网络安全教育主题班会

5.1班

班会目的：

通过此次班会，意在用众多鲜明的事例，对学生进行网络安全、健康、文明教育，使其具有正确对待网络的思想，并能充分利用网络资源，从我做起，携手建设网络世界。

班会内容：

分三个内容进行，分别是网络安全、网络健康、网络文明。

一、网络安全

网络安全包含三方面含义：第一是关于上网时个人信息资料的安全，第二是接入互联网时个人计算机的安全，第三是由网络接触转入现实接触时的人身安全。

1、个人信息资料的安全。当今社会是信息化（或数字化）的社会，个人信息安全非常重要。个人信息资料包括哪些呢？出生日期、身份证号码、家庭住址、电话号码、银行卡密码、电子信箱帐号密码、个人照片等等。

个人资料现已成为他人盗取的重要目标。

案例一：播放个人安全信息被泄露,危害几何短片.问:网络QQ聊天要注意什么？你如果遇到同样情况该怎么办？案例

二：播放储户存款不翼而飞短片。问：你从短篇中学到什么？不要用什么作为密码？

2、个人计算机的安全。网络中高手如云，随着高科技手段的使用和普及，个人计算机已经成为黑客或不法分子的攻击目标。这也是我们在上网时经常遇到的情况。

提示：不点击不明链接；给电脑设置防火墙；及时打官方公布的系统补丁。

二、网络健康

网络健康包括身体和心理两方面。

测一测：

1、每天起床后情绪低落，头昏眼花，疲乏无力，食欲不振，或神不守舍，而一旦上网便精神抖擞，百“病”全消。

2、上网时表现得神思敏捷，口若悬河，并感到格外开心，一旦离开网络便语言迟钝，情绪低落，怅然若失。

3、只有不断增加上网时间才能感到满足，从而使得上网时间失控，经常比预定时间长。

 4、 无法控制去上网的冲动。

5、每看到一个新网址就会心跳加快或心率不齐。

6、只要长时间不上网操作就手痒难耐。有时刚刚离网就有又想上网的冲动。有时早晨一起床就有想上网这种欲望。甚至夜间趁小便的空也想打开电脑。

7、每当因特网的线路被掐断或由于其它原因不能上网，便感到烦躁不安或情绪低落。

8、 平常有不由自主地敲击键盘的动作，或身体有颤抖的现象。

9、对家人或亲友隐瞒迷恋因特网的程度。

10、 因迷恋因特网而面临失学、失业或失去朋友的危险。如果你其中有4项或4项以上表现，且持续时间已经达1年以上，那么就表明你已经患上了IAD。

 “网络综合征（IAD）”，这种新的心理疾病使得沉溺网络不能自拔受到损害的问题成为目前心理学者的一个新课题。由于网络具有日新月异的变化，非常符合青少年的好奇心，导致青少年由最初的随意浏览到最终的深陷其中，只有在网络中才能找到乐趣和安慰，以至于在现实生活中无法与他人正常交往。

我们不可能抛弃网络，那叫因噎废食，那么，我们该怎样做才能保障我们的健康呢？

提示：

A、珍爱生命，远离教唆性的有害游戏。

B、上网时间一天不要超过三小时，多做运动。

C、多余同龄人交流，避免上瘾。一但发现有过分依赖网络的症候，可求助于心理咨询。

三、网络文明

互联网是开放的，信息庞杂多样，既有大量进步、健康、有益的信息，也有不少反动、迷信、黄色的内容，上网的人也是良莠不齐。

案例一：有些网站污言秽语不绝于眼，给我们的生活带来了种种不合谐和极其不良的影响。不少青少年长期接触此类网站，一直处在一个虚拟的世界，从而失去了价值判断。

案例二：4月11日，满洲里市公安局侦破一起因网骂引发的人命案，死者不满16周岁，花季少年，命丧黄泉，只缘网骂。

案例三：一封建迷信网站，宣称有大师预测，内容包括八字预测、姓名预测、八卦预测、择旦等内容。我们应怎样避免迷失在不良网络中呢？

提示：加强自身道德修养，不浏览封建迷信网站，不发布违法、污秽言论，不对他人进行人身攻击。

结语：

要做安全、健康、文明上网的青少年，必须遵守“全国青少年网络文明公约”：

要善于网上学习

不浏览不良信息

要诚实友好交流

不侮辱欺诈他人

要增强自护意识

不随意约会网友

要维护网络安全

不破坏网络秩序

要有益身心健康

不沉溺虚拟时空