

Кафедра компьютерной инженерии и моделирования

отчет по лекции

**«Цифровая гигиена и личная безопасность в интернете»**

Выполнила:  
студентка 1 курса группы  
ПИ-б-о-241(1)  
Колбасина Екатерина Павловна

Проверил:  
Заведующий  
кафедрой компьютерной  
инженерии и моделирования  
Милюков В. В.

Симферополь, 2025

Сегодня я провела важную беседу со своими родными и близкими людьми, рассказывая им о современных киберугрозах и распространенных мошеннических схемах. Используя предоставленные материалы и слайды, я поделилась примерами наиболее популярных методов атак, таких как:

- **ДТП с родственниками**
- **Звонки от начальника**
- **Служба безопасности банка**
- **Взлом социальных сетей**
- **Сомнительные сайты**
- **Смартфонные угрозы**
- **Электронная почта**
- **Онлайн-общение с будущими работодателями**
- **Фальшивые операторы сотовой связи**
- **Другие распространенные сценарии**

Я подчеркнула важность принятия мер предосторожности и предусмотрительности при столкновении с подобными ситуациями.

### **Предупреждение близких**

Все мои близкие были проинформированы о возможных угрозах и получили инструкции по следующим действиям:

- Проверять подлинность звонка или сообщения, связываться непосредственно с источником, если возникают подозрения.
- Использовать двухфакторную аутентификацию везде, где это возможно.
- Не вводить конфиденциальные данные на сомнительных веб-сайтах.
- Регулярно обновлять антивирусное ПО и операционную систему смартфона.
- Обращать внимание на адресата писем и ссылок.
- Игнорировать запросы личных данных от незнакомцев или лиц, представляющихся официальными структурами.

Теперь они осознают потенциальные риски и знают, как действовать в критических ситуациях.

## **Собственная защита**

Чтобы обеспечить свою собственную защиту, я предприняла ряд шагов:

- Установила двухфакторную аутентификацию на всех значимых сервисах.
- Обновила программное обеспечение своего смартфона и ПК.
- Настроила ограничения на установки приложений из сторонних источников.
- Удаляю куки регулярно и использую режим приватного просмотра.
- Установила правило проверять достоверность любой важной информации, полученной онлайн.

Эти меры значительно снизили вероятность стать жертвой мошенников.

## **Уроки, извлечённые из лекции**

Во время подготовки и обсуждения материала я извлекла важные уроки:

1. **Предусмотрительность:** Всегда проверяйте источник запросов личной информации.
2. **Оперативность:** Реагируйте осторожно и внимательно на любые экстренные требования действий.
3. **Двухфакторная аутентификация:** Используйте дополнительную меру защиты везде, где это доступно.
4. **Осторожность с покупками онлайн:** Ограничьте использование одной карты и будьте внимательны при оплате.
5. **Регулярное обновление ПО:** Поддерживайте своё устройство в актуальном состоянии.
6. **Проверка ссылок и вложений:** Будьте бдительны и изучайте адрес отправителей.
7. **Информирование окружающих:** Распространяйте знания о существующих угрозах среди родных и коллег.

## **Рекомендации по защите от мошенников**

Следующие рекомендации помогут избежать попадания в ловушки мошенников:

- Проявляйте особую осторожность при получении неожиданных сообщений или звонков.

- Запрашивайте подтверждение личности у тех, кто запрашивает личную информацию.
- Используйте виртуальные банковские счета и одноразовые платежные инструменты.
- Держите контактные телефоны официальных учреждений под рукой.
- Постоянно обновляйте свои знания о новых видах мошенничества.
- Устанавливайте надежные программы для проверки вирусов и угроз.

## **Вывод**

Данная лекция, была чрезвычайно полезна, поскольку помогла повысить осведомленность моей семьи и меня самой относительно множества опасностей, связанных с Интернетом и цифровым пространством. Теперь моя семья подготовлена к возможным попыткам мошенничества, и я уверена, что такие беседы помогут многим людям защитить себя и своих близких от финансовых потерь и эмоциональных потрясений.