

Jak bezpiecznie korzystać z urządzeń mobilnych?



Kliknij i sprawdź



Zasady bezpiecznego korzystania z urządzeń mobilnych



Stosuj kod PIN lub zabezpieczenia biometryczne



Pobieraj aplikacje tylko z zaufanych źródeł



Aktualizuj oprogramowanie systemowe



Instaluj tylko naprawdę potrzebne aplikacje



Zapewnij backup danych



Nie zostawiaj swojego telefonu bez opieki

POKOLENIE SMARTFONA

na długość czasu korzystania z internetu mocno wpływa płeć nastolatków



Dziewczęta częściej niż chłopcy łączą się z siecią za pomocą telefonu komórkowego i smartfonu



dziewczęta: **211,5 minut** dziennie
chłopcy: **165,2 minut** dziennie

Chłopcy więcej czasu przebywają w sieci przy wykorzystaniu komputera stacjonarnego






dziewczęta: **28,5 minut** dziennie
chłopcy: **97,3 minut** dziennie

Chłopcy więcej czasu przebywają w sieci przy wykorzystaniu konsoli do gier



dziewczęta: **13,9 minut** dziennie
chłopcy: **27,0 minut** dziennie

TELEFON BARDZO NAS ABSORBUJE *****

	Często	Czasami	Łącznie
 sprawdzamy wiadomości i powiadomienia od razu po przebudzeniu	44%	28%	72%
 rozpraszamy się podczas rozmowy, ponieważ jednocześnie używamy komórki	14%	37%	51%
 nie możemy się skoncentrować na lekcji ponieważ sprawdzamy powiadomienia w telefonie	8%	23%	31%

BEZ TELEFONU POD RĘKĄ

Czujemy lęk i niepewność
dziewczęta **49%** - chłopcy **35%**

Czujemy się samotni
dziewczęta **32%** - chłopcy **20%**

Jesteśmy przygnębieni
dziewczęta **28%** - chłopcy **20%**



Czujemy ulgę
dziewczęta **18%** - chłopcy **16%**

Jesteśmy szczęśliwi
dziewczęta **18%** - chłopcy **16%**

Nie czujemy nic szczególnego
dziewczęta **23%** - chłopcy **33%**

NOWE TECHNOLOGIE ZAJMUJĄ NAM ZBYT WIELE CZASU *****

54% poświęcamy zbyt wiele czasu na korzystanie z telefonu

58% próbowaliśmy ograniczyć granie w gry komputerowe

41% zbyt dużo czasu tracimy na media społecznościowe

staraliśmy się nie tracić tylu godzin na media społecznościowe

57%

26% gramy zbyt wiele

próbowaliśmy ograniczyć czas spędzany z komórką

52%



LUBIMY MIEĆ WYBÓR

OGŁĄDAMY TYLKO TO, CO CHCEMY *

62% z nas ogląda programy, filmy i seriale na platformach streamingowych

31% z nas wybiera YouTube

GRY VIDEO **

90% z nas gra w różne gry – na smartfonie, komputerze lub konsoli do gier



Dziewczyny: **83%** z nas gra w gry video
Chłopcy: **97%** z nas gra w gry video



TV? CORAZ RZADZIEJ *

Jedna czwarta z nas ogląda TV **4h lub więcej**

30% godzinę, lub krócej, ale tylko **2%** stawia głównie na TV

Spędzamy przed smartfonem przeciętnie **ok 5 godzin dziennie** – tyle samo, czasu co **dorosli przed TV (5 h 40 min) *****

NASTOLATKI 2018

NASK akademia