



المقدمة :-

عزيزي الطالب مما لا شك فيه أنه أحد الأسباب الرئيسية لتدني المستوى العلمي للطالب هو الاستخدام المفرط للموبايل من خلال قضاء وقت كبير جدا في التصفح على مواقع الانترنت . ونحن الان مقبلون على الامتحانات النهائية وهذا يستوجب منك صفاء ذهن وقت كافي للدراسة .

وحيث ان الأنترنت اصبح ضرورة مهمة من ضروريات الحياة ولأيكاد يخلو بيت من هذه التقنية الحديثة وتتنوع استخدامات الأنترنت من الترفيه ، والعمل ، والتواصل الاجتماعي والمعرفة والدراسة والتجارة والتسوق ... الخ وحتى لا يؤثر الأنترنت على دراستك عليك عزيزي الطالب ان تضع في الاعتبار المبادئ الأساسية التالية :

- ١- حدد وقتاً للدخول الى شبكة الانترنت .
- ٢- لا تجعل للعالم الافتراضي أن يسرقك من عالمك الواقعي واتصالك المباشر بمحيطك .
- ٣- لا تهمل علاقتك الاجتماعية لحساب علاقات الانترنت .
- ٤- حاول ان تتواصل مع اصدقائك الحقيقيين على الانترنت قبل ان تتواصل مع أصدقاء جدد على الشبكة على ان يكون هذا التواصل في حدود علاقة الصداقة المنضبطة.
- ٥- لا تنزل الحواجز بين جهات الاتصال الخاصة بك على الانترنت ولا تجعل حياتك الخاصة بك على الانترنت ولا تجعل حياتك الخاصة مسرحاً للحديث .

المباني الأساسية للاستخدام الامن والسليم للأنترنت

((نصائح للطلبة))

اعداد:

- ١- أ.د. اياد سعدي حميد
- ١.م.د سوسن حميد فيصل
- ٢- الست ليلي قيس صالح



٦- لا تشارك في المجموعات البريدية والمنتديات الأوفق اهتماماتك ولا تجعل العلاقات بين المشاركين تتجاوز حدود المطلوب .

٧- لا تعرض بياناتك الشخصية على الأنترنت الا في حدود المطلوب.

٨- لا تعبر عن حالتك المزاجية ورغباتك الشخصية على الشبكة .

٩- احرص على ان يكون لك اكثر من بريد اليكتروني بحيث يكون احدهم للتراسل الرسمي والآخر لتواصل الاسري ومع الأصدقاء .

١٠- لا تتح ارقامك الهاتفية الخاصة على الانترنت الا في حالة الضرورة القصوى.



١١- لأتقبل إضافة الغرباء على برامج المحادثات دون سبب مقنع .

١٢- استخدام الصوت والكاميرا يجب أن لا يكون مع غير الاهل وفي غير الضرورة.

١٣- كلماتك ترسم ملامحك في عين الآخرين وعقولهم فأعمل أن يكون كلماتك تعبيراً عنك انت وليس عن خيال أو شح انترنت .

١٤- تجنب الاستخدام السيء للأنترنت وحاول ان تستخدم الانترنت إيجابيا.

١٥- حاول أن تستخدم المواقع التعليمية من خلال تخصيص وقتا لتعليمك اليكترونيا.