

METODINĖ PRIEMONĖ

Kibernetinis saugumas

Skirta 9-10 klasių mokytojams

#CoreValues

Pamokų planai

ANGLŲ KALBA

I am responsible for my words online _____

3

BIOLOGIJA

Skaitmeninis stresas ir kūnas: kaip internetas veikia mūsų sveikatą _____

6

ETIKA

Privatumo iliuzija: ką apie mus pasako socialiniai tinklai _____

10

GEOGRAFIJA

Kur kyla daugiausia kibernetinių grėsmių _____

13

INFORMATIKA

Tavo slaptažodis – tavo skydas _____

17

INTEGRUOTA PAMOKA

ANGLŲ KALBA, MUZIKA, INFORMATIKA

CyberVibes: Let's Rap about Online Safety _____

20

INTEGRUOTA PAMOKA

ETIKA, ISTORIJA

Manipuliacija skaitmeninėje erdvėje: ar viskuo galima tikėti _____

24

INTEGRUOTA PAMOKA

MATEMATIKA, INFORMATIKA

Skaitmeninio saugumo statistika: ar tikrai tai retas atvejis _____

30

INTEGRUOTA PAMOKA

ETIKA, DAILĖ, INFORMATIKA

Skaitmeninis AŠ. Avataras kaip savęs pažinimo ir raiškos priemonė _____

34

KŪNO KULTŪRA

Ekranai ir judėjimas: ar dar lieka vietos fizinei sveikatai _____

38

LIETUVIŲ KALBA IR LITERATŪRA

Žodžiai internete turi galią: atsakomybė ir tapatybė virtualioje erdvėje _____

43



PAMOKOS TEMA

I am responsible for my words online

Mokymosi uždaviniai:

1.

Išmokti struktūruotai reikšti mintis anglų kalba raštu.

2.

Pagrįsti savo nuomonę realiais faktais ir pavyzdžiais.

3.

Plėtoti kalbinę raišką, vartojant akademinę leksiką.

Ugdomos kompetencijos:

1.

Komunikavimo užsienio kalba kompetencija

2.

Kritinio mąstymo kompetencija

3.

Medijų ir skaitmeninė kompetencija

Pamokos uždavinių įgyvendinimas

Pamokos eiga	Mokymo(si) metodai arba formos		Užduočių atlikimo įvertinimo kriterijai	Mokymosi pasiekimų įvertinimo būdai
	Mokytojo veikla	Mokinių veikla		
Įvadas	Pateikia pamokos temą, užduoda klausimą, inicijuoja trumpą diskusiją	Reflektuoja apie elgesį internete, atsako į klausimą: „Ar mano žodžiai internete turi galią?“	Mokinys įsitraukia į diskusiją, argumentuoja savo nuomonę	Stebėjimas, žodinis įsitraukimo vertinimas
Struktūros aptarimas	Paaiškina esė struktūrą, pateikia frazių ir junginių pavyzdžių	Susipažįsta su esė struktūra, analizuoja pavyzdžius	Supranta pagrindines esė dalis, geba atskirti gerą struktūrą	Klausimų-atsakymų vertinimas, mini testas
Faktų analizė	Pateikia statistinius faktus, skatina diskusiją, atsako į klausimus	Skaito pateiktus faktus apie kibernetines patyčias, diskutuoja, kur gali pritaikyti	Mokinys identifikuoja faktą ir paaiškina jo svarbą esė	Diskusijos metu pateikti atsakymai, stebėjimas
Rašymas	Stebi darbą, konsultuoja, padeda formuluoti mintis, pasiūlo išsireiškimų	Rašo esė tema „I am responsible for my words online“, naudoja struktūrą ir faktus	Rašinyje laikomasi struktūros, panaudojami faktai, taisyklinga kalba ir gramatika	Mokytojo įvertinimas balais

*Pamokų uždaviniai gali būti įgyvendinami vienos ar kelių pamokų metu, priklausomai nuo mokinių poreikių, mokytojo sprendimų bei turimų laiko ir ugdymo(si) aplinkos išteklių.

Papildoma informacija mokytojui

ĮVADO TIKSLAS

Įtraukti mokinius ir priversti juos susimąstyti apie savo skaitmeninį elgesį.

Rekomenduojami klausimai diskusijai:

✓
Ar tai, ką parašai internete, gali būti laikoma viešu pasisakymu?

✓
Ar už žodžius internete atsakome taip pat, kaip ir realiame gyvenime?



Patarimas:

Leiskite mokiniams balsuoti (pvz., pakėlus ranką) ar žodžiai internete daro tiek pat žalos, kaip ir pasakyti gyvai – tai padės užmegzti ryšį su tema.

STRUKTŪROS APTARIMO TIKSLAS

Supažindinti mokinius su argumentacio esė struktūra.

Struktūros šablonas lentai ar skaidrei:

- 1. Introduction** – present the topic and your opinion
- 2. Body Paragraph 1** – your first argument + example
- 3. Body Paragraph 2** – second argument + statistic
- 4. Conclusion** – restate your point and encourage reflection

Gramatiniai akcentai:

✓
Nuomonės raiška:
I believe that... / In my opinion... / It is important to...

✓
Sujungiamieji žodžiai:
Firstly, In addition, However, Therefore, As a result...

FAKTŲ ANALIZĖS TIKSLAS

Padėti mokiniams naudoti faktinę informaciją kaip argumentą.

✓
According to UNICEF (2021), one in three teenagers worldwide has experienced online bullying.

✓
59% of American teens have experienced some form of cyberbullying (Pew Research Center, 2022).

✓
Verbal abuse online can cause emotional harm equal to in-person bullying (cyberbullying.org).



Patarimas:

Išdalinkite faktus atskiruose lapeliuose ir paprašykite mokinių:

✓
Perskaityti ir trumpai paaiškinti faktą.

✓
Nuspręsti, kurioje esė dalyje jį galima panaudoti.

RAŠYMO TIKSLAS

Įgyvendinti rašytinę raišką, įtraukiant struktūrą, faktus, kalbos išraiškas.

Naudingi išsireiškimai mokiniams (galite iškabinti lentoje):

I strongly believe that...

According to research...

This shows that...

People should be more aware of...

Everyone should think before posting online...

Esė tema: "I am responsible for my words online"

– Mokiniai turi pagrįsti, kodėl svarbu galvoti prieš rašant.

– Galima pateikti realių atvejų, pvz., kai žmogus neteko darbo ar patyrė pasekmes dėl įrašo socialiniuose tinkluose.



Patarimas:

Mokytojui naudinga turėti esė vertinimo lentelę su tokiais kriterijais:

✓
Ar aiški įžanga ir išvada?

✓
-Ar yra bent 2 argumentai?
-Ar panaudoti faktai/statistika?

✓
Ar kalba taisyklinga?



PAMOKOS TEMA

Skaitmeninis stresas ir kūnas: kaip internetas veikia mūsų sveikatą

Mokymosi uždaviniai:

1.

Paaiškinti, kas yra stresas ir kaip jis pasireiškia žmogaus organizme (fiziologiškai ir emociškai).

2.

Atpažinti skaitmeninio streso šaltinius ir jų poveikį sveikatai.

3.

Diskutuoti apie kibernetinio saugumo ir streso sąsajas (pvz., grėsmės asmeniniams duomenims, priklausomybė nuo ekranų).

4.

Ivardyti būdus, kaip sumažinti neigiamą interneto poveikį sveikatai.

Ugdomos kompetencijos:

1.

Sveikos gyvensenos kompetencija

2.

Skaitmeninė kompetencija

3.

Kritinio mąstymo kompetencija

4.

Socialinė-emocinė kompetencija

Pamokos uždavinių įgyvendinimas

Pamokos eiga	Mokymo(si) metodai arba formos		Užduočių atlikimo įvertinimo kriterijai	Mokymosi pasiekimų įvertinimo būdai
	Mokytojo veikla	Mokinių veikla		
Įvadas	Užduoda klausimą: „Kada jautėte įtampą dėl skaitmeninės veiklos?“. Pristato pamokos tikslus.	Dalyvauja diskusijoje, išsako savo patirtis.	Pokalbis, refleksija	Dalyvavimas diskusijoje
Paaiškinimas	Paaiškina, kas yra stresas, kaip veikia organizmą (kortizolio išsiskyrimas, širdies ritmas ir kt.).	Užsirašo pagrindinę informaciją, atsako į klausimus.	Pateiktis, vaizdinė medžiaga	Klausimų atsakymai, diskusija
Praktinė analizė	Pateikia stresą keliančių skaitmeninių situacijų pavyzdžius. Kartu analizuoja.	Grupėse analizuoja situacijas: pvz., persekiojimas internete, FOMO, naktinis ekranų naudojimas ir kt.	Grupinis darbas, situacijų analizė	Grupės analizės pristatymas
Apibendrinimas	Paprašo mokinių įvardyti 2 dalykus, kuriuos jie galėtų keisti savo skaitmeniniuose įpročiuose.	Refleksija: rašo trumpą atsakymą „Ką darysiu kitaip?“	Savirefleksija	Refleksijos tekstas

*Pamokų uždaviniai gali būti įgyvendinami vienos ar kelių pamokų metu, priklausomai nuo mokinių poreikių, mokytojo sprendimų bei turimų laiko ir ugdymo(si) aplinkos išteklių.

ĮVADAS

Klausimai diskusijai:

„Ar kada nors jautėte stresą, nes negalėjote atsakyti į žinutę ar komentarą internete?“

„Kaip manote, ar stresas, susijęs su internetu, yra toks pat kaip stresas dėl kontrolinio ar viešo kalbėjimo?“

Tikslas

Padėti mokiniams asmeniškai susieti temą su savo patirtimi.

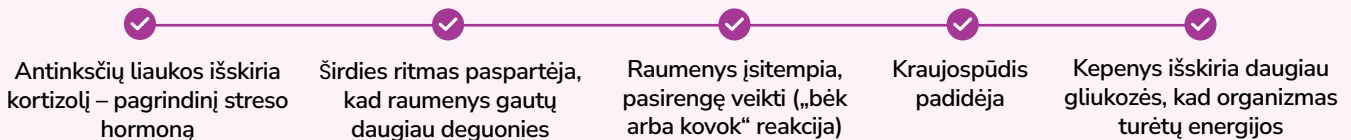
PAAIŠKINIMAS

Svarbiausi teoriniai aspektai:

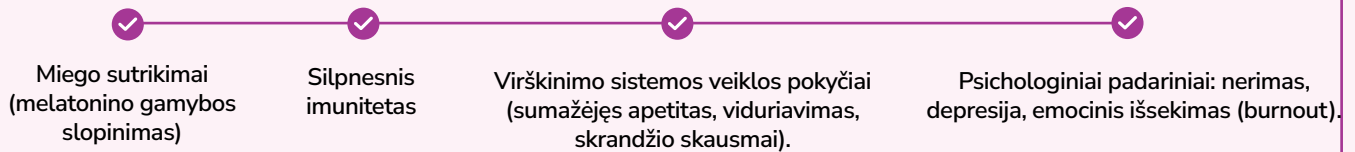
STRESAS – BIOLOGINĖ IR PSICHOLOGINĖ REAKCIJA

Stresas yra natūrali organizmo reakcija į bet kokį aplinkos dirgiklį (stresorių), kurį organizmas suvokia kaip potencialų pavojų.

Fiziologiniai pokyčiai streso metu:



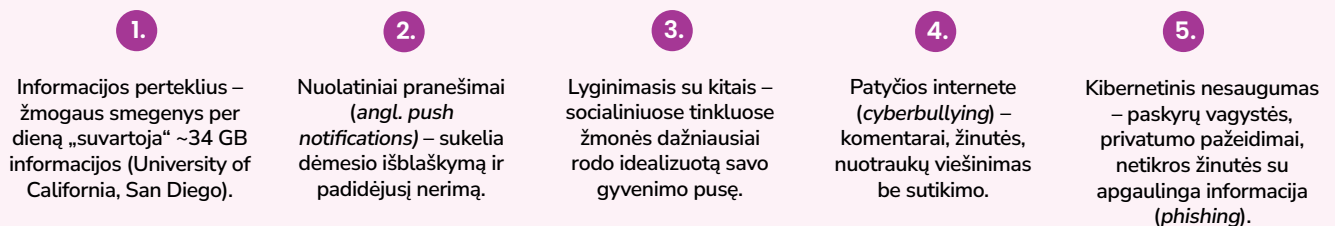
Ilgalaikio streso pasekmės:



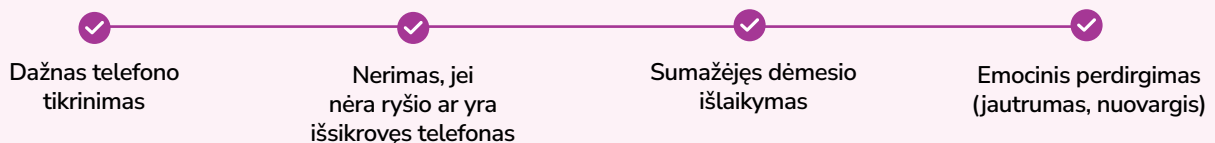
SKAITMENINIS STRESAS – MODERNAUS GYVENIMO IŠŠŪKIS

Skaitmeninis stresas – tai streso rūšis, kylanti dėl ilgalaikio ir intensyvaus skaitmeninių technologijų vartojimo. Tai apima nuolatinį buvimą „prisijungus“, poreikį reaguoti į žinutes, informacijos perteklių bei socialinių tinklų spaudimą.

Skaitmeninio streso priežastys:



Skaitmeninio streso simptomai:



Pavyzdys, kaip paaiškinti kortizolio poveikį:

„Kortizolis padeda greitai reaguoti į pavojų – pavyzdžiui, pabėgti nuo plėšrūno. Bet kai jo išsiskiria per daug ir per dažnai – dėl kasdienės skaitmeninės įtampos – organizmas pradeda kentėti.“

PRAKTINĖ ANALIZĖ

Užduotis grupėms:

Situacijų analizė – pateikiamos situacijos kortelėse (arba ekrane). Grupės atsako į klausimus:



Kokie galimi emociniai ir fiziniai pojūčiai šioje situacijoje?



Ar tai gali turėti ilgalaikį poveikį?



Kaip galėtumėte padėti šiam asmeniui?



Koks kibernetinio saugumo aspektas čia svarbus?

Situacijų pavyzdžiai:

Justė per naktį gauna 50 pranešimų iš klasės draugų grupės. Ji bijo praleisti svarbią informaciją.



FOMO (fear of missing out), perdegimas.

Paulius gauna įžeidžiantį anoniminį komentarą apie savo išvaizdą.



Patyčios internete, pasitikėjimo savimi kritimas.

Rokas prieš miegą visada naršo „TikTok“. Jam sunku užmigti.



Melatonino slopinimas dėl mėlynos šviesos, nemiga.

APIBENDRINIMAS

Refleksijos klausimai:



Ką supratai apie tai, kaip internetas veikia tavo kūną?



Ar norėtum pakeisti kažką savo kasdiniuose įpročiuose?



Kaip galime vieni kitiems padėti sumažinti skaitmeninį stresą?

Refleksijos užduotis:

„Parašyk 2 skaitmeninius įpročius, kuriuos nori pakeisti, ir 1 veiklą, kuri tau padeda atsipalaiduoti.“

STATISTIKA



UNICEF (2021):

37 %

paauglių Europoje pranešė, kad bent kartą per savaitę jaučiasi pavargę nuo skaitmeninio spaudimo.



Pew Research Center (2022):

59 %

paauglių teigia, kad socialiniai tinklai kartais daro jiems spaudimą atrodyti „tobuliems“.



PSO (2020):

rekomenduoja paaugliams
ne daugiau kaip

2 val.

per dieną ekrano laiko, neįskaitant mokymosi.



PAMOKOS TEMA

Privatumo iliuzija: ką apie mus pasako socialiniai tinklai?

Mokymosi uždaviniai:

1.

Mokiniai gebės paaiškinti, kaip skelbiama informacija socialiniuose tinkluose kuria jų virtualų tapatumą.

2.

Mokiniai gebės kritiškai įvertinti, kokią informaciją apie save jie skelbia viešoje erdvėje.

3.

Mokiniai suvoks, kaip privatumo iliuzija gali sukelti rizikas, susijusias su reputacija, saugumu ar manipuliacija.

Ugdomos kompetencijos:

1.

Asmeninė, socialinė ir mokymosi kompetencija

2.

Pilietinė kompetencija

3.

Skaitmeninė kompetencija

Pamokos uždavinių įgyvendinimas

Pamokos eiga	Mokymo(si) metodai arba formos		Užduočių atlikimo įvertinimo kriterijai	Mokymosi pasiekimų įvertinimo būdai
	Mokytojo veikla	Mokinių veikla		
Įvadas	Pateikia įžanginį klausimą, motyvuoja temą	Dalyvauja apklausoje: „Kiek procentų tavo profilio informacijos mato nepažįstami?“	Įsitraukimas į pokalbį	Stebėjimas
Teorinė dalis	Paaiškina sąvokas, pateikia realių atvejų	Klausosi, užsirašo sąvokas, pavyzdžius	Supranta ir taiko sąvokas	Klausimų–atsakymų sesija
Užduotis „Virtualus atspindys“	Išdalina analizės klausimyną, padeda vertinti	Pasirenka tikrą ar fiktyvų socialinio tinklo profilį, analizuoja pagal klausimyną	Geba atpažinti viešos informacijos pasekmes	Darbo lapo įsivertinimas
Refleksija	Skatina reflektuoti, pateikia apibendrinimą	Atsako į klausimą: „Ką pakeisčiau savo profilyje dabar?“	Išsako sąmoningas įžvalgas	Žodinis aptarimas, savęs vertinimas

*Pamokų uždaviniai gali būti įgyvendinami vienos ar kelių pamokų metu, priklausomai nuo mokinių poreikių, mokytojo sprendimų bei turimų laiko ir ugdymo(si) aplinkos išteklių.

Svarbios sąvokos su paaiškinimais ir pavyzdžiais

✓

Virtualus tapatumas – tai, kaip mes save pateikiame internete: profilio nuotrauka, pomėgių išvardijimas, komentarai, dalijimasis turiniu. Pvz., žmogus, kuris dažnai kelia sporto salės nuotraukas, gali būti vertinamas kaip aktyvus ar sveikuolis, net jei realybėje tai netiesa.

✓

Privatumo iliuzija – manymas, kad socialiniuose tinkluose kontroliuojame informaciją, nors daug duomenų tampa prieinami kitiems be mūsų žinios.

✓

Skaitmeninis pėdsakas – visa informacija, kurią paliekame internete (komentarai, nuotraukos, lokacijos žymos), net ir ją ištrynus – ji gali būti išsaugota.

UŽDUOTIES „VIRTUALUS ATSPINDYS“ KLAUSIMAI (DARBO LAPAS)

Mokiniai atsako į klausimus:



Kiek informacijos apie asmenį matyti viešai?



Kokią nuomonę galima susidaryti iš profilio?



Ar yra duomenų, kurie gali būti panaudoti prieš asmenį (pvz., buvimo vieta, politinės pažiūros)?



Ar profilis rodo tikrą asmenybę, ar – norimą įvaizdį?

Jei mokiniai negali ar nenori analizuoti savo profilių, jie gali pasirinkti viešai matomą įžymybių ar „influencerių“ paskyrą (pvz., Instagram, TikTok).

Diskusijos ir refleksijos klausimai



Kodėl žmonės kartais skelbia daugiau nei reikėtų?



Ar tai, ką matai internete apie žmogų, visada atspindi tikrovę?



Ką apie mane gali sužinoti žmogus, kuris peržiūri mano profilį 5 minutes?



Ar jautiesi saugiai, žinodamas, kad tavo informacija gali būti analizuojama nepažįstamų?

Apibendrinimas

Pabaigoje aptarkite:



Ką naujo mokiniai sužinojo apie save ir kitus?



Ar jie pasiryžę kažką keisti savo informacijos skelbimo įpročiuose?



Kodėl skaitmeninis privatumas yra etikos klausimas?



PAMOKOS TEMA

Kur kyla daugiausia kibernetinių grėsmių?

Mokymosi uždaviniai:

1.

Išmokti analizuoti pasaulio regionus pagal kibernetinių atakų paplitimą

2.

Suprasti ryšį tarp valstybių ekonominio išsivystymo, geopolitinės padėties ir kibernetinių grėsmių

3.

Praktikuotis naudotis žemėlapiais, statistika ir duomenų vizualizavimu

Ugdomos kompetencijos:

1.

Socialinė, pilietinė ir kultūrinė kompetencija

2.

Skaitmeninė ir informacinė kompetencija

3.

Pažinimo kompetencija

4.

Komunikavimo kompetencija

Pamokos uždavinių įgyvendinimas

Pamokos eiga	Mokymo(si) metodai arba formos		Užduočių atlikimo įvertinimo kriterijai	Mokymosi pasiekimų įvertinimo būdai
	Mokytojo veikla	Mokinių veikla		
Įvadas	Pateikia pamokos temą, uždavinius, paaiškina sąvokas	Dalyvauja diskusijoje apie kibernetines grėsmes	Aktyvus įsitraukimas į diskusiją	Žodinis atsakas, refleksija
Statistinė analizė	Pateikia duomenis iš oficialių šaltinių, aiškina jų reikšmę	Susipažįsta su aktualiais statistikos duomenimis apie grėsmes	Supranta ryšius tarp duomenų ir geografijos	Klausimai, diskusija
Žemėlapių analizė	Dalina žemėlapių lapus, konsultuoja	Spalvina žemėlapių pagal duotus duomenis, rašo šalis ir grėsmių skaičių	Teisingai parinkta spalvinimo legenda, aiškūs duomenys	Įsivertinimas, žemėlapių kokybė
Apibendrinimas	Apibendrina pamoką, pateikia klausimus refleksijai	Aptaria, kodėl kai kuriose šalyse grėsmių daugiau	Suformuluoti atsakymai remiantis pamoka	Refleksijos lapas

*Pamokų uždaviniai gali būti įgyvendinami vienos ar kelių pamokų metu, priklausomai nuo mokinių poreikių, mokytojo sprendimų bei turimų laiko ir ugdymo(si) aplinkos išteklių.

Pagrindinės sąvokos:



Kibernetinė grėsmė – bet kokia veika, galinti sutrikdyti, pažeisti ar pavogti skaitmeninę informaciją.



Kibernetinė ataka – organizuota skaitmeninė veika, dažnai nukreipta prieš įmones, valstybines institucijas ar vartotojus.



Geopolitinė rizika – valstybių konfliktai, politinė įtampa, kurie gali skatinti kibernetinių atakų dažnį.

Statistiniai duomenys:

Pateikiami 2024 m. kibernetinio saugumo duomenys. Šie įvertinimai atspindi valstybių gebėjimą apsisaugoti nuo kibernetinių grėsmių, remiantis įvairiais indeksais, tokiais kaip Nacionalinis kibernetinio saugumo indeksas (NCSI), Kibernetinio atsparumo indeksas (CRI), Kibernetinio saugumo ekspozicijos indeksas (CEI) ir Pasaulinis kibernetinio saugumo indeksas (GCI).

Šalis / Įvertinimas		
Suomija 93.00	Slovėnija 73.91	Kataras 54.11
Norvegija 92.29	Slovakija 73.20	Iranas 53.40
Danija 91.59	Vengrija 72.49	Irakas 52.69
Australija 90.88	Kroatija 71.79	Sirija 51.99
Jungtinė Karalystė 90.17	Rumunija 71.08	Libanas 51.28
Švedija 89.47	Bulgarija 70.37	Tunisas 50.57
Austrija 88.76	Graikija 69.67	Alžyras 49.87
Japonija 88.05	Turkija 68.96	Marokas 49.16
Jungtinės Valstijos 87.34	Izraelis 68.25	Kenija 48.45
Kanada 86.64	Indija 67.54	Etiopija 47.74
Estija 85.93	Brazilija 66.84	Gana 47.04
Vokietija 85.22	Argentina 66.13	Uganda 46.33
Prancūzija 84.52	Meksika 65.42	Tanzanija 45.62
Pietų Korėja 83.81	Pietų Afrika 64.72	Zambija 44.92
Singapūras 83.10	Egiptas 64.01	Zimbabvė 44.21
Nyderlandai 82.39	Nigerija 63.30	Mozambikas 43.50
Šveicarija 81.69	Indonezija 62.59	Angola 42.79
Airija 80.98	Filipinai 61.89	Kongo DR 42.09
Naujoji Zelandija 80.27	Vietnamas 61.18	Paragvajus 41.38
Belgija 79.57	Tailandas 60.47	Urugvajus 40.67
Ispanija 78.86	Malaizija 59.77	Peru 39.97
Italija 78.15	Pakistanas 59.06	Kolumbija 39.26
Portugalija 77.44	Bangladešas 58.35	Čilė 38.55
Čekija 76.74	Ukraina 57.64	Venesuela 37.84
Lenkija 76.03	Baltarusija 56.94	Bolivija 37.14
Lietuva 75.32	Kazachstanas 56.23	Panama 36.43
Latvija 74.62	Saudo Arabija 55.52	Kuba 35.72
	JAE 54.82	Dominikos Respublika 35.00

Žemėlapis spalvinimo instrukcija (užduotis mokiniams)

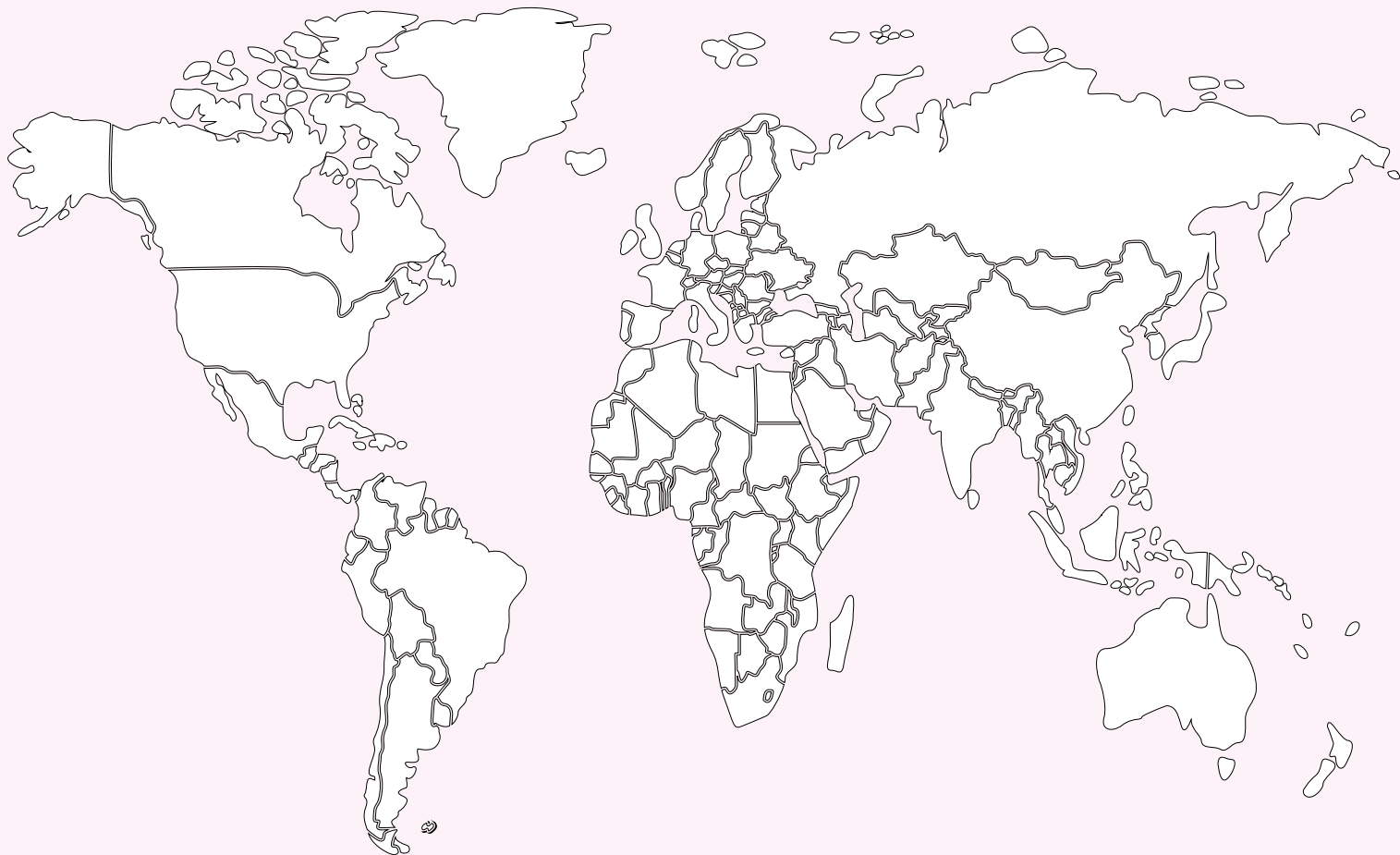
Užduotis:

1. Mokiniai gauna pasaulio kontūrinį žemėlapij (spausdintą ar skaitmeninį).
2. Vadovaudamiesi pateikta lentelės informacija apie šalių kibernetinio saugumo balus, spalvina žemėlapyje šalis pagal nurodytus svertus:

Raudona spalva – aukšto pavojaus šalys: kibernetinio saugumo balas yra mažesnis nei 60.

Oranžinė spalva – vidutinės grėsmės šalys: balas nuo 60 iki 79.

Žalia spalva – mažų grėsmių šalys: balas 80 ir daugiau.



Pavyzdiniai svertai (pagal bendrą kibernetinio saugumo vertinimo skalę)

Vertinimas	Saugumo balas	Reikšmė žemėlapyje	Spalva
Aukštas pavojus	< 60	Didelė grėsmė	Raudona
Vidutinė grėsmė	60–79	Vidutinė grėsmė	Oranžinė
Maža grėsmė	≥ 80	Saugi šalis	Žalia



PAMOKOS TEMA

Tavo slaptažodis – tavo skydas

Mokymosi uždaviniai:

1.

Suprasti, kas yra saugus slaptažodis ir kodėl jis svarbus kibernetiniam saugumui

2.

Išmokti kurti stiprius, lengvai įsimenamus, tačiau sunkiai atspėjamus slaptažodžius

3.

Išanalizuoti silpnų slaptažodžių rizikas bei sužinoti slaptažodžių valdymo įrankius

Ugdomos kompetencijos:

1.

Skaitmeninė kompetencija

2.

Kritinio mąstymo kompetencija

3.

Asmeninė atsakomybė skaitmeninėje erdvėje

Pamokos uždavinių įgyvendinimas

Pamokos eiga	Mokymo(si) metodai arba formos		Užduočių atlikimo įvertinimo kriterijai	Mokymosi pasiekimų įvertinimo būdai
	Mokytojo veikla	Mokinių veikla		
Įvadas	Pristato temos svarbą, pateikia realų pavyzdį apie duomenų nutekimą	Aptaria savo slaptažodžių įpročius (apklausa: ar naudoja tą patį slaptažodį keliose paskyrose, ar dalijasi slaptažodžiais)	Klausimų-apklauskos metodas, situacijos analizė	Aktyvus įsitraukimas, refleksija
Teorijos pristatymas	Pristato, kas yra saugus slaptažodis, kaip veikia „brute force“ atakos, pateikia statistiką	Klausosi, užsirašo svarbius faktus	Pranešimas su vizualizacija, diskusija	Supratimas apie saugaus slaptažodžio elementus
Praktinė užduotis	Padedą atlikti užduotį, paaiškina, kaip naudotis analizatoriumi	Naudoja slaptažodžių stiprumo analizatorių	Praktinis darbas su įrankiu	Tinkamas slaptažodžių kūrimas ir analizė
Refleksija ir apibendrinimas	Skatina aptarti pokyčius: ką mokiniai taikys praktikoje	Dalyvauja diskusijoje apie įpročius ir planus keisti elgseną	Diskusija, refleksija	Gebėjimas kritiškai vertinti savo elgesį

*Pamokų uždaviniai gali būti įgyvendinami vienos ar kelių pamokų metu, priklausomai nuo mokinių poreikių, mokytojo sprendimų bei turimų laiko ir ugdymo(si) aplinkos išteklių.

UŽDUOTIES „VIRTUALUS ATSPINDYS“ KLAUSIMAI (DARBO LAPAS)

Saugus slaptažodis – tai slaptažodis, kuris yra sunkiai nuspėjamas tiek žmonėms, tiek kompiuteriams. Jis turi būti bent 12 simbolių ilgio ir susidėti iš raidžių, skaičių bei specialiųjų ženklų. Svarbu vengti asmeninės informacijos (pvz., vardo, gimimo datos).

Paprasti slaptažodžiai – grėsmė saugumui: tyrimai rodo, kad daugelis vartotojų vis dar renkasi itin paprastus slaptažodžius. „NordPass“ 2023 m. duomenimis, vienas dažniausiai pasitaikančių slaptažodžių pasaulyje išliko „123456“. Šis slaptažodis nulaužiamas per mažiau nei 1 sekundę.

Brute force ataka – tai automatizuotas būdas bandyti įvairias simbolių kombinacijas, kol atrandamas tinkamas slaptažodis. Pavyzdžiui, kompiuteris gali išbandyti milijonus slaptažodžių per sekundę. Šis metodas ypač veiksmingas prieš trumpus ar paprastus slaptažodžius.

Slaptažodžių pakartotinis naudojimas – vienas didžiausių asmens saugumo pažeidžiamumo veiksnių. Jei vienoje sistemoje įsilaužiama, piktaivaliai gali bandyti tą patį slaptažodį naudoti prisijungimui prie kitų sistemų (angl. credential stuffing).

Skaitmeninės tapatybės apsauga – slaptažodis yra viena pagrindinių priemonių saugoti savo tapatybę skaitmeninėje erdvėje. Praradus paskyrą, galima prarasti ne tik duomenis, bet ir reputaciją (pvz., jei iš paskyros siunčiamos apgaulingos žinutės).

Slaptažodžių tvarkyklės (password managers) – tai programėlės, kurios padeda kurti, saugoti ir automatiškai įvesti stiprius slaptažodžius. Jos užšifruoja duomenis ir leidžia naudoti tik vieną pagrindinį slaptažodį.

Rekomenduojamos: Bitwarden, 1Password, KeePass.

Daugiafaktorinė autentifikacija (2FA) – tai papildomas saugumo lygis, kai prisijungiant reikia įvesti ne tik slaptažodį, bet ir antrą patvirtinimą (pvz., SMS kodą arba biometrinių patvirtinimą). Tai gerokai sumažina galimybę įsilaužti net jei slaptažodis pavogtas.

Švietimo svarba: remiantis „Microsoft Digital Defense Report“ (2022), daugiau nei 80% kibernetinių atakų galėtų būti išvengtos, jei vartotojai naudotų stiprius slaptažodžius ir daugiafaktorinę autentifikaciją.

Rekomenduojama veiklai:

Apklausos įrankis:

<https://www.mentimeter.com>

arba Google Forms

(anoniminė apklausa apie
slaptažodžių įpročius)

Analizatorius:

<https://password.kaspersky.com>

Video: “How secure is
your password?”

[https://www.youtube.com/
watch?v=3NjQ9b3pglg](https://www.youtube.com/watch?v=3NjQ9b3pglg)

Diskusijų klausimai



Kodėl žmonės vis dar
naudoja paprastus
slaptažodžius?



Kiek tavo dabartiniai
slaptažodžiai yra saugūs?
Kaip tai žinai?



Ar esi kada nors dalinęsis
slaptažodžiu? Kodėl?



Kaip keistum savo elgseną
po šios pamokos?

ANGLŲ KALBA, MUZIKA, INFORMATIKA

PAMOKOS TEMA



CyberVibes: Let's Rap about Online Safety!

Mokymosi uždaviniai:

1.

Ugdyti mokinių gebėjimą kūrybiškai ir struktūruotai reikšti mintis anglų kalba, kuriant dainos tekstą apie kibernetinį saugumą bei aktualias jaunimo skaitmeninio pasaulio problemas.

2.

Supažindinti mokinius su pagrindiniais šiuolaikinės muzikos stiliais ir jų raiškos priemonėmis (ritmas, tempas, struktūra), mokant taikyti šiuos elementus kuriant dainos priedainį ir melodiją.

3.

Išmokyti naudotis dirbtinio intelekto pagrindu veikiančiais muzikos kūrimo įrankiais bei integruoti skaitmeninius įgūdžius kuriant dainą: nuo teksto įvedimo iki stilstikos pasirinkimo ir galutinio garso įrašo sugeneravimo.

4.

Lavinti gebėjimą dirbti grupėje, dalintis atsakomybėmis, derinti kalbos, muzikos ir technologijų žinias kuriant bendrą produktą – dainą apie atsakingą elgesį internete.

Ugdomos kompetencijos:

1.

Komunikavimo kompetencija

2.

Skaitmeninė kompetencija

3.

Kultūrinė kompetencija

4.

Socialinė ir emocinė kompetencija

5.

Kūrybiškumo kompetencija

Pamokos uždavinių įgyvendinimas

Pamokos eiga	Mokymo(si) metodai arba formos		Užduočių atlikimo įvertinimo kriterijai	Mokymosi pasiekimų įvertinimo būdai
	Mokytojo veikla	Mokinių veikla		
Įvadas	Pateikia svarbiausius žodžius, frazes, temines diskusijas	Aptaria pagrindines kibernetinio saugumo problemas	Mokiniai geba įvardyti aktualias saugumo temas ir susieti jas su asmenine patirtimi.	Dalyvavimas diskusijoje, žodinis atsakymas, teminių žodžių taikymas.
Dainos teksto kūrimas (Anglų kalba)	Padedą struktūruoti tekstą (verse/chorus), konsultuoja dėl gramatikos ir žodyno.	Kuria dainos tekstą apie saugumą internete, naudodami pateiktą žodyną ir frazes.	Kūriny s atitinka temą, aiški struktūra, vartojamas tikslus žodynas.	Parašytas tekstas, atitikimas gramatikai, temos atskleidimas.
Muzikos analizė ir struktūra (Muzika)	Parodo AI kurtų pavyzdžių, paaiškina muzikinius elementus (ritmas, tempas).	Klausosi įvairių stilių (hiphop, EDM, pop), pasirenka tinkamą savo dainai.	Geba pagrįsti pasirinktą stilių, pritaikyti ritminę struktūrą.	Muzikos analizės lapas, diskusija, stiliaus pasirinkimo argumentavimas.
Dainos kūrimas su AI (Informatika)	Paaiškina naudojimosi programėle principus, padeda techniniuose etapuose.	Suveda tekstą į „Suno“ ar kitą AI platformą, pasirenka stilių, generuoja dainą.	Sukurtas kūrinys atitinka temą, tvarkingas formatavimas, tinkamas AI įrankio naudojimas.	Sugeneruotas failas, funkcionalumo pritaikymas, kokybiškas techninis įgyvendinimas.
Pristatymas ir refleksija	Moderuoja refleksiją, pateikia grįžtamąjį ryšį.	Pristato savo dainą klasei, aptaria darbo procesą, išmokimus, kibernetinio saugumo žinutę.	Pateiktas dainos pristatymas yra išsamus, logiškas ir susietas su pamokos tikslais.	Žodinis pristatymas, refleksijos lapas, savęs ir draugų įsivertinimas.

*Pamokų uždaviniai gali būti įgyvendinami vienos ar kelių pamokų metu, priklausomai nuo mokinių poreikių, mokytojo sprendimų bei turimų laiko ir ugdymo(si) aplinkos išteklių.

ANGLŲ KALBA

1. Tikslas:

Sukurti dainos tekstą apie kibernetinį saugumą, išmokstant kūrybiškai vartoti teminį žodyną, tinkamai formuoti posmus ir priedainį.

2. Rekomenduojami teminiai žodžiai ir frazės:



online safety, fake news, cyberbullying, phishing, hacking, account breach, secure password, identity theft, suspicious link, private info, stay alert, log out, digital footprint, online kindness.

3. Struktūriniai elementai, kuriuos reikia aptarti:



Verse (posmas): 4–6 eilutės, įvadas į temą (pvz., kaip jaučiasi paauglys susidūręs su internetiniu pavojumi).



Chorus (priedainis): aiški žinutė ar šūkis, kartojama – pvz., „Think before you click!“.

4. Pavyzdinis dainos fragmentas:



Verse:

I open up my phone, the messages appear,
Some say I'm ugly, some just laugh and sneer.
Don't know who sent them, they hide their face,
But the words they write, hurt like a mace.



Chorus:

Think before you click, think
before you share,
Words can be like knives, so
handle them with care.

5. Užduotis mokiniams:



Dirbdami poromis, sukurkite vieną posmą ir priedainį.



Naudokite bent 3 žodžius iš teminio žodyno.

MUZIKA

1. Tikslas:

Padėti mokiniams suprasti, kaip skirtingi muzikos stiliai padeda perteikti emocinį turinį, ir pritaikyti pasirinkto stiliaus ypatumus dainos kūrimui.

2. Stiliai, tinkantys šiai temai:



Hip hop / Rap – tekstui suteikia ritmą ir stiprų socialinį atspalvį.



Pop – tinkamas platesnei auditorijai, paprastas struktūriškai.



EDM (electronic dance music) – tinka dainoms su įtaigiu priedainiu, greitesniu tempu.

3. Pavyzdžiai iš AI kurtų dainų:

Suno AI Music platforma (klausyti pavyzdžių):

<https://suno.com/home>

YouTube pavyzdys – AI pop song:

<https://www.youtube.com/watch?v=XUs6CznN8pw>

YouTube pavyzdys – AI rap track:

<https://www.youtube.com/watch?v=T1DBDROsFyU>

4. Užduotis mokiniams:



Išklausykite 2–3 stilių pavyzdžius.



Komandoje apsispręskite, koks stilius tinkamiausias jūsų dainai (pateikite argumentą).



Pasižymėkite, kokių garsų ar efektų norėsite generuojant dainą su AI.

INFORMATIKA

1. Tikslas:

Supažindinti su dirbtinio intelekto įrankiu „Suno“ (ar kitu), skirtu generuoti muziką, padėti mokiniams jį taikyti kūrybiškai ir techniškai atsakingai.

2. Naudojama priemonė:

Suno AI Music:

<https://app.suno.ai/>

Reikia susikurti nemokamą paskyrą. Dirbama tekstu + pasirinktu stiliumi. Daina sugeneruojama per 1–2 minutes.

3. Veiklos eiga:

1.

Įvedamas dainos tekstas (rekomenduojama skirti chorus ir verse atskirai)

2.

Pasirenkamas stilius (pvz., rap, pop, electronic)

3.

Sugeneruojama daina

4.

Mokiniai gali atsisiųsti, išsaugoti arba pasiklausyti rezultatų

4. Užduotis mokiniams:

1.

Suveskite tekstą į programą, nurodykite, kad tai būtų angliškas tekstas.

2.

Pasirinkite stilių, kuris atitinka jūsų kūrybinį sumanymą.

3.

Klausykite rezultato – jei reikia, pakartokite su korekcijomis.



PAMOKOS TEMA

Manipuliacija skaitmeninėje erdvėje: ar viskuo galima tikėti

Mokymosi uždaviniai:

1.

Suprasti, kas yra dezinformacija, fake news ir socialinė inžinerija.

2.

Išmokti atpažinti manipuliatyvią informaciją internete ir suprasti jos poveikį visuomenei.

3.

Lyginti istorines ir šiuolaikines informacijos manipuliacijos formas.

4.

Kritiškai vertinti informacijos šaltinius ir ugdyti atsakingą pilietinę poziciją.

Ugdomos kompetencijos:

1.

Kritinio mąstymo ir informacinė kompetencija

2.

Pilietinė ir socialinė atsakomybė

3.

Istorinio sąmoningumo ugdymas

4.

Skaitmeninio raštingumo kompetencija

Pamokos uždavinių įgyvendinimas

Pamokos eiga	Mokymo(si) metodai arba formos		Užduočių atlikimo įvertinimo kriterijai	Mokymosi pasiekimų įvertinimo būdai
	Mokytojo veikla	Mokinių veikla		
Įvadas	Pristato sąvokas: dezinformacija, melagiena, socialinė inžinerija; pateikia realius pavyzdžius	Diskutuoja apie informaciją internete, mini pavyzdžius, kur pastebėjo „fake news“	Mokiniai geba apibrėžti sąvokas ir pateikti konkrečius pavyzdžius	Žodinis vertinimas, aktyvumo stebėjimas diskusijos metu
Pagrindinė veikla	Pateikia užduoties lapą su 4–5 pavyzdžiais, padeda identifikuoti ženklus, moderuoja grupinį aptarimą	Analizuoja pateiktus straipsnių, žinučių ar vaizdų pavyzdžius, nustato, ar tai melagiena, manipuliacija, ar patikima informacija	Supranta manipuliacijos požymius, argumentuoja, kodėl informacija klaidinanti ar patikima	Grupinis darbo lapas, savarankiškas atsakymų vertinimas, aptarimas klasėje
Istorinė lyginamoji analizė	Pateikia analizės klausimus	leško istorinės propagandos pavyzdžio su šiuolaikiniu melagienos atveju (pvz., plakatas vs. socialinio tinklo įrašas)	Mokiniai geba įžvelgti panašumus ir skirtumus tarp istorinės ir šiuolaikinės manipuliacijos formų	Pristatymas
Apibendrinimas ir refleksija	Padeda struktūruoti išvadas, skatina diskusiją apie asmeninę atsakomybę internete.	Kuria „5 ženklų gidą“ – kaip atpažinti melagieną (plakatas, skaidrė arba sąrašas).	Geba pritaikyti įgytas žinias, suformuluoti prevencinius principus	Trumpas pristatymas

*Pamokų uždaviniai gali būti įgyvendinami vienos ar kelių pamokų metu, priklausomai nuo mokinių poreikių, mokytojo sprendimų bei turimų laiko ir ugdymo(si) aplinkos išteklių.

ETIKA

Pamokos pradžia – Įvadas

Mokytojo veikla:

Pristato temą:

„Kaip mes galime būti paveikti internete? Ar visada atpažįstame melą?“

Ant lentos ar skaidrėse pateikia pagrindines sąvokas:

Dezinformacija – sąmoningai skleidžiama neteisinga informacija siekiant klaidinti (pvz., „Skiepai kenkia ir sukelia autizmą“ – mokslškai paneigta)

Melagiena (Fake News) – klaidinančios naujienos, apsimetančios tikromis (dažnai su sensacinga antrašte, be šaltinių)

Socialinė inžinerija – psichologinės manipuliacijos, kuriomis siekiama išgauti informaciją ar paveikti elgesį (pvz., el. laišakai „Tavo sąskaita užblokuota – spausk čia“)

Klausimai diskusijai:

Kur jūs matėte informacijos, kuri atrodė nepatikima?

Kuo melagiena skiriasi nuo nuomonės?

Kodėl žmonės kuria netikrą informaciją?

Pagrindinė veikla – Atpažink manipuliaciją

Mokytojo veikla:



Išdalija mokiniams 4 trumpų pranešimų antraštes.

1.

„COVID-19 sukurtas tam, kad įdiegtų mikroshemas.“



Skatina sąmokslų teoriją, nėra jokių patikimų šaltinių, tipinis gąsdinimo antraštinis masalas (scare clickbait)

2.

„Jei nedalyvausi rinkimuose, tavo duomenys bus ištrinti.“



Teiginys klaidingas, skelbiama melaginga grėsmė, nes valstybė neturi tokios praktikos.

3.

„Mokslininkai įrodė, kad šokoladas gydo depresiją!“



Faktai iškreipiami, nėra konkretaus tyrimo pavadinimo ar šaltinio – emocinis melas.

4.

„Ką slepia valdžia? Jų planai – internete.“



Tipinis manipuliacinis turinys, naudojamas siekiant gauti paspaudimus ar pavogti duomenis.



Paprašo kiekvieną atidžiai perskaityti ir atsakyti į klausimus:

Užduotis mokiniams:



Ar antraštė sukelia stiprias emocijas?



Ar tai faktas, ar nuomonė?



Ar tai tikėtina?

Mokytojas moderuoja diskusiją, padeda suprasti manipuliacijos ženklus.

Faktai mokytojui:

74 % jaunuolių Lietuvoje bent kartą buvo suklaidinti netikros informacijos (Media4Change, 2021).

Tik **1 iš 4** paauglių patikrina šaltinį prieš pasidalindami turiniu (RRT, 2022).

Populiariausi būdai melagienoms skleisti:
Facebook **42 %**,
YouTube **26 %**,
TikTok (greitai augantis kanalas).

Temos pristatymas – Propaganda vakar ir šiandien

Mokytojo veikla:

Pristato istorinius propagandos pavyzdžius:

1. Sovietų Sąjungos plakatai („Amerika puola“)

Šis plakatas vaizduoja Sovietų Sąjungos propagandą, kuria siekiama pavaizduoti JAV kaip agresorių, keliančią grėsmę taikai ir saugumui.

Analizės klausimai:

✓
Kaip plakate vaizduojama JAV?

✓
Kokias emocijas siekiama sukelti žiūrovui?

✓
Kokie simboliai naudojami propagandiniam tikslui pasiekti?

Plakatų pavyzdžiai:

<https://www.gettyimages.com/photos/soviet-propaganda-poster>

2. Nacistinės Vokietijos antisemitinė propaganda

Šis plakatas yra pavyzdys, kaip nacistinė Vokietija naudojo antisemitinę propagandą, siekdama demonizuoti žydų tautybę ir pateisinti diskriminacines bei smurtines politikos priemones.

Analizės klausimai:

✓
Kokie stereotipai naudojami plakate?

✓
Kaip vizualiniai elementai sustiprina neigiamą žinią?

✓
Kokį poveikį tokia propaganda galėjo turėti visuomenei?

Plakatų pavyzdžiai:

<https://encyclopedia.ushmm.org/content/en/gallery/antisemitism-photographs>

3. Šaltojo karo laikų priešų demonizavimas

Šis plakatas atspindi Šaltojo karo laikų propagandą, kuria siekta demonizuoti priešininkus ir sustiprinti savosios pusės ideologinį pranašumą.

Analizės klausimai:

✓
Kokie simboliai naudojami priešų vaizdavimui?

✓
Kaip plakatas siekia paveikti žiūrovo emocijas ir nuomonę?

✓
Kokie yra propagandos tikslai šiuo atveju?

Plakatų pavyzdžiai:

<https://www.gettyimages.com/photos/cold-war-propaganda-poster>

Sąvokos:

Propaganda

Tai kryptingas, sistemingas ir dažnai manipuliatyvus informacijos pateikimas, siekiant paveikti žmonių nuomonę, jausmus ar elgesį. Ji dažnai naudojama siekiant politinių, ideologinių, karinių ar ekonominių tikslų.

Pagrindinės savybės:

✓
Vienpusė informacija (nutylimos nepalankios detalės);

✓
Emocinis poveikis (baimė, pyktis, kaltės jausmas);

✓
Pasikartojimas, stereotipai;

✓
Simbolių, šūkių, vaizdų naudojimas.

Istoriniai pavyzdžiai:

✓
Sovietų Sąjungos plakatai vaizduojantys Vakarus kaip „pasaulio priešą“.

✓
Nacistinės Vokietijos plakatai, kuriais siekta dehumanizuoti žydų tautybę.

Šiuolaikiniai atitikmenys:

✓
Valstybių kontroliuojami kanalai (pvz., RT (televizija) ar Sputnik) skleidžiantys pro-Kremliaus naratyvus apie Ukrainą ar Vakarų pasaulį.

ISTORIJA

Informacinis karas

Tai strateginis informacijos naudojimas, siekiant daryti įtaką oponentų mąstymui, moralei, elgsenai ar reputacijai. Tokios veiklos metu naudojamos dezinformacijos, klaidingų naujienų, socialinės inžinerijos, provokavimo (trolinimo), memų ir kitų priemonių taktikos.

Tikslas:

Suskaldyti visuomenę, sukelti nepasitikėjimą institucijomis, silpninti demokratiją, mažinti visuomenės atsparumą grėsmėms.

Pavyzdžiai:

2016 m. JAV prezidento rinkimų metu tūkstančiai netikrų socialinių paskyrų iš Rusijos siekė paveikti rinkėjus (Facebook).

Dezinformacijos kampanijos apie vakcinas pandemijos metu („vakcinos keičia DNR“ arba „vyriausybė seka mus per skiepus“).

Naudojamos taktikos:

Tarpininkų (bots, troll accounts) naudojimas.

Suklastotų ekspertų nuomonių sklaida.

Socialinė inžinerija: emocinis spaudimas, baimės eskalavimas.

Mokinių veikla

Užduotis:

„Rask ir analizuok vieną istorinį propagandinį plakatą (pvz., iš XX a.) ir vieną šiuolaikinį manipuliatyvią informacijos pavyzdį iš socialinių tinklų, internetinių straipsnių ar naujienų. Paruošk trumpą analizę ir pristatymą.“

Paieškos gairės:

Istoriniai šaltiniai:

naudoti atvirus muziejų archyvus (pvz., USHMM.org, Getty Images, Europeana)

Šiuolaikiniai šaltiniai:

paieška Google, YouTube, socialiniuose tinkluose (naudojant „fake news“, „misinformation“, „manipuliacija“ raktažodžius)

Orientaciniai klausimai mokytojui po mokinių pristatymų:

1.

Apie istorinį propagandos pavyzdį

Kokią emociją siekė sukelti šis plakatas?
Kaip tai pasiekta?

Kokia žinutė siunčiama per spalvas, simbolius ar šūkius?

Ar ši informacija buvo tikslinė konkrečiai grupei? Kam ji buvo skirta?

2.

Apie šiuolaikinės melagenos pavyzdį

Ar šis įrašas atrodo patikimas?
Kodėl taip ir kodėl ne?

Kokių emocijų norėta sukelti? Kaip pasirinktas formatas (vaizdas, tekstas, antraštė) prisideda prie poveikio?

Koks šio įrašo tikslas?
Informuoti ar manipuliuoti?

3.

Lyginamoji analizė

Kuo propagandos priemonės anksčiau ir dabar yra panašios?

Kuo jos skiriasi?
(technologijos, auditorija, priemonės)

Kurių epochos manipuliacijai (istorinei ar šiuolaikinei) būtų lengviau atsispirti?

4.

Kritiškas mąstymas ir vertinimas

Kaip galėtume patikrinti, ar informacija yra teisinga?

Kokias pasekmes gali turėti melaginga informacija šiuolaikinėje visuomenėje?

Kokių gebėjimų reikia, kad galėtume atpažinti manipuliaciją?

5.

Asmeninė refleksija

Ar kada nors teko patikėti melaginga informacija?
Kaip supratai, kad tai buvo klaida?

Ką darytum, jei pastebėtum draugą, kuris dalinasi melagingais įrašais?

Papildomi patarimai mokytojui:



Skatinkite atvirą, vertinančią diskusiją, net jei mokiniai pasirenka nevienareikšmiškus ar provokuojančius pavyzdžius.



Akcentuokite argumentuotą nuomonę, o ne vien tik „teisingus atsakymus“.



Leiskite mokiniams užduoti klausimus vieni kitiems – tai sustiprina kritinį bendravimą ir mokymąsi iš bendraamžių.

MATEMATIKA, INFORMATIKA



PAMOKOS TEMA

**Skaitmeninio saugumo statistika:
ar tikrai tai retas atvejis?**

Mokymosi uždaviniai:

1.

Išmokti skaityti, interpretuoti ir palyginti statistinius duomenis apie kibernetinio saugumo atvejus.

2.

Apskaičiuoti procentines reikšmes, vidurkius, dažnius, naudoti diagramas.

3.

Kritiškai vertinti informaciją, pagrįsti išvadas duomenimis.

4.

Ugdyti skaitmeninį raštingumą naudojant „Excel“ programą grafikų braižymui.

Ugdomos kompetencijos:

1.

Matematinų gebėjimų kompetencija

2.

Skaitmeninė kompetencija

3.

Kritinio mąstymo ir problemų sprendimo kompetencija

Pamokos uždavinių įgyvendinimas

Pamokos eiga	Mokymo(si) metodai arba formos		Užduočių atlikimo įvertinimo kriterijai	Mokymosi pasiekimų įvertinimo būdai
	Mokytojo veikla	Mokinių veikla		
Įvadas	Pristato pamokos temą ir tikslą, pateikia diskusinį klausimą	Atsako į klausimą: ar dažnai girdite apie kibernetinius pavojus?	Pokalbis, minčių lietus	Dalyvavimas
Duomenų analizė, skaičiavimas	Paaiškina užduotis, pateikia lenteles ir klausimus	Dirbdami poromis skaičiuoja procentus, vidurkius, skirtumus pagal 3 pateiktas uždavinių sąlygas	Skaičiavimas, diagramos kūrimas	Skaičiavimų tikslumas
Darbas su Excel	Padedą techniniais klausimais, paaiškina diagramų pasirinkimą	Įveda duomenis į Excel, braižo stulpelines, apskritimines, linijines diagramas, interpretuoja	Praktinis darbas su skaitmenine priemone	Sukurto grafiko aiškumas
Apibendrinimas	Apibendrina, pateikia kibernetinio saugumo prevencijos rekomendacijas	Atsako į refleksijos klausimus: ar skaičiai rodo, kad pavojus realus?	Klausimai, refleksija	Refleksijos turinys

*Pamokų uždaviniai gali būti įgyvendinami vienos ar kelių pamokų metu, priklausomai nuo mokinių poreikių, mokytojo sprendimų bei turimų laiko ir ugdymo(si) aplinkos išteklių.

MATEMATIKA

Rekomenduojami statistiniai šaltiniai:

Nacionalinė kibernetinio saugumo būklės ataskaita (2024 m.)

- Santrauka (PDF, lietuvių kalba):
https://kam.lt/wp-content/uploads/2024/06/KS-ataskaitos-2023-Santrauka-LT_final.pdf
- Pilna ataskaita (PDF, lietuvių kalba):
<https://kam.lt/wp-content/uploads/2025/05/Nacionaline-kibernetinio-saugumo-bukles-ataskaita-2024.pdf>
- Apžvalga ir pagrindiniai akcentai:
<https://kam.lt/nacionaline-kibernetinio-saugumo-bukles-ataskaita-pernai-63-proc-isaugo-kibernetiniu-incidentu-skaicius/>

UNICEF apklausa apie kibernetines patyčias

- UNICEF pranešimas spaudai (anglų kalba):
<https://www.unicef.org/press-releases/unicef-poll-more-third-young-people-30-countries-report-being-victim-online-bullying>
- UNICEF ir Oksfordo universiteto parengta analitinė ataskaita apie tėvystę skaitmeniniame amžiuje ir vaikų apsaugą nuo technologinės prievartos.
https://www.unicef.org/media/174611/file/Parenting%20for%20the%20digital%20age_Final%20report.pdf.pdf

Pew Research Center duomenys apie kibernetines grėsmes

- Pew Research Center tema „Cyberattacks“ (anglų kalba):
<https://www.pewresearch.org/topic/politics-policy/political-issues/defense-national-security/cyberattacks/>

Užduotys mokiniams

Užduotis 1:

Procentinis pasiskirstymas.

Remiantis Nacionalinės kibernetinio saugumo būklės ataskaita, 2024 m. Lietuvoje užregistruota 3 874 kibernetiniai incidentai. Iš jų 59 % buvo susiję su socialinės inžinerijos metodais

Užduotis:

- Apskaičiuokite, kiek incidentų buvo susiję su socialinės inžinerijos metodais.
- Apskaičiuokite likusių incidentų skaičių ir procentinę dalį.

Užduotis 2:

Vidurkiai ir tendencijos.

Naudodamiesi pateiktais duomenimis apie kibernetinių incidentų skaičių 2019–2024 m., apskaičiuokite:

- Vidutinį metinį incidentų skaičių.
- Procentinį pokytį tarp metų.

Metai	Incidentų skaičius
2019	2 000
2020	2 500
2021	3 000
2022	3 500
2023	2 378
2024	3 874

Užduotis 3:

Kibernetinių incidentų analizė pagal tipus.

Tikslūs duomenys iš 2024 m. ataskaitos (Lietuva):

Iš visų 3 874 užfiksuotų kibernetinių incidentų:

- **59 %** – socialinės inžinerijos atvejai (pvz., apgaulingi el. laiškai, suklastoti prisijungimai);
- **25 %** – kenkėjiškų programų (virusų) atvejai;
- **10 %** – duomenų nutekėjimo atvejai;
- **6 %** – kitos grėsmės (pvz., DDoS, sistemų pažeidžiamumai).

1. Apskaičiuok, kiek incidentų sudaro kiekviena kategorija. (Patarimas: viso – 3 874 incidentai)
2. Sudaryk lentelę su incidentų skaičiumi ir procentais.
3. Apskaičiuok, kiek daugiau buvo socialinės inžinerijos atvejų nei virusų.

- Mokiniai turi suvesti pateiktus duomenis į Excel lenteles.
- Naudodami „Insert → Chart“ funkciją, sukurti šias diagramas:



Stulpelinę diagramą – kibernetinių incidentų skaičius per metus.



Apskritiminę diagramą – incidentų pasiskirstymas pagal tipus.



Linijinę diagramą – incidentų skaičiaus pokytis laikui bėgant.

ETIKA, DAILĖ, INFORMATIKA



PAMOKOS TEMA

Skaitmeninis AŠ: Avataras kaip savęs pažinimo ir raiškos priemonė

Mokymosi uždaviniai:

1.

ETIKA:

kritiškai analizuoti, kaip skaitmeninis identitetas formuojamas socialinėje medijoje ir kokią įtaką tai daro bendravimui bei patyčioms internete.

2.

DAILĖ:

kūrybiškai vaizduoti savo „skaitmeninį aš“ per piešinį, išreiškiant savo asmenybę, vertybes, pomėgius.

3.

INFORMATIKA:

naudojantis nemokama programėle, perkelti pieštą avatarą į skaitmeninę formą, pritaikant pagrindinius grafinio dizaino principus.

Ugdomos kompetencijos:

1.

Pažinimo kompetencija

2.

Kūrybiškumo kompetencija

3.

Kultūrinė kompetencija

4.

Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos kompetencija

5.

Skaitmeninė kompetencija

6.

Pilietiškumo kompetencija

Pamokos uždavinių įgyvendinimas

Pamokos eiga	Mokymo(si) metodai arba formos		Užduočių atlikimo įvertinimo kriterijai	Mokymosi pasiekimų įvertinimo būdai
	Mokytojo veikla	Mokinių veikla		
1. Įvadas (Etika)	Moderuoja diskusiją	Aptaria savo patirtį internete, dalyvauja diskusijoje apie socialinius tinklus	Grupinė diskusija	Refleksija, dalyvavimas diskusijoje
2. Pagrindinė veikla (Etika)	Veda atvejų analizę, pateikia situacijų pavyzdžių	Analizuoja pateiktas situacijas apie patyčias internete	Atvejo analizė, darbas grupėse	Kritinio mąstymo išraiška, etiniai argumentai
3. Kūrybinė veikla (Dailė)	Skatina vaizduoti unikalius bruožus, padeda formuoti idėją	Kuria avatarą ant popieriaus, remdamiesi savęs pažinimu	Kūrybinis darbas, savęs pažinimas	Kūrybiškumas, originalumas, turinio ir formos dermė
4. Skaitmeninė veikla (Informatika)	Paaiškina kaip naudotis programėle, padeda išsaugoti darbą	Naudoja "Avatar Maker" ar "Pixton" avatarui sukurti	Praktinė užduotis su IKT	Techninis tikslumas, gebėjimas naudotis IKT
5. Refleksija	Skatina refleksiją, užduoda klausimus	Pristato savo avatarą, paaiškina simbolius, sprendimus	Individuali refleksija, pristatymas	Gebėjimas argumentuoti kūrybinį pasirinkimą

*Pamokų uždaviniai gali būti įgyvendinami vienos ar kelių pamokų metu, priklausomai nuo mokinių poreikių, mokytojo sprendimų bei turimų laiko ir ugdymo(si) aplinkos išteklių.

ETIKA

Rekomenduojami diskusijų klausimai:

- ✓ Kuo skiriasi tikrasis AŠ nuo skaitmeninio AŠ?
- ✓ Kaip kuriame skaitmeninį identitetą? Ar tai sąmoningas pasirinkimas?
- ✓ Ar esame atsakingi už savo komentarus, elgesį internete taip pat kaip ir realybėje?
- ✓ Kokia žala gali kilti dėl netinkamo bendravimo internete?

Teorinė medžiaga:

Skaitmeninis identitetas – tai virtualus žmogaus atspindys internete. Jį sudaro tiek sąmoningai pateikiama informacija (pvz., profilio nuotrauka, naudotojo vardas, publikuojamas turinys, komentarai), tiek kitų naudotojų reakcijos į ją (pvz., patiktukai, komentarai, dalijimasis). Šis identitetas gali būti tapatus realybei, tačiau dažnai – gerokai idealizuotas ar iškreiptas.

„Kiekvienas socialinis tinklas yra scena, kurioje žmogus kuria ir kontroliuoja įvaizdį, o tai ne visada sutampa su tuo, koks jis yra iš tikrųjų.“ (Turkle, 2011)

Skaitmeninio AŠ ir tikrojo AŠ skirtumai: remiantis Europos Tarybos 2021 m. tyrimu, 68 % paauglių nurodė, kad jaučiasi kitaip internete nei realiame gyvenime – dažnai drąsesni, kūrybiškesni, bet kartais ir labiau linkę į konfliktus ar patyčias.

Internetinė komunikacija skiriasi nuo gyvo bendravimo tuo, kad joje dažnai trūksta emocinių ženklų (intonacijos, mimikos, gestų), todėl žinutės ar komentarai gali būti klaidingai interpretuoti. Anonimiškumas taip pat gali paskatinti impulsyvų, neatsakingą ar net agresyvų elgesį.

Skaitmeninė empatija – svarbi sąvoka, kuri apibūdina gebėjimą suprasti ir atsižvelgti į kitų jausmus net tada, kai bendraujama ekrane. Jos trūkumas gali būti viena iš patyčių priežasčių.

Kibernetinės patyčios (cyberbullying) – tai nuolatinis ar pasikartojantis tyčiojimas, grasinimai, šantažas ar pažeminimas pasitelkiant skaitmenines technologijas. Jos gali būti tiek viešos (komentarai, memai, paskleisti melagingi įrašai), tiek privačios (žinutės, nuotraukos).

Lietuvoje apie 30 % paauglių yra patyrę bent vieną kibernetinių patyčių atvejį (UNICEF, 2022).

Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) tyrimai rodo, kad kibernetinės patyčios turi tokią pačią ar net stipresnę neigiamą įtaką emocinei sveikatai kaip fizinės patyčios.

Kritinis mąstymas internete – būtinas įgūdis, leidžiantis atsakingai kurti, vertinti ir dalintis turiniu. Vaikai ir paaugliai dažnai nesusimąsto, kokią žinutę siunčia jų įrašai ar komentarai, todėl reikalingas sąmoningas ugdymas.

Situacijų pavyzdžiai:

Tomas sukūrė netikrą profilį, kad viešai tyčiotųsi iš bendraklasio. Mokiniai aptaria, kodėl tai netinkama, kokios galimos pasekmės.

Greta nuolat viešina asmenukes su dideliu filtrų kiekiu. Kuo skiriasi jos virtualus įvaizdis nuo realaus?

Grupė mokinių pasidalijo privataus pokalbio ekrano nuotrauka be leidimo – aptariamos privatumo ir pagarbos temos.

DAILĖ

Papildoma instrukcija:



Prieš piešdami, mokiniai pildo savęs pažinimo žemėlapi ant lapo: „Man patinka...“, „Aš esu...“, „Man svarbu...“.



Avataro dizainas gali naudoti: spalvų psichologiją (pvz., mėlyna – ramybė, žalia – kūrybiškumas), simboliką (žvaigždė – tikslai, ausinės – muzika).

Citata mokiniams įkvėpti:

„Tavo avataras yra tavo virtualus parašas. Jis pasako daugiau nei žodžiai.“

Pavyzdžiai:

Mokinė, kuri mėgsta piešti, pasirenka spalvotus dažų pusrus fone.

Mokiniui svarbi šeima – jis įkomponuoja širdį ar žmonių figūras.

INFORMATIKA

Programos:

<https://avatarmaker.com>
(paprasta, intuityvi, leidžia eksportuoti PNG formatu)

<https://www.pixton.com>
(leidžia kurti avatus komiksų stiliumi)

<https://www.cartoonify.de>
(leidžia konvertuoti į karikatūrinį stilių)

Naudojimo instrukcija:

1.

Sukurta piešinį nufotografuoti ar nuskenuoti.

2.

Pasirinkti programą, kuri atitinka mokinio idėją.

3.

Kuriant avatarą, naudoti spalvas, formas, foną, papildomus simbolius.

4.

Išsaugoti galutinį rezultatą PDF ar PNG, JPG formatu.

Citata:

„Skaitmeninis kūrybiškumas – tai būdas kalbėti pasauliui savo kalba.“



PAMOKOS TEMA

Ekranai ir judėjimas: ar dar lieka vietos fizinei sveikatai?

Mokymosi uždaviniai:

1.

Įsivertinti savo kasdienį ekranų naudojimą ir aptarti jo poveikį fizinei sveikatai.

2.

Praktiškai taikyti fizinio aktyvumo rekomendacijas, kompensuojant praleistą laiką prie ekranų.

3.

Ugdyti sąmoningumą apie balansą tarp technologijų naudojimo ir fizinės veiklos.

Ugdomos kompetencijos:

1.

Sveikatos ir fizinio aktyvumo kompetencija

2.

Skaitmeninė ir emocinė sveikata

3.

Savistabos ir atsakomybės ugdymas

Pamokos uždavinių įgyvendinimas

Pamokos eiga	Mokymo(si) metodai arba formos		Užduočių atlikimo įvertinimo kriterijai	Mokymosi pasiekimų įvertinimo būdai
	Mokytojo veikla	Mokinių veikla		
Įvadas	Pateikia pamokos tikslą, pristato temos aktualumą	Dalyvauja diskusijoje apie ekranų naudojimą ir sveikatą	Įsitraukimas, nuomonių raiška	Klausimai–atsakymai, refleksija
Savaitės pasiruošimas	Paaiškina, kaip rasti ir registruoti „screen time“ duomenis. Pateikia registravimo lentelę	Stebi savo „Screen time“ funkciją (telefonuose) 7 dienas, fiksuoja minutes kiekvieną dieną	Tikslus savistabos žurnalo pildymas	Duomenų pateikimas lentelėje
Analizė	Padedą mokiniams konvertuoti ekranų laiką į veiksmingas judesio alternatyvas (pvz. žingsnius)	Apskaičiuoja bendrą ekrano laiką per savaitę ir kiek min. vidutiniškai per dieną	Gebėjimas analizuoti asmeninius duomenis	Darbo lapas su skaičiavimais
Judėjimo veikla	Organizuoja skirtingas aktyvias stotis: bėgimas, ėjimas, šuoliukai, žingsniamatis, laikmačiai	Dalyvauja „kompensaciniame iššūkyje“ – tiek žingsnių, kiek minučių per dieną prie ekrano	Aktyvus dalyvavimas, pastangos įveikti iššūkį	Judėjimo rezultatų registravimas
Refleksija	Užduoda klausimus refleksijai, kviečia pasidalinti pastebėjimais apie ekrano laiką ir fizinį aktyvumą	Aptaria, kaip jautėsi, ar verta keisti įpročius, kaip jaučiasi fiziškai po judėjimo	Gebėjimas įsivertinti, motyvacija keisti elgseną	Žodinė refleksija, savęs įsivertinimas

*Pamokų uždaviniai gali būti įgyvendinami vienos ar kelių pamokų metu, priklausomai nuo mokinių poreikių, mokytojo sprendimų bei turimų laiko ir ugdymo(si) aplinkos išteklių.

Judėjimo veiklų alternatyvos (jei nėra žingsniamačių):

✓
10 min. bėgimo vietoje = 1000 žingsnių

✓
10 min. šuoliukų ar step pratimų = 800–1000 žingsnių

✓
10 min. greito vaikščiojimo aplink stadioną = ~1000 žingsnių

Kaip įtraukti paauglius – motyvaciniai elementai

Kodėl tai veikia?

✓
Paaugliai mėgsta aiškius iššūkius, palyginimus, matuoti pažangą.

✓
Kai iššūkis yra asmeniškasis (mano ekranų minutės = mano judesio atsakomybė), kyla vidinė motyvacija.

Skatinimo frazės:

„Ar gali atidirbti visą dienos telefoną per vieną pamoką?“

„Jei šią savaitę buvai aktyvus skaitmeniniame pasaulyje – būk toks pat aktyvus realybėje.“

„Ar žinai, kad tavo telefonas gali parodyti, kur dingsta tavo valanda per dieną?“

„Esi atsakingas už savo judesį tiek pat, kiek už savo skaitmeninį turinį.“

Reikšminga statistika (dalintis su mokiniais):

✓
92 % paauglių teigia, kad norėtų daugiau judėti, bet „nėra kada“ (WHO, 2022).

✓
Tik 1 iš 4 jaunuolių Europoje pasiekia 60 min. aktyvumo per dieną (WHO, 2023).

✓
Vidutinis paauglys Lietuvoje prie ekranų praleidžia vidutiniškai 6–8 val. per dieną (Common Sense 2023).

Idėjos tęstinumui

✓
Sukurti klasės iššūkį: visa klasė surenka 200 000 žingsnių per savaitę.

✓
Individuali lentelė (matoma klasėje): kas įveikė, kas pasiekė progresą.

✓
Peržiūrėti statistiką po mėnesio: ar pasikeitė ekranų laikas?

Populiariausios programėlės žingsniams sekti ir iššūkiams organizuoti

Walk15

✓
Lietuviška platforma, plačiai naudojama mokyklose, savivaldybėse.

✓
Galima prisijungti prie mokyklos iššūkio arba sukurti savo klasės grupę.

✓
Rodo nueitus žingsnius, paverčia juos CO₂ sutaupymu, kalorijomis, kilometrais.

✓
Veikia Android ir iOS.

✓
Tinklalapis: <https://walk15.lt>

Mokytojui:

✓
Galite sukurti klasės ar mokyklos žingsnių iššūkį („Kiek žingsnių surinksime per savaitę?“).

✓
Programėlėje galima matyti bendrą progresą, skirstyti pagal komandas.

Google Fit (Android) / Apple Health (iOS)



Įdiegtos į daugumą telefonų.



Automatiškai skaičiuoja žingsnius per dieną.



Pateikia savaitės ar mėnesio ataskaitą, kurią mokiniai gali pateikti pamokoje.

Pacer arba StepsApp



Alternatyvios programėlės su paprastu valdymu.



Gali sekti žingsnius, laiką, atstumą, sudegintas kalorijas.



Tinka individualiam naudojimui ar klasės iššūkiui (rankiniu būdu fiksuojant duomenis).

Idėjos mokykliniams iššūkiams:

Klasės turnyras:

kurios klasės nariai surinks daugiausiai žingsnių per savaitę?

Teminis žingsnių mėnuo:

kiek žingsnių „nueisime“ aplink Lietuvą ar Europą?

Asmeninis tikslas:

kiekvienas mokinys nustato tikslą (pvz., 50 000 žingsnių per savaitę).

Nauda mokiniui:



Matomas progresas motyvuoja tęsti aktyvumą.



Ugdomas atsakingas požiūris į savo sveikatą.



Kuriamas sveikas klasės mikroklimatas – mokiniai skatina vieni kitus.



PAMOKOS TEMA

Žodžiai internete turi galią: atsakomybė ir tapatybė virtualioje erdvėje

Mokymosi uždaviniai:

1.

Suvokti, kad viešai skelbiama kalba internete turi pasekmes ir reikalauja atsakomybės.

2.

Išmokti atskirti pagarbų ir žeidžiantį kalbėjimą socialiniuose tinkluose.

3.

Lavinti diskusijos ir argumentavimo įgūdžius, išsakyti pagrįstą nuomonę.

Ugdomos kompetencijos:

1.

Pilietinė ir socialinė kompetencija

2.

Komunikavimo kompetencija

3.

Kritinio mąstymo ugdymas

Pamokos uždavinių įgyvendinimas

Pamokos eiga	Mokymo(si) metodai arba formos		Užduočių atlikimo įvertinimo kriterijai	Mokymosi pasiekimų įvertinimo būdai
	Mokytojo veikla	Mokinių veikla		
Įvadas	Supažindina su tema, pateikia tikslą	Apmąsto, kas yra pagarbus bendravimas	Klausimai, refleksija	Dalyvavimas
Analizė	Pateikia situacijas, tekstus	Skaito realius ar adaptuotus komentarus pavyzdžius, žymi, kurie yra žeidžiantys	Teksto analizė	Darbo lapas
Diskusija	Moderuoja diskusiją, skatina visus įsitraukti	Dalyvauja diskusijoje: ar tai, ką parašai internete, yra vieša? Kada žodis žeidžia? Kokios yra kalbinės normos?	Diskusija, klausimai	Žodinis įsitraukimo vertinimas
Apibendrinimas	Skatina savirefleksiją	Parašo trumpą refleksiją apie tai, ką sužinojo	Individuali veikla	Refleksijos žodžiu

*Pamokų uždaviniai gali būti įgyvendinami vienos ar kelių pamokų metu, priklausomai nuo mokinių poreikių, mokytojo sprendimų bei turimų laiko ir ugdymo(si) aplinkos išteklių.

Darbo lapas: Žodžiai internete turi galią

Prieš pamoką paruoškite darbo lapą su komentarų pavyzdžiais.

Instrukcija mokiniui:

Perskaityk pateiktus komentarus. Kiekvienam komentarui pažymėk, ar jis yra:

Žalia - pagarus

Raudona - žeidžiantis

Geltona - neaiškus / priklauso nuo konteksto

Savo pasirinkimą pagrįsk trumpu paaiškinimu.

Komentarų analizės lentelė:

Komentaras	Spalva (žalia / raudona / geltona)	Trumpas paaiškinimas
1. Tu rimtai taip galvoj? Cringe...		
2. Pagaliau kažkas protingai parašė. Respect.		
3. Tokį briedą rašo tik idiotai.		
4. Įdomus požiūris, gal net pritariu.		
5. Rašyk normaliai, ne kaip mažvaikis.		
6. Sutinku, 100 proc., labai gerai išdėstyta.		

Papildomas klausimas refleksijai:

Kaip tu manai, ar žodžiai internete turi tokį patį poveikį kaip ir gyvai ištarti žodžiai? Pagrįsk savo nuomonę.

Teorinė medžiaga

Kalbinės normos ir vieša kalba internete:

Ar galima vartoti vertalus ir svetimus žodžius internete?

Galima, tačiau:

✓
Viešojoje erdvėje (pvz., rašant komentarus po viešu straipsniu ar diskusijoje) galioja bendrinės lietuvių kalbos vartojimo rekomendacijos.

✓
Žargonas, anglicizmai ar svetimybės toleruojami privačiuose pokalbiuose, bet viešame diskurse skatina kalbos skurdumą ir gali būti nepagarbūs kitiems.

✓
Valstybinė kalbos inspekcija (VKI) rekomenduoja viešojoje erdvėje vengti vertalų ar pasakymų, kurių reikšmės gali būti netiksliai supastos.

Taisyklės, kuriomis galima vadovautis:

✓
Bendrinė kalba – viešosios komunikacijos pagrindas.

✓
Kalba turi būti aiški, pagarbi, argumentuota.

✓
Asmeniniai įžeidimai ir pašaipos – netoleruoti.

✓
Skaitmeninė erdvė nėra išimtis iš kalbos kultūros.

Viešas kalbėjimas

Viešas kalbėjimas – tai tokia komunikacija, kai mūsų žodžiai pasiekia ne vieną žmogų, o platesnę auditoriją. Internete tai gali būti komentaras, įrašas ar atsakymas, kurį mato ne tik adresatas, bet ir kiti žmonės – pažįstami ir nepažįstami.

Pvz. 1: Komentuodamas po žinomo žmogaus „Instagram“ įrašų, net jei tai atrodo paprastas komentaras, jį gali perskaityti tūkstančiai sekėjų.

Pvz. 2: Net jei rašai „Facebook“ grupėje, tavo žodžius skaito visi grupės nariai – tai taip pat viešas kalbėjimas.

Kodėl svarbu: Žodžiai viešoje erdvėje sukelia realių pasekmių – formuoja nuomonę, įvaizdį, gali žėisti ar būti įvertinti kaip nepagarbūs ar net neetiški.

Etiškas elgesys

Etiškas elgesys internete – tai bendravimas pagal pagarbos, atsakomybės ir sąžiningumo principus. Jis ypač svarbus, kai bendraujame raštu, nes nėra veido išraiškos, tono ar mimikos – todėl svarbu pasirinkti tinkamus žodžius.

Pvz. 1: Komentaras „Tu meluoji, tau reikia pagalbos“ – tai įžeidžiantis teiginys. Vietoje to galima parašyti: „Turiu kitą nuomonę, gal galime palyginti faktus?“

Pvz. 2: Jei matai klaidą kieno nors tekste, vietoj „mokykis rašyti“, parašyk „gal turėjai omenyje X? Nesutinku, bet įdomu, kaip matai situaciją.“

Kodėl svarbu: Būti etišku nereiškia sutikti su viskuo – reiškia bendrauti taip, kad išliktų pagarba kitam net ir nesutariant.

Virtuali tapatybė

Virtuali tapatybė – tai, kaip atrodome internete. Ji susideda iš daugelio elementų: naudotojo vardo (slapyvardžio), profilio nuotraukos, skelbiamos informacijos, pomėgių, komentavimo stiliaus ir net gramatikos.

Pvz. 1: Vartotojas „x_killermode_99“ su nuotrauka be veido ir sarkastiškais komentarais atrodys visiškai kitaip nei „milda.su.mintim“, kuri dalijasi įkvėpiančiomis mintimis ir atsako mandagiai

Pvz. 2: Net jei pats manai, kad esi „fainas žmogus“, jei viešoje erdvėje dažnai komentuoji kandžiai, kiti gali susidaryti įspūdį, kad esi nemandagus ar arogantiškas.

Kodėl svarbu: Virtuali tapatybė gali daryti įtaką tam, kaip į tave žiūri kiti, mokykla, darbdaviai ar draugai. Ji yra tavo skaitmeninė reputacija.

Realių situacijų pavyzdžiai ir kontekstas diskusijai

Kalbant apie skaitmeninio elgesio pasekmes, labai svarbu pateikti realius pavyzdžius – jie padeda mokiniams suprasti, kad „komentarai – ne tik žodžiai“, o vieša raiška, kuri gali turėti labai realių padarinių.

Pavyzdys 1: Mokinys pašalintas iš mokyklos dėl komentarų

2021 m. vienoje Vilniaus gimnazijoje 10 klasės mokinys buvo laikinai suspenduotas, kai viešai socialiniame tinkle „Instagram“ komentavo apie mokytojos išvaizdą įžeidžiančiais žodžiais, naudodamas patyčias ir seksualinio pobūdžio pašaipas. Nors tai nevyko pamokoje, komentarą pastebėjo bendraklasiai, ir apie tai buvo pranešta mokyklos administracijai.

Diskusija: Ar jis turėjo teisę taip rašyti, jei tai buvo „jo asmeninė paskyra“? Kaip tai paveikė mokytoją ir kitus mokinius?

Pavyzdys 2: Darbo netekimas dėl komentarų po įrašų

2020 m. vienas viešojo sektoriaus darbuotojas neteko darbo po to, kai po straipsniu apie pabėgėlių integraciją parašė komentarą, kurį darbdavys įvertino kaip neetišką, diskriminuojantį ir nesuderinamą su įstaigos vertybėmis. Nors tai buvo „asmeninė nuomonė“, jis dirbo institucijoje, kuri skatina toleranciją.

Diskusija: Kada asmeninė nuomonė tampa nebe „tik tavo reikalas“?

Pavyzdys 3: Komentarai mokyklos grupėje – tik pokštas?

Kai kurie mokiniai „Discord“ ar „Messenger“ grupėse kuria memus apie mokytojus ir dalijasi sarkastiškais žinutėmis. Vienoje Kauno progimnazijoje tokia veikla peraugo į viešą gėdinimą – memai buvo išplatinti klasės „Instagram“ paskyroje. Už tai keli mokiniai gavo oficialius papeikimus, o tėvai buvo kviečiami į pokalbius.

Klausimas mokiniams: Ar humoras visada pateisina žodžius? Ar pokštas, kuris žėidžia kitą, vis dar yra pokštas?

Klausimai diskusijai klasėje:

1.

Ar tai, ką parašai internete, galima laikyti viešu pasisakymu?

Net jei tai tik komentaras, jis gali būti matomas šimtams ar tūkstančiams. Ar vis dar galime sakyti, kad tai „privatu“?

2.

Ar kiekvienas turi teisę komentuoti bet ką ir bet kaip?

Laisvė reikšti nuomonę yra svarbi, bet ar tai reiškia, kad galime įžeidinėti? Kur riba tarp nuomonės ir neapykantos?

3.

Kuo skiriasi konstruktyvi kritika nuo patyčių?

Kritika – tai atsiliepimas apie veiksmus, argumentuotas ir orientuotas į tobulėjimą. Patyčios – kai tikslas yra pažeminti ar pasityčioti.

4.

Kaip žodžiai gali sužeisti kitą žmogų net virtualiai?

Emocinis skausmas, pasitikėjimo praradimas, net depresijos ar savižudybės rizika – tai realios kibernetinių patyčių pasekmės.