World Association
of Girl Guides
and Girl Scouts

Association mondiale
des Guides et des
Eclaireuses

Asociación
Mundial de las
Guías Scouts

世界女童軍協會

智NET網民

注意網絡安全
齊來精明上網

「廣播電台經過38年，達到5千萬聽眾人數。電視於13年間已累積相同受眾數目，而網絡只需4年。」

本課程由矽谷社區基金會的企業基金—Symantec Foundation（賽門鐵克基金）資助。

Andii Verhoeven著
技術顧問：Marian Merritt
Nefeli Themeli 及 Timothy Findlay編
Andriana Nassou設計

第二版
© 世界女童軍協會2015

世界女童軍協會世界總局
12c Lyndhurst Road
London NW3 5PQ, England

電話：+44 (0)20 7794 1181
傳真：+44 (0)20 7431 3764
電郵：wagggs@wagggs.org
網址：www.wagggs.org

英格蘭和威爾斯慈善團體註冊編號No. 306125

香港中文版本
朱蕙敏翻譯
世界女童軍協會知識小組校對
2017年4月

香港女童軍總會
九龍加士居道8號
電話：+852 2332 5523
傳真：+852 2782 6466
電郵：hkgga@hkgga.org.hk
網址：www.hkgga.org.hk

目錄

前言

- 你能想像沒有互聯網的生活嗎？ 4
- 如何使用活動資源套及獲得獎章 5
- 如何在本地獲取獎章？ 5
- 完成活動，獲得獎章 5
- 領袖須知 6

保持正面態度，連繫網絡世界 8

網絡危機處處，時刻保護自己 17

尊重網上權利，尊重網絡名譽 26

精明上網，由你做起！ 35

成年人網絡安全指引 38

- 電郵政策 38
- 社交網絡政策 38
- 照片和影片政策 39
- 一般網絡安全指引 39
- 保護隊員 39

更多資源 40

- 網絡安全 40
- 網上學習及其他資源 40

詞彙表 41

前言

你能想像沒有互聯網的生活嗎？

2014年，全球使用互聯網的人首次達到30億，接近全球人口百分之四十。隨著科技發展，互聯網以各種形式融入生活。預計2020年，與互聯網連接的裝置數目將多達全球人口的七倍。

世界女童軍協會明白互聯網對日常生活很重要，能將人與人之間的距離大大拉近，為女童軍帶來很多機會。秘魯、肯亞的女童軍可以與新認識的加拿大、南韓、印度女童軍連繫。互聯網之應用，令世界女童軍運動變得前所未有的緊密，讓女孩子、年輕女性互相連繫，分享資訊，宣揚社區、國家、世界的重要議題。

因為互聯網的普及，所以確保女童軍安全使用互聯網、用正面的態度在網絡上與人連繫、尊重在網絡世界享有的權利和名譽就變得比以往更重要。網絡上危機處處，我們必須提供支援，讓女孩子和年輕女性建立安全使用互聯網的觀念，教導他們如何安全善用互聯網，裝備自己，提高警覺，培養應對互聯網種種風險的能力和信心。

世界女童軍協會與全球大型網絡保安公司Symantec（賽門鐵克）合作制訂本課程，期望與會員分享網絡安全的知識。「智NET網民」課程採用Symantec專家的專業意見和建議，配合由世界女童軍協會非正規教育專家編寫的活動。我們深信本課程是非常有用的資源，確保這個世代的女孩子和年輕女性在網絡世界上有能力保護自己和其他網絡使用者。

祝
愉快上網！

Nicola Grinstead
世界女童軍協會世界事務委員會主席

如何使用活動資源套及獲得獎章

全球超過百分之四十的人能夠使用互聯網。一經連線成功，互聯網就會扮演生活上的重要角色：解答疑難、與朋友分享生活點滴、消閒娛樂。「智NET網民」帶你探索數碼世界，教你如何善用上網的時間，與本地和全球各地社區連繫，安全使用互聯網，在互聯網上作出明智選擇。

「智NET網民」活動資源套包含多項有趣的活動，讓你掌握最新的資訊科技，在網絡上提高警覺。活動資源套有三個主題單元：

保持正面態度，**連繫**網絡世界（第8頁）

網絡危機處處，時刻**保護**自己 (第17頁)

尊重網上權利，尊重網絡名譽 (第26頁)

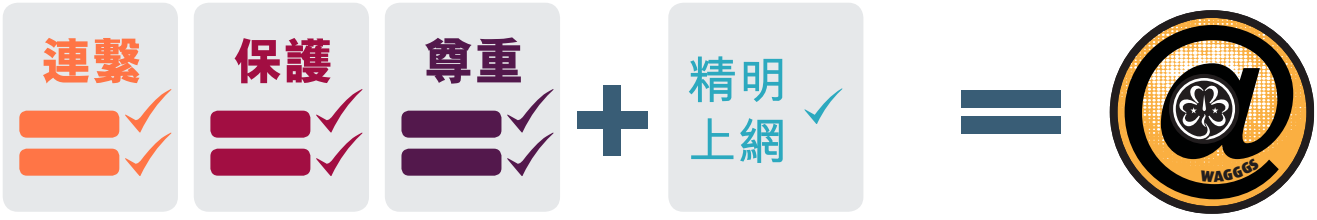
活動資源套更包含各項可助你完成活動的有趣補充資料，以及「智NET小貼士」，教你善用互聯網，記得多加留意！使用資源套時可能會遇到陌生的術語，可以參考第39頁「詞彙表」。

如何在本地獲取獎章？

完成本課程後，女童軍可獲得「智NET」獎章。有關獎章安排，敬請密切留意香港女童軍總會網頁更新。

完成活動，獲得獎章

要獲得獎章，女童軍須完成每個主題單元（連繫、保護、尊重）各兩項活動，以及第35頁「精明上網，由你做起」。



領袖須知

- 年輕人的日常生活與互聯網息息相關，網絡安全變得愈來愈重要。活動資源套旨在提高女童軍對網絡安全的意識。領袖可以根據隊員的需要，調整「智NET網民」 活動內容和獎章評核要求。

- 活動資源套的活動由不同國家共同編寫，為世界女童軍協會不同年齡的會員而設，男女均適用。某些活動雖然標明適用於年紀較大或年紀較小的會員，但領袖選擇活動時須自行判斷活動是否適合其隊伍。「智NET網民」鼓勵會員上網，但並不代表會員進行活動時必須使用互聯網，即使沒有互聯網亦能進行活動。

- 籌劃活動時可參考建議時間，但實際時間需視乎隊伍人數和實際活動內容。

- 開始活動前請詳細閱讀活動資源套。領袖可以在活動前、活動期間或活動後跟年青隊員分享資源套裏資訊欄的資訊。資源套裏的連結均經過篩選，以確保適合年青人閱讀，但亦建議領袖先自行瀏覽網址，確保當中資訊適合與隊伍分享。

- 建議隊員年滿13歲或以上才進行需要上網的活動，因為很多常用網上服務（例如Facebook和YouTube）都不適合13歲以下兒童使用。不過，這只屬指引，大部分活動均適合年幼隊員。現今的兒童在上學時已經接觸互聯網，盡早認識網絡安全非常重要。

- 使用活動資源套資料時，領袖需要確保已採取一切保障監督措施，並且獲得有關方面的同意。領袖可參考第38頁「成年人網絡安全指引」。

- 建議領袖自行搜尋補充資料，加入相關內容。領袖可以在YouTube找到影片、音樂、圖片、遊戲等大量資訊，亦可參考活動資源套第40頁的網址。

齊來分享！

最後，我們鼓勵大家與世界各地的女童軍分享「智NET網民」的經歷、活動照片和影片。

用以下途徑與世界女童軍協會聯繫！

瀏覽www.wagggs.org

Twitter (@wagggs_world)

Facebook
(www.facebook.com/wagggs)

完成網上問卷，告訴世界女童軍協會你對活動資源套的意見：
www.wagggs.org/en/internetsafety

將「智NET網民」的經歷電郵至
youthlearning@wagggs.org

立即開始，
做個智NET網民！

保持正面態度，連繫網絡世界

完成其中兩項活動，以完成此單元

智NET小貼士！

在網絡上多關心朋友，如發覺朋友可能面臨網絡危險，就要立刻採取行動！

1 互聯網對我的意義

互聯網已是日常生活重要的一環。試列出互聯網如何正面和負面影響你的生活。訪問不同年代的人，例如父母和祖父母，了解他們在日常生活中如何使用互聯網。
你和父母、祖父母的答案有何不同？將答案用海報、小冊子、影片或網誌帖文的形式展示。

15分鐘

紙、鉛筆、顏色筆

任何年紀

做多一點點

選擇一位在較早年代改變了世界的人，例如甘地、曼德拉、孫中山、居里夫人、德蘭修女。試想像一下，假如這些人有社交帳戶，他們所做的事情會有何不同？

10分鐘

+13

社交網絡

社交網絡佔網絡生活一大部分。使用社交網絡可以更容易與朋友聯繫，在同一個網絡平台聊天、取得影片、照片等新資訊。

- 檢查私隱設定，請朋友或家人幫忙瀏覽你的個人檔案，確保一切資料都是自己願意公開的。每天使用社交網絡時，很容易會忽略一些自己不願意公開的瑣碎事情。
- 探討網絡聲譽和創作互聯網內容，這些資訊對使用社交網絡非常重要。
- 如果你是13歲以下，就不應該擁有Facebook帳戶。
- 如果有人在網上發送交友邀請，不要馬上確認邀請。想一想，你真的認識那個人嗎？如果不認識，你希望他看到自己的個人檔案和帖文嗎？

2 長或短？

挑選三件物品給整個隊伍，運用物品創作故事。將隊員分成兩組，一組創作長短不限的故事，另一組只能用140個字元寫故事。完成後，互相分享故事。哪一組比較容易說出好故事呢？

10分鐘

白紙、鉛筆、三件物品

+13

做多一點點

社交網絡帖文的長度愈短，傳達訊息時會愈困難。使用隊伍的社交帳戶，分別在不同社交媒體（例如Facebook 、Twitter、Instagram、Snapchat等）分享故事。想一想，用社交網絡傳達哪些訊息，會收到良好的效果？有哪些訊息用其他方式傳達，效果會比較理想？

10分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

3 以訛傳訛

每人派發一張紙條，然後圍圈而坐。第一個人先跟旁邊的人低聲說一個詞語，聽到詞語的人需要用圖像表達詞語的意思，然後展示給坐在自己身旁的人。看到圖像的人需要猜出圖像代表的詞語，然後再跟旁邊的人低聲說出那個詞語。如此類推，隊員交替以說話和圖像的方式傳遞訊息，看看最後得出的訊息是否跟遊戲開始時一樣。先由簡單的物品或詞彙開始，再來是比較複雜的訊息。領袖可以秘密挑選其中一個隊員，在傳遞過程中稍微變更訊息，看看大家能否察覺訊息從哪裏開始變得不一樣。

討論：網絡上的訊息在傳播過程中怎樣變得跟原來不一樣？我們在網絡上發佈資訊，其實對訊息有多大的控制權？

10分鐘

白紙、鉛筆

任何年紀

全球使用互聯網的人佔世界人口約**百分之四十**。

4 與世界連繫

互聯網不是唯一與人連繫的方法。世界女童軍運動將146個會員機構的年輕人聚集在一起，全球女童軍都身處其中。調查一下與其他國家的女童軍隊伍或其中一個世界女童軍協會世界中心連繫的不同方法，向領袖匯報，然後一起實踐。連繫的方法包括電郵、網絡電話、視像通話，甚至寫信。與不同文化的人連繫是非常有趣的事情，但必須了解和尊重彼此差異。如此一來，在網上與人溝通跟面對面溝通其實沒有兩樣。調查其他國家的社會文化和習俗，練習運用不帶有批判性質的問題來了解別人的生活。如果你選擇用實時的連繫方法，別忘了考慮彼此之間的時差。

20分鐘

白紙、鉛筆、可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

更進一步

用隊伍的名義設立Skype帳戶，與世界女童軍協會成員聯繫。

瀏覽以下網址，了解更多連繫的資訊：
http://www.wagggs.org/en/internetsafety

20分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

5 與本地連繫

除了與世界連繫，互聯網也是一個與本地社區連繫及分享資源的好方法 。但萬一找不到所需的資料呢？不妨試試調查社區內的網絡平台。先了解年輕人在社區裏的機遇，再研究如何運用網上平台（例如網站或Facebook），更有效宣傳社區資訊和各種機會。

這個活動需要多次集會籌備和實踐

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

做多一點點

如何運用互聯網開展社區計劃？有些成功的社區團體運用互聯網，為希望自己種植食物的人尋找到社區空置土地。有些團體在網上宣傳收集可回收的物品，或者提供平台讓大家交流各自的技能，例如懂得教授日語的人可以在網上找到教授基本電腦技能的人。又或者透過資訊群組、網上討論區收集和分享適合年輕人參與的義工服務機會或補習小組。了解社區概況，嘗試運用互聯網解決社區需求。

瀏覽以下網址，了解更多世界女童軍協會的社區行動計劃：
http;//www.wagggs.org/en/resources/document/view/25247

+13

智NET小貼士！
對網上言論感到反感？點擊「封鎖」按鈕。

6 網絡世界大冒險

互聯網的一大好處，就是它能帶給你一些你根本不知道存在的機遇。甚麼是你的終極冒險？到一個從來沒有聽説過的國家旅遊？參加驚心動魄的挑戰活動？想像一下理想的冒險之旅，上網搜尋旅程的資訊和多媒體資料，製作一本虛擬剪貼簿。與隊員分享自己的旅程，並將剪貼簿列印出來展示在家中，鼓勵自己。

15分鐘

印表機、可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

更進一步

假如你夢想成真，能夠實行冒險之旅。嘗試用互聯網規劃完美的行程，搜尋內幕消息，尋找最優惠的價格。然而，某些優惠價格並不是表面上看起來那麼好，必須提防詐騙。瀏覽活動資源套第40頁有關網絡安全的網址，了解更多利用互聯網計劃行程的小貼士。

20分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

7 網絡防禦戰！

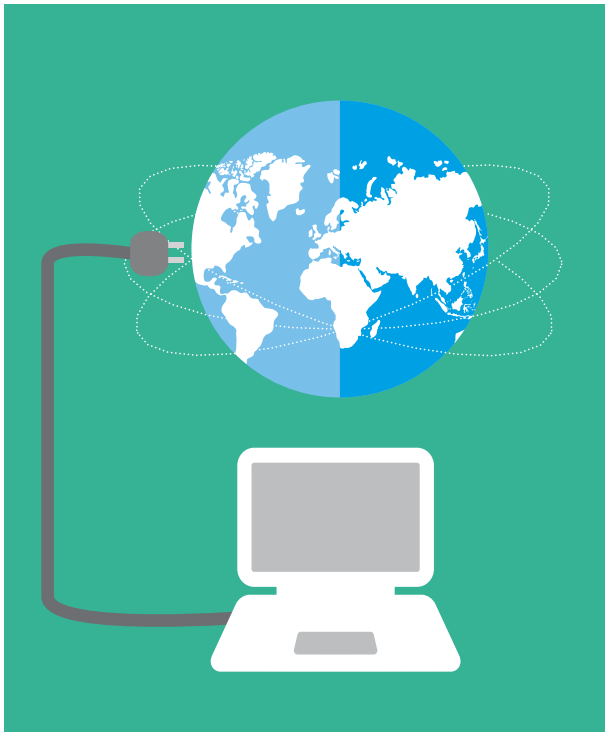
在集會地點設置障礙賽道。蒙住兩名隊員的眼睛，讓二人從障礙賽道的起點走到終點。每位蒙眼的隊員由另一個隊員擔當嚮導，跟著蒙眼的隊員一起走，但嚮導只能用聲音導航。要避開障礙物通過賽道有多困難呢？

討論：這個遊戲模擬網上的情況：被蒙住眼睛的人，就像是那些使用互聯網時察覺不到網絡危險的人；嚮導則代表網絡安全軟件，幫助用戶安全瀏覽網頁。可是，用戶不能只靠軟件來確保網絡安全。
被蒙住眼睛的人也需要配合嚮導，運用其他感官小心謹慎前進，不能走得太快。用戶要精明和小心使用互聯網，配合良好的安全軟件，才能確保網絡安全。

15分鐘

障礙物、眼罩

任何年紀



執行一次Google搜尋需時**0.2秒**，需要利用**1000**台電腦檢索答案。

8 最好的網站

網絡世界有很多優質的網站，你很難全部都瀏覽過，不妨與朋友分享從網上獲得的知識。分成小組，分享大家最喜愛的網站，介紹一下這些網站及其讓人喜愛的原因。用小組推薦的網站製作思維圖，依照網站的功能分類，例如社交網絡、收聽音樂、介紹戶外活動、玩遊戲。你認為這幅圖可以如何幫助那些尋找新網站的人或者是第一次使用互聯網的人？

20分鐘

紙、鉛筆、顏色筆、可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

任何年紀

做多一點點

有沒有一些網上知識，是你懂得但年長一輩的人不懂得的呢？跟你信任的成年人談一談，找出他們最想在網上做的事，然後教他們怎樣做。你也可以參考在上面活動中列出的有趣網站。

20分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

安全搜尋資料

互聯網是世界上最大型的圖書館，任何人都可以上載及分享資訊。然而，這意味著網上的一切並不是全部可信的。網上資料不一定是專家的說法，每個人都持有不同意見，影響著他們所發佈的資訊。

怎樣肯定網上搜索的資訊是可信的？

- **使用多個關鍵字來描述你想搜尋的資料。**例如，如果想了解更多關於韓國的流行音樂，應輸入「韓國流行音樂」，這相比起單單輸入「韓國」更能助你找到適合的搜尋結果。
- **按「搜索」前，停一停，想一想。**輸入的關鍵字會否有其他含義，有可能帶來不想要的結果？
- **核實資訊的真偽。**網上的資訊並不一定可信，學會精明搜尋資料，參考至少三個網站來驗證資料的真確性，別忘記要查閱書本或向知道相關資料的人查證。
- **檢查搜索的篩選項目，特別是在搜尋圖像時，避免搜索到不雅資料。**請檢查搜索設置，選擇最高安全級別的設置。
- **想再次瀏覽曾經到訪過的網站？**收藏你最喜愛的網站或檢查瀏覽歷史，確保能夠再次瀏覽相同的網頁。
- **檢查有沒有拼寫錯誤或錯別字！**搜索時的輸入小錯誤，或者會帶來不想要的結果。

網絡安全軟件可以阻擋假冒網站。下載瀏覽器工具，或使用網絡安全軟件裏的工具來識別假冒網站，確保搜索安全。有些網絡安全工具更會顯示網站評級。

智NET小貼士！

發現有人在即時通訊程式、聊天室、網絡遊戲中行為不檢？使用「屏幕截圖」，將訊息的畫面紀錄下來，儲存圖片作為證據。

9 短訊尋寶遊戲

如何使用流動通訊技術，讓耳熟能詳的活動煥然一新？嘗試運用短訊或電郵，組織尋寶遊戲。先探索你的社區，然後設計線索，讓隊員根據線索找到指定地點。隊員到達指定地點後，才能解答有關地點的謎題。給每組隊員提供手機，用短訊發送第一個線索和謎題。隊員用短訊傳來第一條問題的答案後，再發短訊告知他們下一個地點的線索和問題。用手機進行尋寶遊戲的感覺如何？

30分鐘

每組一部可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

做多一點點

嘗試在其他活動中使用流動技術。不妨使用智能手機內置的應用程式，規定隊員需要使用手機內最少五個不同的應用程式完成挑戰，例如：Google地圖、QR Code（一種可供手機讀取的條碼）、錄音機、計算器、指南針、相機等。

30分鐘

每組一部可供上網的電腦 / 平板電腦 /智能手機

+13

流動上網

現今不再是單單使用電腦上網。隨著手機、平板設備和手提遊戲機的普及，大家幾乎在任何地方都能連接互聯網。不管是使用這些流動裝置，還是安坐家中使用電腦，都要精明上網。以下是一些基本指引：

- 在即時通訊軟件或短訊發送的任何東西，很容易就能轉發和共享。因此，發送訊息之前需三思，以防他人看到你不願透露的東西。
- 大部分流動裝置具備密碼保護功能。為手機設置密碼，即使手機丟失或被盜，亦能防止資料外洩。
- 雖然手機病毒還沒有很普遍，但仍然存在。點擊不明來歷的連結或回覆陌生短訊時要加倍小心，並確保手機的安全軟件有效運作。
- 切勿將手機號碼告訴在網上結識的人，特別是那些在現實生活中不認識的人。
- 留意自己在網上花費了多少錢，了解自己可負擔的消費上限。
- 留意自己花多少時間使用手機，尤其是在晚上睡覺前。有研究警告，晚上看手機或平板電腦屏幕的強光，會擾亂人體生理時鐘，影響睡眠質素。

智NET小貼士

你外出的時候會使用手機嗎？如果你正在使用電話，就不一定能密切留意周遭環境。因此，請保持通話簡短，並且不要在走路時瀏覽手機，特別是在晚上的時候。

10 未來的學校

有沒有想過科技怎樣影響學習方式？2013年TED大獎得主Sugata Mitra提出一種非一般的學校：「雲端的學校」。到http://www.ted.com/talks/sugata_mitra_build_a_school_in_the_cloud，收看他的精彩演講，了解甚麼是「雲端的學校」，並與隊員討論和分享意見。你會否對這種學校感興趣？「雲端的學校」跟你的學校有甚麼不同呢？你是否同意Sugata Mitra的看法？

40分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

做多一點點

Sugata Mitra提出的「雲端的學校」概念採用自主學習的方式（Self-Organised Learning Environment），到http://www.theschoolinthe-cloud.org了解更多。

使用隊伍的社交帳戶分享意見，也邀請朋友分享他們的意見。

20分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

討論：

如何確保網誌的私人性質？

寫網誌

網誌就是網絡日誌，讓人發表意見和感受，用文字、圖片、影片捕捉生活的精彩瞬間。網誌可以是私人的，或者只分享給認識的人，甚至公開給大眾瀏覽。網誌是練習寫作技巧的好方法，讓人盡情發揮創意，與興趣相同的人連繫。網誌的內容最好圍繞某一特定主題或興趣。與其描述早餐吃了甚麼，不如寫自己喜歡的事情，寫得愈具體愈好。不論網誌的內容是甚麼，都必須安全使用網誌。

安全使用網誌小貼士

- 發文前檢查私隱設置。如果你認識的人都可以訪問網誌，就不要發佈任何你不願意讓大家都知道的事情。
- 刪除網誌或個人檔案裏可以用作識別身份的資料，如真實姓名、年齡、位置、電話號碼、學校名稱。
- 學習如何管理或封鎖留言。時常監察網誌是否有不當的留言，並刪除這些留言。
- 請謹記，一旦在網上發表了任何東西，就無法收回。即使刪除了帖文，其內容亦可能已經被複製。
- 如果網誌上有任何事讓你覺得不舒服，例如不喜歡別人的留言，不妨向信任的成年人傾訴。
- 不要為了盲目跟風而建立網誌。等到有了清晰的概念，知道想要寫甚麼才付諸行動。

讓信任的成年人閱讀你的網誌，請他們幫忙留意網誌上發佈的內容。

每1秒鐘，總共有：

8,480個 Twitter 帖文發表，

1,701幅 Instagram照片上載，

1,720個 Tumblr帖文發表，

1,651個 Skype視頻通話，

95,156個 YouTube影片播放，

2,367,473個電子郵件發送

11 齊來寫網誌

有沒有想過要建立網誌？網誌是訓練創意的好方法，如寫作和攝影。不過，事先計劃好網誌的內容是很重要的。另外，需清楚知道有哪些資訊是自己樂於在網誌上分享，哪些資訊則不對外公開。成功的網誌寫的都是別人感興趣的話題。你了解的事有哪些呢？你想了解更多的是甚麼呢？列出你喜歡寫的網誌主題，並與隊員分享。你的朋友對哪個主題最感興趣？建立私人網誌，跟朋友和家人分享，並持續更新網誌，為期一個學期。

這項活動需要多個集會籌備和實踐

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

智NET小貼士！

瀏覽網頁後，謹記要登出。

12 「攝」人故事

你喜歡拍照嗎？不妨用照片講故事！想好要與人分享的訊息，計劃如何用一系列圖像帶出訊息，然後拍攝照片。依照特定的順序展示照片，帶出照片背後的故事。

20分鐘

相機 / 平板電腦 / 智能手機及印表機

做多一點點

使用能夠自訂私隱設定的網絡平台，如Instagram、Facebook群組、Flickr或Google相簿，上載照片到互聯網。自行決定邀請哪些人查看照片，與朋友和家人分享故事。為照片加上水印，防止他人盜用照片。

另外，歡迎到http://www.wagggs.org/en/internetsafety，與世界各地女童軍分享你的照片！

10分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

創造互聯網內容

上載任何內容到互聯網，就代表已經與提供網上服務的公司達成協議。任何內容一經上載到Facebook、YouTube、網誌如Tumblr、圖片網站如Flickr等平台，就表示已經同意該網站的「服務條款」或「使用條款」，並必須遵守這些規則。

當你製作原創內容，就會自動擁有所有權。任何百分百由你創建的東西都屬於原創內容，例如你唱了一首由你自己編寫的歌曲，但唱別人寫的歌曲便不算是原創。一般使用大多數網上服務時，用戶都能夠保留內容的所有權。不過，「服務條款」或「使用條款」會列明這些網絡平台可以在不侵犯所有權的情況下，使用你上載的內容。

查閱常用網絡平台的使用條款，你可能會找到跟以下相似的句子：

「當你將內容提交到『服務』，即表示授予我們全球通用、永久、非獨家、免版稅的許可使用權，容許我們在任何媒體上使用、複製、改編、修改、發佈、展示內容。」

這意味著網絡服務提供者可以隨意使用你的內容，即使那些內容仍然屬於你的。他們可以隨意將內容與世界各地的人分享，變更內容，以任何形式發佈內容，或將內容出售給其他公司做同樣的事。這些條款不只是適用於影片和照片，也適用於社交媒體上的帖文。只有詳閱「使用條款」，才能確保自己了解及滿意網絡服務提供者如何使用屬於你個人的內容。

網絡危機處處，時刻保護自己

完成其中兩項活動，以完成此單元

智NET小貼士！

網絡的年齡限制是要防止未成年用戶看到不希望看到的東西。如果網頁上顯示「18+」，請馬上離開網站，並告訴父母或監護人。

1 才藝表演

將隊員分成小組，想出三個能確保網絡安全的基本注意事項。用舞蹈、歌曲或話劇形式，介紹這三個注意事項，表演給隊員看。

15分鐘

任何年紀

為了讓年幼隊員更容易理解這三個注意事項，不妨思考如何調節表演至適合年幼隊員觀看。表演完畢，與年幼隊員講述表演想帶出的訊息。

15分鐘

+13

做多一點點

將表演錄影下來，並將影片上載到世界女童軍協會的YouTube頻道。別忘了要確定每個參與演出的人都同意將影片放到互聯網。

15分鐘

+13

智NET小貼士！

檢查你用作發佈訊息的網站的私隱設置。

討論：

如果有人在聊天室中要求你發送自己的照片給他，你應該怎麼辦？

2 完美密碼

一個好的密碼需要包含字母、數字和符號，而且必須易記難猜。將隊員分成小組，輪流選擇一件讓人印象深刻的物品或最喜歡的短語或句子，例如最喜歡的書本或電影中的對白台詞。每個人都想想如何將這個句子變成一個易記難猜的密碼，密碼至少由八個字元組成，其中包含字母、數字和符號。為了能夠更容易想出密碼，嘗試繪製兩行列表，欄的數目視乎密碼的長短。如果是使用短語的話，可抽取每個單詞的首個字母組成密碼。第一行填寫字母，第二行就填寫與字母相應的符號或數字。

例如，「butterfly」是容易猜的密碼，但寫成「B@++3rf1Y」就是較好的密碼。

B	U	T	T	E	R	F	L	Y
B	@	+	+	3	r	f	1	Y

用以上的方法想出幾個密碼，然後請朋友嘗試能否破解密碼。

討論：你能想到其他更容易的方式，記住一個複雜的密碼嗎？

10 分鐘

紙、鉛筆

做多一點點

將隊員分成小組，每組有一部智能手機或平板電腦。請隊員上網搜尋有關密碼安全和保障資料的應用程式。讓隊員花點時間搜索，然後匯報搜索結果。

10分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

智NET小貼士！

切勿將密碼告訴任何人，並要定時更新密碼。

切勿點擊忽然彈出的視窗。就算看到「關閉」或「取消」按鈕，也別按下去。無論甚麼時候，都只點擊紅色交叉關閉視窗。

良好密碼

良好密碼的關鍵就是易記難猜。

要確保密碼夠完善：

你應該……

- 設定長度最少有八個字元的密碼。
- 在密碼中混合使用大小寫英文字母、數字和符號。
- 在使用網上服務後，謹記要登出。

你不應該……

- 只使用字典中找到的字詞作密碼。
- 使用個人資料如姓名和出生日期做密碼
- 使用「12345678」、「letmein」或「password」這類太明顯、易猜的密碼。
- 為不同帳戶設定相同的密碼。建議對電子郵件和社交網絡這些重要的帳戶使用獨一無二的密碼。
- 輸入密碼到網上表格或經電子郵件發送密碼。如果你收到電郵，要求提供密碼，那很有可能是網絡釣魚（phishing）的侵襲，而且電郵亦未必真的從該網站發出。
- 告訴朋友你的密碼。這樣做不代表你不信任他們，只是一個良好習慣而已。
- 將密碼外露。如果需要記下密碼，需將密碼置於安全隱閉的地方，例如交給父母保管，切勿將密碼儲存在電腦裏面。

討論：

設定良好密碼的三個方法。

3 保密

網上很多地方，如社交網絡、雲端儲存網站或線上遊戲，都要求先建立帳戶和個人檔案。你知道自己有多少個帳戶嗎？未來的一週使用互聯網的時候，統計自己擁有多少個帳戶，並確保所有帳戶都已經設定好私隱設置和安全的密碼。

10分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機、紙、鉛筆

+13

做多一點點

與時間競賽，完成這個由Symantec設計的小測驗，學習如何識別危險網站：http://www.staysecureonline.com/staying-safe-online/quiz/

10題問題中，你答對了多少？如果少於5題，請重做一次吧。

5分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

討論：

誰應該擁有你的密碼副本？

4 擊退病毒

甚麼是電腦病毒？人為甚麼要製造病毒？電腦病毒是如何傳播的？如何保護電腦，免受病毒侵襲？邀請資訊及通訊科技科老師或電腦專家參與隊伍的集會，回答以上問題，解釋互聯網安全軟件如何確保網絡安全。你亦可以網上搜尋資料，不妨從瀏覽http://bit.ly/XUTVb 開始，然後向隊員匯報搜索結果。

這項活動需要多次集會籌備和實踐

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

任何年紀

設立家庭互聯網使用規則，能將兒童上網時遇到負面經歷的機會減少**百分之三十**。

智NET小貼士！

如果要轉發電子郵件，緊記一旦你點擊「發送」，就無法控制電郵將會與何人共享。使用「密件副本」或「bcc」，可隱藏及保護朋友的電郵地址。
瀏覽http://bbc.in/iXeSov，了解相關資訊。

討論：

哪些個人資料適宜在網上分享？

5 蠕蟲和防火牆

六名隊員扮演電腦「安全軟件」，手牽手圍成圓圈。另外一名扮演「電腦用戶」的隊員站在圈內。四名隊員扮演「惡意軟件」，試圖入侵電腦。當領袖喊「開始」時，「惡意軟件」嘗試觸摸「電腦用戶」，而「安全軟件」要負責驅趕「惡意軟件」。然後領袖告訴隊員由於電腦用戶沒有更新安全軟件，所以要抽走三至四名「安全軟件」。再一次開始遊戲，「惡意軟件」能更容易觸摸到「電腦用戶」嗎？

討論：為甚麼使用和更新安全軟件很重要？還有甚麼方法保護電腦及儲存在電腦的資料？

10分鐘

任何年紀

惡意軟件

惡意軟件是網絡犯罪分子使用的工具，會損壞電腦裝置上的資料，誘騙你執行違背本意的行動，並竊取私人資料。惡意軟件已出現超過25年，現今有越來越多惡意軟件散播在社交網絡和流動電話。想了解更多常見惡意軟件的類型，可從「詞彙表」查閱相關詞彙：「間諜軟件」、「電腦病毒」、「木馬」和「蠕蟲」。

如何保護電腦免受惡意軟件侵襲？

- 確保安全軟件正常運作，並設定自動更新。
- 開啟防火牆及防毒軟件。

留意垃圾郵件和可疑網站，不要點擊可疑電郵或網址。

智NET小貼士！

在網上使用暱稱，而不是真實姓名。即使有人要求你透露自己的真實姓名，也切勿告之。

設定社交網絡或聊天室的個人檔案時，創建卡通頭像(Avatar)，而不是用真實照片。

6 頭像

假設自己將要加入社交網絡，畫一個代表自己的卡通頭像（Avatar），代替真實照片。在集會的地點周圍貼滿隊員所繪畫的頭像。領袖隨意喊出其中一名隊員的名字，隊員嘗試猜測哪個頭像屬於該名隊員，猜到答案就站到那個頭像的旁邊。頭像是網上表達身份的好辦法，同時不會將個人資料透露給陌生人。

15分鐘

任何年紀

做多一點點

所有隊員都介紹了自己的頭像後，邀請其中一名隊員利用頭像講故事，例如：「下雨天，精靈阿凡達（該名隊員的頭像）平靜地生活在森林裏的小屋。突然，他聽到響亮的敲門聲，他站起來……」然後下一個人會延續故事，藉此介紹他的頭像。盡情發揮想像力和創意，運用自己的卡通頭像編寫故事。

10分鐘

任何年紀

7 自信自在，活出真我

雜誌和廣告經常使用修圖技術來建立模特兒和名人的「理想形象」。與隊員討論修圖技術的應用範圍。然後收看「多芬：女人的進化」短片：
http://www.youtube.com/watch?v=iYhCn-0jf46U

討論：使用修圖技術的結果與現實相符嗎？媒體塑造出的「理想形象」如何影響我們的自尊和外表自信？想了解更多關於自尊和外表自信，可下載世界女童軍協會教材：http://www.free-being-me.com
香港中文版：https://hkgga.org.hk/tc/content/freebeingme/free-being-me

20分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機、紙、顏色筆

+13

做多一點點

做個媒體偵探！以個人或小組形式，尋找在現實社會媒體中遇到的「理想形象」實例。將它列印出來，或儲存在電腦，並寫下你不贊同的理由，與隊員分享。

10分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機；如適用：印表機、紙、鉛筆

+13

8 無面人

你能夠確定在網上認識的人，其真實身份與他/她們網絡上聲稱的身份是一樣嗎？

從書本或電影中選擇一個最喜歡的角色，為角色建立社交網絡的個人檔案，想像個人檔案中會包含哪些資訊。將角色的個人檔案寫在紙上，或親身演繹出來，記得不要提及角色的名字。與隊員交換彼此的個人檔案，嘗試猜猜隊員的角色是誰。單憑個人檔案，你認為自己更了解這個角色嗎？你可以相信個人檔案裏的資料嗎？

15分鐘

紙、顏色筆

任何年紀

做多一點點

假如你的朋友在聊天室結識你於上述活動所設計的人物，而你擔心這人隱瞞真實身份。你會給朋友甚麼建議？推測朋友可能會提出的疑問和意見，然後寫信給他/她解釋你的建議，或者就這個主題編寫和演繹一段虛構的對話。你覺得自己能夠如何幫助朋友？如果由朋友的父母來提供協助又有何不同？

15分鐘

紙、顏色筆

+13

智NET小貼士！

與網友見面存在風險。如果真的想見面，應邀請成年人陪同赴約。

9 傳紙仔

每人都在紙條上寫二至三項有關一個虛構人物的資料，然後放入一個容器。將隊員分成兩組，把裝滿紙條的容器放在起點處，把另一個空置的容器放在終點處。建議活動地點設於戶外或空曠的室內，起點和終點之間保持一定距離，A組隊員在起點集合，B組隊員分散在不同的角落。遊戲開始，A組的隊員要避開B組的隊員，嘗試將容器內的紙條，放到終點處空置的容器。如果A組隊員被B組隊員抓住，B組隊員就能截取紙條。當所有紙條都被運送至終點的容器，或被B組隊員截獲，遊戲便告結束。B組的隊員憑著截獲的紙條，描述那個虛構的人。

討論：假如那個虛構的人就是你，而紙條上寫的東西是任何人都可以在網上看得到的資料，你感覺如何?你覺得網絡罪犯會怎樣利用這些資料?

15分鐘

紙、顏色筆、容器

任何年紀

直至**2020**年，預計會有**500億**個裝置連接到互聯網，相等於全球人口的七倍。

10 分享所學

隊員分成小組，策劃「網絡安全之夜」，對象為朋輩或社區裏較年幼的人，例如幼童軍或小女童軍隊伍。定下活動期望能帶出的訊息，籌劃一些毋需使用電腦的有趣活動，帶出網絡安全的重要。不妨參考本資源套的活動和遊戲，或自行設計活動。

視乎活動性質而定

視乎活動性質而定

+13

網絡犯罪

網絡犯罪是指犯罪分子在網絡上進行的不法行為。網絡犯罪相當普遍的：全球使用互聯網的成年人，其中三分之二曾經遭遇過網絡犯罪。

網絡犯罪的類型包括：

- 以刪除資料或破壞軟件的方式損害電腦。
- 從電腦或家居網絡盜取私人資料，例如電子郵件地址或銀行賬戶資料。
- 用虛假的投資機會、中獎通知或謊稱你認識的人在海外有麻煩急需要錢，誘騙你的金錢。
- 要求你確認電郵地址真實存在，目的是發送更多垃圾郵件。
- 利用你的電郵帳戶轉發垃圾郵件（通常在你不知情的情況下），藉此獲得朋友和家人的電郵地址。
- 辨識你的現實身份：只要有足夠的個人資料，網絡罪犯可以在現實生活中利用你，例如預先知道你會到哪個地方就到那裏找你，或者在網上假扮你的身份。
- 故意擾亂或做出令人恐懼的事情。

網絡犯罪跟其他非網上罪行同屬非法行為。立刻封鎖可疑的事情，切勿作任何回應，並告知你信任的成年人。

每**1分鐘**，Facebook上就有
510個新留言、
293,000個狀態更新、
136,000幅照片上載。

智NET小貼士！

下載任何東西之前，先請示父母或監護人。

下載的內容可能包含惡意軟件，會侵害電腦。

11 網絡危機播客

隊員分組搜尋常見的網絡危機 —— 惡意軟件、網絡釣魚、詐騙電郵。製作一系列簡短的網台節目， 告訴其他人如何處理網絡危機。採用不同方法，如模擬面試、實用貼士、新聞報導等，讓主題變得有趣和富娛樂性。

視乎個別網台節目而定

視乎個別網台節目而定

+13

做多一點點

不妨創立一個網台節目系列，並將錄音上載至SoundCloud、Archive.org、Ourmedia.org、Podomatic或其他網台網站。上載前必須再次覆核網台節目裏分享的內容都是正確和最新的資訊。

+13

討論：

別人需要多少資訊才能找到你？

12 網絡釣魚

網絡釣魚是指電郵或網站試圖誘騙你洩露私人資料，如銀行賬戶資料。許多網絡釣魚電郵會被郵箱過濾，掉進垃圾郵件，但仍然有漏網之魚。分辨真正的電子郵件和網絡釣魚郵件不容易。試到網上玩這個遊戲：https://www.consumer.ftc.gov/media/game-0011-phishing-scams

10分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

做多一點點

上網搜尋至少六個不同的釣魚郵件的實例，以及這些郵件的真實版本，將郵件列印出來。首先，給隊員閱讀釣魚郵件。然後給隊員每人一枝顏色筆，標示電郵可疑的部分。最後展示真實的電郵，比較兩者，看看隊員的答案是否跟真實郵件脗合。

10分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機、印表機、顏色筆

+13

網絡釣魚和電郵詐騙

電郵詐騙嘗試誘騙你透露資料或寄錢給你不認識的人，一般會描述一個吸引、富戲劇性的故事，牽動你的情感，然後不假思索就按照對方指示行事。

網絡釣魚會偽裝成來自你信任的組織的電郵，竊取個人資料。網絡釣魚通常發生在電子郵件，但是亦有機會收到釣魚電話和短訊。

網絡釣魚會試圖誘使你做一些有害的行為，如打開含有病毒的附件、瀏覽高風險的網站、提供個人資料等等。

為保護自己免受詐騙郵件和網絡釣魚的侵襲，緊記留意以下情況：

- 收到由不認識的人發送或突如其來發送的電郵。
- 即使電郵是由認識的人發送，但其內容風格並不像朋友寫的，或電郵裏面有奇怪的指示，像「我找到這個絕佳優惠」或「點擊這裏看影片」。
- 電郵的收件人不是個別姓名，而是「尊敬的客戶」。
- 使用誇張的語言，或描述不太可能的事情。
- 電郵裏面要求輸入密碼或其他個人資料以確認帳戶，或點擊連結。
- 收到突如其來的附件，或附件名稱和類型很可疑，如名為「.exe」結尾的文件。

察覺網絡釣魚並不容易，為了確保網絡安全，請遵守以下的基本規則：

- 切勿點擊電子郵件中的連結。相反，直接鍵入連結地址到瀏覽器。
- 如果懷疑電子郵件的內容不真實，切勿作任何回應或回覆。若當中聲稱來自你的朋友，可用其他方式與朋友直接聯繫，確認朋友是否曾發送電子郵件。

如有懷疑，點擊「刪除」！

尊重網上權利，尊重網絡名譽

完成其中兩項活動，以完成此單元

1 網絡欺凌

你認為人們為何會在網上對人不友善？不友善的情況如何發生？可以做甚麼阻止不友善的情況發生？參考網絡欺凌的定義（第39頁）。請領袖播放教育影片，了解何謂網絡欺凌，以及如何阻止它發生。完成以下兩個活動的其中之一:

討論：

網絡欺凌可以被追蹤嗎？

網絡欺凌合法嗎？

假如你或朋友遇到網絡欺凌，該怎麼辦？參考第27頁的建議，以話劇的形式鼓勵大家關注網絡欺凌，提醒大家如何處理這個問題。

活動時間各不相同

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

做多一點點

運用社區的場地，將上述活動中所編寫的話劇改拍成電影。舉辦電影發佈會，與朋友和家人分享。

視乎個別情況

視乎個別情況

+13

在學校或社區進行問卷調查，收集同輩對網絡欺凌的意見和經歷，將調查結果製成報告，例如用海報展示統計數據，鼓勵正面上網態度。你亦可請學校或社區出版網上或紙本報告。別忘了與世界女童軍協會分享：http://www.wagggs.org/en/internetsafety

視乎問卷調查的性質和報告方式

視乎問卷調查的性質和報告方式

任何年紀

網絡欺凌

網絡欺凌是指利用科技反覆地、刻意地、不友好地對待別人。網絡欺凌往往不帶惡意，可能只是個玩笑。但如果網絡欺凌傷害到別人，就是錯誤的行為。網絡欺凌可以發生在任何人身上，讓人感到孤單和沒有安全感。網絡欺凌包括：

- 於網絡對話排斥別人。
- 不恰當標記圖像。
- 發送刻薄的短訊或電子郵件。
- 上載不友善的圖像或資訊到社交網站。
- 在網上冒充其他人。

不論是面對面或是在網絡上，都沒有人喜歡遭到不友好的對待。網絡欺凌不論何時何地都能發生，因此特別令人沮喪。只要欺凌的對象使用互聯網或流動電話，他就能隨時隨地遭受網絡欺凌。如果網絡欺凌發生在公共空間，如社交網絡，那麼很多人都能參與其中。因為很難知道這個不友善的舉動是從哪裏開始的，所以最初發起網絡欺凌的人能保持匿名、安心不怕被揭發。

如果網絡欺凌發生在我身上呢？

- 不要回應，更改私隱設置，封鎖欺凌者。
- 點擊「檢舉」按鈕。
- 保存電子郵件、短訊和線上對話的副本。
- 找信任的人傾訴，如好朋友或家庭成員。
- 別以為束手無策，其實網絡欺凌在許多國家都是犯罪行為，而欺凌者通常可以被起訴。
- 假如欺凌者是你的同學，或者他向其他同學散播針對你的刻薄訊息的話，請向信任的老師傾訴，學校會有相關的政策和措施幫助你。

2 找不同

請一名隊員先離開集會房間。其餘的隊員就留在房裏，設定身處的場景和角色，房裏的人扮演的角色需跟房外隊員不同。例如，房裏的隊員是潛水員，房外的那個隊員是美人魚。房裏的隊員按照身處的場景角色扮演，然後房外的隊員返回房間加入角色扮演，透過向房內隊員交談或提問，嘗試猜測其他隊員的角色，以及自己跟其他隊員有甚麼不同。重覆遊戲幾次，但每次轉換不同場景，由不同隊員擔任離開房間的角色。

討論：與眾不同的感覺如何？隊員的態度是友善還是不友善？隊員會否選擇用其他態度對待與眾不同的那個隊員？這個遊戲跟網上的經歷有何關聯？

15分鐘

+13

如果網絡欺凌發生在我的朋友身上呢？

如果你發現有網路欺凌的情況，可以出一分力幫助受害者。

- 不要加入網絡欺凌的行為。即使不是由你發起網絡欺凌行為，轉發刻薄的訊息或圖片與網絡欺凌無異。
- 主動關心的朋友，讓他們知道有你的支持，明白自己並不孤單。
- 將欺凌事件告訴信任的成年人。

3 截取郵包!

兩名隊員分別站在集會場地的兩端。一人是發件人，另一人是收件人。給發件人一件小物品，象徵在網上發佈的消息。其他隊員分成兩個小組。一組要將郵包從發件人的一端偷偷的運送到收件人的那端，運送過程經過愈多隊員愈好。另一組要找出持有郵包的人，嘗試觸摸那人的手臂來截停郵包的傳遞。不妨使用不同的策略，例如提高傳遞速度、閃避追蹤者、隱蔽傳遞、分散追蹤組的注意力。

討論：訊息能迅速在網上傳播。你覺得如何確保自己在網上發佈的帖文不會帶來負面影響？

15分鐘

小物件（如乒乓球）

任何年紀

做多一點點

二人一組，列出在網上發佈東西時要考慮的準則。每組大約有10分鐘討論，然後向其他隊員匯報。請一名隊員記下所提及的準則，然後請所有隊員投票，選出五項大家認為最重要的準則。

15分鐘

紙、鉛筆

任何年紀

討論：

你如何確認別人在網絡的身份與現實身份是一致的？

4 網友

擁有好朋友對大家來說都很重要。無論是在日常生活中，還是在互聯網上，我們怎樣才算是個好朋友呢？

討論：你在網上對待朋友的方式可能會影響彼此在現實生活中的友誼。想出三個在網上善待朋友的簡單方法，然後用圖畫表達出來，承諾會善待朋友。與隊員交換承諾圖，並在家中展示出來。

10分鐘

紙、顏色筆

< 13

做多一點點

接下來的一星期，嘗試每天在網上發佈正面的訊息，將這個舉動列為日常社交的一部分，讓其他人也感覺良好。

一星期

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

5 匿名上網？

搜集有關網絡審查和匿名上網的新聞。匿名上網甚麼時候是一件好事，甚麼時候卻是個壞主意？你認為網上內容該被審查嗎（即屏蔽某些內容）？將隊員分成兩組，一組支持審查，另一組反對審查。兩組各自討論，然後提出三個主要理據支持自己的立場，並向其他隊員匯報。

20分鐘

紙、鉛筆

任何年紀

做多一點點

運用在上述活動中提出的三個理據，配合額外的資料蒐集，策劃一場以審查或匿名上網為主題的辯論，「正方」和「反方」分別就自己的立場辯證。主持辯論前，先蒐集相關資料。不妨邀請朋友和家人出席這場辯論。

視乎個別情況而定

視乎個別情況而定

+13

掌握個人行蹤

我們往往會誤以為自己在使用網絡時是匿名的，而事實卻並非如此。我們每次上網都會留下蹤跡，但只要當中牽涉自己的資訊是正面的，而且沒有洩露任何私人資料，便不一定是壞事。任何有關自己的帖文，不論是自己或由其他人發佈，加起來就是你的「數碼足印」。以下的提示，可以幫助了解自己在互聯網上留下的痕跡。

- 在Google搜尋引擎輸入自己的姓名，看看搜尋結果如何。如果有很多人跟你有相同的名字，嘗試添加其他詞語，例如你居住的國家或城市。
- 查看瀏覽器的瀏覽歷史紀錄，檢視過往到訪過的網站。
- 每個能使用網絡的裝置連接到互聯網時，都會有一個獨特的識別編號，這就是IP地址。如有需要，某些網站或組織如警察，可以用IP地址識別網絡用戶在網上的舉動。
- 即使刪除了上載到網上的東西，亦不代表能完全在網絡上消失。假如有人想更了解你，只要在互聯網上搜索，就能獲得很多關於你的資料，因此要小心分享有關自己的一切！

如果找到自己不喜歡的內容，先看看能否刪除該內容。但請記住，即使刪除了令你尷尬的帖文或照片，都無法保證能夠真正從互聯網上消失。下一步你應該建立有關自己的正面內容，不公開透露私人資料，為自己塑造正面形象。正面的搜尋結果能讓你成為Google的熱門搜尋。

討論：

在網上分享音樂檔案，其他人會因此存取到你的電腦資料嗎？

6 估領袖

請一名隊員先離開集會的房間。其餘隊員圍圈而坐，選擇其中一名隊員當「領袖」帶領其他人做動作，如拍手、拍打頭部、拍打膝蓋。「領袖」可以在任何時候改變動作，其他人就要跟著改變動作。請離開房間的隊員回來，站在圓圈中間，試圖找出誰是「領袖」。每輪有兩次猜測的機會，重覆遊戲數次。

討論：大家容易找出「領袖」嗎？如果要找出在網上散播謠言或發佈訊息的人又有多難呢？如果每個人不去複製「領袖」的動作或網絡流傳的訊息，會更容易找出動作或訊息的發佈源頭嗎？

10分鐘

+13

7 良好的聲譽

網絡聲譽是指根據網上行為而塑造出的網絡形象，這包括你上載的照片和網誌、電子郵件、短訊，還有在聊天室、通訊軟件、討論區和網站的留言。

假設你將應徵工作或報讀課程，試想出在申請過程中希望呈現的五項個人特質。然後再檢視社交網絡的個人檔案，以及在互聯網上搜索自己的名字。你認為社交網絡的個人檔案最能夠反映出自己的哪五項個人特質呢？假如負責取錄工作的人在互聯網上搜索你的名字，你如何確保他所看到的，與自己希望呈現的個人形象相符？

10分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機、紙、鉛筆

+13

網絡聲譽

別做令自己後悔的事情。假如那個嘲笑老師的短訊突然出現在他的辦公桌上，你會有何感覺？你希望新上司在互聯網搜索你的名字時，看到你曾經在派對狂歡的照片嗎？網絡聲譽是指別人根據你在網絡上的舉動，形成對你的看法。也許別人會忘記你曾經說過的話，但在網上發佈的東西會一直留在互聯網上。你希望別人如何看待自己？你可能沒有意識到自己其實能夠掌控別人對自己的看法。善用以下的小貼士，保持良好的網絡聲譽：

- 檢查社交網絡的隱私設置，防止陌生人取得自己的個人資料。
- 保持正面態度，避免發佈帶來負面影響的內容。試考慮一下你敬重的人看到帖文或照片，會有甚麼反應。
- 如果朋友在照片上標記了你，令你的形象變得負面，請移除標籤，並要求朋友刪除照片。
- 建立社交網絡的個人檔案時，不要使用全名。
- 檢查拼寫和語法。有些公司會將語法和拼寫錯誤，視為不成熟和溝通能力欠佳的表現。
- 請記住，帖文會永久留存在互聯網上，發帖前請三思而後行。
- 藉著在網上搜索自己的名字，監察網絡聲譽，並要求刪除任何你不願意在網上出現的東西。
- 如希望抒發情緒，可跟朋友定或家人面對面傾訴，而非訴諸網上。

萬一把事情弄糟了，必須盡快採取挽救的措施。資訊的傳播非常快，盡快將那令人尷尬的照片刪除，降低帶來的傷害。如事件影響到別人，最好向別人道歉，為自己犯下的錯誤承擔責任。

8 精明學習

完成學校的課業時遇到困難嗎？或者是作業的遞交日期快到了？這些時候，很容易有歪念在網絡搜尋相關資料，然後將資料「複製」和「貼上」，搬字過紙，當作自己的作業呈交。但問題是，老師很容易就能用互聯網找到作業的資料來源。

二人一組，組員甲在網上「複製」幾段文字，然後在Word檔案「貼上」文字，將Word檔案電郵給組員乙。組員乙嘗試在網絡追查檔案內容的來源。

10分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

+13

在**2005年**，互聯網用戶數**首次**達到**十億**，到**2010年**增加至**二十億**，**2014年**達到**三十億**。

智NET小貼士！

玩線上遊戲時，設置時間限制和使用鬧鐘提示。

9 溝通的橋樑

當遇到網上疑難，一般會建議你找值得信賴的父母、監護人、老師或領袖談談。可是，有些時候你未必願意這樣做。分成小組集思廣益，隊員互相分享曾聽說過或曾經歷過的網絡疑難。討論在遇到哪些疑難時，應告訴值得信賴的成年人，或者在哪些時候成年人的支持能夠幫得上忙。

15分鐘

紙、鉛筆

任何年紀

做多一點點

你願意跟父母或監護人談論自己在網絡世界的行徑嗎？想想自己可以做些甚麼，讓你更樂意與父母或監護人開放地談論有關互聯網的使用。例如：充當導遊，帶他們瀏覽自己喜愛的網站；教他們如何使用互聯網工作；或者與他們訂立互聯網使用協議，並由雙方簽署同意。

15分鐘

紙、鉛筆

任何年紀

10 上網的時間

你每星期花多少時間上網？列出主要在網上進行的活動，如查閱電子郵件、與朋友網絡聊天、串流收聽音樂、玩遊戲、使用社交網絡。然後，估計自己每項活動每星期花多少時間。在接下來的一星期，記錄自己在每項活動花費的時間。將實際紀錄與估值比較，兩者是否有區別？你認為花多少時間上網才適當？

一星期

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機、紙、鉛筆

+13

做多一點點

與隊員合作，製作一個空白的鐘面和可活動的指針。與父母或監護人商量，定出每星期上網多久才適當，並將這個數字標示在時鐘上。在一星期開始時，將時鐘的指針設置到「0分」的位置。每次上網，都將時鐘指針撥向前，顯示上網花了多長時間。分配每星期上網的時間困難嗎？

5分鐘，然後視乎商量的時間而定

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機、紙、鉛筆

< 13

智NET小貼士！

發佈內容前，停一停，想一想：一旦點擊「發送」，所發佈的內容就會永遠留在互聯網上，而且你無法控制有誰能看到內容。即使以後刪除了該內容，也可能有人已經將內容備份。

11 數碼足印

你對自己在網絡上發佈內容的多少有概念嗎？在紙上畫一個大腳印的輪廓。在一星期內，每次在網上發佈或上載任何內容的時候，把上載內容記錄在腳印上，毋需將全部內容一五一十記下，只需作簡單描述，例如：「更新我的狀態」、「與朋友在Messenger上聊天半小時」、「上載20張我的生日派對照片至Facebook」。在集會上分享你的數碼足印。你需要多久才填滿一個腳印？估計一下自己在一年內會填滿多少個腳印？你對這個估計結果感覺如何？

10分鐘

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機、紙、鉛筆

任何年紀

多做一點點

瀏覽http://www.internetlivestats.com，記錄每一秒有多少Twitter帖文、照片和Facebook帖文上載到網絡上。你亦可以看到每天的「網絡二氧化碳」排放量。看到這些數字快速變化有何感覺？蒐集有關互聯網和網絡生態的資料。用信息圖表的方式展示所得資料，與隊員分享。

5分鐘，然後視乎搜尋時間而定

可供上網的電腦 / 平板電腦 / 智能手機

任何年紀

在地圖上找找自己吧！

你知道透過手機就可以在地圖上找出自己的位置嗎？

「定位服務」能幫助你尋找距離最近的巴士站或櫃員機，協助你在迷路時找到出路。如果遇上麻煩，提供緊急服務的機構可以憑著流動裝置發出的訊號，找到你所在的位置。如果遺失了裝置，亦可以透過訊號來追蹤。但其他人也可以使用「定位服務」找到你所在的位置，而且他們未必是你認識的人或是值得信賴的人。

「定位服務」是如何運作的？以下三種方法可以判斷流動裝置的位置（參考「詞彙表」，了解更多詳細資料）：

- 「全球定位系統」（GPS）接收環繞地球的衛星發出的訊號。
- 「全球移動通訊系統」（GSM）與「全球定位系統」的運作原理類似，前者接收電話線桿發出的訊號，後者接收衛星發出的訊號。
- 查看流動裝置能夠與哪些無線網絡接入點連接，例如家庭無線網絡、Wi-Fi熱點。

如果你有智能電話，就能結合使用以上三種方法，迅速準確找到所在位置。你的裝置若能判斷出所在位置，自然就有很多在網絡上共享位置的方法。可是，你無法控制誰可以看到自己的位置。讓陌生人知道你在哪裡不是個好主意，特別是你不清楚他們的身份。使用「定位服務」要三思，尤其當所在位置會被公開。

智NET小貼士！

想測試自己對網絡安全的認知？不妨瀏覽國際兒童網絡網站，玩網絡公民小遊戲：
http://bit.ly/c1Qhzb

12 謹慎下載

網絡有大量多姿多彩的內容供人下載，如照片、音樂、電影，以及智能手機和平板電腦的應用程式。但你必須從合法網站下載，而不是沒有付費就下載受版權保護的內容。下載非法檔案稱為「盜版」。

假設你是歌手，而你的音樂在網絡上被人製成盜版。分成小組，創作一首歌曲或饒舌(Rap)歌詞，對象是那些侵權的人，抒發對此事的感受。

20分鐘

紙、鉛筆

任何年紀

做多一點點

演唱創作歌曲，並把演出的錄像上載到世界女童軍協會的YouTube頻道。別忘記確保所有隊員都同意在網上出鏡。

20分鐘

相機 / 平板電腦 / 智能手機、網絡服務

任何年紀

這可以下載嗎？

串流和下載多媒體如電影、音樂佔網絡活動一大部分。你可以從不少網站輕易取得最新的多媒體，但並不是全部都是合法的。這關乎版權的問題。如果你是作品的原創人，你就擁有這件作品，並有權控制作品的使用、改用或複製。創作人的收入來自版稅，即每次有人購買作品的複製品所付的款項。這些作品包括CD、DVD、演唱會或電影門票，或其電子版本。非法下載等於未經作品擁有人授權而獲得作品的複製品。

因此，你必須好好選擇從哪些途徑獲取多媒體，思考這個決定對你的意義。

想一想：

- 非法下載檔案會增加電腦被惡意程式入侵的風險。
- 管理藝人的公司，如唱片公司，往往比藝人賺取更多利潤。然而，這是藝人和公司之間的協議，對決定付費購買還是免費獲得作品無關。
- 別人能免費獲取創作人努力創作的作品，但創作人卻得不到任何回報，自然會感到非常不滿。下載盜版的人沒有考慮到創作人的感受。
- 使用非法服務等於違反法律。你或者會認為被捕的機率非常小，可是一旦被捕或被檢控，後果可以非常嚴重：被判巨額罰款、禁止使用互聯網、留有案底，甚至監禁，實在會影響一生。
- 有人說複製作品跟偷竊是不一樣的，理由是作品並沒有真正被人奪走。但是這種說法等於拒絕視歌曲或電影為付費產品。倘若真的如此，創作人和其他相關行業將無法謀生，也再沒有新的歌曲或電影了。
- 盜版的質素往往比循合法途徑買到的正版要低得多。
- 我們並不需要付出一大筆錢才能聽音樂或看電影。市面上有不少下載渠道不但合法，而且價格相宜。

精明上網，由你做起！

必須完成以下活動才能獲得獎章！

現在，你已經懂得如何安全善用互聯網。思考如何將目前為止所學到的知識應用在日常生活中。你打算如何承諾安全上網呢？

例如...

「我在互聯網上發佈任何內容，都會三思而行。」
「如果我在互聯網上遇上不愉快的事，會找信任的成年人傾訴。」
「我在打開電子郵件或點擊連結時會保持警惕，封鎖任何疑似不安全的內容。」

在下面方格寫出你的承諾。列印方格部分，與家人分享。將方格貼在電腦旁邊，時刻提醒自己所學到的網絡安全知識。

我的網絡安全承諾

我要安全上網，關心朋友，善用互聯網。
為達到以上目標，我承諾會盡力……

-
-
-
-
-
-

簽署_____ **日期**_____

齊來分享！

與世界各地童軍和女童軍分享「智NET網民」經歷、活動照片和影片

用以下途徑與世界女童軍協會聯繫！

瀏覽www.wagggs.org

Twitter (@wagggs_world)

Facebook
(www.facebook.com/wagggs)

完成網上問卷，告訴世界女童軍協會你對活動資源套的意見：
www.wagggs.org/en/internetsafety

將「智NET網民」的經歷電郵至
youthlearning@wagggs.org

筆記

成年人網絡安全指引

以下指引旨在幫助家長、監護人和女童軍領袖了解保護青少年安全和隱私的最佳方法。有部分指引屬於某些國家的法規。即使這些指引在其他國家不具有法律約束力，但亦不失為最佳的做法。

想想在現實世界中會怎樣保護孩子？你會事事謹慎，讓孩子遠離危險。你會密切留意孩子的行蹤、與何人見面、接收的資訊，以及其言行舉止。這些準則同樣適用於網絡世界。思考如何盡量降低網絡風險，確保兒童的安全，保護兒童。身為青年領袖，應注意個人網絡活動，避免將私人生活與公開的活動混在一起。

電郵政策

- 開設隊伍的電郵系統。邀請一位成年人自願負責加入、編輯、刪除電郵地址。建立聯絡人群組，例如父母或監護人、各年齡組別的隊員、小隊長等。
- 發送電郵到群組時，使用「密件副本」（BCC）功能，防止聯絡資料外洩，亦避免收到垃圾郵件。
- 群組僅限於女童軍隊員之間的通訊。切勿轉發連鎖電郵給年輕人。切勿與非隊員共享群組資料。
- 避免直接與年幼隊員私訊，除非是普通群組訊息。
- 如果想透過電郵或短訊聯絡任何未滿16歲的隊員，需事先得到父母或監護人的書面許可。發送任何訊息給18歲以下隊員，請寄一份副本給另一位成年領袖。
- 如果年幼隊員直接與你或其他領袖聯絡，應與其他領袖討論這種情況的最佳處理方式。根據通訊的性質，考慮是否告知隊員的父母或監護人。你的處理方式可視乎隊員的年齡而有所不同：較年長的女童軍可以自行與領袖溝通，但最好事先知會父母或監護人。
- 檢查郵件內容，確保所用的語言和圖像適合收件人的年齡組別。檢查電郵裏的連結會連接到甚麼網站。

社交網絡政策

- 建立社交網絡能為隊伍帶來好處，但請確保群組是私人性質。
- 邀請適當年齡的隊員和家長加入社交網絡群組或網站。留意不同社交網絡有不同的年齡政策。例如，13歲以下的隊員不應該有Facebook帳戶或使用YouTube。加強隱私設置，防止非群組的人觀看群組訊息和照片。當有隊員離隊，領袖有責任從群祖移除該隊員、隊員的家長或監護人。
- 商量應否讓群組裏的成年人和青少年隊員互相加對方為社交網絡的「朋友」。接受兒童的網上交友邀請前，需徵求他的家長同意。
- 如果有青年隊員在群組使用不雅用語，張貼不雅圖片或連結，領袖應考慮自己需要肩負的責任和應對措施。
- 避免直接與年幼隊員私訊，除非是普通群組訊息。如果年幼隊員直接與你或其他領袖聯絡，應與其他領袖討論這種情況的最佳處理方式（見「上文之電郵政策」）。

照片和影片政策

- 為隊伍制定照片政策，決定你會否在集體活動中為隊員拍照，或替隊員拍照前獲得家長或監護人簽署同意。同意書需提及有關照片會否與其他隊員和家長共享。雖然大多數家長都不介意拍攝照片和影片留為紀念，但有些家長基於宗教、私隱或其他原因，不希望別人拍攝子女或共享子女的照片。如果有家長選擇不共享照片，拍攝照片和影片時注意不要拍到他們的子女。
- 照片或影片共享網頁屬於私人性質，建議最好設置密碼保護。上載別人的照片或影片前，需得到當事人的同意。
- 在網上分享年輕人的照片、影片或在圖像上「標籤」別人前需三思。如果想這樣做，請先獲得年輕人的父母或監護人的書面許可。

一般網絡安全指引

- **保護電腦和其他裝置：**確保在個人電腦及其他有網絡功能的裝置裏安裝網絡安全軟件，時刻提高警覺，防止病毒和惡意軟件入侵。安裝網絡安全軟件可避免惡意軟件散播到其他隊員的裝置，防止被人擅自從電腦或其他裝置上，獲取隊員的私人資料或財務資料。
- **使用密碼保護裝置：**兒童或會要求借用領袖的手機、數碼相機、平板電腦或電腦。你可以用密碼，防止兒童查閱某些檔案或資料。確保裝置上沒有儲存任何不當的材料。如果有的話，兒童就有機會接觸到這些資料。設置密碼也能避免兒童未經你的許可購買音樂或應用程式。
- **網上銀行：**隊伍的司庫或財政必須確保電腦有安裝安全軟件。小心監察有甚麼人有權使用隊伍的銀行賬戶，不論是實體帳戶還是網絡帳戶都一樣。公用電腦的保安設置不及個人網絡的設置嚴密，建議避免使用公用電腦或公共無線網路進行金錢交易。每週至少檢查帳戶一次，以確認所有交易都得到許可。如有發現任何可疑的交易活動，應立刻向銀行舉報，減少損失。
- **保管隊員個人紀錄表：**誰負責保管隊員個人紀錄表？表格的資料包括姓名、電話號碼、電郵地址、居住地址、健康資料及數據庫的連結。這些資料對竊賊非常有價值。研究如何儲存和保護表格的實體及電子副本。

保護隊員

- 如果年輕隊員表示計劃約見在網上認識的人，領袖應確保父母或監護人知悉此事。建議父母或監護人應與子女同行，將約會地點定在公共場所。雖然很多人在網上能結交真心朋友，但與素未謀面的人見面存有顧慮也是合理的。
- 如果發現兒童參與有潛在危險的網絡活動，例如瀏覽成人網站或其他不當的網站、使用非法文件共享設施、加入鼓吹反社會行為的社交網絡群組，你必須對兒童、他們的父母或監護人、社區負責，採取應對措施。應與其他領袖討論最適當的應對措施，不要怕將事件告知父母或監護人，提醒他們潛在的風險和危機。

更多資源

網絡安全

國際兒童網絡線上遊戲：http://www.kidsmart.org.uk
國際兒童網絡網站：http://www.childnet-int.org
歐盟兒童網上調查報告：http://www.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/Home.aspx
Facebook 私隱的資訊：http://www.facebook.com/help/privacy
國家網絡安全聯盟：http://staysafeonline.org/
「智Net計劃」（NetSmartz Workshop）：http://www.netsmartz.org
「我的空間」（Own Your Space）－青少年電子書：http://www.microsoft.com/download/en/details.aspx?id=1522
Google 安全中心：http://www.google.co.uk/goodtoknow
網路安全日－「歐盟網絡安全無疆界計劃」（EU SafeBoarders project）活動：http://www.saferinternetday.org
Thinkuknow計劃：http://www.thinkuknow.co.uk
如何檢查主要私隱和安全設置的短片：http://www.kidsmart.org.uk/skills-school

網上學習及其他資源

世界女童軍協會網站：http://www.wagggs.org
歐洲青年組織：http://www.eurodesk.org.uk
歐洲委員會：http://www.coe.int/t/dg4/youth/default_en.asp
鼓舞人心的演講：http://www.ted.com/
博聞網：http://www.howstuffworks.com
Google 藝術和文化：http://www.googleartproject.com
關注性別議題的聯合國組織：http://www.unwomen.org
歐洲青年論壇：http://www.youthforum.org
兒童和青少年程式設計：http://www.code.org/frozen
雲端學習：http://www.theschoolinthecloud.org
BBC科技網站：http://www.bbc.co.uk/webwise/
程式設計：http://studio.code.org/

詞彙表

修圖（Airbrushing）- 使用照片編輯軟件或其他技術改變圖像（特別是照片），增加照片的吸引力或掩蓋不理想的部分。

防毒軟件（Antivirus）- 檢測和消滅電腦病毒的軟件。

頭像（Avatar）- 代表網絡用戶的圖像；不一定能代表用戶的真實身份。

頻寬（Bandwidth）- 在互聯網上每秒能通過的最大數據量。

寫網誌（Blogging）- 在網誌分享個人意見和經歷，讀者可以在網誌留言發表評論。

雲端儲存（Cloud storage）- 一種用網上儲存資料的模式，將資料存放在第三方代管的伺服器。

電腦病毒（Computer virus）- 可以從一台電腦自行複製並傳播到另一台電腦，損壞存儲在電腦的數據，令電腦無法正常運作。

電腦蠕蟲（Computer worm）- 與電腦病毒相似，蠕蟲能隨意從電腦之間遊走和大量自我複製，並自行發送至受害者電郵通訊錄內的所有聯絡人，藉此感染及入侵其他電腦。網絡罪犯可以利用蠕蟲，遠程控制你的電腦。但通常蠕蟲只會佔用系統記憶體或網絡頻寬，目的是癱瘓電腦和互聯網伺服器。

網絡欺凌（Cyberbullying）- 指個人或集體利用資訊及和通訊科技，刻意、反復、懷有敵意傷害他人的行為。

網絡犯罪（Cybercrime）- 牽涉到使用電腦和網絡的犯罪。

數碼足印（Digital footprint）- 在網絡留下的活動總數據量。

網絡聲譽（Digital reputation）- 別人根據網上有關你的資料，而產生對你的看法。

數碼水印（Digital watermark）- 在數碼圖像、音頻或影片檔案加入特定版權信息，如作者和著作權等。

下載（Downloading）- 從遠端系統接收文件或程式到本機或流動裝置。

Facebook - 互聯網最大的社交網絡平台，用戶可以建立個人的檔案，與朋友聯繫。

地理數據（Geo data）- 代表地理位置的數據。

- GPS（全球定位系統）- 利用衛星和電腦運作的導航系統，計算用戶裝置的接收位置。很多手機均內置GPS接收器，如果手機有GPS接收器，可以從環繞地球的衛星接收訊號。GPS利用衛星發送的訊號和手機接收器之間的距離，計算出用戶的位置。
- GSM（全球移動通訊系統）- 是全球大部分流動電話使用的流動通訊標準。可以透過電話線桿發送到流動裝置的訊號，確認流動裝置的位置。

網絡盜版（Internet piracy）- 在互聯網上非法上載或下載受版權保護的資料。

定位服務（Location services）- 提供裝置的真實位置，不管是固定或是流動位置。

惡意軟件（Malware）- 用作破壞或癱瘓電腦和電腦系統功能的軟件。惡意軟件包括間諜軟件、電腦病毒、木馬程式和電腦蠕蟲。

網絡釣魚（Phishing）- 偽裝成官方組織，通過在網上或電話發送消息，試圖獲取個人信息，如用戶名稱、密碼、信用卡資料。

網上電台/播客（Podcast）- 一系列數碼媒體檔案，如音頻或影片，以集數的形式發佈，供用戶在網上下載或收聽。

QR Code - 用流動裝置的攝影鏡頭掃描QR碼，即可讀取內容，並連結到相關網站。

Skype - 一種流行的電腦程式，用戶能夠建立個人檔案、免費撥打電話，在世界任何地方使用電腦或流動裝置聊天和視像通話。

安全軟件（Security software）- 保護電腦免受各種威脅攻擊的軟件。

間諜軟件（Spyware）- 是惡意軟件的一種。在用戶不知情的情況下，自行安裝在電腦上，用作搜集用戶的個人信息。用戶很難察覺電腦是否被安裝間諜軟件，因此有良好的安全軟件保護電腦是非常重要的。

串流（Streaming）- 透過網路穩定傳送一連串媒體數據的方式，容許用戶一邊播放媒體內容，一邊接收其餘媒體資料。

Twitter - 社交網絡平台的一種，用戶可發佈和閱讀其他用戶的信息或帖文，帖文最長為140個字元。

標籤（Tagging） - 標註姓名或「標籤」，識別出現在照片或影片裏的人。

木馬程式（Trojan horse）- 跟電腦病毒相似，但木馬程式會偽裝成無害軟件，然後暗中進行有害的的操作，例如自我複製、竊取電腦的資料。木馬攻擊的例子：下載免費遊戲或屏幕保護程式時，用戶很難意識到惡意軟件隱藏在裏面。

本課程由矽谷社區基金會的企業基金—Symantec Foundation（賽門鐵克基金）資助。

Symantec（賽門鐵克）由一群富遠見的電腦科學家在1982年創立，現已發展成世界規模最大的較件公司之一。Symantec提供安全、儲存及系統管理解決方案，客戶包括消費者、小型企業，甚至大型國際組織。Symantec的總部位於美國加州。

矽谷社區基金會面對新興的挑戰時，展現非凡的領導才能，運用基金項目和研究應對。這些基金項目和研究工作均以美國加州為基地。

Symantec

World Association
of Girl Guides and Girl Scouts