

給教師的一封信

暑(寒)假網路安全小叮嚀

親愛的老師您好：

暑(寒)假要到了，您一定會提醒學生暑(寒)假生活務必注意安全、同時也要記得寫暑(寒)假作業。然而，面對網路世代的學生，也要麻煩您提醒學生：上網時應該注意網路安全。根據教育部 eteacher 網站的調查，學生暑(寒)假期間，每日平均使用網路的時間高達 4 小時，週末假日上網時數更多；此外，隨著年級越高，學生使用網路的時間也會越長。以下有幾點小叮嚀，提供給老師們參考，也請老師們協助利用時間向學生們提醒與教育，讓我們共同關心學生的網路世界，也讓學生的暑(寒)假生活更為安全：

1. 為電腦找個安全的家

提醒學生和家長一起討論「家中電腦最適宜的位置」，最好是能夠讓家長放心的地方。

- 電腦最好放在明顯的位置，例如客廳，以便讓家長能夠隨時注意到學生的網路使用行為。
- 請學生留意椅子與螢幕的高低位置，螢幕需在學生能平視的位置，以免長時間使用電腦姿勢不良，影響到身體健康。

2. 落實暑(寒)假上網公約

請學生和家長一起制定上網守則，貼在電腦旁，親子一起簽名執行。可使用教育部發行的「暑假上網公約」，請學生帶回家和家長一起簽署。

- 使用規則：完成功課或取得家長（爸、媽、阿嬤、阿公）同意後才可上網。
- 上網時間：上網 30 分鐘就要休息 10 分鐘。
- 請提醒家長隨時注意學生上網時間長短，以及是否有身心不適或睡眠不足等網路沉迷現象。

3. 教導學生安全上網守則

告訴學生網路使用注意事項，並指導學生正確的網路應用行為與觀念。

- 結交網友要小心，網友邀約要謹慎；如要與網友見面一定要先告訴爸媽，同時也要結伴同行。
- 個人的資料要保密，不輕易透露自己或家人的真實姓名、地址或電話。
- 轉寄或張貼訊息前，要好好思考；網路世界也是公開場合，任何訊息都有可能會到處流傳。
- 隱私玩笑能傷人，不隨便惡作劇或惡搞，尊重他人才能獲得別人尊重。
- 網路遊戲的世界與真實世界還是有差異的，不要沉迷於遊戲，以避免影響學生的身心。
- 如果學生要到網咖使用電腦網路，建議家長可共同前往瞭解，或是幫學生選一間好的網咖。

4. 鼓勵學生從事戶外活動

網路世界雖然很迷人，但請鼓勵學生多利用暑假期間從事安全的戶外活動，避免每天沉迷於網路。

- 鼓勵學生多多和家人相處，利用家人閒暇時間從事戶外活動。
- 鼓勵學生參加非網路活動的夏令營或暑(寒)假活動。