

#### ΤΑΞΗ: Γ΄ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

#### ΜΑΘΗΜΑ:ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ

***Κίνδυνοι που προκύπτουν από τη χρήση του Διαδικτύου***

Αδιαμφισβήτητα, το διαδίκτυο και οι υπηρεσίες που συμπεριλαμβάνει, προσφέρουν στους χρήστες αρκετά πλεονεκτήματα. Ταυτόχρονα όμως, αρκετοί είναι και οι κίνδυνοι που ελλοχεύουν από τη χρήση του διαδικτύου. Θα πρέπει να είμαστε επαρκώς ενημερωμένοι για να μπορούμε να αναγνωρίζουμε και να αντιμετωπίζουμε αυτούς τους κινδύνους. Οι συνήθεις κίνδυνοι που μπορεί να προκύψουν με τη χρήση του διαδικτύου είναι:

***• Κακόβουλα προγράμματα***

***• Ανεπιθύμητα Μηνύματα (Spam)***

***• Υποκλοπή Προσωπικών Δεδομένων (Phishing)***

***• Πρόσβαση σε ακατάλληλο περιεχόμενο***

***• Παραπληροφόρηση***

***• Παραβίαση Πνευματικών δικαιωμάτων***

***• Εθισμός στο Διαδίκτυο***

***• Εκφοβισμός (Cyberbullying)***

***• Παραποίηση Γλώσσας***

***ακόβουλα προγράμματα (Malware)***

***Τα κακόβουλα προγράμματα*** *περιλαμβάνουν ιούς, δούρειους ίππους και σκουλήκια (viruses, Trojan horses, worms). Δρουν καταστροφικά και συχνά:*

* *Μολύνουν άλλα προγράμματα στον υπολογιστή.*
* *Διαγράφουν ή αλλάζουν αρχεία χωρίς να το καταλαβαίνουμε.*
* *Εισάγουν επιπλέον επιβλαβή προγράμματα.*
* *Επιβραδύνουν ή σταματούν εντελώς τη λειτουργία του υπολογιστή.*

*Προληπτικά μέτρα:*

* *Χρήση αξιόπιστου antivirus (π.χ. Kaspersky, Panda, Norton, Avira).*
* *Συνεχής ενημέρωση του antivirus για νέους ιούς.*
* *Τήρηση αντιγράφων ασφαλείας (backup) των αρχείων.*
* *Εμφάνιση όλων των τύπων αρχείων στον υπολογιστή για να αποφύγουμε επικίνδυνα αρχεία με ψεύτικες καταλήξεις.*
* *Ρυθμίσεις ασφαλείας στον υπολογιστή για περιορισμένη πρόσβαση σε επικίνδυνες σελίδες.*

*Αν αντιμετωπίσουμε μόλυνση:*

* *Εκτέλεση πλήρους ελέγχου του σκληρού δίσκου (full system scan).*
* *Χρήση άλλου προγράμματος antivirus αν χρειαστεί.*
* *Χρήση εργαλείων αφαίρεσης ιών από αξιόπιστες ιστοσελίδες.*

***2. Ανεπιθύμητα μηνύματα (Spam)***

*Τα spam είναι μηνύματα που αποστέλλονται μαζικά, συνήθως με διαφημίσεις ή τυχερά παιχνίδια, χωρίς να τα ζητήσουμε.*

*Προστασία:*

* *Μην δίνουμε το email μας σε άγνωστους ή αναξιόπιστους αποστολείς.*
* *Μην απαντάμε ποτέ σε spam.*
* *Ρύθμιση φίλτρων στον ηλεκτρονικό μας ταχυδρομείο για αυτόματο μπλοκάρισμα τέτοιων μηνυμάτων.*

***3. Υποκλοπή προσωπικών δεδομένων (Phishing)***

*Πρόκειται για παραπλανητικά μηνύματα που προσπαθούν να αποσπάσουν προσωπικά στοιχεία, όπως αριθμό ταυτότητας, κωδικούς πρόσβασης ή στοιχεία τραπεζικού λογαριασμού, συνήθως μέσω πλαστών ιστοσελίδων.*

*Προστασία:*

* *Ελέγχουμε τον αποστολέα πριν δώσουμε οποιαδήποτε πληροφορία.*
* *Δεν δίνουμε ποτέ προσωπικά στοιχεία μέσω email.*

***4. Πρόσβαση σε ακατάλληλο περιεχόμενο***

*Περιλαμβάνει ιστοσελίδες με βία, πορνογραφία, ρατσισμό, ξενοφοβία ή τυχερά παιχνίδια.*

*Προστασία:*

* *Κλείνουμε αμέσως σελίδες που μας κάνουν να νιώθουμε άβολα και ενημερώνουμε έναν ενήλικα.*
* *Χρήση λογισμικού φιλτραρίσματος πληροφοριών σε υπολογιστές που χρησιμοποιούν παιδιά.*
* *Αναφορά ιστοσελίδων με ακατάλληλο περιεχόμενο στις αρμόδιες αρχές.*

***5. Παραπληροφόρηση***

*Στο Διαδίκτυο μπορεί κανείς να βρει λανθασμένες ή παραπλανητικές πληροφορίες.*

*Προστασία:*

* *Ελέγχουμε τον συγγραφέα και την προέλευση της πληροφορίας.*
* *Διασταυρώνουμε πληροφορίες από πολλές πηγές.*
* *Χρησιμοποιούμε έγκυρες πηγές και βιβλιογραφία (βιβλιοθήκες, εφημερίδες, περιοδικά, βιβλία).*
* *Μαθαίνουμε ότι ο καθένας μπορεί να δημιουργήσει ιστοσελίδα και να δημοσιεύσει πληροφορίες χωρίς έλεγχο.*

***6. Παραβίαση πνευματικών δικαιωμάτων***

*Αφορά την αντιγραφή έργων άλλων χωρίς άδεια, όπως:*

* *Βιβλία, άρθρα, τραγούδια, ταινίες, προγράμματα.*

*Προστασία:*

* *Χρησιμοποιούμε μόνο νόμιμο και γνήσιο υλικό.*
* *Αποφεύγουμε παράνομες λήψεις μουσικής, βίντεο ή λογισμικού.*

***7. Εθισμός στο Διαδίκτυο (Internet Addiction)***

*Προκύπτει από πολύωρη χρήση του Διαδικτύου για παιχνίδια, δωμάτια συζητήσεων ή τυχερά παιχνίδια.*

*Συμπτώματα:*

## Ψυχολογικά συμπτώματα

* Αίσθηση ευφορίας όσο είμαστε στον υπολογιστή.
* Δυσκολία να σταματήσουμε τη δραστηριότητά μας online.
* Αύξηση του χρόνου που αφιερώνουμε στον υπολογιστή.
* Παραμέληση οικογένειας, φίλων και μαθημάτων.
* Αίσθημα κενού, θλίψης ή οξύθυμης διάθεσης όταν δεν είμαστε online.
* Ψέματα προς την οικογένεια και τους φίλους για τις δραστηριότητές μας.
* Οι ενήλικες μπορεί να έχουν προβλήματα στην οικογένεια ή στη δουλειά λόγω υπερβολικής χρήσης του Internet.

Σωματικά συμπτώματα

* Διατροφικές διαταραχές.
* Προβλήματα ύπνου ή αλλαγή των συνηθειών ύπνου.
* Μυοσκελετικά προβλήματα (π.χ. σκολίωση).
* Μειωμένη αθλητική δραστηριότητα.
* Ξηρά μάτια ή μυωπία.
* Ημικρανίες.
* Παραμέληση προσωπικής υγιεινής.

*Προστασία:*

* *Ευαισθητοποίηση και ενημέρωση για το φαινόμενο.*
* *Χρήση του Internet με μέτρο.*
* *Εναλλακτικές δραστηριότητες (σπορ, χορός, χορωδία).*

***8. Εκφοβισμός στο Διαδίκτυο (Cyberbullying)***

*Περιλαμβάνει μηνύματα ή ενέργειες που βλάπτουν ή τρομοκρατούν άλλους χρήστες.*

*Προστασία:*

* *Μην απαντάμε σε εκφοβιστικά μηνύματα.*
* *Αναφέρουμε περιστατικά σε γονείς, καθηγητές ή αρμόδιες αρχές.*

***9. Παραποίηση γλώσσας και φυσικές παθήσεις***

* *Χρήση ακατάλληλης γλώσσας ή υπερβολική χρήση υπολογιστή που επηρεάζει σώμα και υγεία.*
* *Προστασία:*
  + *Χρήση ευγενικής γλώσσας στο διαδίκτυο.*
  + *Κάνουμε διαλείμματα, ασκήσεις και φροντίζουμε την υγεία μας.*