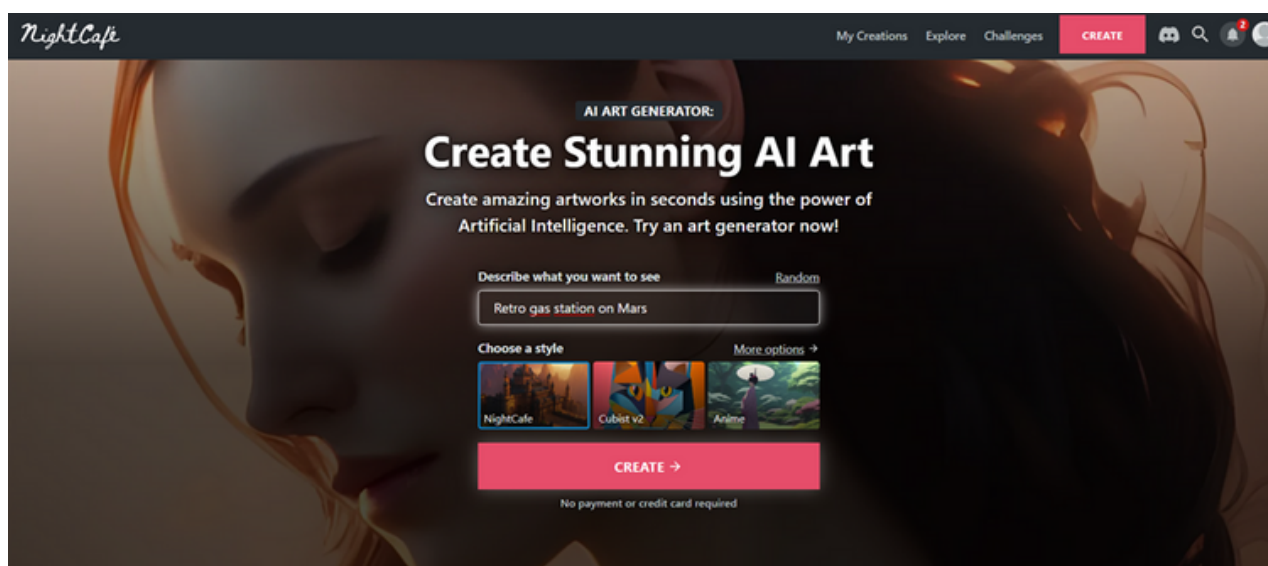


Źródło: <https://www.getdailyart.com/>

APLIKACJA JEST DARMOWA.

- <https://creator.nightcafe.studio/>

NightCafe Creator to aplikacja AI Art Generator z wieloma metodami generowania grafiki AI. Korzystając z transferu stylów neuronowych, możesz zamienić swoje zdjęcie w arcydzieło.



Źródło: <https://creator.nightcafe.studio/>

POLECANE STRONY:

- Strony Agencji Narodowych w Polsce, Irlandii i Bułgarii
- <https://www.frse.org.pl/>

Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji Narodowa Agencja Programu Erasmus+ i Europejskiego Korpusu Solidarności

Aleje Jerozolimskie 142A, 02-305 Warszawa

NIP: 526-10-00-645

KRS: 0000024777

REGON: 010393032

+48 22 463 11 01

kontakt@frse.org.pl

O FRSE

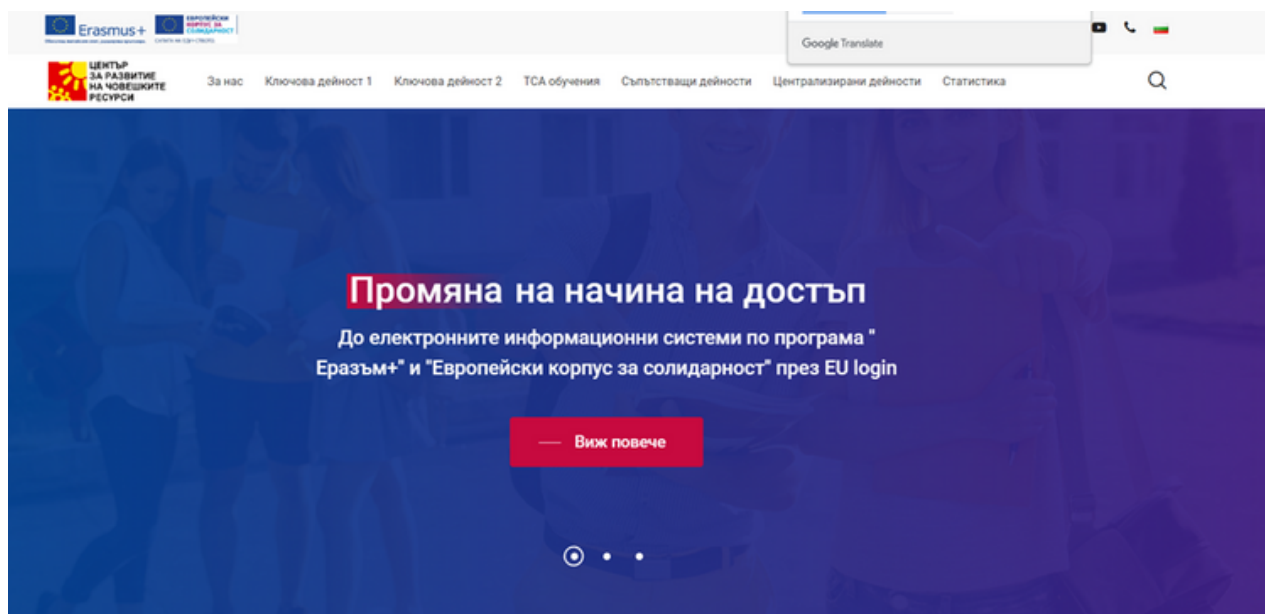
Od 1993 r. zarządzamy europejskimi programami, projektami i inicjatywami, które umożliwiają poszerzanie wiedzy podstawowej lub specjalistycznej, zdobywanie nowych umiejętności i kompetencji na ścieżce edukacji formalnej, pozaformalnej i nieformalnych form uczenia się, pozwalają rozwijać zainteresowania i pasje poprzez działania podejmowane w innych krajach oraz w społecznościach lokalnych.



Źródło: <https://www.frse.org.pl>

POLECANE STRONY:

- Human Resource Development Centre (HRDC)



**School Education, Vocational Education and Training, Higher Education,
Adult Education, Youth, Bulgaria**

National Agency Code: BG01

Address: 15, Graf Ignatiev Street, 3th floor 1000, Sofia Bulgaria

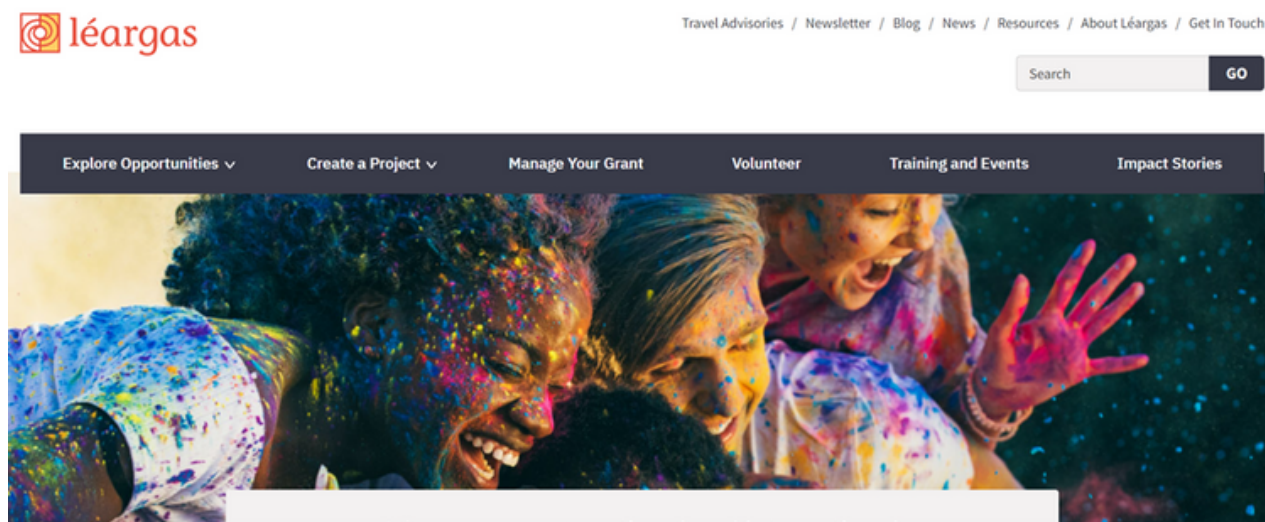
Phone number: +359 2 91 550 10

Email: hrdc@hrdc.bg

Website: <http://www.hrdc.bg/>

POLECANE STRONY:

- Léargas



School Education, Vocational Education and Training, Adult Education, Youth, Ireland

National Agency Code: IE01

Address: King's Inns House Parnell Street Dublin 1 D01 A3Y8 Ireland

Phone number: +353 1 8871280

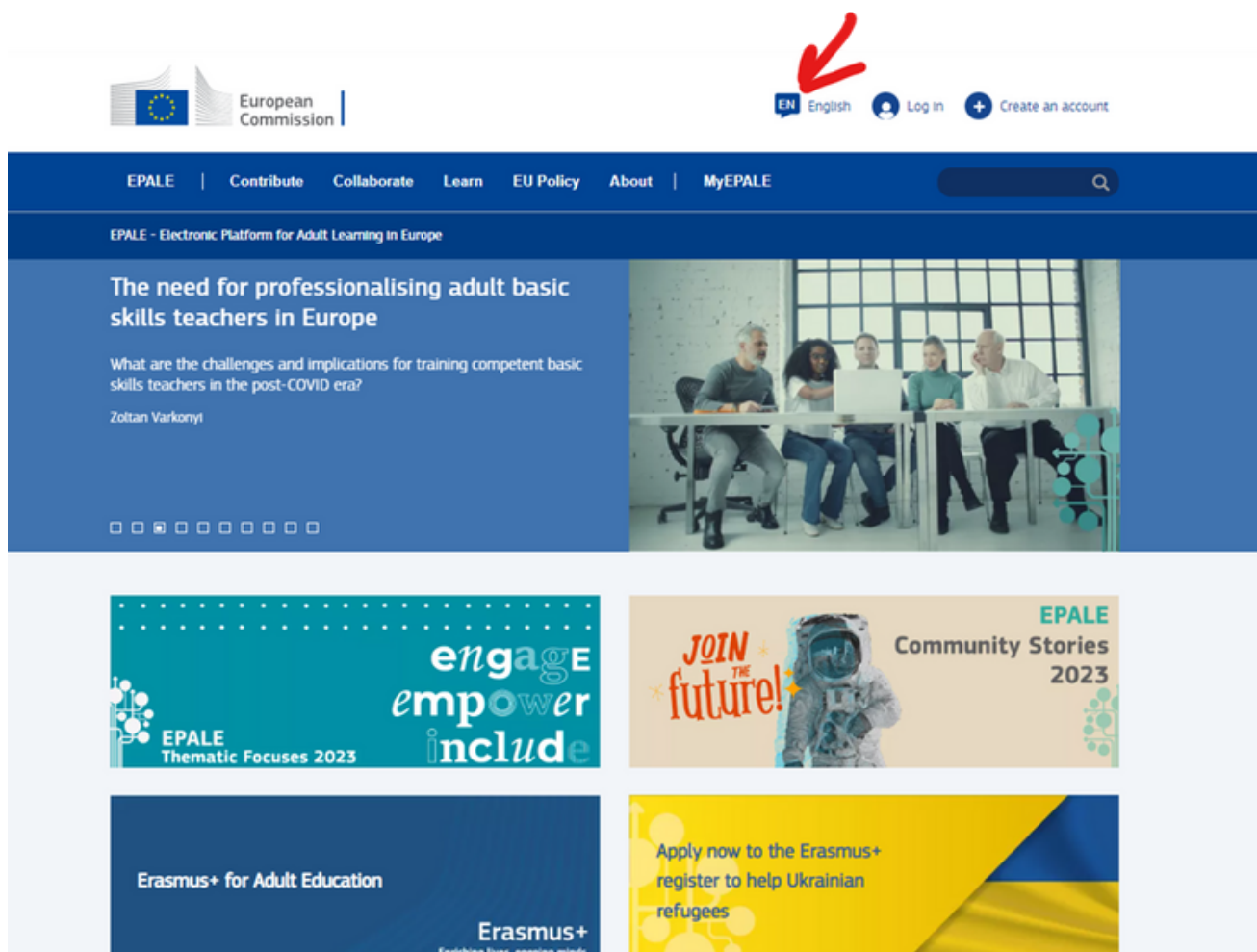
Email: info@leargas.ie

Website: <http://www.leargas.ie/>

Część III

ZADANIE 5

Zmień język na platformie EPALE na swój ojczysty: <https://epale.ec.europa.eu/en>



Część III

ZADANIE 6

Załącz konto na platformie EPALE: <https://epale.ec.europa.eu/en>

The screenshot shows the EPALE website homepage. At the top, there is a header with the European Commission logo on the left and navigation links for 'English', 'Log in', and 'Create an account' on the right. A red arrow points to the 'Create an account' button. Below the header is a dark blue navigation bar with links: 'EPALE', 'Contribute', 'Collaborate', 'Learn', 'EU Policy', 'About', and 'MyEPALE'. A search bar is located on the right side of this bar. The main content area features a large blue banner for the 'EPALE podcast - Empowering adults with basic skills needs', which includes a description and a list of social media icons. To the right of the banner is a smaller orange banner for the 'EPALE podcast' with the same title. Below these are four smaller banners: 'engage empower include EPALE Thematic Focuses 2023', 'JOIN THE future! EPALE Community Stories 2023' (featuring an astronaut), 'Erasmus+ for Adult Education', and 'Apply now to the Erasmus+ register to help Ukrainian refugees' (featuring the Ukrainian flag).

Część III

ZADANIE 7

Na stronie: <https://www.consilium.europa.eu> w zakładce “ŹRÓDŁA I PUBLIKACJE” znajdź publikację z zakresu edukacji dorosłych.

The screenshot shows the search results page of the European Council website. The search query is "edukacja dorosłych". The results are displayed in a list format. The first result is a book titled "Edukacja i szkolenia dorosłych w Europie: ścieżki prowadzące do umiejętności i kwalifikacji" published by the Luxembourg: Publications Office, 2022. It is marked as "OPEN ACCESS" and "Full text available". The second result is a book titled "Wörterbuch der Pädagogik : [in 3 Bänden]" published by Willmann-Institut; Rombach, Heinrich [ed.] Freiburg u.a.: Herder, 1977. The third result is a multiple version titled "LOSBLADING ONDERWIJSKUNDIG LEXIKON". On the right side, there are filters for "Tweak my results", "Expand My Results", "Sort by Relevance", "Resource Type" (Books (11), Articles (1)), "Creation Date" (From 1977 To 2022), and "Availability" (Full Text Online, Open Access).

Część III

ZADANIE 8

Wyszukaj aplikację “DAILYART” na swoim telefonie i pobierz. Podziel się z pozostałymi uczestnikami dziełami sztuki wskazanymi w aplikacji.

Moiseum

Zawiera reklamy · Zakupy w aplikacji

4,9★
201 tys. opinie

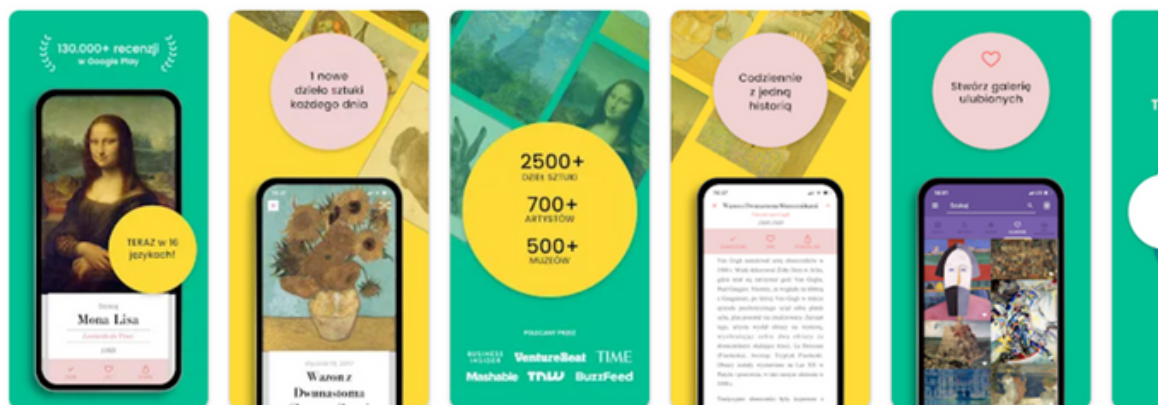
1 mln+
Pobrania

3
PEGI 3

Zainstaluj

Dodaj do listy życzeń

Ta aplikacja jest dostępna dla Twojego urządzenia



ASYSTENT GOOGLE

Asystent Google (z ang. Google Assistant) to aplikacja stworzona przez Google służąca do wyszukiwania informacji i pomocy użytkownikom w codziennych obowiązkach. Pełni funkcję inteligentnego asystenta osobistego. Funkcjonalność ta jest dostępna na urządzeniach mobilnych oraz inteligentnych urządzeniach domowych.

Komunikacja użytkowników z Asystentem Google zazwyczaj odbywa się za pomocą głosu, istnieje jednak możliwość komunikacji w formie pisemnej. Dzięki Asystentowi Google użytkownik uzyska odpowiedź na postawione przez niego pytanie, wyszuka potrzebne mu informacje w Internecie, będzie mieć kontrolę nad urządzeniami typu smart home, będzie mógł zarządzać swoim kalendarzem, robić zakupy czy dokonywać rezerwacji.

Inteligentny asystent osobisty dostępny jest w następujących językach: polskim, francuskim, hindi, hiszpańskim, indonezyjskim, japońskim, koreańskim, niemieckim, portugalskim, tajskim, włoskim oraz angielskim. Działa na urządzeniach mobilnych z następującymi systemami operacyjnymi: Android, iOS, KaiOS, Chrome OS, WearOS. [1]



[1]https://pl.wikipedia.org/wiki/Asystent_Google#cite_note-1

SIRI

Siri to aplikacja pomocna do korzystania z Internetu, która w swojej funkcjonalności jest podobna do Asystenta Google. Również traktowana jest jako inteligentny asystent osobisty. To co odróżnia ją od Asystenta Google, to fakt, iż jest częścią następujących systemów operacyjnych: iOS, watchOS, MACos oraz tvOS. Oznacza to, że z tego narzędzia można nie tylko korzystać na telefonach czy tabletach firmy Apple, ale również na laptopach typu MacBook, głośnikach HomePod, słuchawkach AirPods, czy odtwarzaczach multimedialnych Apple TV. Przy pomocy oprogramowania Siri użytkownik Internetu może rozpocząć rozmowę telefoniczną, napisać wiadomość SMS bądź mailową, prowadzić obsługę portali społecznościowych, uzyskać informację na temat pogody, najkorzystniejszej trasy, czy lokalizacji, uzyskać informację na zadane przez niego pytania, uruchomić inną aplikację na telefonie, ustawić budzik, puścić piosenkę, czy odnotować spotkanie w kalendarzu. Aplikacja Siri rozumie 21 języków, między innymi angielski, francuski, niemiecki. Niestety nie rozpoznaje jeszcze języka polskiego. [2]



[2]<https://www.orange.pl/poradnik/smartfony-i-inne-urzadzenia/asystent-siri-co-to-jest-i-do-czego-moze-sluzyc/>

Część IV

ZADANIE 9. Inteligentny asystent (20 min)

Zadaniem uczestników warsztatów będzie zainstalowanie inteligentnego Asystenta Google a następnie wydanie polecenia głosowego. Uczestnicy mogą zapytać między innymi o pogodę, o przepis na danie, wydać polecenie dotyczące wykonania telefonu bądź napisania maila.

PRZYKŁADOWE ZDANIE DLA PROWADZĄCEGO:

Waszym zadaniem będzie zainstalowanie inteligentnego Asystenta Google a następnie wydanie polecenia głosowego. Możecie zapytać między innymi o pogodę, o przepis na danie, wydać polecenie dotyczące wykonania telefonu bądź napisania maila. Na wykonanie tego zadania macie 20 minut.

Część IV

KARTA PRACY 8

Zainstaluj aplikację inteligentnego Asystenta Google a następnie wydaj mu polecenie głosowe zgodnie ze swoimi preferencjami. Możesz zapytać między innymi o pogodę, o przepis na danie, wydać polecenie dotyczące wykonania telefonu bądź napisania maila.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

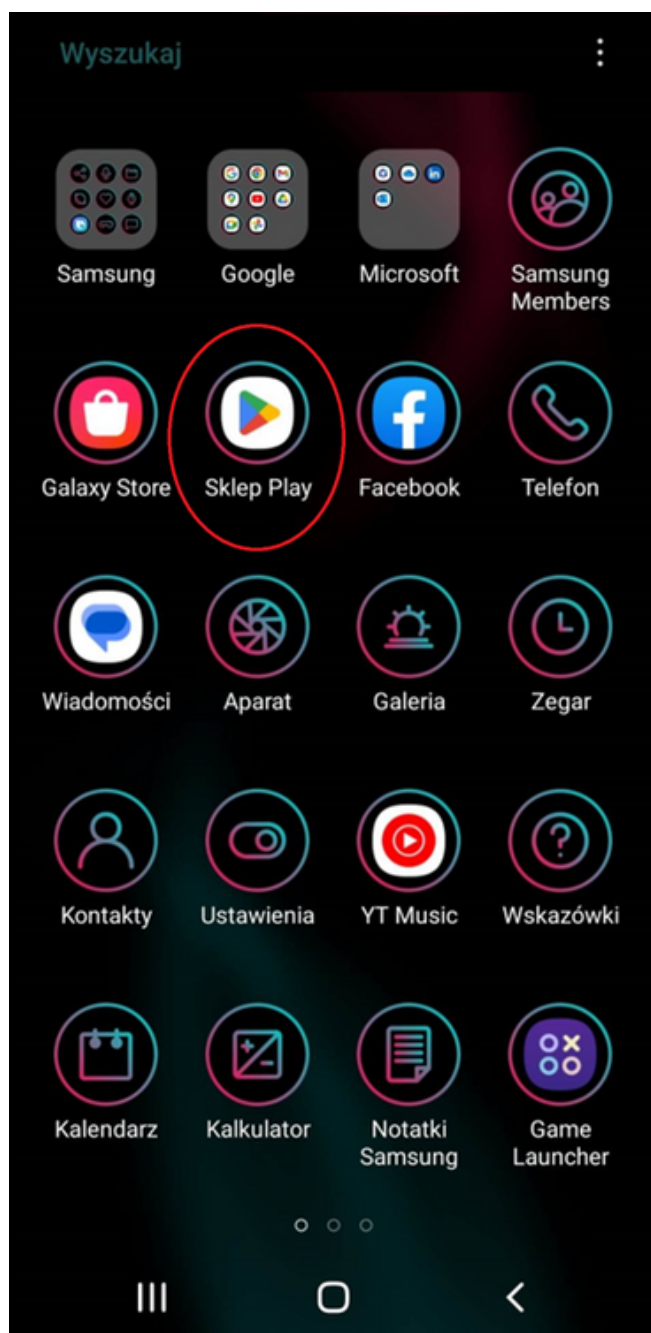
.....

.....

INSTRUKCJA

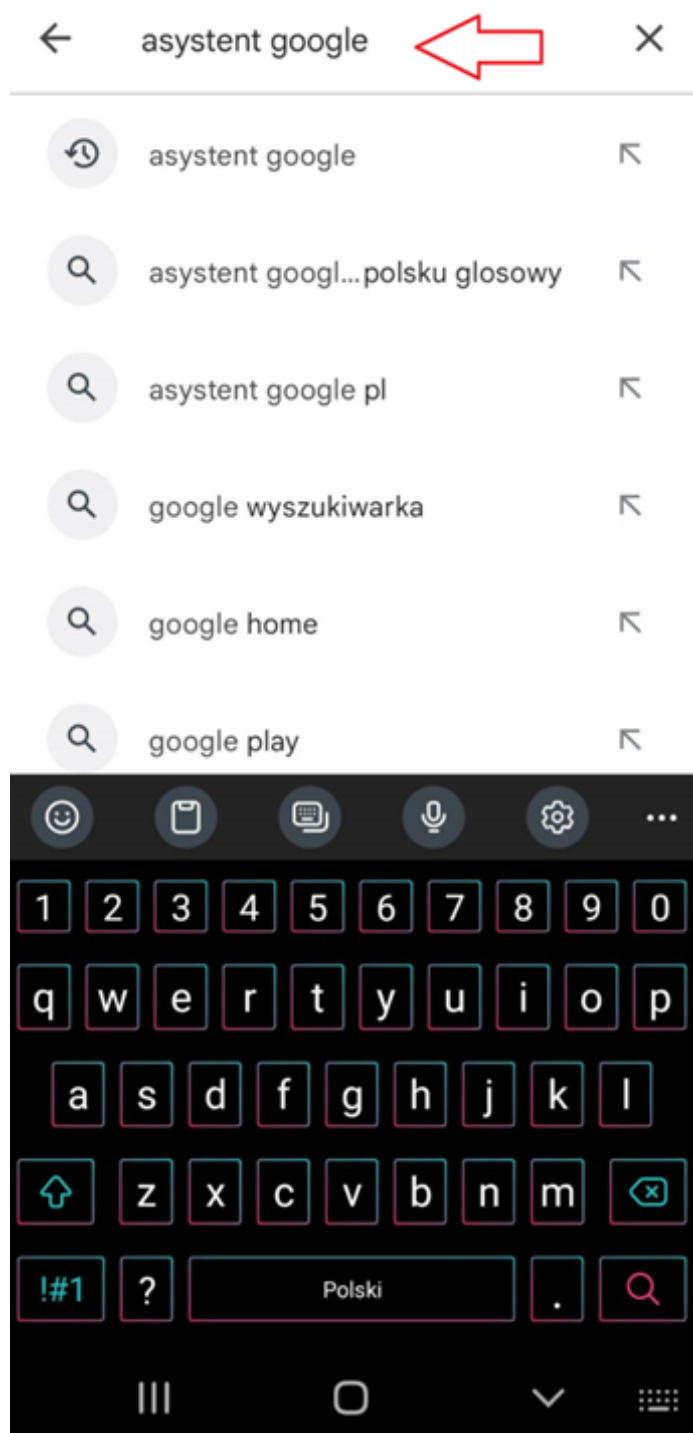
KROK 1. Pobierz aplikację Asystenta Google a następnie otwórz ją (krok 1 dedykowany dla osób nie mających pobranej aplikacji Google Lans na telefonie).

Otwórz Sklep Play.



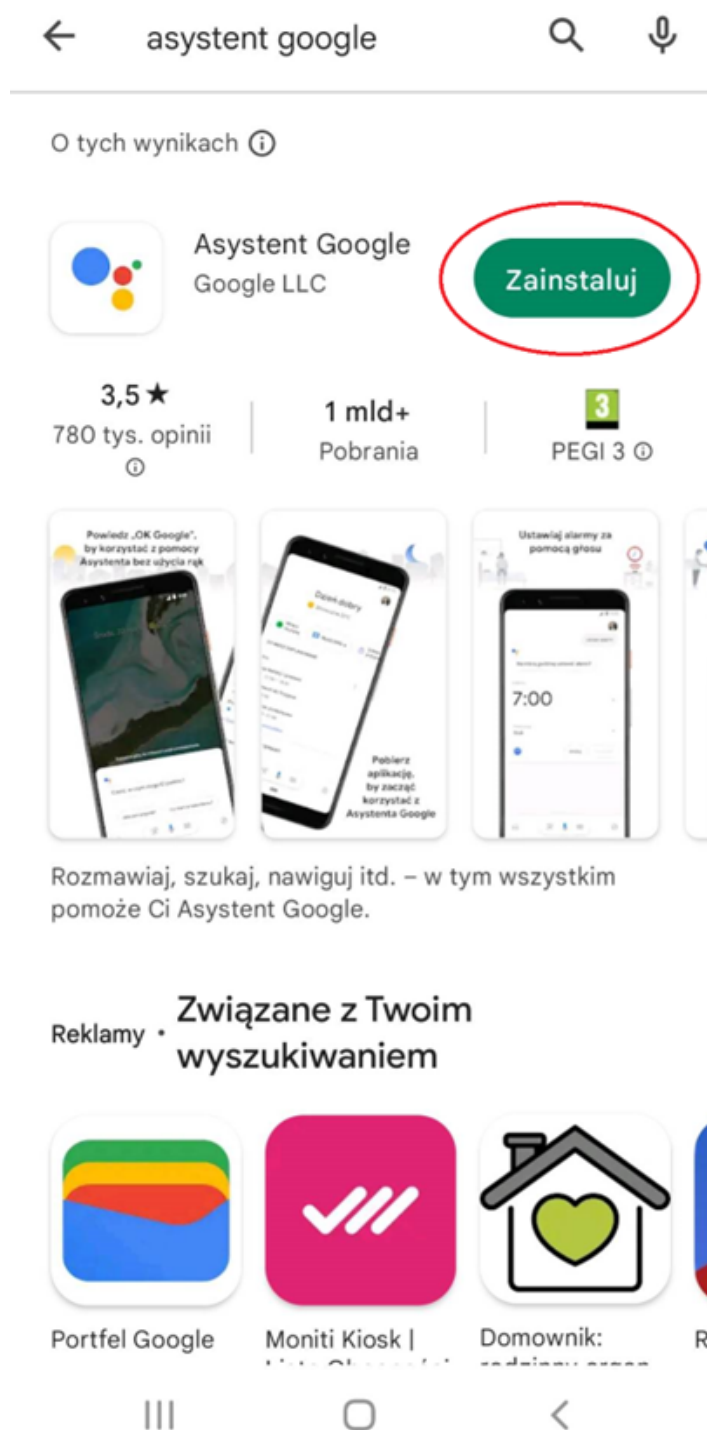
INSTRUKCJA

Następnie wpisz w polu wyszukiwania nazwę aplikacji.



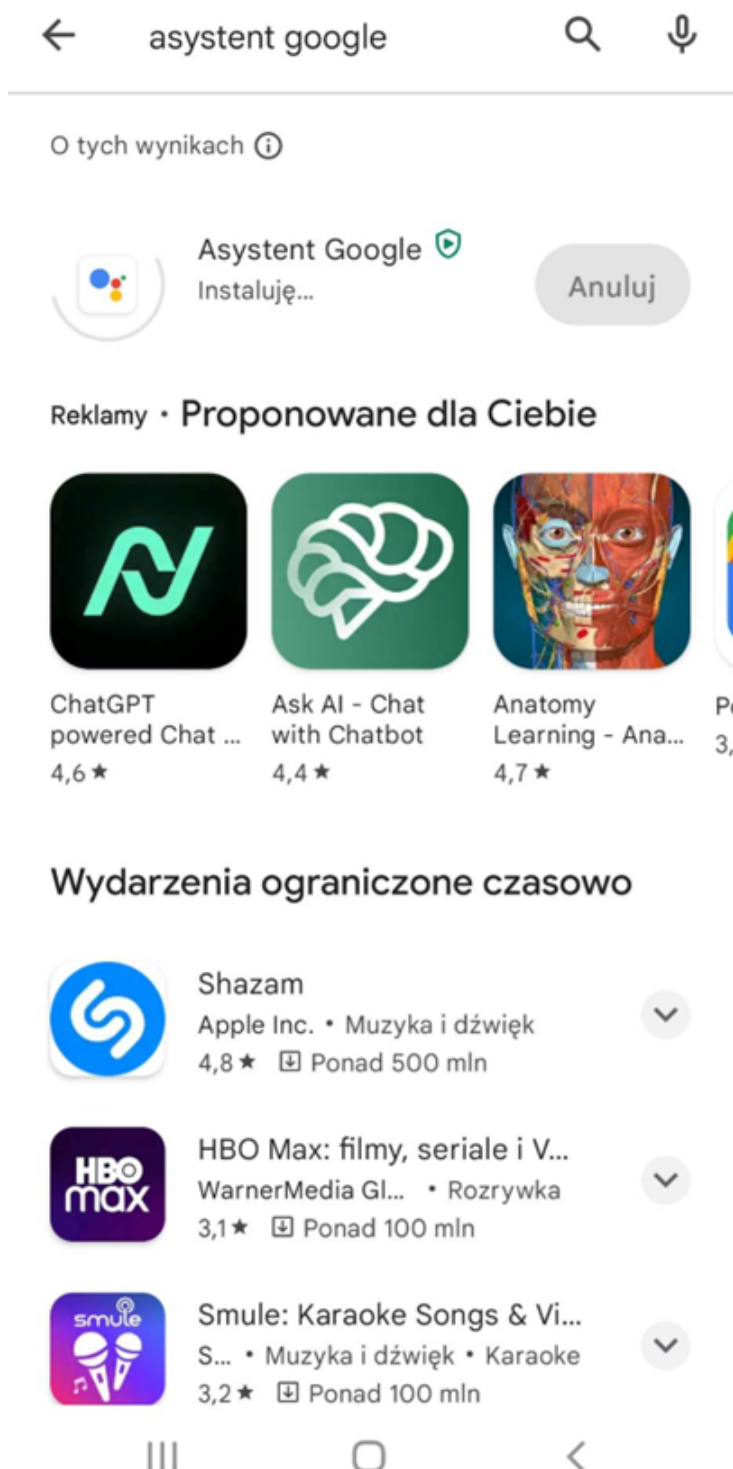
INSTRUKCJA

Po pojawieniu się wyniku wyszukiwania wybierz opcję "Zainstaluj".



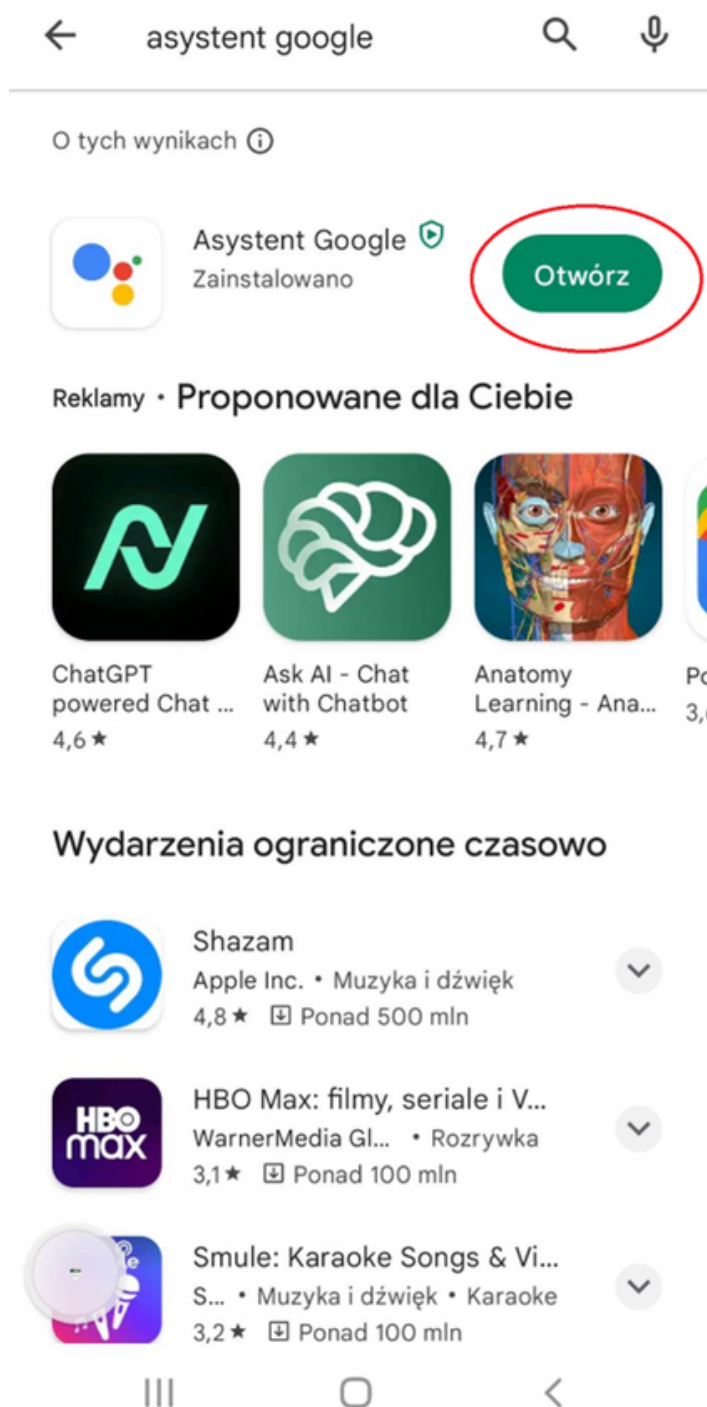
INSTRUKCJA

Po wybraniu tej opcji na telefonie rozpocznie się instalacja aplikacji.



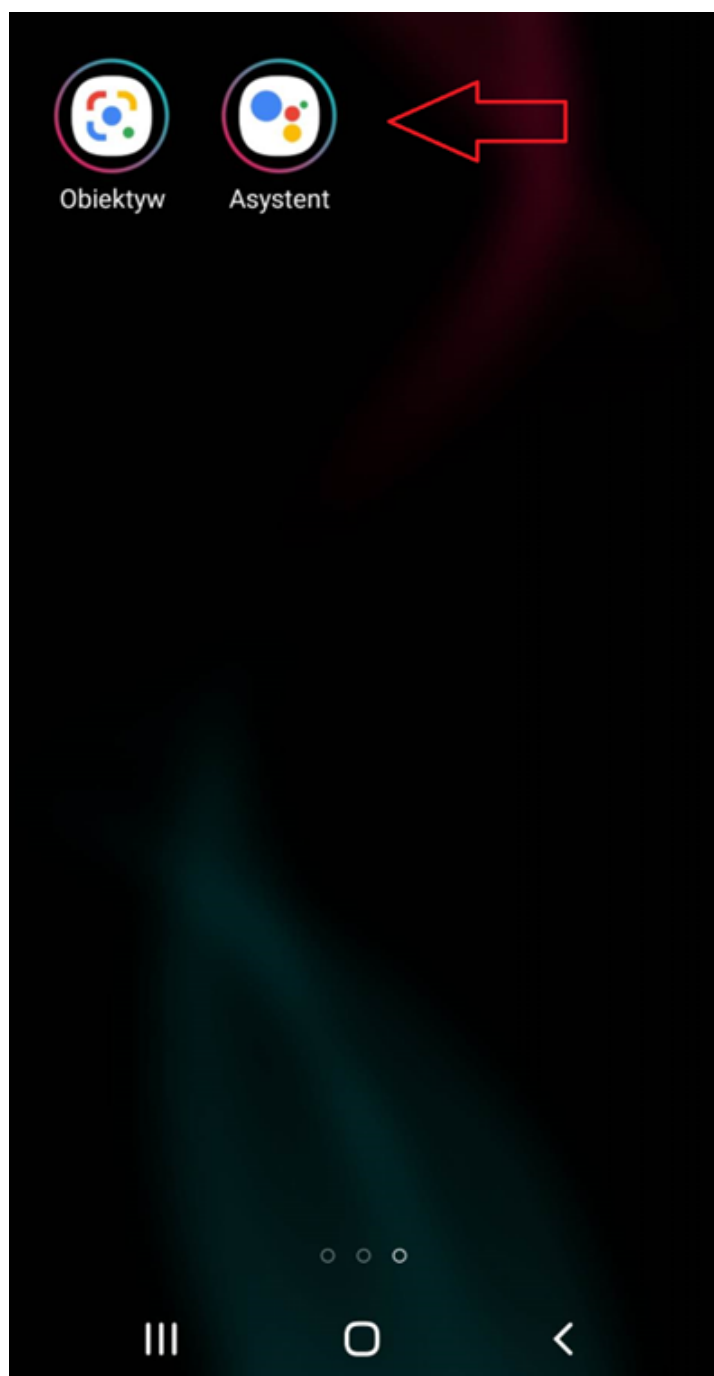
INSTRUKCJA

Po zainstalowaniu pojawi się możliwość otwarcia aplikacji.



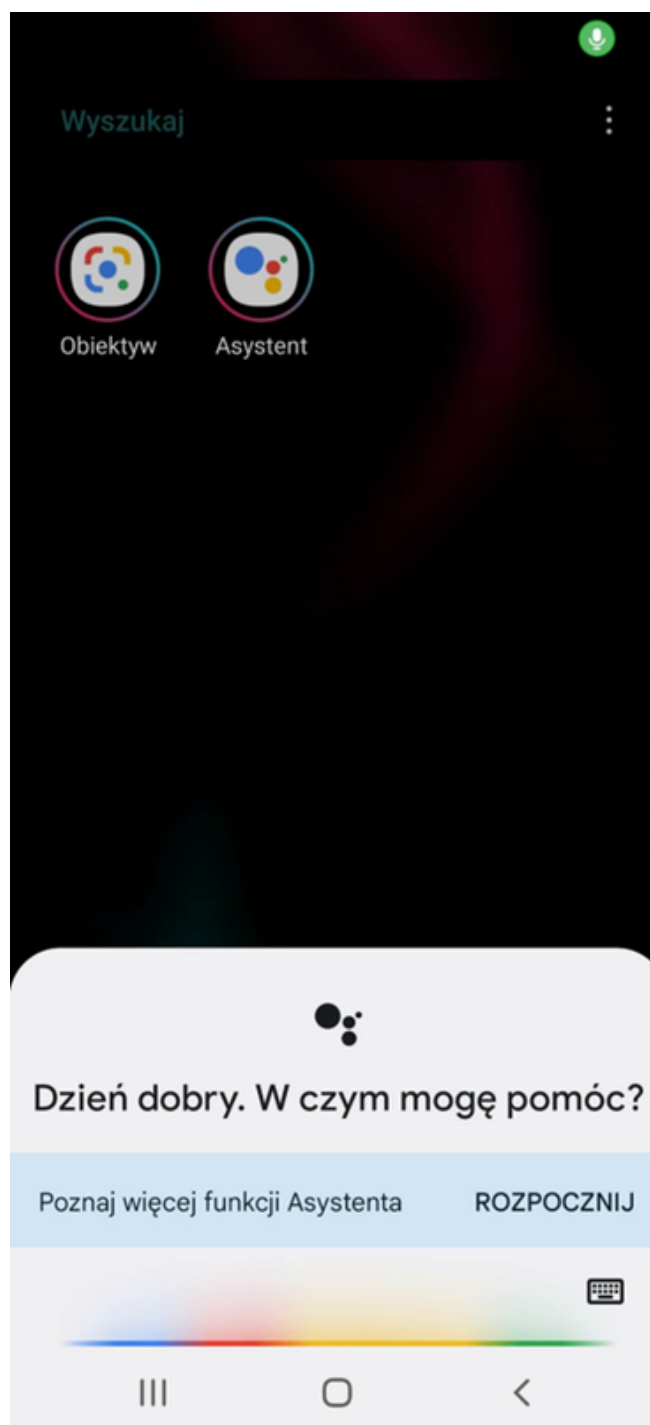
INSTRUKCJA

KROK 2. Otwórz aplikację Asystenta Google.



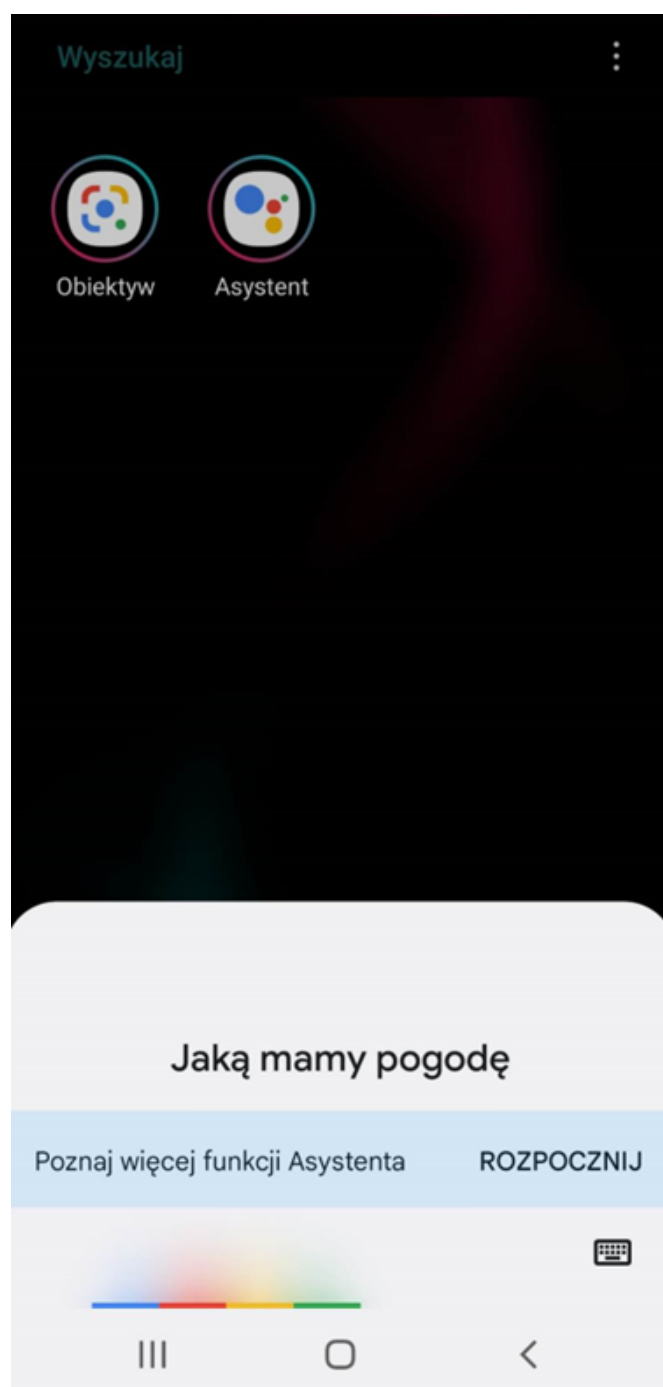
INSTRUKCJA

Pojawi się następujący widok:



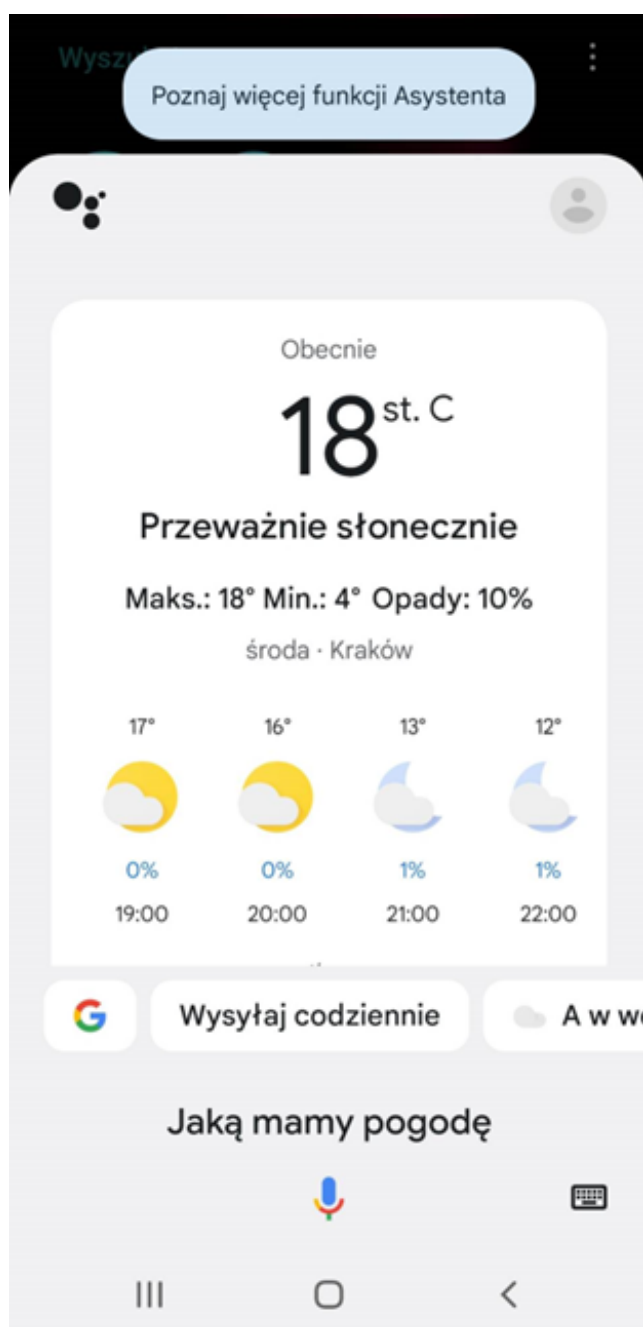
INSTRUKCJA

KROK 3. Powiedz głośno polecenie. Jako przykład zapytajmy jaką mamy pogodę?. Aplikacja zapisuje zadane przez nas pytanie.



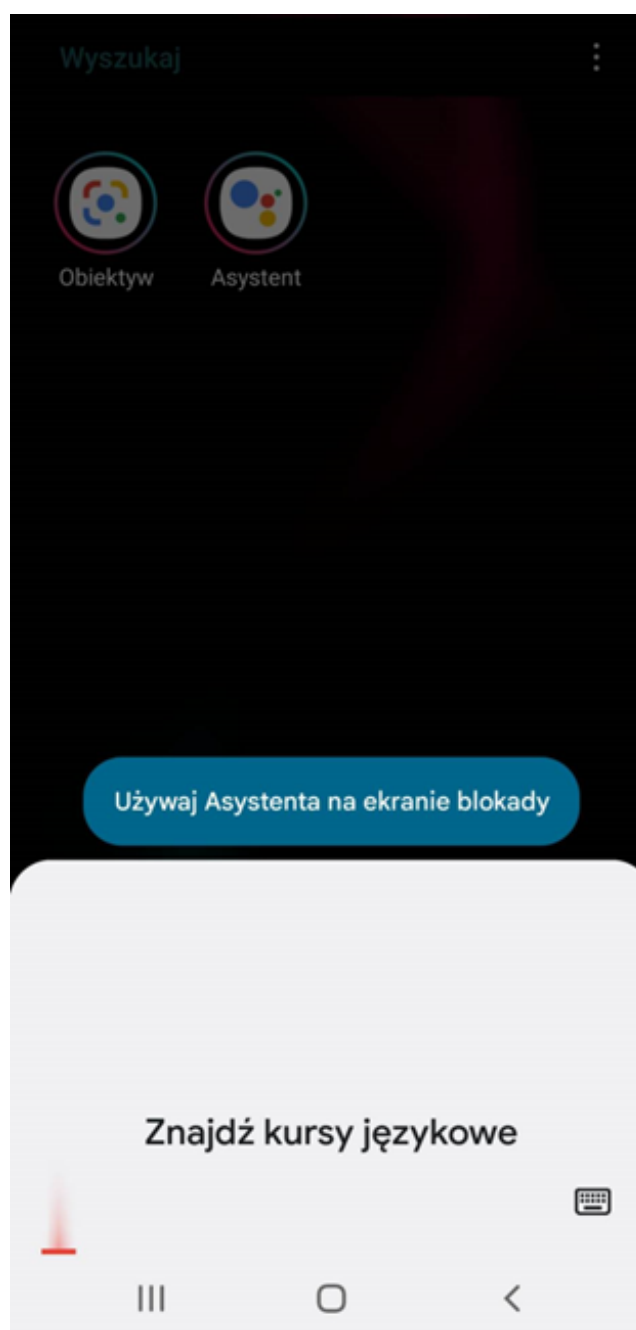
INSTRUKCJA

Następnie za jej pośrednictwem uzyskujemy informację o aktualnym stanie pogody.



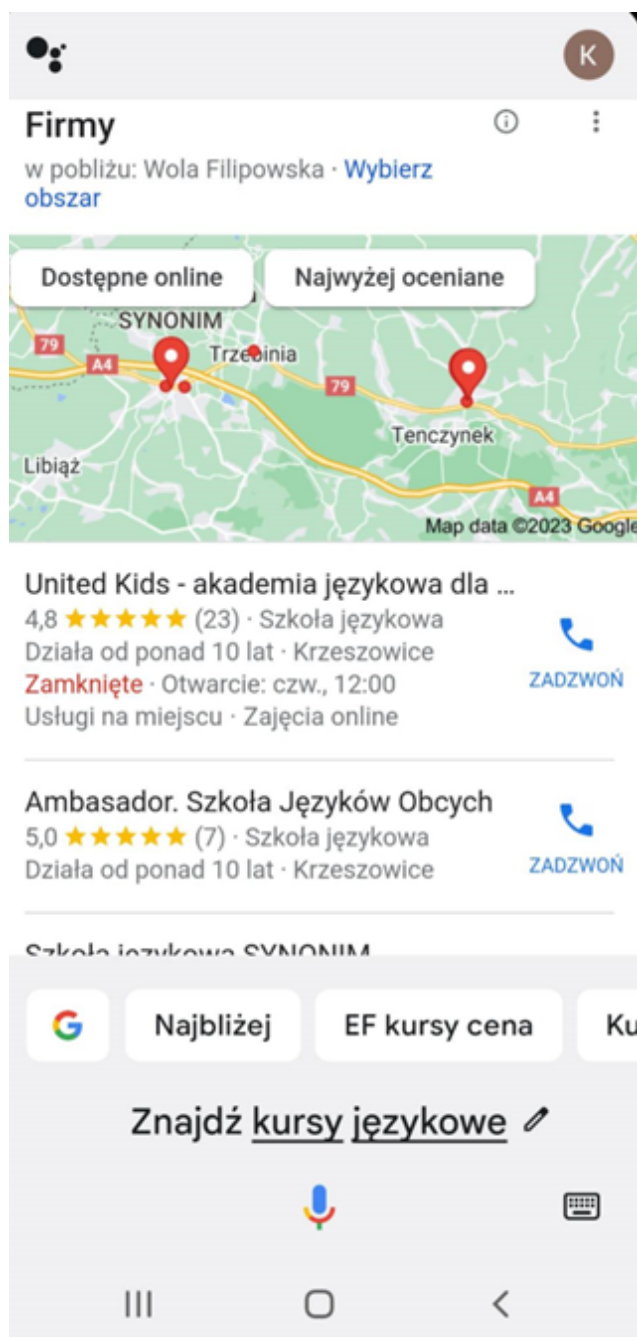
INSTRUKCJA

KROK 4. Teraz spróbujmy wyszukać kursy językowe. Wyдай polecenie “Znajdź kursy językowe”.



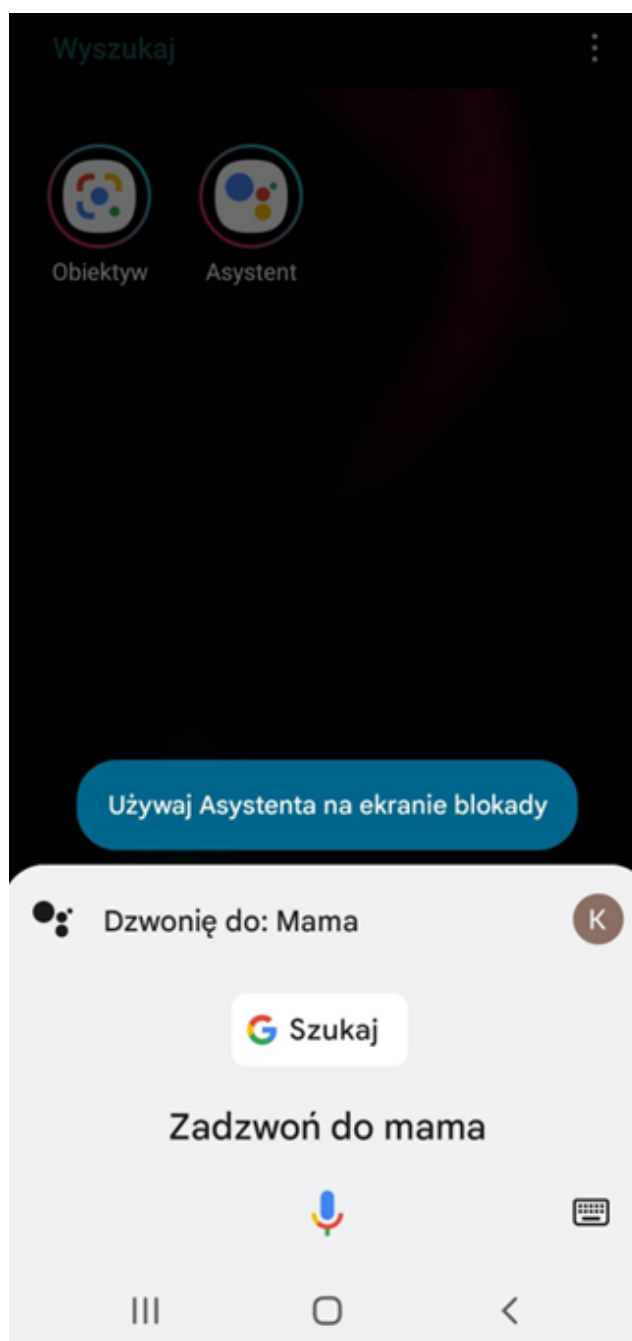
INSTRUKCJA

Aplikacja przekieruje nas na stronę internetową z kursami językowymi.



INSTRUKCJA

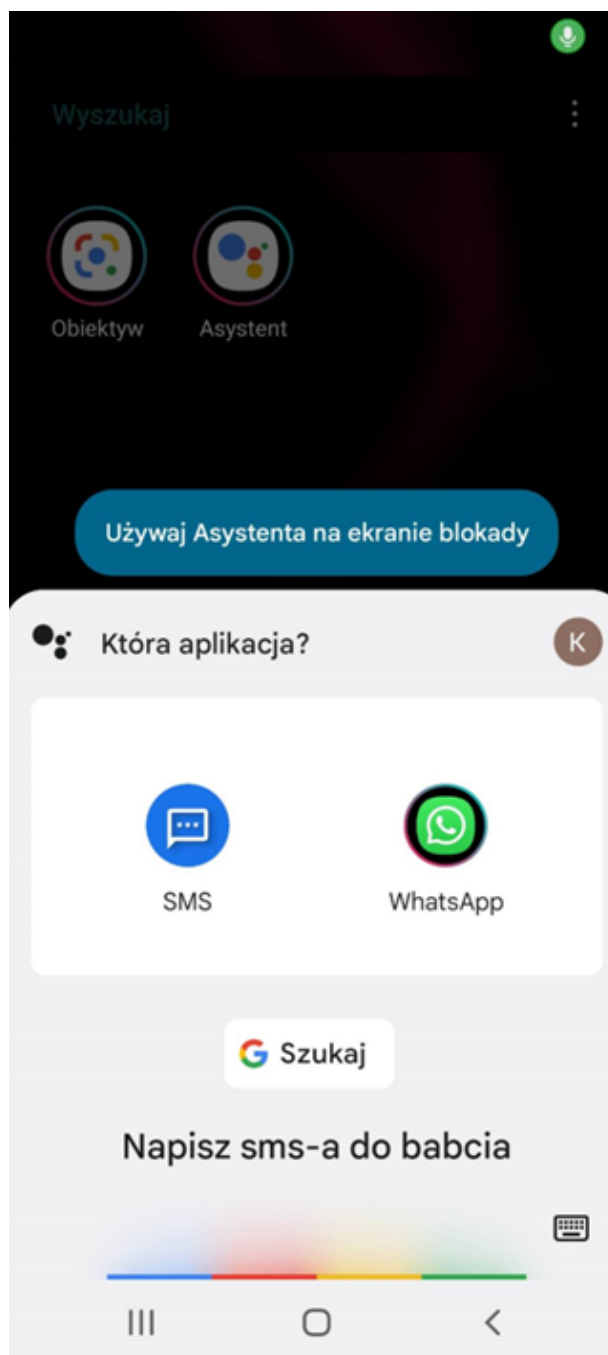
KROK 5. Przy pomocy Asystenta Google spróbuj zadzwonić do jednego z twoich kontaktów. Głośno wypowiedz polecenie “Zadzwoń do...”.



Aplikacja zanotuje Twoje polecenie. Następnie wyszuka kontaktu i połączy się z nim.

INSTRUKCJA

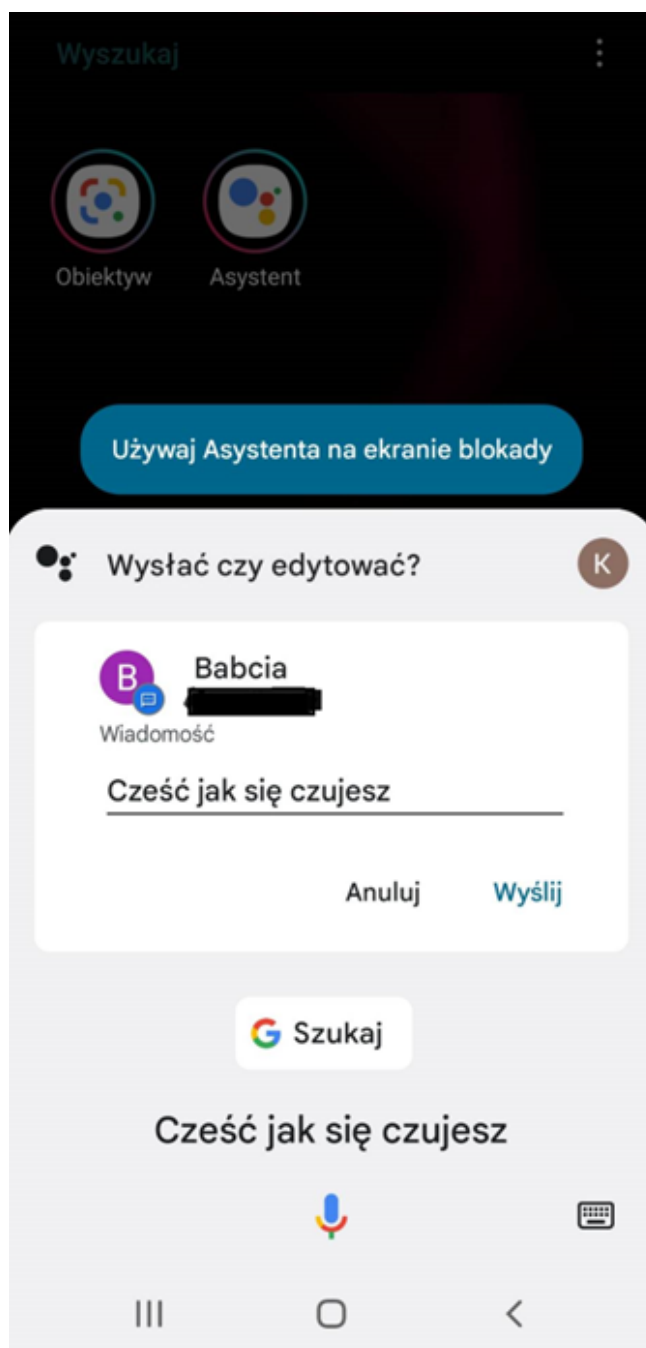
KROK 6. Wyślij sms-a do jednych z Twoich kontaktów. Wydadaj polecenie “Napisz sms-a do...”. Aplikacja zanotuje Twoje polecenie.



Asystent poprosi Cię o sprecyzowanie aplikacji, którą ma wybrać. Odpowiedz mu zgodnie z Twoją preferencją.

INSTRUKCJA

Następnie podyktuj treść wiadomości tekstowej. Inteligentny asystent osobisty zapisze ją.



Następnie wydaj polecenie “Wyślij”.

APLIKACJE POMOCNE W SURFOWANIU

AMAZON ALEXA

Amazon Alexa to aplikacja pomocna przy sterowaniu urządzeniami z wykorzystaniem asystenta głosowego. Program funkcjonuje w następujących obszarach: umożliwia konfigurację sprzętu firmy Amazon, słucha poleceń użytkowników aplikacji oraz udziela odpowiedzi na zadane przez nich pytania. Im częściej użytkownicy korzystają z asystenta Amazon, tym bardziej ich rozumie, rozpoznaje głos oraz preferencje. Dzięki programowi można kontrolować status urządzeń, które użytkownicy mają w posiadaniu, bądź zarządzać oświetleniem. Przy jej pomocy możliwe jest również włączenie utworów muzycznych, ustawienie powiadomienia, uzyskanie informacji na temat pogody czy stworzenie listy zakupów. Amazon Alexa dedykowana jest dla osób korzystających z inteligentnych urządzeń. Rozpoznaje język angielski oraz niemiecki.[3]

GOOGLE LENS

Google Lens, czyli Obiektów Google to oryginalna wyszukiwarka przy pomocy obrazu. Pozwala odnaleźć potrzebne informacje na temat obiektów umieszczonych na zdjęciach zrobionych za pomocą aparatu w smartfonie. Dzięki tej funkcji użytkownik Internetu może znaleźć informacje na temat osób znajdujących się na zdjęciu, budynków, flory, fauny, produktów spożywczych, dań, czy sprzętów codziennego użytku. Google Lens potrafi również rozpoznawać tekst. Funkcja ta pozwala na obsługę kalendarza, wykonywanie połączeń telefonicznych pod numer zamieszczony na wizytówce lub ulotce oraz przetłumaczenie słów. Aplikacja Google Lens nie wymaga opisu produktu w polu przeznaczonym na wyszukiwanie. Na potrzeby zainstalowania aplikacji potrzebny jest Android 6.0, bądź smartfony wyposażone w dodatkowy układ dla SI.[4]



ŹRÓDŁO: <https://www.charlottedavies.com/google-lens-and-reverse-image-search/>

[3]<https://download.komputerswiat.pl/aplikacje-mobilne/akcesoria-i-narzedzia/amazon-alexa>

[4]<https://www.dobreprogramy.pl/google-lens-obiektow-google,program,android,6628684907784321>

APLIKACJE POMOCNE W SURFOWANIU

SZCZĘŚLIWY TRAF

Szczęśliwy traf (ang. I'm feeling lucky) to jedna z opcji wyszukiwania w przeglądarce Google, która przekierowuje użytkownika na stronę, która jest na pierwszym miejscu na liście wyszukiwania. Dzięki skorzystaniu z tej funkcji, użytkownik pomija stronę zawierającą wyniki wyszukiwania.[5]

[5] https://pl.wikipedia.org/wiki/Wyszukiwarka_Google

Część IV

ZADANIE 10. Wyszukiwanie na kilka sposobów (25 min)

Zadanie będzie podzielone na dwie części. W pierwszej części uczestnicy warsztatów skorzystają z jednej z opcji wyszukiwania, oferowanych przez przeglądarkę Google - Szczęśliwy traf. Ich zadaniem będzie wprowadzenie w okno wyszukiwania wybranego przez siebie słowa dotyczącego przedmiotów, miejsc, roślin, zwierząt, osób, a następnie kliknięcie w ikonę "Szczęśliwy traf". Następnie każdy z uczestników podzieli się informacją na jaką stronę został przekierowany. W drugiej części zadania uczestnicy warsztatów wyszukają informacji przy pomocy aplikacji Google Lens. W pierwszej kolejności wybiorą zdjęcie przedstawiające obiekt zabytkowy a następnie poszukują na jego temat informacji.

PRZYKŁADOWE ZDANIE DLA PROWADZĄCEGO:

Zadanie, które będziecie teraz wykonywać podzielone jest na dwie części. W pierwszej części skorzystacie z jednej z opcji wyszukiwania, oferowanych przez przeglądarkę Google - Szczęśliwy traf. Waszym zadaniem będzie wprowadzenie w okno wybranego przez siebie słowa dotyczącego przedmiotów, miejsc, roślin, zwierząt, osób, a następnie kliknięcie w ikonę "Szczęśliwy traf". Następnie każdy z Was podzieli się informacją na jaką stronę został przekierowany. W drugiej części zadania wyszukacie informacji przy pomocy aplikacji Google Lens. W pierwszej kolejności wybierzeecie zdjęcie przedstawiające obiekt zabytkowy a następnie poszukacie na jego temat informacji.

Część IV

KARTA PRACY 9

Zastanów się nad wyborem słowa, które dotyczy przedmiotu, miejsca, roślin, zwierząt, osób. Następnie wybrane przez Ciebie słowo wpisz w przeglądarkę Google, w okno wyszukiwania i skorzystaj z opcji “Szczęśliwi traf”. Po wykonaniu zadania, podziel się informacją z uczestnikami warsztatów na jaką stronę zostałeś przekierowany.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

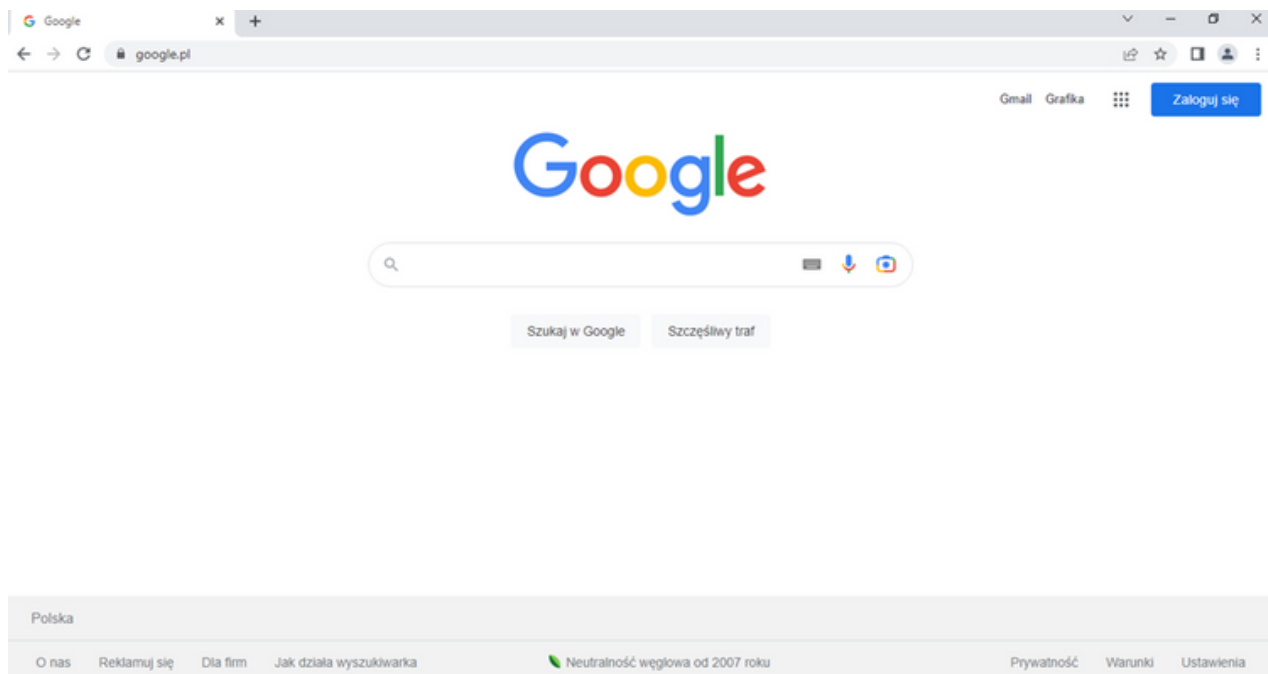
.....

.....

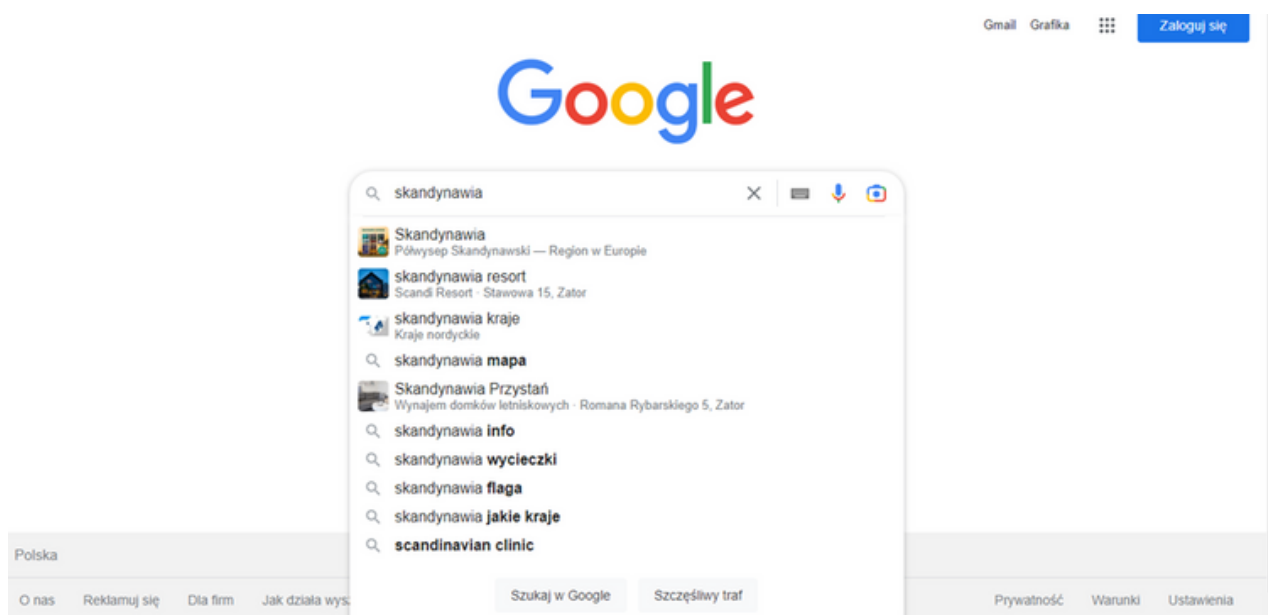
.....

INSTRUKCJA

KROK 1. Włącz przeglądarkę “Google”.

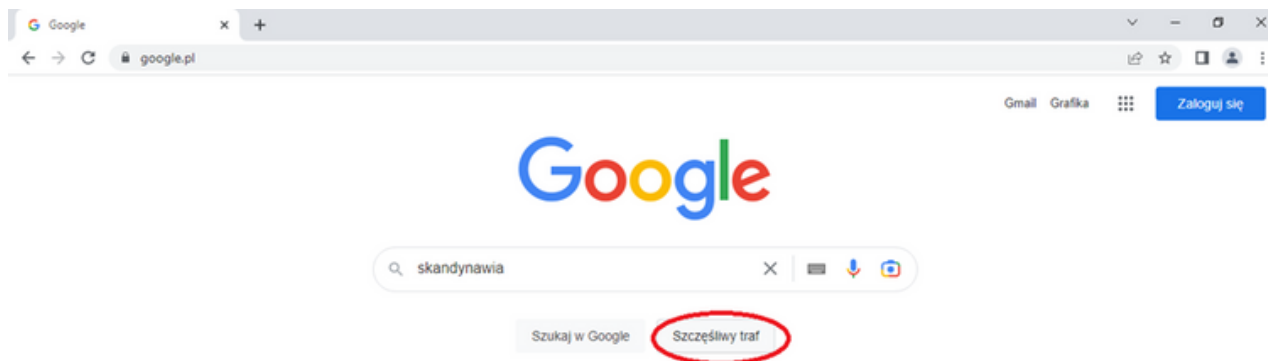


KROK 2. Wprowadź w okno wyszukiwania wybrane przez Ciebie słowo.

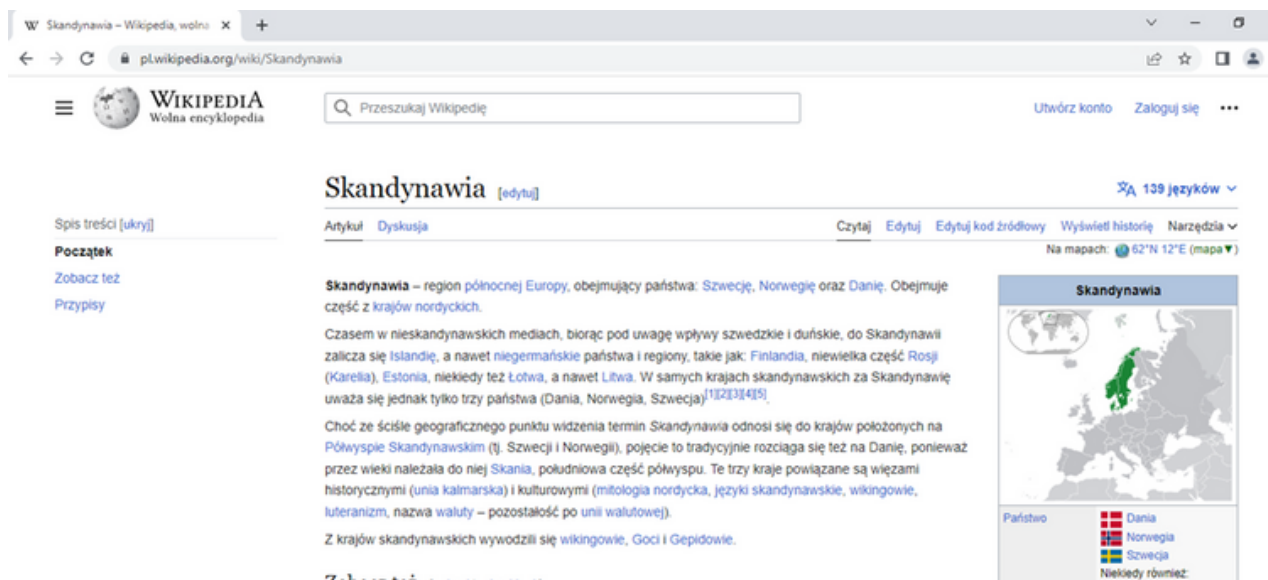


INSTRUKCJA

KROK 3. Wybierz opcję wyszukiwania “Szczęśliwy traf”.



Po wybraniu opcji “Szczęśliwy traf”, wyszukiwarka przekieruje Cię na stronę, która jest na pierwszym miejscu na liście wyszukiwania.



Część IV

KARTA PRACY 10

Wybierz zdjęcie przedstawiające obiekt zabytkowy. Następnie przy pomocy aplikacji Google Lens wyszukaj na jego temat informacji w Internecie.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

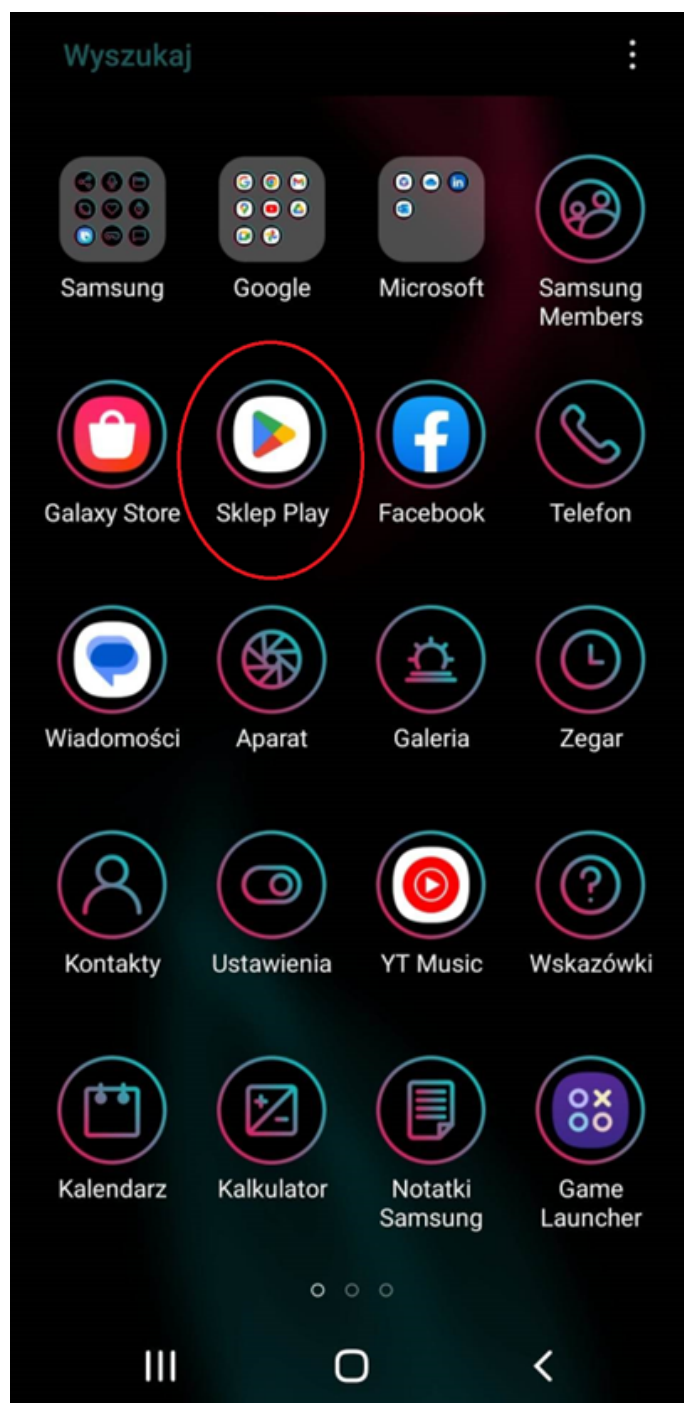
.....

.....

INSTRUKCJA

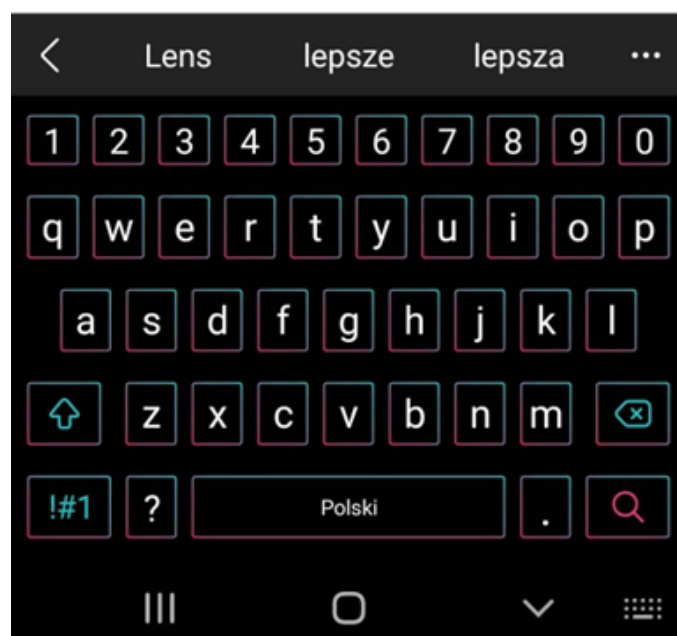
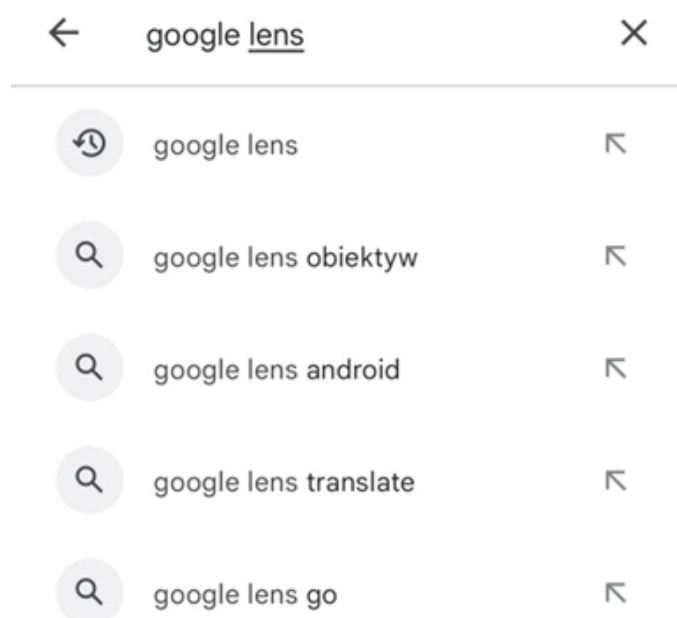
KROK 1. Pobierz aplikację Google Lans a następnie otwórz ją (krok 1 dedykowany dla osób nie mających pobranej aplikacji Google Lans na telefonie).

Otwórz Sklep Play.



INSTRUKCJA

Następnie wpisz w polu wyszukiwania nazwę aplikacji.



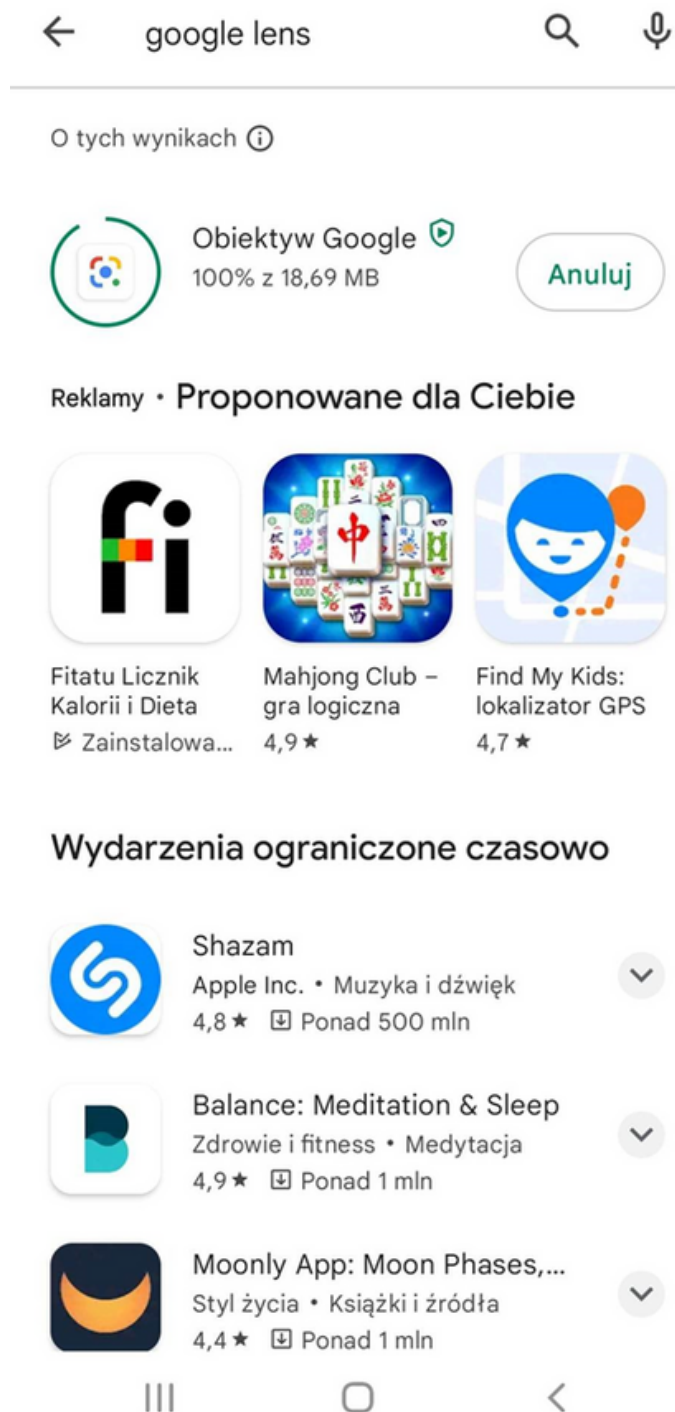
INSTRUKCJA

Po pojawieniu się wyniku wyszukiwania wybierz opcję “Zainstaluj”.



INSTRUKCJA

Po wybraniu tej opcji na telefonie rozpocznie się instalacja aplikacji.



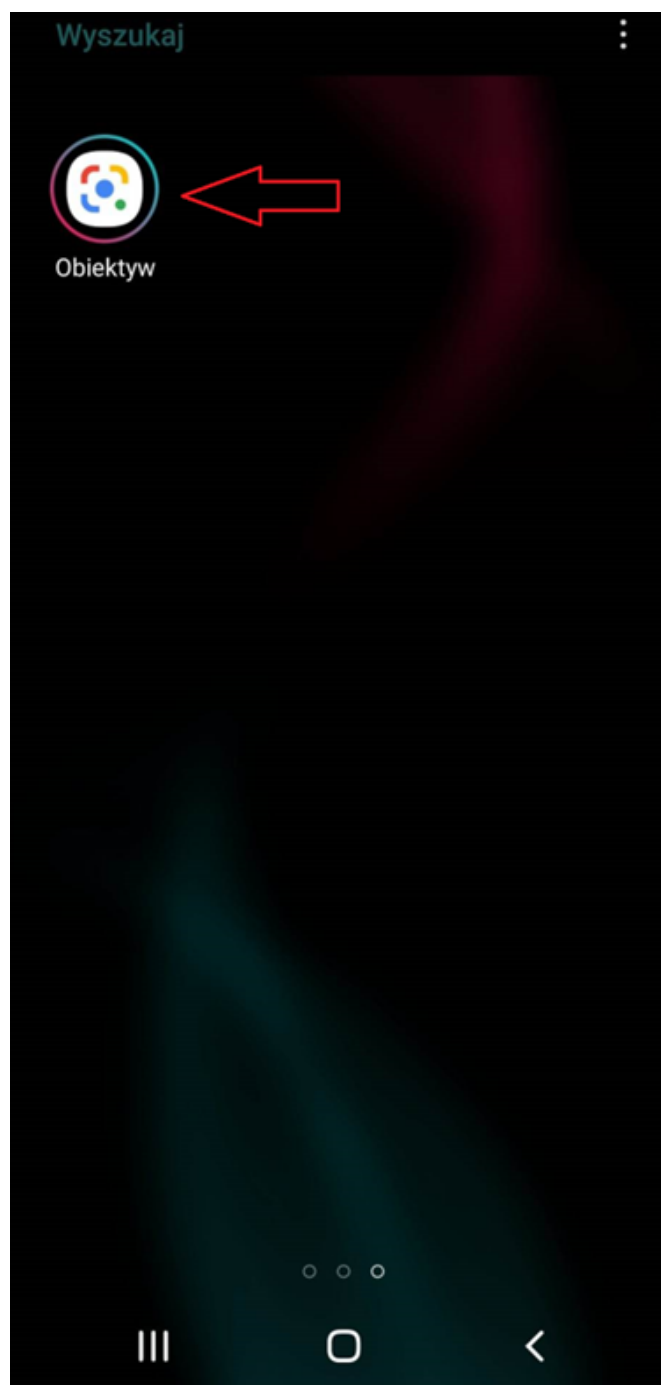
INSTRUKCJA

Po zainstalowaniu pojawi się możliwość otwarcia aplikacji.



INSTRUKCJA

KROK 2. Otwórz aplikację Google Lens.



INSTRUKCJA

Pojawi się widok aparatu w smarphonie. W tym zadaniu nie wyszukiwanie nie będzie na podstawie wykonanego w tym momencie zdjęcia, tylko na podstawie obrazu zapisanego w galerii zdjęć na telefonie.



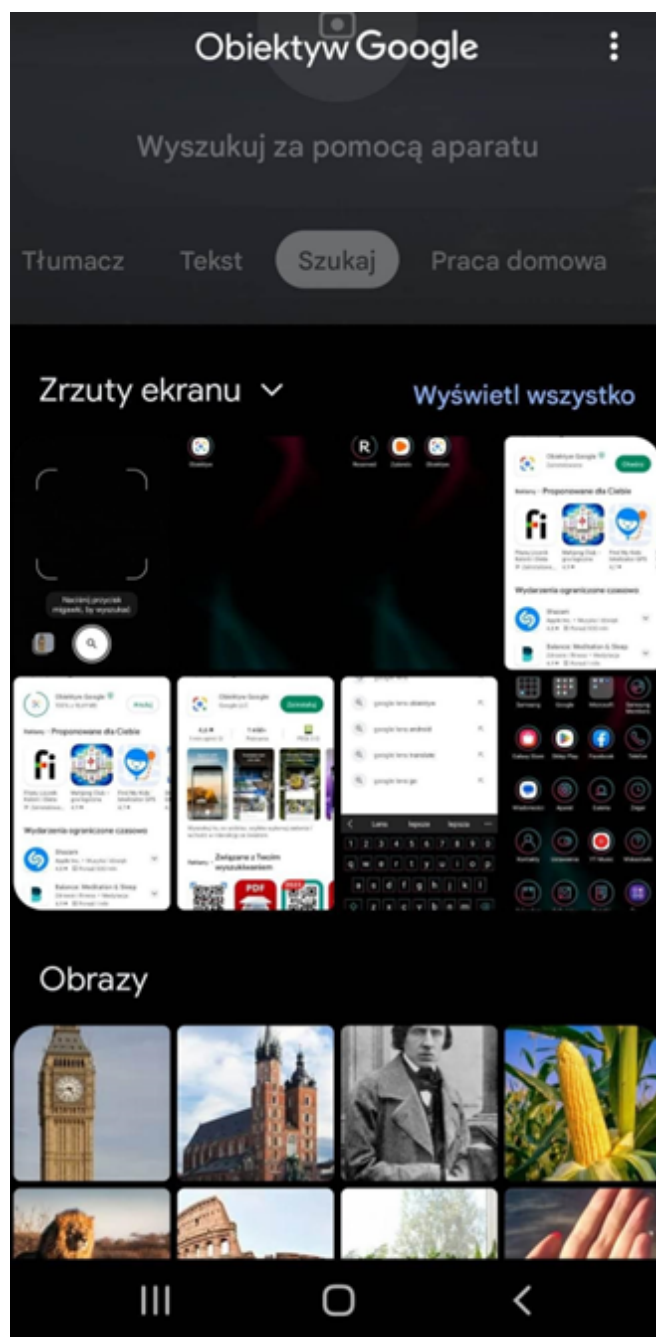
INSTRUKCJA

KROK 3. Aby wybrać zdjęcie zapisane w galerii zdjęć na telefonie należy kliknąć w katalog zdjęć zamieszczony w lewym dolnym rogu.



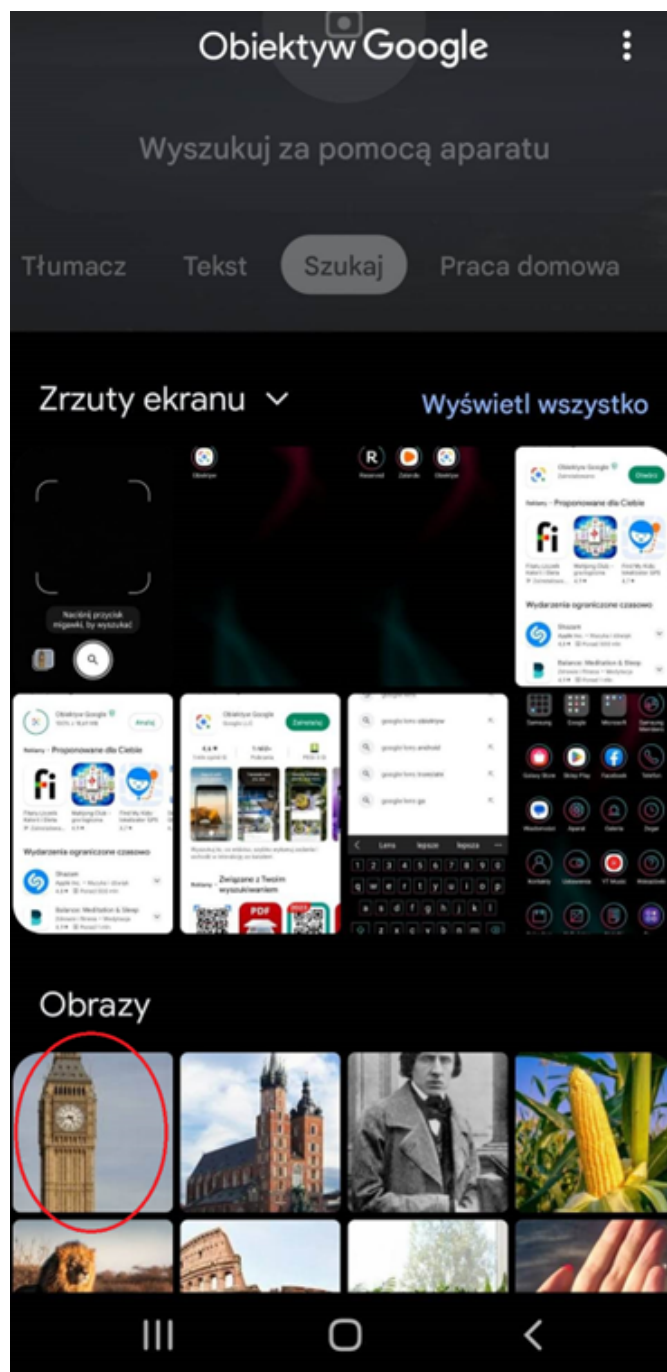
INSTRUKCJA

Katalog otworzy się.



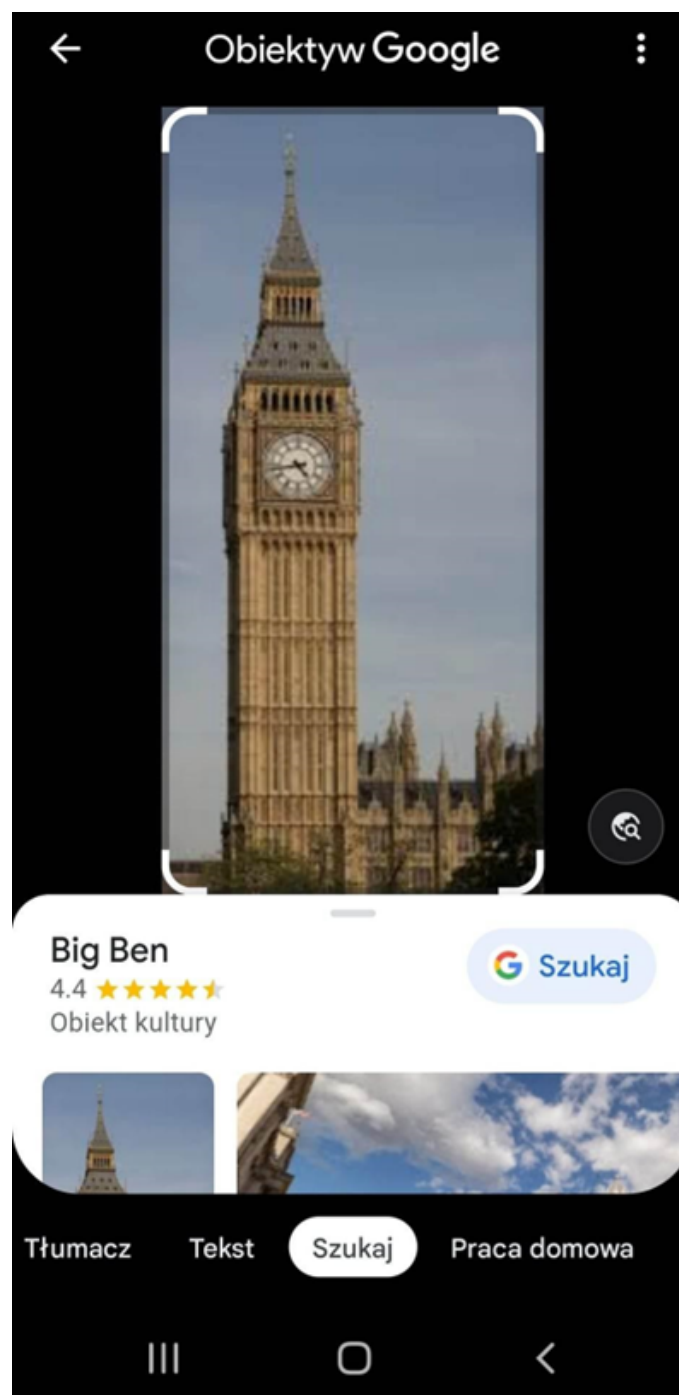
INSTRUKCJA

KROK 4. Należy wybrać zdjęcie zgodnie z poleceniem.



INSTRUKCJA

Po wybraniu fotografii, załaduje się ona w aplikacji.



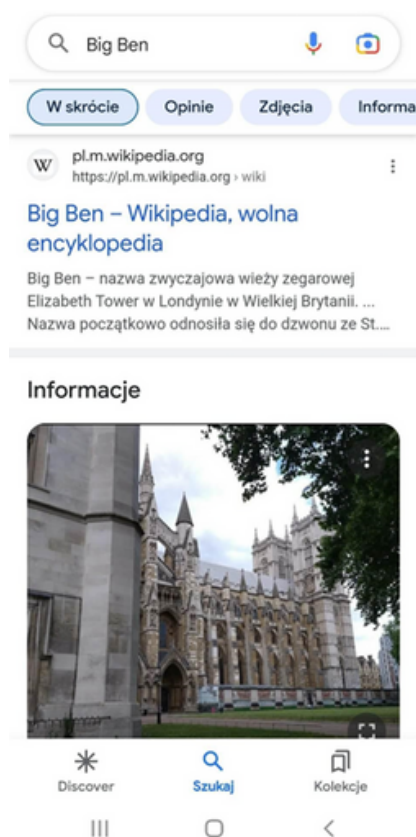
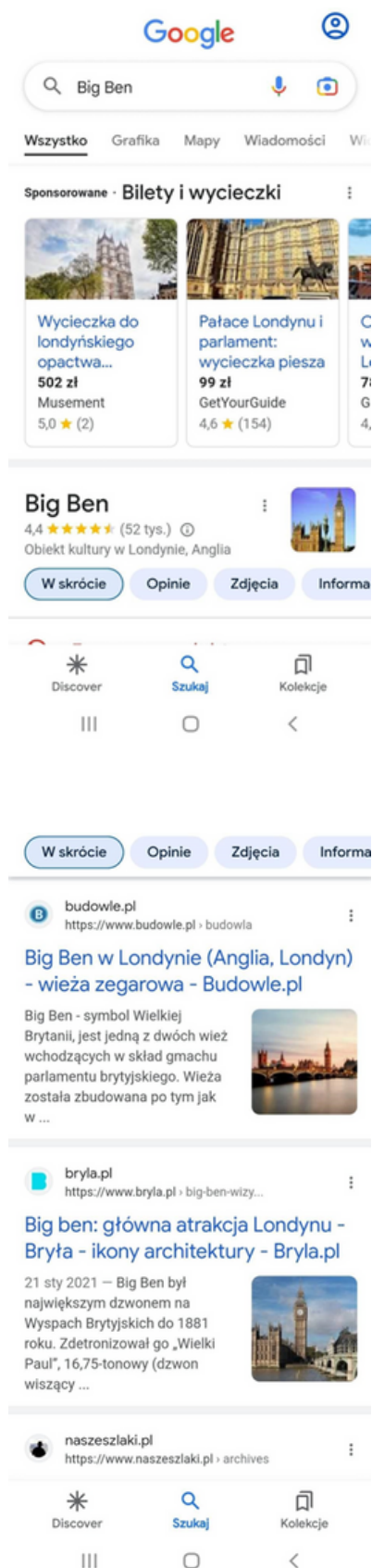
INSTRUKCJA

KROK 5. Następnie wybierz opcję “Szukaj”.



Aplikacja przekieruje nas do przeglądarki, na stronę z wynikami wyszukiwania, gdzie będzie można znaleźć informację na temat obiektu.

INSTRUKCJA



IV Zakończenie warsztatów (20 MIN.)

Prowadzący prosi, aby uczestnicy usiedli w kręgu i każdy odpowiedział na pytanie:

- *Co najbardziej podobało Ci się w dzisiejszych warsztatach?*
- *Co zabierzesz ze sobą do domu?*
- *Co najbardziej Cię zaskoczyło i przykuło Twoją uwagę?*
- *Jak wpłynęły na Ciebie warsztaty?*
- *Jakie rzeczy zamierzasz zmienić w swoim życiu?*

Po dyskusji uczestników prowadzący warsztat dziękuje za udział w warsztacie i prosi o wypełnienie ankiety ewaluacyjnej. Po wypełnieniu ankiet prowadzący rozdaje certyfikaty.



V Ankieta ewaluacyjna



SCENARIUSZ III | BEZPIECZNE I KREATYWNE SURFOWANIE W INTERNECIE

DROGA UCZESTNICZKO/ DROGI UCZESTNIKU,
MAMY NADZIEJĘ, ŻE WARSZTATY BYŁY DLA CIEBIE INTERESUJĄCE I
MOGŁEŚ/MOGŁAŚ DOWIEDZIEĆ SIĘ WIELU CIEKAWYCH RZECZY.
ZALEŻY NAM NA OTRZYMANIU OD CIEBIE INFORMACJI ZWROTNEJ, DLATEGO
BĘDIEMY BARDZO WDZIĘCZNI ZA POŚWIĘCONY CZAS I WYPEŁNIENIE
PONIŻSZEJ ANKIETY.
ANKIETA JEST ANONIMOWA.

1. CZY WARSZTATY POZWOLIŁY CI POGŁĘBIĆ WIEDZĘ NA TEMAT BEZPIECZNEGO I KREATYWNEGO SURFOWANIA W INTERNECIE?

☐ ZDECYDOWANIE ☐ TAK RACZEJ ☐ TAK RACZEJ NIE ☐ ZDECYDOWANIE NIE

2. CZY WARSZTATY DOSTARCZYŁY CI MOŻLIWYCH TECHNIK DOTYCZĄCYCH WYSZUKIWANIA POTRZEBNYCH CI INFORMACJI?

☐ ZDECYDOWANIE ☐ TAK RACZEJ ☐ TAK RACZEJ NIE ☐ ZDECYDOWANIE NIE

3. CZY WARSZTATY DOSTARCZYŁY CI UŻYTECZNYCH INFORMACJI NA TEMAT KREATYWNEGO SURFOWANIA W INTERNECIE?

☐ ZDECYDOWANIE ☐ TAK RACZEJ ☐ TAK RACZEJ NIE ☐ ZDECYDOWANIE NIE

4. KTÓRA CZĘŚĆ WARSZTATÓW PODOBAŁA CI SIĘ NAJBARDZIEJ I DLACZEGO?

.....

.....

5. CZY CHCIAŁABYŚ/ CHCIAŁBYŚ WZIĄĆ UDZIAŁ W INNYCH WARSZTATACH TEMATYCZNYCH?

☐ TAK ☐ NIE

6. JEŚLI TAK, PROSIMY O WYPISANIE TEMATÓW, KTÓRE BYŁYBY DLA CIEBIE INTERESUJĄCE.

.....

.....

7. DODATKOWY KOMENTARZ

.....

.....

DZIĘKUJEMY ZA WYPEŁNIENIE ANKIETY!



Develop Your
Creativity

DYPLOM

ZAŚWIADCZA SIĘ, ŻE

.....
(IMIĘ I NAZWISKO UCZESTNIKA)

WZIAŁ/WZIEŁA UDZIAŁ W WARSZTATACH
"BEZPIECZNE I KREATYWNE SURFOWANIE W
INTERNECIE"

ROZBUDŹ W SOBIE KREATYWNOŚĆ
ERASMUS PROJECT NR 2020-1-PL01-KA227-ADU-095783

PROWADZĄCY WARSZTATY:

DATA:

MIEJSCOWOŚĆ:



Współfinansowane przez
Unię Europejską