

# Гималайский трекинг

## [Разминочное Упражнение]

starter\_activ\_circular\_400px-with-te

Картинка. Надпись на картинке: Разминочные Упражнения

Рисунок на картинке: темно-синий круг. В центре круга желтый водоросль с корнями

Данное упражнение является **вводным**, оно направлено на повышение осведомленности участников\_ц о мобильной безопасности, а также на то, чтобы участники\_цы и фасилитаторы\_ки оценили, какие меры безопасности предпринимают участники\_цы и какие уязвимые места могут быть наиболее приоритетными для устранения. Мы рекомендуем проводить это упражнение в начале семинара, посвященного мобильной безопасности.

## Цели обучения, которым отвечает данное упражнение

- Совместное применение и практическое использование стратегии и тактики для мобильной безопасности и для того, чтобы управлять влиянием наших мобильных коммуникаций на нас самих, наших коллег, наши движения.

## Для кого предназначено данное упражнение?

Упражнение может быть полезно для всех, кто пользуется мобильным телефоном или когда-либо пользовался им.

## Продолжительность

На это упражнение потребуется около **30 минут**.

# Техника проведения

Фасилитатор\_ка просит участников\_ц встать в линию плечом к плечу. Задайте участникам\_цам вопросы о мобильной безопасности. Попросите их делать шаг вперед, если они отвечают на вопрос «да», и шаг назад, если они отвечают «нет».

## Вопросы для примера

- Есть ли у вас блокировка экрана?
- Используете ли вы блокировку приложений?
- Есть ли у вас незарегистрированная SIM-карта?
- Используете ли вы альтернативную электронную почту (не основной аккаунт электронной почты) для своего телефона?
- Настроен ли на вашем телефоне удаленный доступ (приложение «Найти мой телефон»)?
- Включены ли на вашем телефоне сервисы определения местоположения?
- Есть ли на вашем телефоне резервная копия медиа файлов (фотографии, сообщения, видео, и т.д.)?
- Установлен ли у вас на телефоне антивирус?

## Подведение итогов - 5-10 минут

Спросите участников\_ц, есть ли у них комментарии или наблюдения, которыми они хотели бы поделиться. Фасилитатор\_ка, подведите итоги и соедините трекинг участников\_ц с программой дня или серией семинаров, которые вы будете проводить вместе.

\*Картинка с рисунком. На рисунке растения синего цвета

[image-1605452256073.png](#)

---

Revision #2

Created 24 April 2023 17:27:03 by Kira

Updated 26 April 2023 03:35:11 by Kira