

PRÀCTIQUES · 2n TRIMESTRE

Digitalització 4t ESO — U4 Seguretat · U5 Benestar · U6 Ciutadania · U6b Mitjans

Nom: _____ Curs/Grup: _____

Pràctiques del trimestre:

- P1. Auditoria de seguretat del dispositiu (U4)
- P2. Gestor de contrasenyes i 2FA (U4)
- P3. Detector de phishing (U4)
- P4. Auditoria de privadesa i petjada digital (U4)
- P5. Experiment de benestar d'una setmana (U5)
- P6. Protocol davant el ciberassetjament (U5)
- P7. Simulació de tràmit telemàtic (U6)
- P8. Anàlisi d'una compra en línia segura (U6)
- P9. Detectius de bulos amb mètode SIFT (U6b)
- P10. Notícia digital del centre (U6b)

P1. Auditoria de seguretat (1 h — individual)

Revisa el teu mòbil o un PC del taller:

Comprovació
SO actualitzat
Antivirus/Defender actiu
Bloqueig de pantalla
Còpia de seguretat recent
Localització remota activada

Les 3 millores que aplicaràs aquesta setmana:

1. _____ 2. _____ 3. _____

P2. Contrasenyes i 2FA (1 h — individual)

1. Quants serveis importants uses? _____ Quants comparteixen contrasenya?

2. Crea una frase-contrasenya i escriu-la (exemple: Corre-3-Gats-Pluja-2026):

3. Instal·la/prova un gestor (Bitwarden, el del navegador) i explica què aporta:

4. Activa el 2FA al correu (o mira com es faria): FET / PENDENT

5. Per què el 2FA salva comptes encara que la contrasenya es filtri?

P3. Detector de phishing (1 h — parells)

El professor mostra 5 missatges. Veredictes i indicadors:

Missatge
1
2
3
4
5

Els 3 indicadors més freqüents que heu trobat:

1. _____ 2. _____ 3. _____

P4. Privadesa i petjada digital (1 h — individual)

1. Cerca't a Google (nom + població). Què surt? _____

2. Permisos de 5 apps del mòbil (ubicació, micro, càmera): alguna innecessària?

App sospitosa: _____ Permís sobrant: _____

3. Configuració de privadesa d'1 xarxa social: qui veu els teus posts? _____

4. Una acció de neteja de la teva petjada que faràs aquesta setmana:

P5. Experiment de benestar (1 setmana — individual)

Hàbit a canviar: _____

Dia
Dilluns
Dimarts
Dimecres
Dijous
Divendres
Dissabte
Diumenge

Resultat: mantens l'hàbit? Què ha estat més difícil? _____

P6. Protocol ciberassetjament (1 h — grups)

Cas: compte fals amb fotos d'una companya i comentaris cruels.

Escriuiu el protocol complet en ordre (víctima, espectadors, escola, proves):

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Què NO s'ha de fer mai? _____

P7. Tràmit telemàtic simulat (1 h — parells)

Tràmit explorat a seu.gencat.cat (sense presentar): _____

Sistemes d'identificació disponibles: _____

Documents que demanaria: _____

D'on rebries la notificació de resposta? _____

P8. Compra en línia segura (1 h — parells)

Producte comparat: _____

Botiga
1

2
3

Escolliria la botiga _____ per: _____

Com guardaries la factura i per a què serveix? _____

P9. Detectius de bulos — SIFT (1 h — grups)

Cas viral
1
2
3
4
5

Quina eina d'investigació us ha estat més útil? Per què? _____

P10. Notícia digital del centre (2 h — grups)

Tema: _____ Format: blog / article / vídeo

Fonts entrevistades (mínim 2): _____

Imatges i llicència usada: _____

Estructura: titular informatiu? _____ 5W al primer paràgraf? _____

Enllaç/entrega: _____

Rúbrica d'avaluació de pràctiques

Cada pràctica es puntua de 1 a 4 segons aquests criteris:

1 = No assolit · 2 = Satisfactori · 3 = Notable · 4 = Excel·lent

Criteri
Seguiment de passos
Registre de dades
Anàlisi i conclusions

Cura de l'equip
Treball en equip

Nota de la pràctica = (mitjana dels criteris – 1) × 3,33 → de 0 a 10

Exemple: mitjana 3 → Notable ≈ 6,7 · mitjana 4 → Excel·lent = 10

Professor/a: _____ Signatura: _____