

Година спілкування:

Кібербезпека, кібергігієна в навчальній групі

«Кібербезпека: захист
облікових записів та безпечна
комунікація в мережі»





Базові знання з кібергігієни

Ключові правила інтернет-безпеки та поради щодо захисту особистих даних від кіберзлочинців

Експерти: Наталія Ткачук, Трохим Бабич

Розпочати



Що таке кібербезпека?

Кібербезпека — це сукупність заходів, які захищають комп'ютери, мережі та дані від несанкціонованого доступу або пошкодження. Вона стосується як користувачів (нас), так і організацій (шкіл, банків, компаній, тощо).

Що таке кібергігієна?

Кібергігієна — це сукупність звичок, які допомагають захищати наші пристрої та дані в інтернеті. Це своєрідний "цифровий порядок", подібно до того, як ми підтримуємо чистоту вдома.



Навіщо потрібна кібербезпека, цифрова гігієна ?

Месенджери допомагають навчанню, але потребують таких самих правил безпеки, як особисті речі та документи!

01 Акаунт

Захищаємо доступ, перевіряємо активні сесии та не передаємо коди входу.

02 Особисті дані

Контролюємо, хто бачить номер телефону, фото та іншу приватну інформацію.

03 Спілкування

Перевіряємо відправника, посилання й файли перед відповіддю або відкриттям.

04 Репутація

Пам'ятаємо, що повідомлення та пересилання можуть мати наслідки для інших людей.

Кібербезпека починається зі звичайних щоденних рішень.

Як перевірити, хто пише

— *Ім'я профілю не завжди дорівнює підтвердженій особі*

01

Перевірте @username

Він унікальний, але його теж слід звірити з відомим контактом.

02

Відкрийте профіль

Зіставте номер телефону, спільні групи та попередню історію листування.

03

Підтвердьте іншим каналом

Запитайте людину особисто або зателефонуйте за відомим номером.

За сумніву не сперчайтеся в чаті. Зупиніться й перевірте особу.

Налаштування офіційної групи

Відповідальність майстра виробничого навчання

01 Приватний доступ

Створити приватну групу. Не публікувати посилання у відкритих джерелах.

02 Контроль вступу

Додавати студентів за перевіреним списком. За потреби використовувати запити на вступ.

03 Керовані запрошення

Створювати окремі посилання, задавати строк або ліміт і відкликати їх після набору.

04 Мінімальні права

Залишити адміністраторами лише відповідальних осіб і надати тільки потрібні дозволи.

Не допускати перебування у навчальних групах осіб, які не є учасниками освітнього процесу !

Щотижнева перевірка адміністратора

- У групі залишаються лише актуальні студенти та працівники училища.
- Старі або випадково поширені посилання-запрошення відкликані
- Змінювати назву, фото та опис групи можуть лише адміністратори
- Права адміністраторів відповідають їхнім обов'язкам
- Закріплене повідомлення містить правила та контакт для повідомлення про проблему

5

хвилин на
перевірку

*Коротка регулярна
перевірка зменшує ризик
непомітного доступу
сторонніх.*

Правила безпечного користування

месенджерами та навчальними платформами для студентів!

- Недопущення передачі третім особам паролів, кодів підтвердження та даних для входу до облікових записів.
- Використовуйте складні паролі та не повторюйте один пароль для різних акаунтів. Увімкніть двофакторну автентифікацію (2FA), де це можливо.
- Не повідомляйте нікому паролі, коди підтвердження, дані банківських карток чи іншу конфіденційну інформацію.
- Перевіряйте посилання та файли перед відкриттям.
- Не переходьте за підозрілими посиланнями навіть від знайомих, якщо повідомлення виглядає незвично.
- Налаштуйте приватність профілю: обмежте, хто може бачити ваші публікації, номер телефону, фотографії та додавати вас до груп.
- Не публікуйте зайві персональні дані — адресу проживання, документи, паролі, точне місцезнаходження тощо.
- Перевіряйте інформацію, особливо новини, повідомлення про навчання, стипендії чи фінансові виплати.
- Поважайте інших користувачів: не поширюйте образи, погрози, дискримінаційний контент чи приватні матеріали інших людей без їхньої згоди.

Захист власного акаунта

- Увімкніть двоетапну перевірку та додайте актуальну пошту для відновлення
- Встановіть код блокування Telegram і блокування екрана телефона
- Перевіряйте список активних сеансів та завершуйте невідомі
- Оновлюйте Telegram і операційну систему
- Нікому не передавайте коди входу, навіть знайомим

Код входу = ключ від акаунта



Паролі та фішингові повідомлення

НАДІЙНИЙ ПАРОЛЬ

- Окремий для кожного важливого сервісу
- Довга парольна фраза, яку складно вгадати
- Зберігання в менеджері паролів

Не надсилайте пароль у чаті й не зберігайте його у відкритих нотатках.

ОЗНАКИ ФІШИНГУ

- Термінове прохання перейти за посиланням
- Запит коду входу, пароля або банківських даних
- Незвична адреса сайту чи файл без пояснення
- Повідомлення від знайомого, яке не схоже на нього

Сумніваєтесь — перевірте відправника іншим способом.

Правила навчальної Telegram-групи

Правила варто закріпити одним повідомленням і періодично нагадувати.

- | | | |
|---|---------------------|--|
| 1 | Навчальна мета | Повідомлення стосуються навчання, організації занять і безпеки. |
| 2 | Повага | Заборонені образи, недоречний контент, цькування та приниження. |
| 3 | Приватність | Без згоди не публікуємо чужі фото, номери телефонів і листування в груповому чаті. |
| 4 | Справжня особа | Не видаємо себе за інших і не копіюємо їхнє ім'я для введення в оману. |
| 5 | Швидке повідомлення | Про підозрілий профіль або інформацію одразу пишемо адміністратору. |

Щоденна цифрова гігієна

- | | | |
|----|-------------------|--|
| 01 | Публікації | Не поширюйте адресу, документи, розклад та інші персональні дані. |
| 02 | Посилання й файли | Перевіряйте адресу сайту. Не відкривайте невідомі файли та програми. |
| 03 | Пристрої | Ставте оновлення, блокуйте екран і не залишайте активний акаунт на чужому пристрої. |
| 04 | Спілкування | Не пересилайте принизливий контент. Не підтримуйте цькування реакціями чи коментарями. |

Перед публікацією запитайте себе: чи не зашкодить це мені або іншій людині?

Дії у підозрілій ситуації

1

Не відповідати

Не провокувати продовження й не пересилати контент.

2

Зберегти докази

Скриншоти профілю, @username, часу та повідомлень.

3

Повідомити

Адміністратора групи, майстра або іншу відповідальну особу.

4

Заблокувати й поскаржитися

Скористатися функціями Telegram після фіксації доказів.

5

Захистити акаунт

Перевірити сеанси, змінити пароль двоетапної перевірки.



Перевірка після бесіди

Відповідаємо коротко й пояснюємо вибір

1 Чи доводять ім'я та фото, хто саме пише?

2 Що потрібно зробити з невідомим активним сеансом?

3 Кому слід повідомити про підозрілий профіль у групі?

4 Чи можна надсилати код входу другові або адміністратору?

5 Що фіксуємо перед блокуванням підозрілого акаунта?