

Государственное бюджетное учреждение
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Московского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
Педагогический совет
ГБУ ЦППМСП
Протокол № 3 от «26» августа 2025г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГБУ ЦППМСП
Шкапова Л.В.
Приказ № 94 от 26.08.2025 г.

Дополнительная общеобразовательная программа
для обучающихся 3-10 классов
«Безопасность в Интернете»

Составитель:
педагог-психолог
Балыкова А.П.

Санкт-Петербург
2025

Актуальность и перспективность

Проблема обеспечения информационной безопасности детей в сети Интернет становится все более актуальной в связи с постоянным ростом несовершеннолетних пользователей. Число пользователей Интернета в России стремительно растет и молодеет, доля детской аудитории среди них очень велика. Для многих российских школьников Интернет становится информационной средой, без которой они не представляют себе жизнь. Невозможность исключить из повседневной жизни школьников компьютер и гаджеты объясняется необходимостью «быть на связи» и соответствовать тенденциям современности, где базовые навыки работы с компьютером и основным пакетом ПО являются условием профессиональной пригодности и эффективности при реализации текущих, в т.ч. учебных задач. Вместе с тем, в Интернете содержатся огромные массивы информации, которая является запрещенной для детей, так как может нанести вред их физическому и психическому здоровью, духовному и нравственному развитию. Согласно российскому законодательству информационная безопасность детей – это состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией, в том числе распространяемой в сети Интернет, вреда их здоровью, физическому, психическому, духовному и нравственному развитию. Развитие и обеспечение информационной грамотности происходит посредством информирования о возможных рисках и опасностях, сопряженных с общением в социальных сетях и мессенджерах, просмотром и использованием недопустимого (с точки зрения социально-психологических особенностей данной возрастной группы и общепринятых этических норм) контента. Повышение уровня компетентности учащихся в сфере использования ресурсов, доступных пользователям IT-технологий, признано служить эффективной мерой противодействия посягательствам на детей с использованием сети Интернет. Знания об Интернет угрозах, умения различать и предотвращать их последствия, защищать от них себя и своих близких - способствуют социализации детей.

Научные, методологические, нормативно-правовые и методические основания программы

Основополагающими документами при написании программы стали:

1. Конституция Российской Федерации (с изменениями на 30 декабря 2008 года)
2. Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;
3. О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию: Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2010 № 436-ФЗ (ред. от 29.06.2015);
4. Концепция информационной безопасности детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 2 декабря 2015 г. N 2471-р.

Методологической и теоретической основой программы послужили:

1. Принцип системного подхода в психологии (Б.Ф. Ломов, К.К. Платонов);
2. Принципы деятельностного подхода (А.Н. Леонтьев, К.А. Абульханова-Славская, В.Н. Мясищев, С.Л. Рубинштейн, В.В. Рубцов, В.Я. Ляудис и др.);
3. Понимание безопасности в контексте изучения проблем национальной безопасности (Л.И. Шершнев, А.Н. Сухов, И.Н. Панарин, В.И. Митрохин, А.Б. Василенко, А.С. Проскурин, И.Н. Папкин, И.И. Пацакула, А.С. Галанов);
4. Трактовка безопасности образовательных учреждений с позиций структурного, технологического и организационного подхода (И.А. Баева, Е.В. Бурмистрова, А.Н. Сухов, Н. Ладзина, А.Н. Занковский).

Практическая направленность программы

Работа по данной программе направлена на развитие у учащихся умений по применению здоровьесберегающих технологий, актуальных для работы с компьютерной техникой и сетью «Интернет» и предполагает использование интегративного подхода, который включает в себя как информирование учащихся о способах профилактики рисков в рамках изучения актуального тематического раздела в соответствии с возрастными

особенностями учащихся, так и развитие ценностного отношения к категории «живое общение», актуализацию знаний и навыков учащихся в сфере коммуникативной компетентности. Следствием реализации программы «Безопасность в Интернете» является развитие представлений у учащихся о значимости соблюдения условий безопасности при работе и осуществлении коммуникаций с использованием Web-ресурсов. Таким образом, данная программа призвана способствовать профилактике социально-значимой проблемы совершения злоумышленниками противоправных действий в отношении несовершеннолетних, осуществляемых посредством применения технологий сети «Интернет».

Работа по программе «Безопасность в интернете» осуществляется при взаимодействии с образовательными учреждениями, в которых обучаются дети, а также с родителями (законными представителями) несовершеннолетних.

Цель:

Целью данной информационно-просветительской программы является повышение компетентности учащихся в вопросах эксплуатации компьютерной техники и сети «Интернет»; информирование о правилах безопасности, способствующих профилактике социальных рисков, сопряженных с Web-серфингом, осуществлением межличностного взаимодействия посредством сети «Интернет».

Задачи:

1. Проинформировать об основных понятиях, правилах работы за Компьютером/ноутбуком;
2. Способствовать формированию ориентации учащихся на соблюдение правил безопасности при использовании компьютерных технологий и Интернет-ресурсов;
3. Создать условия, способствующие развитию коммуникативной компетентности учащихся при осуществлении общения посредством социальных сетей, мессенджеров и пр.;
4. Способствовать развитию у учащихся установки на соблюдение основных законодательных актов, регулирующих права и обязанности пользователей сети «Интернет».

Адресат

Адресатом данной программы являются учащиеся ГБОУ Московского района 4-х классов.

Общая продолжительность: 1 академический час

Требования к результату усвоения программы

При условии успешной реализации данной программы будет наблюдаться положительная динамика в формировании знаний в области информационной осведомленности учащихся о способах безопасности пользования Интернет-ресурсами.

Развитие коммуникативной компетентности при реализации общения посредством Интернет технологий

Повышение уровня правовой грамотности

..... Дети смогут: а) отличать опасные ситуации; б) демонстрировать уверенную модель поведения в) знать куда обращаться за помощью); г) оперировать нормативно-правовыми актами."

Учебно-тематический план

№	Наименование блоков и тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			практических	теоретических	
1	«Компьютер: основные понятия и правила эксплуатации».	1	35	10	Анкетирование учащихся, наблюдение, рефлексия, заполнение участниками образовательного процесса анкет-отзывов, составление

	Информационная безопасность.				информационной справки по результатам проведения программы
	ИТОГО	1	35	10	

Интерактивная беседа для учащихся 3 классов «Безопасность в интернете: инструкция по применению»

Цель:

профилактика рисков, сопряженных с использованием компьютера и интернета, посредством формирования ориентации учащихся 3 классов на соблюдение правил безопасности при пользовании компьютерными технологиями и Интернет-ресурсами.

Задачи:

1. Знакомство с основными понятиями, правилами работы за Компьютером/ноутбуком;
2. Информирование о рисках и опасностях, сопряженных с Web-серфингом и способах их преодоления;
3. Актуализация представлений о методах применения здоровьесберегающих технологий при использовании интернет-коммуникаций;
4. Развитие творческого потенциала и навыков самопрезентации учащихся.

Интерактивная беседа состоит из 1 занятия, длительность которого 2 академических часа:

Занятие 1. Компьютер: основные понятия и правила эксплуатации

1. Обсуждение правил взаимодействия в группе. Знакомство (Для чего Вы используете компьютер?)
2. «It-квест» (ребусы) –Приложение 1
3. «Компьютерный штурм»
4. Правила работы за компьютером. Просмотр видеоролика, обсуждение
5. «Web-стандарт». Правила (Приложение 2) безопасного интернета в стихах, обсуждение
6. «Интернет-ресурс»
7. «Эмблема»
8. Загадки (Приложение 3)

Содержание программы.

Компьютер: основные понятия и правила эксплуатации

Ведущий называет свое имя и название интерактивного занятия.

Ведущий предлагает участникам занятия стать настоящей экспертной IT-компанией, которой необходимо обсудить рекомендации по безопасному использованию компьютерной техники и Интернета. Для того, чтобы эффективнее и быстрее справиться с задачей, **классу необходимо разделиться на три команды.** Как и в любой серьезной компании, которая занимается новейшими техническими устройствами, для достижения общих целей нам необходимо соблюдать следующие правила:

-правило тишины/ правило ведущей руки

-«фокус» - когда в классе становится слишком громко, ведущий имеет право воспользоваться своими супер-способностями и прибегает к «фокусу». Это знак, что всем присутствующим следует задуматься: «А не слишком ли громко я говорю в ходе обсуждения, не мешаю ли я таким образом остальным участникам игры?» (Ведущий поднимает вверх руку с указательным пальцем и громко произносит «фокус»)

-Вовремя – (уметь вовремя начать и остановиться при выполнении заданий)

Я-курс (говорить за себя)

Время: 5 минут

Ребята все время работают в своих командах.

Упражнение 1. «Знакомство».

Цель: Знакомство, создание благоприятной атмосферы для дальнейшего взаимодействия.

Ход упражнения: ведущий предлагает учащимся познакомиться, назвав свое имя и ответить на вопрос: «Для чего вы используете Компьютер?»

Время: 10 мин.

Упражнение 2. «It-квест»

Цель: Способствовать развитию внимания и интеллектуальных способностей.

Ход упражнения: Ведущий предлагает командам-участникам занятия разгадать ребусы по теме «компьютер». (Карточки с ребусами – Приложение 1)

Время: 10 минут

Упражнение 3. «Компьютерный штурм»

Цель: Актуализация знаний учащихся о принципах работы ПК и др гаджетах.

Ход упражнения: Ведущий предлагает участникам занятия последовательно сформулировать ответ на вопрос: что же такое компьютер и для чего он нам нужен?

Для этого предлагается обсудить понятия:

- Компьютер – сложное устройство (вычислительная машина), состоящее из монитора, системного блока и средств ввода информации – мышка, клавиатура и т.д.
- Проводник – программа, систематизирующая папки с файлами
- Интернет – глобальная сеть, объединяющая компьютеры, подключенные к ней
- Браузер – программа, позволяющая выходить в Интернет (Web-обозреватель)
- Контент – содержимое сайта или документа. Видео-, Аудио- ряд, информация.
- Файл – Видео, музыка, игра, документ.

Время: 10 мин.

Упражнение 4. «Правила работы за компьютером»

Цель: Ориентация учащихся на установку соблюдения правил использования компьютера.

Ход упражнения: Ведущий включает видеоролик «Как правильно сидеть за компьютером». Далее учащиеся вместе с ведущим обсуждают конкретные правила работы за компьютером.

Время: 10 мин

Стол – чистый, свободный, без посторонних предметов, еды и напитков.

Осанка – ровная спина,

Глаза – работать за компьютером при должной освещенности, не забывать моргать.

Гимнастика для глаз.

Электропровода - не трогать электропровода без участия взрослых

Клавиатура – тихо и аккуратно осуществлять набор текста, «не стучать» по клавишам

Уход за компьютером – протирать от пыли, специальными салфетками.

Экран – настраивать яркость в зависимости от времени суток и от освещения, расстояние от глаз до экрана должно составлять 50-70 сантиметров, экран должен находиться на уровне глаз.

Ведущий задает командам следующие вопросы:

- 1) Сколько времени ребенок может проводить за компьютером? (*Специалисты считают, что первоклассники могут сидеть за ним 15 минут в день, ученики 2-5 классов — 20 минут...*)
- 2) Можно ли самостоятельно разбирать корпус компьютера? *Почему?*
- 3) Можно ли принимать пищу, работая за компьютером?
- 4) Что еще нельзя делать, работая с компьютерной техникой?

Информационная безопасность.

Упражнение 5. «Web-стандарт»

Цель: Актуализация установки на соблюдение правил безопасности при работе в сети Интернет.

Ход упражнения: ведущий зачитывает участникам правила (Приложение 2) безопасного интернета (в стихах) и задает дополнительные вопросы (о чем это правило? для чего его соблюдать? просто ли придерживаться данных правил? И т.д.).

Время: 15 минут.

Упражнение 6. «Интернет-ресурс»

Цель: Актуализация установки на эффективное использование Интернет-ресурсов.

Ход упражнения: Ведущий предлагает командам найти как можно больше способов использования компьютера и интернета с пользой:

- Познание
- Учеба
- Общение на расстоянии

Затем учащиеся обсуждают преимущества «живого» общения, чтения бумажных книг и учебников и т.д.

Время: 10 минут

Упражнение 7. «Эмблема»

Цель: Актуализация творческого потенциала участников, закрепление опыта.

Ход упражнения: Методом жребия команды распределяют между собой задания для дальнейшей работы:

- 1) Нарисовать эмблему, посвященную безопасному общению в Интернете.
- 2) Нарисовать эмблему, посвященную соблюдению правил работы за компьютером.
- 3) Нарисовать эмблему, посвященную защите компьютера от вредоносных вирусов и программ.

Время: 15 минут

Упражнение 8. Загадки.

Цель: Актуализация знаний о компьютерной технике, завершение занятия.

Ход упражнения: Учащиеся хором отгадывают загадки. (Приложение 3)

Время: 5 минут

Характеристика целесообразной методики построения занятий

Формы и методы работы: Интерактивные беседы проводятся в виде урока с полным составом класса и включают в себя:

- игры и упражнения
- творческие задания
- групповые дискуссии

Предполагаемый конечный результат:

1. Снижение уровня тревожности у первоклассников, связанного с новой жизненной ситуацией.
2. Расширение информированности учащихся о правилах школьной жизни.
3. Создание атмосферы доверия и доброжелательного отношения друг к другу.
4. Ознакомление педагога с особенностями учащихся данного класса.

Организационно-педагогические условия

Временные и материальные ресурсы:

Цикл интерактивных бесед реализуется на базе образовательных учреждений Московского района (на основании Соглашения между ГБУ ЦППМСП и ГБОУ района), рассчитаны на 2 академических часа. Требования к группе здоровья учащихся не оговариваются.

Необходимое оборудование: кабинет, столы, стулья. Для проведения интерактивной беседы «Инструкция по применению» необходимы: мультимедийная установка (компьютер + телевизор/компьютер + проектор), канцелярские принадлежности (ручки, цветные карандаши, фломастеры, бумага).

Требования к квалификации педагогов-психологов, реализующих данную программу: Данную программу может реализовывать специалист, имеющий психологическое образование.

Список литературы для детей:

1. "Березовый лес" или "лес березовый1»? /П. Лауфер//Юный эрудит. - 2014. - № 3. - С. 24-26.
Советы о том, как грамотно построить поиск в интернете.
2. Клепа и железный друг//Клепа. - 2014. - № 8. - С. 1-33: ил.
Красочный номер журнала увлекательно расскажет о компьютерах и гаджетах и предложит интерактивную игру о вреде и пользе компьютера.
Электронная версия журнала: <http://klepa.ru>.
3. Интернет для детей начального школьного возраста/А. Навернюк// Игра и дети. -2013.- №2.-С.30-31.
Обзор интересных и полезных сайтов для детей.
4. Компьютерные словечки//Клепа. - 2013. - № 5. - С. 14-15: ил. - (Семейные странички).
Профессиональный компьютерный сленг для юных любителей.
5. Осторожно: Интернет! //ГЕОленок. - 2012. - № 7/8 (94). - С. 28-29: ил. - (До чего дошел прогресс).
Правила общения в социальных сетях и советы по защите от кибермошенничества.
6. Помощь из сети/К. Холостов//Юный техник. - 2013. - № 6. - С. 70-75 (Информация об информатике).
- О некоторых хитростях общения с персональным компьютером.
7. Правила компьютерной безопасности/И. Ащеулова//Мурзилка.- 2014.- № 9.- С. 18-20.
Интересный рассказ о необходимости антивирусной программы.
8. Самый-самый//Клепа. - 2014. - № 8. - С. 4-5: 4 фот.ил. - (Клеп-тема).

Интересные факты о компьютерах и Интернете.

9. Скачай себе танк через Интернет//Юный эрудит. - 2013. - № 2. - С. 12-15: фот. - (Техника третьего тысячелетия).

Как использовать Интернет с пользой и зачем изобрели 3 D принтеры.

10. Человек и компьютер//Знание-сила. - 2013. - № 5. - С. 74-75. Вредоносный код. Идеальное число друзей.

Неучастие в социальных сетях социально опасно? Новые флеш-накопители.

Подборка статей о вредоносных программах, социальных сетях, новых флэш-накопителях и др.

Список литературы для родителей/ учителей:

1. Дети "паутины"/И. Савельев// Семья и школа. - 2014. - № 7/8. - С. 52-55. - (Угол отражения).

Результаты исследования "Влияние Интернета на российских подростков и юношество в контексте развития российского информационного пространства".

2. Интернет-зависимый ребенок: что делать/Б. Примочкин//Игра и дети. -2013.-№3.- С.34-35.

Стратегия и тактика взрослых по предупреждению Интернет-зависимости у детей.

3. Маленькие дети в Интернете/С. Смирнова//Здоровье школьника. - 2014. - № 3. - С. 75-76: 2 фот. (Цифровой мир).

Как научить ребенка правильно взаимодействовать с компьютерными технологиями, с виртуальным миром,

к каким возможностям Интернета важно приобщать с раннего детства, чтобы компьютер ассоциировался

не только с игрой.

4. Мобильность на страже детской безопасности/Ш. Джордан//Компьютер-mouse. - 2014. - № 1. - С. 24-25: 2 фот.

- (Узнавалки).

Как в удаленном режиме следить за безопасностью детей без отрыва от работы и повседневных забот.

5. Мы в ответе за тех, кого подключили/С. Смирнова//Здоровье школьника. - 2014. - № 4. - С. 73-74: 3 фот. (После

уроков: цифровой мир).

О влиянии компьютера на поведение и здоровье ребенка.

6. О компьютерах и велосипедах/ М. Смирнова//Счастливые родители. - 2013. - № 4. - С. 162-166. - (Развитие).

Роль компьютера и подвижных игр в воспитании гармоничной личности.

7. Риски и угрозы в Интернете для детей и подростков//Основы безопасности жизнедеятельности. - 2014. - № 1. -

С. 41-46: 2 фот. (Информационная безопасность).

О проблеме нарастания новых рисков, связанных с распространением информации в Интернете.

8. Укрощение цифровой обезьяны: как избавиться от интернет-зависимости/Алекс Сучжон-Ким Пан; [пер. с англ.:

Ю. Жизненко, О. Кутуев]. - Москва: АСТ, 2014. - 319 с.

Книга известного американского психолога посвящена проблемам, с которыми сталкивается любой

современный человек: интернет-зависимость, перегруженность ненужной информацией, пристрастие к

различным гаджетам, которое у многих превращается почти в болезнь.

9. Фильтруй досуг! / Т. Петровская [и др.]/Здоровье школьника. - 2012. - № 7. - С. 22-23: 4 фот. (За партой: острый угол).

Как проконтролировать, какие сайты посещает ваш ребенок, как снизить риски посещения нежелательных

сайтов, как научить детей правильно относиться к информации, найденной в Интернете.

10. 10 плюсов социальных сетей/ С. Лешик; коммент. Кирилл Хломов//Здоровье школьника. - 2013. - № 4. - С. 56-

59: фот. (Психология: трудный возраст).

Рекомендации для классных руководителей:

- 1) Ориентировать учащихся на целенаправленную работу с компьютером в рамках сопровождения учебного процесса.
- 2) Проводить классные часы, посвященные проблеме «Безопасного интернета».
- 3) Оформить классный стенд, создав памятки по безопасному использованию интернета.
- 4) Организовывать внеучебные классные мероприятия, посвященные интересам школьников.