**Bài Tuyên truyền sử dụng mạng xã hội an toàn, hiệu quả**

Kính thưa! Quý bậc phụ huynh, quý thầy cô giáo cùng toàn thể các em học sinh yêu quý!

Ngày nay, các mạng xã hội như: Facebook, zalo... đã phủ sóng khắp toàn cầu. Người ta đang sử dụng mạng xã hội mọi lúc, mọi nơi, thậm chí bất cứ khi nào họ rảnh là lôi chiếc điện thoại ra lướt mạng như một thói quen mà phớt lờ sự thật: Mạng xã hội là con dao hai lưỡi. Nó đem lại cho ta rất nhiều lợi ích nhưng cũng không ít tác hại. Vậy mạng xã hội là gì mà lại được nhiều người, thậm chí cả bạn và tôi đều yêu thích sử dụng đến vậy?

Mạng xã hội là khái niệm chỉ chung các dịch vụ kết nối thành viên, bạn bè qua Internet. Các dịch vụ, ứng dụng này cho phép người dùng chia sẻ thông tin qua tin nhắn hoặc gọi điện trực tuyến. Có thể nói, mạng xã hội là một trong những sản phẩm khoa học trí tuệ của con người trong thời đại bùng nổ công nghệ thông tin như hiện nay.Vậy mạng xã hội đem lại lợi ích gì cho bạn và tôi?

Trước tiên, mạng xã hội là phương tiện truyền thông vô cùng đắc lực, cho phép các thành viên đăng tải nhiều tin tức như một bài báo, một tin nhắn, một chương trình trực tiếp. Với mạng xã hội, người ta còn có thể quảng cáo cho sản phẩm của mình, từ những lượt like (thích) hay share (chia sẻ) đến với người tiêu dùng.

Với người tiếp nhận, họ sẽ nắm bắt được toàn bộ thông tin phong phú, đa dạng. Nếu từng dùng mạng xã hội, chắc chắn bạn đã ít nhất một lần bất ngờ, thích thú vì một trạng thái chia sẻ cách ứng xử trong cuộc sống, một vài kinh nghiệm trong học tập.

Điều đáng nói là mọi thông tin với cả người truyền và nhận đều được xử lý, cập nhật một cách nhanh chóng. Ví dụ, bạn ở căn phòng bé nhỏ của mình tại Đắk Lắk nhưng với mạng xã hội, lại có thể xót xa, thương cảm khi thấy 1 em nhỏ bị tai nạn giao thông. Với lợi ích vượt bậc của mình, mạng xã hội đang trở thành phương tiện truyền thông thực sự sinh động, phong phú, hấp dẫn.

Bên cạnh đó, mạng xã hội còn có chức năng giải trí. Nó giúp bạn thư giãn bằng các bản nhạc, câu nói, clip hài hước và giúp bạn tạm quên đi buồn lo từ cuộc sống bằng các trò chơi vô cùng thú vị. Bạn cũng có thể nói chuyện phiếm, tán gẫu với bạn bè qua các tin nhắn, bình luận. Mạng xã hội còn cho bạn sống lại những khoảnh khắc nhắng nhít, hồn nhiên bằng việc đăng tải các bức ảnh selfie.

Hơn thế nữa, tính năng mà mọi ứng dụng xã hội đều có là giao lưu, kết bạn, mở rộng quan hệ với bạn bè, đối tác mà khoảng cách địa lý không còn là trở ngại. Còn gì tuyệt hơn nếu bạn được trò chuyện với thần tượng của mình?

Mạng xã hội có thật nhiều ích lợi. Nhưng dù thế nào, người ta cũng không thể phủ nhận rằng mạng xã hội cũng có không ít tác hại. Trước hết là về mặt thể chất của con người. Nếu dùng mạng liên tục trong thời gian dài, ánh sáng nhân tạo và bức xạ từ màn hình vi tính, điện thoại sẽ gây ảnh hưởng tiêu cực cho cả mắt và não bộ. Mạng xã hội còn cướp đi thời gian vận động, tập luyện thể dục thể thao của con người, hậu quả là càng ngày chúng ta càng tăng nguy cơ mắc các bệnh về xương, hay béo phì, tiểu đường...

Chẳng những gây hại về sức khỏe, sản phẩm công nghệ này còn tác động tiêu cực về mặt tinh thần của con người, đặc biệt là giới trẻ. Do nguồn thông tin trên mạng không có ai giám sát, kiểm duyệt nên còn tràn lan rất nhiều thông tin sai lệch, văn hóa phẩm đồi trụy, trong khi giới trẻ còn chưa đủ nhận thức để sàng lọc thông tin, dễ dẫn đến nhận thức lệch lạc, kéo theo đó là hành động sai lầm như: giết người, nghiện hút, mại dâm...

Nhưng chưa hết, mạng xã hội còn giết thời gian giao lưu, khám phá thế giới bên ngoài của giới trẻ. Từ đó, nó khiến con người rơi vào tình trạng “sống ảo” và thiếu đi những kỹ năng mềm. Họ trở nên rụt rè, thiếu tự tin, đặc biệt là không có trải nghiệm, kĩ năng thực tế.

Lúc này, mạng xã hội chính là một con sâu gặm nhấm sức khỏe, tinh thần của những chủ nhân tương lai của đất nước trong âm thầm, lặng lẽ phá hủy tương lai của cả một dân tộc. Một lần nữa, nên hay không sử dụng mạng xã hội? Mạng xã hội không tốt cũng chẳng xấu, nó chính là chính bản thân nó thôi. Nên hay không, phụ thuộc vào cách mà ta sử dụng nó.

Chúng ta cần nhận thức rõ mặt lợi, hại của mạng xã hội để không là tín đồ ngu muội mà là người sử dụng một cách thông minh, hiệu quả. Các bạn cần hướng tới cái cái tích cực, trong sáng, lành mạnh, cái đẹp, cái có ích, đừng lên mạng xã hội quá nhiều, chỉ dùng một cách có mức độ khi cần thiết, không kết bạn dễ dãi, không đưa lên facebook, zalo những nội dung xấu, hay những điều vụn vặt, vô nghĩa lí. Chúng ta phải thận trọng với những nội dung mình đưa lên, tuyệt đối không xúc phạm người khác, làm ảnh hưởng xấu đến người khác, không để lộ mình quá nhiều, đừng coi nó như nhật kí mà cái gì cũng đưa vào đó.

Đặc biệt, người dùng phải giữ gìn sự trong sáng của tiếng Việt, không nói tục, chửi bậy, viết tắt, viết kí hiệu, xuyên tạc tiếng Việt, lạm dụng tiếng nước ngoài, “sáng tạo” những chữ dở Tây dở ta,…. Chúng ta không nên phí hoài thời gian quý báu của đời mình vào những bình luận không có ý thức xây dựng, thờ ơ, tò mò, phải tỉnh táo nhận biết đúng sai, phải trải, tránh mọi cạm bẫy, không a dua theo kiểu “tâm lí đám đông”.

Các bạn hãy biết lên tiếng khi cần thiết và hãy học cách im lặng, hãy sống tích cực với cuộc đời thực, mở lòng với cuộc sống xung quanh, tích cực tham gia những hoạt động có ích cho cộng đồng để không phải là người suốt ngày chỉ biết “ôm” điện thoại. Cuộc sống thực vô cùng rộng lớn và hấp dẫn với bao điều bí ẩn, diệu kì sao ta lại chỉ đắm chìm trong thế giới ảo?

Chúng ta hãy là người thông minh để dùng mạng xã hội một cách hiệu quả chứ không là nạn nhân của nó. Hãy tập trung cao độ vào học tập, hãy cố gắng hết mình để mà tỏa sáng. Và hãy nhớ, đừng mê mạng xã hội mà quên đọc sách, đừng mải nói chuyện với người trên mạng mà quên giao tiếp với người thân, đừng “phây, chát” đến phờ phạc, phí phạm đời mình vào những điều vô nghĩa, các em nhé!

Chương trình tuyên truyền, hướng dẫn học sinh sử dụng mạng an toàn, hiệu quả của chúng ta đến đây là hết. Xin trân trọng cảm ơn sự quan tâm của các thầy cô giáo, các bạn.

Tổng phụ trách đội

Trần Thị Thùy Dung

**Cách sử dụng mạng xã hội hiệu quả & thông minh cho học sinh**

***Mạng xã hội ngày càng phổ biến và trở thành một phần không thể thiếu trong cuộc sống hiện đại. Nhiều trẻ em cũng được tiếp xúc với điện thoại, có tài khoản mạng xã hội ngay khi đang ngồi trên ghế nhà trường. Vậy mạng xã hội có thực sự phù hợp cho trẻ? Học sinh cần trang bị kỹ năng sử dụng mạng xã hội như thế nào để an toàn và hiệu quả nhất? Là học sinh em nên sử dụng mạng xã hội như thế nào là thông minh?***

**I. Lợi ích của mạng xã hội**

Không thể phủ nhận rằng mạng xã hội mang lại rất nhiều lợi ích cho người dùng. Mạng xã hội cho phép các con kết nối, chia sẻ cùng nhau ngay cả khi không đến lớp. Con có thể liên lạc với bạn để chia sẻ tài liệu, trao đổi học tập hay giúp nhau giải đáp thắc mắc ở lớp.

Mạng xã hội còn là sợi dây để học sinh được kết nối với những người có cùng sở thích. Rất nhiều hội nhóm trên mạng xã hội như “cộng đồng đam mê hội họa” , “nghệ thuật gấp giấy origami” hay “nhóm chơi rubik” thu hút hàng ngàn lượt tham gia từ các bạn học sinh. Qua việc tham gia các hội nhóm ấy, các con được thể hiện đam mê, phát triển tài năng của mình.

Các con cũng có thể kết bạn với học sinh trong trường, trong khu mình sống thậm chí là kết bạn với những người bạn nước ngoài. Khoảng cách địa lý hay thời gian không còn là trở ngại cho những tình bạn đẹp xuyên quốc gia.

Bên cạnh đó, rất nhiều tài liệu học tập bổ ích được chia sẻ trên mạng xã hội. Đây sẽ là nguồn tài nguyên to lớn để phục vụ việc học tập và nghiên cứu của học sinh.

**II. Những mối nguy hại tiềm ẩn khi sử dụng mạng xã hội**

Chắc chắn việc sử dụng mạng xã hội không đúng cách sẽ mang lại nhiều mối nguy hại, đặc biệt là cho học sinh – lứa tuổi chưa có nhiều kinh nghiệm sống, dễ bị kẻ xấu lợi dụng.

**1. Nguy cơ bị lừa đảo**

Mạng xã hội là nơi hoạt động của nhiều đối tượng lừa đảo. Học sinh lại là thành phần còn non nớt về kiến thức cũng như kỹ năng sống nên dễ trở thành mục tiêu của kẻ xấu. Chúng tìm hiểu và tiếp cận với các em học sinh, dò hỏi thông tin cá nhân của trẻ để sử dụng với nhiều mục đích khác nhau.

Nếu trẻ không cảnh giác thì rất dễ bị dụ dỗ, trở thành nạn nhân của các vụ lừa đảo, bắt cóc tống tiền hay bị bán thông tin.

**2. Ảnh hưởng tới sức khỏe**

Nghiện mạng xã hội cũng gây ảnh hưởng đến sức khỏe của học sinh. Nhiều em sử dụng mạng xã hội trong thời gian dài gây đau mỏi mắt, đau lưng, mất ngủ. Khi dành nhiều thời gian sử dụng mạng, các hoạt động thể dục thể thao cũng ít được các em quan tâm hơn. Ngày càng có nhiều học sinh bị cận thị, nhược thị, béo phì do nguyên nhân lớn là dùng mạng xã hội, dùng máy tính, điện thoại không kiểm soát.

**3.  Ảnh hưởng tới học tập**

Mạng xã hội có sức hút rất lớn đối với người dùng, đặc biệt là các bạn trẻ. Mạng xã hội mang tới những thông tin mới lạ, những người bạn từ khắp mọi nơi hay sự dễ dàng trong việc kết nối với bạn bè, người thân. Vì vậy có nhiều bạn bỏ bê học tập, không làm bài về nhà chỉ vì nghiện mạng xã hội. Điều này làm tình hình học tập của các em bị sa sút, lâu dần dẫn tới mất gốc, chán học thậm chí làm nảy sinh tâm lý muốn bỏ học.

**III.  Kỹ năng sử dụng mạng xã hội an toàn**

“Có nên cho con tiếp xúc với mạng xã hội hay không” luôn là chủ đề gây tranh cãi. Nhiều bố mẹ cấm tuyệt đối, không cho phép con dùng điện thoại và mạng xã hội. Tuy nhiên điều này rất dễ phản tác dụng vì trẻ con thường thích khám phá và tò mò, điều bố mẹ cấm đôi khi lại là điều kích thích khiến con lén dùng mạng xã hội. Thay vì cấm cản, bố mẹ có thể hướng dẫn con sử dụng mạng xã hội an toàn, hiệu quả, có văn hóa.

**1.  Bảo mật thông tin cá nhân**

Những thông tin như tên thật, tuổi, trường lớp, địa chỉ nhà, ảnh cá nhân hay các loại mật khẩu là những thông tin cá nhân, cần được bảo mật, không nên chia sẻ những thông tin này trên mạng. Bố mẹ cũng nên hướng dẫn con bảo mật tài khoản 2 lớp để tránh bị lấy cắp tài khoản phục vụ cho những mục đích xấu.

Nếu trẻ còn nhỏ, những bài đăng trên mạng cũng nên giới hạn người xem là bạn bè, để tránh sự nhòm ngó từ người lạ.

**2.  Suy nghĩ kỹ trước khi chia sẻ bất cứ điều gì**

Mạng xã hội vẫn luôn là con dao hai lưỡi, vì vậy trước khi bình luận, chia sẻ hay đăng tải bất cứ thông tin gì con cần phải tìm hiểu và suy nghĩ kỹ. Vì những bài đăng trên mạng sẽ có nhiều người xem, có thể con sẽ bị người khác soi mói, đánh giá, bình luận tiêu cực khiến con thấy buồn hay lo sợ.

Bên cạnh đó, thông tin được đăng tải trên mạng xã hội không phải lúc nào cũng đúng. Có rất nhiều tin sai sự thật, tin kích động chống phá nhà nước,… được lan truyền trên mạng. Nếu không tìm hiểu kỹ thì con có thể chia sẻ, tin tưởng vào các nguồn tin sai trái, ảnh hưởng đến nhận thức, tiếp tay cho kẻ xấu lan truyền tin giả.

Các con có thể nhờ sự giúp đỡ từ bố mẹ để xem thông tin mình định chia sẻ có đúng sự thật không, có phù hợp để chia sẻ không.

**3. Ứng xử văn minh trên mạng**

Nhiều trẻ nghĩ rằng mạng xã hội là ảo, con có làm gì thì cũng không ảnh hưởng đến bản thân và người khác. Tuy nhiên, mạng cũng là một xã hội thu nhỏ, tất cả những điều con làm trên mạng đều có thể ảnh hưởng đến bản thân con và mọi người.

Khi nhìn thấy nội dung bạo lực, con có bình luận cổ vũ không? Nhìn thấy điều con không thích, con có để lại những bình luận chê bai, chỉ trích nặng nề? Gặp một chủ đề gây tranh cãi, con có bất chấp tất cả để bảo vệ ý kiến của mình? Hay khi buồn bực, con có trút giận lên những người con thấy trên mạng xã hội không?

Tất cả những hành động không suy nghĩ đều có thể làm người bị chỉ trích thấy buồn và mặc cảm. Nghiêm trọng hơn, nhiều từ ngữ quá khích có thể khiến người khác tổn thương tinh thần, dẫn đến trầm cảm, thậm chí là tự tử.

Vì vậy hãy sử dụng mạng xã hội một cách văn minh, không hùa theo cộng đồng mạng để chửi rủa, miệt thị người khác. Nếu có điều gì buồn bực hay bất đồng quan điểm với bạn bè, người thân, con hãy chọn cách nói chuyện trực tiếp để cùng nhau đưa ra cách giải quyết phù hợp. Mạng xã hội là ảo nhưng nỗi đau là thật, đừng để một dòng chữ trong lúc không suy nghĩ làm ảnh hưởng đến cuộc đời của một con người.

**4. Nhận biết các dạng lừa đảo qua mạng**

Hiện này có rất nhiều dạng lừa đảo qua mạng. Kẻ xấu có thể tạo một tài khoản ảo, kết bạn và trò chuyện với con để lấy lòng tin sau đó dò hỏi những thông tin của con. Chúng có thể đóng vai một người bạn, muốn con cung cấp thông tin để gửi quà. Tuy nhiên các con luôn nhớ nguyên tắc “không chia sẻ thông tin cá nhân”, đặc biệt là chia sẻ trên mạng xã hội để không trở thành nạn nhân của lừa đảo. Bên cạnh đó, con cũng cần cẩn thận với các trò chơi trúng thưởng, không nên nhấn vào đường link lạ để tránh bị mất tài khoản hay bị đánh cắp thông tin.

Nếu có người yêu cầu các con gửi ảnh cá nhân, đặc biệt là ảnh nhạy cảm, hãy từ chối ngay và nói với bố mẹ. Đây cũng là một dạng lạm dụng cần được đề phòng và tránh xa.

**5. Giới hạn thời gian sử dụng mạng xã hội**

Bố mẹ nên thống nhất và giới hạn thời gian sử dụng mạng xã hội cho con. Con chỉ nên sử dụng khi có điều cần trao đổi với bạn bè, thầy cô. Hoặc con có thể sử dụng mạng xã hội để giải trí sau khi đã hoàn thành các việc cần thiết.

Với các bạn còn nhỏ, bố mẹ nên giới hạn mục đích sử dụng của con, việc dùng mạng xã hội chỉ để liên lạc, trao đổi học tập với bạn và thầy cô dưới sự giám sát của bố mẹ.

Bố mẹ cũng nên dành nhiều thời gian bên con, hạn chế dùng mạng xã hội trước mặt con để đảm bảo sự thống nhất trong việc giáo dục và làm gương cho con.

Hi vọng bài viết trên đây giúp em hiểu được,  là một học sinh em cần làm gì để sử dụng có hiệu quả mạng internet.

**Tổng phụ trách đội**

**Trần Thị Thùy Dung**