



사이버폭력예방교육

1. 악성댓글을 단 적이 있나요? 있다면 어디에 왜 달았는지 적어봅시다.
(예: 학교 누리집 사진 아래, 다른 친구의 글아래 등)

어디에: _____

이유: _____

2. 제시된 악플을 선플로 바꿔봅시다.



- ① (친구의 사진을 보고)
완전 못생겼어 너~ 푸하하하!
- ② (학교 홈페이지의 칭찬 글아래)
웃기고 있네.
- ③ (친구가 학급 홈페이지에 유용한 정보를 올렸을 때)
야, 잘난 척 하지 마!
- ④ (나와 사이가 친한 친구가 글을 학급 홈페이지에 올렸을 때)
야 호빵! 끝나고 햄버거 사먹자!



- ①
- ②
- ③
- ④



온라인 네티켓! 바르고 고운말

1. 네티켓, 이렇게 지켜봐요!

댓글, 채팅 네티켓	<ul style="list-style-type: none"> - 악성댓글을 달지 않는다. - 칭찬 댓글 달기 등 바르고 고운말로 선물을 달도록 노력한다. - 오해할 수 있는 말은 되도록 하지 않고, 상대를 배려하는 글쓰기를 한다. - 온라인상에서는 면대면 대화보다는 감정이 잘 드러나지 않으므로 상대방의 감정을 고려하는 대화 글을 사용하도록 더욱 노력한다.
이메일 네티켓	<ul style="list-style-type: none"> - 이메일 내용은 짧고 간단하게 쓴다. - 첨부파일은 꼭 필요한 경우에만 보낸다. - 내용을 쉽게 알 수 있도록 적당한 제목을 붙인다. - 보내는 사람이 누구인지 정확히 밝힌다. - 읽기 편하게 줄 간격을 넓혀 쓴다. - 메일 내용을 쓴 후 한번 검토하고 보낸다. - 욕설이나 험담이 담긴 메일을 보내지 않는다.
자료실 네티켓	<ul style="list-style-type: none"> - 불법 소프트웨어는 올리지 않는다. - 불건전한 내용의 음란물은 올리지 않는다. - 자료를 올리기 전에 바이러스 체크를 한다. - 올릴 자료는 압축해서 용량을 줄인다. - 유익한 자료를 받았으면 올린 사람에게 감사의 메일을 보낸다. - 자료를 올릴 때는 이름을 밝힌다.
게이머 네티켓	<ul style="list-style-type: none"> - 함부로 반말을 하지 않는다. - 욕설, 비방을 하지 않고, 바른말을 사용한다. - 게임도 스포츠로 생각하고 정정당한 자세로 임한다. - 같이 게임하는 상대방을 존중한다. - 게임 종료 후 이기고 집에 상관없이 정중히 인사한다.
색깔에 따른 온라인 게임 사용자 범위	<ul style="list-style-type: none"> - 적색 : 청소년에 부적합한 게임 - 황색 : 청소년 이용에 주의가 필요한 게임 - 녹색 : 청소년 이용가 게임

2. 네티켓을 지켜 사이버폭력을 예방하고, 친구들과 온라인상에서 좋은 관계를 유지하고, 더불어 살아가는 민주시민으로 성장할 수 있도록 노력해요. 네티켓을 지키기 위한 나의 다짐을 써 봅시다.



활동

1시간마다 건강 체조!

▶ 컴퓨터를 한 시간 이상 계속 사용하면 몸이 아픕니다.

앞으로 컴퓨터를 사용할 때에는 한 시간마다 10분씩 쉬면서 '건강체조'를 하여봅시다.



목 운동

등을 짚 펴고 앉아 목을 왼쪽, 오른쪽, 앞, 뒤로 두 번씩 돌립니다.



손목 운동

손과 팔의 힘을 빼고 흔들립니다.



어깨 운동

어깨를 천천히 돌립니다.



팔 운동

두 손을 깎지 낀 다음 앞으로 5초 동안 짚 펴고, 다시 위로 5초 동안 짚 펍니다.



온몸 운동

의지에서 일어나 양 손을 머리 위로 올리고 힘껏 뻗습니다.