



Padomi drošākam internetam Adventes laikā

ZIŅU IZDEVUMS #62

ŠAJĀ IZDEVUMĀ

- Interneta drošības Adventes kalendārs bērniem
- "Ričijs Rū un internets" jaunās sērijas un uzdevumi bērniem
- Trešdaļa vecāku nav runājuši ar bērniem par drošību internetā
- Tuvojās Drošāka interneta diena #DID2024
- 21 rīks un 101 ideja digitālajam darbam ar jaunatni
- Bezmaksas tiešsaistes mācības pieaugušajiem

INTERNETA DROŠĪBAS ADVENTES KALENDĀRS BĒRNIEM

Adventes laiks ir Ziemassvētku gaidīšanas laiks un gatavošanās svētkiem, tāpēc bērni aktīvāk izmantos sociālos tīklus, lai dalītos savā sajūsmā ar draugiem un ģimeni. Aicinām bērnus un jauniešus neaizmirst par drošību internetā, privātumu, veselīgu līdzsvaru starp virtuālajām un reālās dzīves aktivitātēm un pienākumiem, kā arī jēgpilna interneta izmantošanu.

Drossinternets.lv piedāvā bērniem "Interneta drošības Adventes kalendāru", kurā apkopoti praktiski padomi, lai bērniem atgādinātu par drošības pamatiem virtuālajā vidē, kā sevi pasargāt no apdraudējumiem internetā un ievērot piesardzību.

Tāpat jāņem vērā, ka bērniem svētkos būs vairāk brīvā laika, attiecīgi viņi to, iespējams, pavadīs vairāk viedierīcēs, tāpēc atgādinājums par drošību jo īpaši noderēs šajā laikā.

Aicinām skolas izdrukāt un izvietot skolā, klasē vai pie ziņojumu dēļa bibliotēkā, jauniešu centrā, izplatīt vecāku saziņas grupās un dalīties ar tiem internetā.

Aicinām bērnu vecākus Adventes kalendāru izdrukāt un novietot mājās redzamā vietā bērnu istabā vai ģimenes koplietošanas zonās, kurās visvairāk ģimene uzturas kopā.

Kalendārā iekļautie padomi noderēs, lai:

- 🔒 Klasē pārrunātu un atgādinātu bērniem par drošu, atbildīgu interneta lietošanu;
- 🔒 Mājās un ģimenē aktualizētu jēgpilna interneta izmantošanu, ekrāna laika līdzsvarošanu un privātumu;
- 🔒 Uzraudzītu bērna aktivitātes internetā, vienotos ar bērnu par interneta drošības noteikumiem un ekrāna laiku.

Aicinām arī šajā svētku laikā izmantot citus mūsu materiālus ziemas tematikā:

- ❄️ Stundu plāns "Vai Ziemassvētku vecītis eksistē?" [šeit >](#)
- ❄️ Stundu plāns "Ne viss ir skaists, kas spīd" [šeit >](#)
- ❄️ Animācijas filmiņa "Nesmeijies par citiem!" [šeit >](#)
- 👉 Darba lapa pēc filmiņas noskatīšanās [šeit >](#)
- 👉 Komikss pēc filmiņas noskatīšanās [šeit >](#)

INTERNETA DROŠĪBAS ADVENTES KALENDĀRS
Padomi bērniem un jauniešiem

Decembris 2023

1 Iestatī "PRIVĀTS KONTS"
Tu, tava savas mājas neieļau tu kuru katru? Neļauj visiem piekļūt Tavai informācijai, sociālo tīklu profilu.

2 Neizpauļ personisku informāciju
Tavas fotogrāfijas un video var saturēt privātus datus. Pieļauj uzmanību! Neizpauļ sevi un neatspoguļo.

3 Tu nezin, kas ir otrā pusē
Interneta draudzība var būt bīstama. Ja Tev prasīja šādu foto un video, esi īpaši piesardzīgs.

4 Rūpējies par savu virtuālo reputāciju
Visi, ko šodien publicēsi, paliks internētā uz visiem laikiem un video, kas ir pieejami visiem. Tavas digitālās nospiedums.

5 Nedardi otram to, ko pats nevēlies piedzīvot
Cienī citu internētā, pat ja nepiekrīti veidredzības ar šo personu.

6 Nesīti kaifotā - NEKAD
Nesīti internētā, pat ja nepiekrīti veidredzības ar šo personu.

7 Nolic telefonu
Nav vajadzības savu telefonu atstāt vienatnē. Tā ir 5 min. Tava dzīve ir īpaši interesanta.

8 Bloķē un ziņo
Rīkojies, ja Tevi vai kādu citu apdraud vai parzemo internētā. Neatstāj meklē palīdzību.

9 Uzlec 2FA
Lai aizsargātu savu kontu no "iezušanas", ar paroli vien nepietiek, uzlec papildu drošību - divu faktoru autentifikāciju.

10 Nekūsti atkarīgs
Laiku, ko "nosēdi" TikToks vai videospēles, varētu izmantot lietderīgiem darbiem, piemēram, apgūstot ko jaunu.

11 Ģimene vienmēr tev palīdzēs
Vienmēr atceries, ka Teva ģimene Tevi atbalsta un palīdzēs. Pastāsti ģimenei, ja internētā gadies kas slikti.

12 18+ nav paredzēts Tev
Nem vērā brīdinājumus. Pieaugušo saturs nav paredzēts Tev, tas var negatīvi ietekmēt Tavu pašvērtību un garastāvokli.

13 Izslēdz un neatkūļ savu atrašanās vietu
Tas jāzina Tavām vecākiem nevis sekotājiem internētā.

14 Lieto uzticamus un drošus WiFi
Publiski bezmaksas WiFi (kafejnīcās, kino, u.c.), kas nav aizsargāti ar paroli, var pakļaut Tevi virtuālajiem apdraudējumiem un uzbrukumiem.

15 Zini savas paroles
Glāb savas paroles drošā vietā, nekad nenosaukē tās. Glāb savas paroles īpaši uzmanīgi.

16 Domā, pirms publicēsi
Publicēto nevarēs izdzēst no interneta. Un interneta neko neatgrieš.

17 Neatklā savu telefona numuru
Izvaires internētā izpaust savu telefona numuru. Izmanto savu e-pastu, reģistrējies interneta platformās.

18 Neslēdz uz aizdomīgām saitēm
Saites var saturēt vīrusus. Ja saņem šādas ziņas no nezināma avota, nevēlēj.

19 Esi paties, nemelo
Virtuālo telpu izveidošana par citu - tas ir neaplaunājams darbs.

20 Nesīd visam internētā
Spēja atpazīt patiesu no nepatiesu, pasargā Tevi. Drošība internētā sākas ar Tava spēju izvērtēt, pirms nodot.

21 Nedzenies pēc "laikumiem" un sekotājiem
Patiesi ir īsta draudzība ir vērtīgāka par populārā internētā.

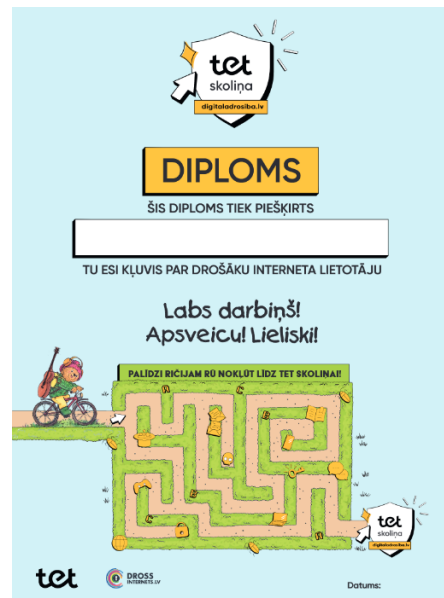
22 Nesīd nūļ internētā
Nosūtīto nevarēs izdzēst vai paslēpt par nekad.

23 Pamat savas grupas, kurās citus aizvalno, apmān, apmēģini
Neatstāj "laipni" un nenosaukē, kā citiem dara pārt.

24 Esi jauks un laipns internētā
Mīļi vārdi un komplimentus veido ciešu draudzību.

ADVENTES KALENDĀRS ŠEIT >

“RIČIJS RŪ UN INTERNETS” JAUNĀS FILMIŅAS BĒRNIEM UN MĀCĪBU MATERIĀLI



Droša interneta skoliņa “Ričijs Rū un internets” ir atpakaļ ar jaunām lācēna Rīcija Rū filmiņām un mācību materiāliem. Jaunajā sezonā iekļautas **6 jaunas “Ričijs Rū un internets” sērijas un darba materiāli**, ko vecāki un skolotāji var izmantot, lai kopā ar mazajiem aizraujošā veidā apgūtu dažādas digitālās drošības tēmas.

Filmiņas un materiālus veidojis SIA Tet sadarbībā ar Drossinternets.lv ekspertiem sociālās iniciatīvas “Kad internetu lieto tu, atceries par drošību!” ietvaros, kas palīdz jaunākajiem digitālās dzīves dalībniekiem (**4-7 gadus veciem bērniem**) izzināt drošu un atbildīgu interneta lietošanu.

Jaunie mācību materiāli ietver darba lapas un spēles par dažādām ar internetu saistītām tēmām, lai turpinātu izglītēt bērnus viņiem saistošā veidā.

Jaunās sezonas filmiņas par šādām tēmām:

- Kā atpazīt un tikt galā ar emocijām, ko rada internets?
- Aicinošas pogas, mirgojoši uzraksti, vēstules, kurās slēpjas vīrusi, un citas nepatīkšanas internetā. Kāpēc nespīest, kur pagadās?
- Zīmes un simboli. Mācāmies tās atpazīt internetā!
- Vai visam internetā redzētajam un lasītajam var ticēt jeb – kas rada interneta saturu?
- Kas slēpjas aiz kaķīšu, zaķīšu filtriem un citiem pārveidotiem vizuāļiem?
- Ja reklāmā redzētais kuģis peld – vai tiešām tā tas būs arī dzīvē? Vai visas mantas, ko redzi internetā ir jāpērk?



MATERIĀLI ŠEIT >

**JAUTĀ UN
ZIŅO MUMS!**

Jautā mums: info@drossinternets.lv | **Ziņo par pārkāpumiem internetā:** zinojumi@drossinternets.lv vai caur Drossinternets.lv Ziņojumu formu
Par izbraukuma nodarbībām skolās: nodarbibas@drossinternets.lv.



**Līdzfinansē
Eiropas Savienība**

TREŠDAĻA VECĀKU NAV RUNĀJUŠI AR BĒRNIEM PAR DROŠĪBU INTERNETĀ



Ričijs Rū un internets sociālās iniciatīvas ietvaros 2023. gada rudenī tika aptaujāti arī vecāki. Arvien vairāk bērnu vecumā no 4 līdz 7 gadiem lieto digitālās ierīces, tomēr 38 % vecāku ar saviem bērniem šajā vecumposmā vēl nav runājuši par digitālo drošību, liecina Tet aptauja*. Vairums vecāku uzskata, ka tieši šis ir īstais vecums, kad sākt runāt par drošu interneta lietošanu un izskaidrot drošības pamatprincipus.

Pusei bērnu vecumā no 4 līdz 7 gadiem pieder kāda digitālā ierīce

83 % vecāku norāda, ka viņu bērniem mājās ir pieejams internets un visbiežāk viņi to izmanto, lai:

- 60%** skatītos bērnu raidījumus, filmas un seriālus
- 55%** skatītos dažādus video
- 51%** spēlētu spēles

“Vecākiem jāsaprot, ka nereti video platformās bērni redzēs pieaugušajiem paredzētu saturu, kas bērnam var būt nepiemērots vai pat kaitīgs. Tāpat arī spēļu platformās bērni var saskarties, piemēram, ar rupjas valodas lietošanu, vardarbību vai apreibinošu vielu reklāmām. Spēļu platformas mēdz izmantot arī bērnu pavadinātāji, čatā uzrunājot nepilngadīgos un solot dažādus labumus, lai izvilinātu no bērna kailfoto. Jo vairāk laika bērns vienaatnē pavada internetā, jo lielāki riski,” norāda Maija Katkovska.

Vecāki apzinās riskus, bet daudzi par to nerunā

Lai gan ir dažādas iespējas, kā vecāki var kontrolēt un ierobežot bērniem pieejamo saturu viedierīcēs, **bērni nereti ātri vien atrod veidus, kā šos ierobežojumus apiet**, tādā veidā, iespējams, saskaroties ar augstāk minētajiem riskiem. To apzinās arī vecāki:

- 68%** aptaujas dalībnieku uzskata, ka bērnu drošība internetā ir apdraudēta
- 81%** piekrit, ka ir būtiski arī publiski runāt par bērnu digitālo drošību
- 38%** vecāku atzīst, ka vēl nav ar bērniem runājuši par drošu interneta lietošanu

VAIRĀK UZZINI ŠEIT >

*Aptauju pēc Tet pasūtījuma 2023. gadā veica pētījumu kompānija Norstat, izjautājot 500 vecākus, kuriem ir bērni vecumā no 4 līdz 7 gadiem.

JAUTĀ UN
ZIŅO MUMS!

Jautā mums: info@drossinternets.lv | Ziņo par pārkāpumiem internetā:
zinojumi@drossinternets.lv vai caur Drossinternets.lv Ziņojumu formu
Par izbraukuma nodarbībām skolās: nodarbibas@drossinternets.lv.



Līdzfinansē
Eiropas Savienība

TUVOJAS DROŠĀKA INTERNETA DIENA #DID2024

2024. gada **6. februārī** jau 21. gadu pēc kārtas tiks atzīmēta **Vispasaules Drošāka interneta diena (DID)** ar saukli "Drošāks internets sākas ar tevi!", aicinot ikvienu domāt par to, kā mēs katrs rūpējamies par savu drošību internetā, un kāds ir mūsu ieguldījums, veidojot labāku interneta vidi.

Drossinternets.lv kā ierasts organizēs aktivitātes, iesaistot pieaugušos, bērnus un jauniešus:

 **Vislatvijas Drošāka interneta tiešsaistes (online) viktorīna vidusskolas skolēniem/** Prāta spēles viktorīna vidusskolēniem, kurā būs iespēja pieteikties dalību un piedalīties vidusskolas komandām no Latvijas skolām.

 **Konkurss skolām "Manas skolas drošāka interneta tīkls",** izveidojot skolā interneta drošības punktu. Idejas un palīgresursi aktivitātes īstenošanai un dalībai konkursā tiks nodrošināti.

 **Piedāvāsim nodarbības plānus un mācību materiālus** skolēnu izglītošanai par drošību internetā jūsu skolā, bibliotēkā vai jauniešu centrā.

 **Skolēns skolēnam aktivitātes organizēšana** – aicināsim vecāko klašu skolēnus Drošāka interneta dienā doties pie jaunāko klašu skolēniem, lai sniegtu nodarbību par cieņpilnu saziņu un savstarpējām attiecībām internetā. Drossinternets.lv **nodrošinās skolēniem palīgresursus par 6 dažādām interneta lietošanas tēmām, kā organizēt nodarbību mazāko klašu skolēniem.**

 Aicināsim skolas, bibliotēkas, jauniešu centrus **reģistrēt savus DID pasākumus.**



SAVE the DATE

Safer Internet Day

2024 | Tuesday
6 Februarywww.saferinternetday.orgEuropean
Commission

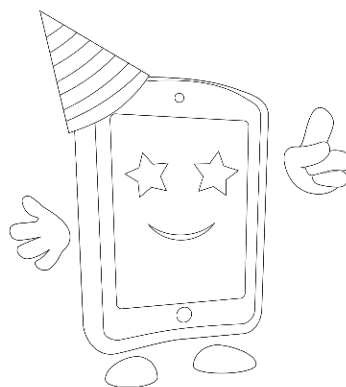
INHOPE

ins@fe



 **Aicināsim skolas un skolēnus izpildīt testus tiešsaistē** trīs vecuma grupām zināšanu par drošību internetā un medijpratību pārbaudei: 1.-3.kl (10 jaut.) 4.-6.kl un 7.-9.kl (15 jaut.). Uzvarētāji tiks izvēlēti loterijas veidā.

Janvāra ziņu izdevums tiks veltīts tieši Drošāka interneta dienai, sniegsim aktuālāko informāciju par aktivitātēm. Sekojiet līdzi mūsu jaunumiem janvārī!



VAIRĀK UZZINI ŠEIT >>>

JAUTĀ UN
ZIŅO MUMS!

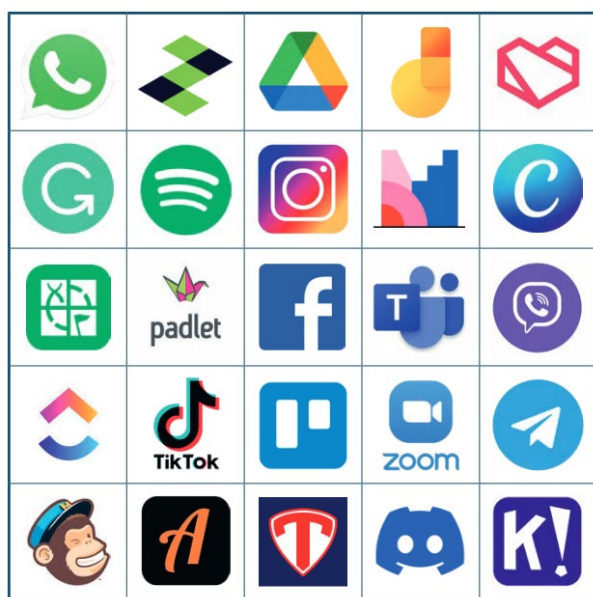
Jautā mums: info@drossinternets.lv | Ziņojiet par pārkāpumiem internetā:
zinojumi@drossinternets.lv vai caur Drossinternets.lv Ziņojumu formu
Par izbraukuma nodarbībām skolās: nodarbibas@drossinternets.lv.

Līdzfinansē
Eiropas Savienība

21 RĪKS UN 101 IDEJA DIGITĀLAJAM DARBAM AR JAUNATNI

Drossinternets.lv iesaka Jaunatnes starptautisko programmu aģentūras 2023.gadā izstrādāto un publicēto materiālu "21 rīks un 101 ideja", kas paredzēta digitālajam darbam ar jaunatni. Materiāls ir digitālā darba ar jaunatni metodiskais materiāls jaunatnes darbiniekiem jauniešu centros, pašvaldībās un organizācijās. Materiālā iekļautas šādas tēmas:

- Digitālā darba ar jaunatni teorija un vēsture
Notikumi pēdējos 40 gados
- Populārākie digitālie rīki darbā ar jaunatni Latvijā
Praktiski pieredzes stāsti
- Digitālā darba ar jaunatni tendences Latvijā
"DigiSnac" pētījuma Latvijas ziņojums 2022
- Ieteikumi stratēģiskai digitālā darba ar jaunatni attīstībai
Pašvaldībām, jauniešu centriem un jaunatnes organizācijām
- Resursu saraksts



MATERIĀLS ŠEIT >

**JAUTĀ UN
ZIŅO MUMS!**

Jautā mums: info@drossinternets.lv | **Ziņo par pārkāpumiem internetā:**
zinojumi@drossinternets.lv vai caur Drossinternets.lv Ziņojumu formu
Par izbraukuma nodarbībām skolās: nodarbibas@drossinternets.lv.



**Līdzfinansē
Eiropas Savienība**



BEZMAKSAS TIEŠSAISTES MĀCĪBAS PIEAUGUŠAJIEM PAR DROŠĪBU INTERNETĀ UN DIGITĀLO PRATĪBU

Latvijas Drošāka interneta centrs sadarbībā ar Latvijas Pašvaldību mācību centru (LPMC) piedāvā pedagogiem, izglītības darbiniekiem un citiem pieaugušajiem apmeklēt **bezmaksas seminārus** par dažādām ar interneta lietošanu saistītām tēmām, kuru norisi koordinē mūsu partneris [LPMC](#).

Aicinām skolotājus un speciālistus darībā ar bērniem izmantot iespēju, lai padziļinātu savas zināšanas un pieredzi, kas noderēs turpmākajā profesionālajā darbībā.

2023.GADA DECEMBRĪ AICINĀM PIEDALĪTIES ŠĀDĀS MĀCĪBĀS:

➤ 8. decembrī plkst.09:00 – 11:00
ZOOM

Lektors Anita Priede
Medijpratība un algoritmu darbības principi sociālajos medijos.

➤ 13. decembrī plkst.16:00 – 18:00,
ZOOM

Lektors Agnese Meire, Mag.paed.
Digitālās prasmes kā caurviju prasmes pilnveide mācību procesā skolā.

➤ 14. decembrī plkst. 17:00 – 19:00,
ZOOM

Lektors Raitis Eglītis, Mag.psych.
Interneta atkarība, riska faktori un iespējamie risinājumi



➤ 15. decembrī plkst.09:00 – 11:00,
ZOOM

Lektors Anita Priede
Digitālā pratība.
Videokonferenču (Zoom, MS Teams, Faimail.lv) iespēju izmantošana

➤ 19. decembrī plkst. 17:00 – 19:00,
ZOOM

Lektors Raitis Eglītis, Mag.psych.
Interneta atkarība, riska faktori un iespējamie risinājumi

➤ 22. decembrī plkst.09:00 – 11:00,
ZOOM

Lektors Anita Priede
Interneta resursu (canva.com, tulkotājus un citas vietnes) bezmaksas iespēju izmantošana.

Vairāk informācijas [šeit >](#)

Jautājumu gadījumā lūdzam rakstīt uz pieteikumi@lpmc.lv vai zvanīt pa tel. 67551217

Seko līdzi
jaunumiem!



Piesakies
jaunumiem!

