

스마트폰 이용 자율 실천 규칙 표준안

I. 안전(Safety) 부문

규칙	1. 필요한 어플리케이션만 다운로드 하기
설명	위변조된 어플리케이션 속에는 위험한 악성코드가 포함될 가능성이 있습니다. 따라서 꼭 필요한 어플리케이션만 안전한지 검증 과정을 거쳐 다운로드 하는 것이 좋습니다.

규칙	2. 보낸 사람이 명확하지 않거나 의심스러운 메시지 및 메일 삭제하기
설명	문자메세지나 메일의 첨부파일이나 링크에는 악성코드가 포함되어 있는 사례가 많습니다. 따라서 아예 열어보거나 클릭하지 말고 삭제하는 것이 좋습니다.

규칙	3. 암호를 설정하고 정기적으로 변경하기
설명	스마트폰 속에는 나와 주위사람의 소중한 개인정보가 포함됩니다. 이 정보가 타인에게 제공되면 심각한 피해를 줄 수 있기 때문에 꼭 암호를 설정하여 나와 내 주위 사람을 보호해야 합니다.

규칙	4. 스마트폰 백신 프로그램 설치하기
설명	백신 프로그램을 반드시 설치하고, 최신버전으로 업데이트를 실시해야 합니다. 더불어 정기적인 바이러스 검사를 통해서 스마트폰의 안전을 확인하는 습관이 필요합니다.

규칙	5. 스마트폰 플랫폼 바꾸지 않기 (탈옥 및 루팅)
설명	스마트폰 플랫폼을 바꾸면 보안기능에 취약할 수 있으며, 변경과정에서 스마트폰이 작동불능 상태가 되는 사례가 빈번합니다.

규칙	6. 블루투스나 와이파이를 사용할 때만 켜놓기
설명	블루투스나 와이파이를 이용한 악성코드 유포 사례가 늘고 있습니다. 평소 꺼놓다가 필요할 때만 사용하는 것이 전원낭비를 줄이고 해킹 등의 위험요소도 줄일 수 있습니다.

규칙	7. 과도한 개인정보를 올리지 않기
설명	자신의 개인정보는 물론 친구에 관련된 정보를 올리는 것은 보이스피싱 등에 노출될 수 있습니다. 따라서 생일사진이나 다른 사람의 사진 등을 올리는 행위는 자제해야 합니다.

규칙	8. 타인의 저작물을 동의없이 올리지 않기
설명	타인의 저작물을 동의 없이 올리면 저작권법에 의해서 처벌을 받습니다. 따라서 저작권자의 허락을 구하거나 저작권과 무관한지를 살펴보는 습관이 중요합니다.

규칙	9. 걸을 때 스마트폰을 이용하지 않기
설명	인도나 횡단보도를 걸으면서 스마트폰을 보는 것은 큰 사고를 유발할 수 있습니다. 따라서 걸을 때는 반드시 스마트폰보다 전방과 좌우를 살피면서 걸어야 합니다.

규칙	10. 허위 글을 게시하거나 퍼나르지 않기
설명	사이버공간은 현실공간보다 파급력이 훨씬 큼니다. 따라서 허위로 올린 글이 짧은 시간 동안 엄청난 파장을 몰고 올라올 수 있습니다. 그리고 이로 인해 게시자나 퍼나른 사람 모두 처벌의 대상이 될 수 있으므로 절대 해서는 안됩니다.

2. 태도 (Attitude)

규칙	1. 장시간 스마트폰을 사용할 때 반드시 쉬는 시간을 갖기
설명	스마트폰을 오래 사용할 때는 중간 중간 쉬는 시간을 갖고 스트레칭이나 가벼운 운동으로 뇌와 근육의 긴장을 풀어줘야 합니다.

규칙	2. 다른 사람과 함께 할 경우 스마트폰은 넣어두기
설명	식사시간이나 대화를 할 때처럼 다른 누군가와 의사소통을 할 때에는 기초적인 예절로 스마트폰을 가방이나 주머니에 보이지 않게 넣어둡니다.

규칙	3. 바른 자세로 스마트폰 사용하기
설명	스마트폰을 할 때는 일정한 거리를 두고, 바른 자세로 해야 스마트폰으로 인한 다양한 신체적 질병을 예방할 수 있습니다.

규칙	4. 필요할 때만 스마트폰 사용하기
설명	식사를 할 때나 화장실에 갈 때 등 스마트폰이 굳이 필요하지 않을 경우에는 스마트폰을 사요하지 않습니다.

규칙	5. 잠자기 전 스마트폰 사용하지 않기
설명	잠자기 전이나 저녁 식사 시간이후에는 스마트폰을 꺼두거나 매너모드로 전환해서 불필요한 두뇌활동을 줄이고 편안한 상태로 잠자리에 들 수 있도록 합니다.

규칙	6. 가정에서는 가족의 스마트폰 함께 모아두기
설명	신발장이나 식탁 위 등 가족이 정해놓은 장소에 스마트폰을 함께 모아둡으로써 불필요한 스마트폰의 사용을 줄이고 가족간의 대화의 시간을 갖으려 노력합니다.

규칙	7. 자신의 스마트폰 사용 습관을 점검하기
설명	하루의 끝이나 한 주에 한 번씩 자신의 스마트폰 사용 습관을 반성해보고 새롭게 시작될 하루나 한 주에 스마트폰 사용 계획을 세워 규칙적으로 스마트폰을 사용합니다.

규칙	8. 나만의 스마트폰 사용 수칙 만들기
설명	스마트폰은 사람마다 사용하는 용도가 다르기 때문에 자기 자신에 맞는 스마트폰 사용 수칙을 정하고 스스로 조절하며 절제하는 습관을 갖도록 합니다.

규칙	9. 메시지 작성시 신중하게 생각하고 올리기
설명	메시지를 통해 다른 사람에게 자신의 생각이나 느낌을 전할 때는 오해의 소지가 있을 수도 있으니 상대방의 감정과 상황을 잘 파악하고 신중하게 메시지를 작성합니다.

규칙	10. 스마트폰에 과도하게 의지하지 않기
설명	무엇인가 궁금한 것이 생겼을 때는 바로 스마트폰을 통해 모르는 것을 확인하기 보다는 대화나 깊이 생각해보고 스스로 사고하고 기억하는 습관을 가집니다.

규칙	11. 사이버 공간에서 타인 괴롭히지 않기
설명	사이버 공간에서는 사소한 말과 행동이 상대방에게 상처를 입힐 수도 있음을 기억하고 실생활에서처럼 다른 사람을 배려하고 아끼는 마음을 가져야 합니다.

규칙	12. 사이버 상에서 문제 발생 시 부모님이나 선생님께 도움 요청하기
설명	사이버 저작권 침해나 명예 훼손 등 법적인 문제가 발생하거나 사이버 폭력을 경험했을 경우, 혼자서 문제를 해결하기 보다는 주변 어른들의 도움을 받아 신속히 문제를 해결합니다.

규칙	13. 사이버 상의 정보를 맹신하지 않기
설명	사이버 상에 올라온 다양한 정보들은 모두 올바른 것이 아님을 인식하고 비판적으로 정보를 바라보고 다양한 정보를 종합하여 균형잡힌 지적 향상을 위해 노력합니다.

본 수칙에서 제시하는 애매모호한 표현은 학급에서 좀 더 토의 토론을 통해 구체적으로 진술해 봅시다.