

Государственное управление образования Псковской области
Псковский областной институт повышения квалификации работников образования
Центр практической психологии ПОИПКРО
Псковское региональное отделение Общероссийской общественной организации
«Федерация психологов образования России»

Психолого-педагогические основы интернет-безопасности обучающихся

***Методические рекомендации педагогам
образовательных организаций***



Псков
2014

ББК 32.973+51.204.0

П 86

Составители:

Иванова В.М., заведующая центром практической психологии ПОИПКРО, кандидат психологических наук,

Морозова Е.Л., методист центра практической психологии ПОИПКРО,

Солодова И.Е., методист центра практической психологии ПОИПКРО,

Никитёнок И.Л., заведующий РЦДО,

Урсова О.В. методист РЦДО, кандидат педагогических наук,

Яникова Н.В., методист РЦДО

Рецензенты:

Николаев С.А., заместитель начальника Государственного управления образования Псковской области,

Хадимуллина Е.М., консультант отдела специального образования и социально-правовой защиты детства Государственного управления образования Псковской области

Психолого-педагогические основы интернет-безопасности обучающихся: методические рекомендации педагогам образовательных организаций / под ред. В.М. Ивановой. – Псков: ПОИПКРО, 2014. – 17 с.

Данное пособие адресовано педагогам системы образования. В нем содержатся методические рекомендации для работы с детьми и родителями в рамках воспитательно-образовательного процесса, которые помогут эффективно построению педагогической деятельности по интернет-безопасности в процессе реализации ФГОС.

ББК 32.973+51.204.0

Содержание

Предисловие.....	4
Об интернет-зависимости.....	4
Как педагогу работать с детьми и подростками в направлении медиабезопасности?	6
Что и как включать в образовательную программу?	7
Материалы для работы педагога с родителями.....	11
Материал для работы с детьми	14
Примерные материалы итогового анкетирования обучающихся по теме "Безопасный Интернет"	15
Анкета №1 "Безопасный Интернет"	15
Анкета №2 «Осторожно: Интернет!»	16
Опасности виртуального мира (вкладыш)	

Предисловие

Сегодня Всемирная паутина настолько тесно вплетена в нашу жизнь, что становится все труднее сказать, где заканчивается реальный мир и начинается виртуальный. С помощью Интернета можно делать все больше и больше. Но чрезмерное увлечение Интернетом может привести к формированию болезненного пристрастия – зависимости. Как следствие – серьезные проблемы с учебой, работой, в отношениях с близкими людьми, вплоть до разрушения связей с родными и окружающим миром. В связи с этим коллектив специалистов принял решение составить методические рекомендации для педагогов, с помощью которых можно планировать работу по проблеме с детьми и родителями. Мы попытались собрать конкретные советы и рекомендации с разных сайтов, ссылки на разработки в области психолого-педагогической безопасности, предложить некоторые авторские взгляды на указанную проблему, а также объединить возможности в направлении объема книги и ее содержания. Вопросы и пожелания просим направлять на e-mail: fpo.pskov@mail.ru

Об интернет-зависимости

Такое явление, как интернет-зависимость, прочно вошло в нашу жизнь и стало одной из характеристик поведения школьников. Особую тревогу вызывает тот факт, что зависимости чаще всего подвергаются дети в подростковом возрасте. То, что дети проводят в Интернете слишком много времени, огорчает большинство родителей. Сначала взрослые приветствовали появление Сети, полагая, что она безграничный источник новых знаний. Вскоре выяснилось, что подростки не столько пользуются Интернетом для выполнения домашних заданий или поиска полезной информации, сколько общаются в чатах и играют в онлайн-игры.

С целью определения предрасположенности к данному симптому обратите внимание на психологические особенности вашего ребенка. Социально-дезадаптированные дети имеют повышенную вероятность к приобретению интернет-зависимости. Причина в том, что Интернет позволяет оставаться анонимным, не бояться осуждения (если что-то сделал неправильно, всегда можно поменять имя и начать все заново), предоставляет гораздо более широкий выбор возможностей к общению, чем реальный мир. В Интернете ребенку гораздо легче выстроить свой виртуальный мир, пребывание в котором ему будет комфортным. Поэтому, если у ребенка что-то не получается в реальном мире, он будет стремиться к пребыванию там, где ему комфортно. С другой стороны, Интернет может помочь застенчивому ребенку стать более общительным, найти ту среду общения, которая более полно соответствует его уровню развития, и в результате повысить его самооценку.

Если ваш ребенок в жизни замкнут, застенчив или склонен к унынию, вам необходимо внимательно следить за его отношением к Интернету, с тем что-

бы предотвратить его превращение из средства раскрытия личности ребенка в плохо контролируемую страсть. А если ваш ребенок уже стал зависимым от интернет-пространства? Можно понаблюдать за его поведением в соответствии с нижеперечисленными особенностями.

- У ребенка проявляется ощущение огромной радости перед каждым новым сеансом, а без доступа в Интернет – чувство грусти и уныния.
- Его за уши не оттащить от монитора, и ни под каким предлогом не выманить на улицу.
- Он не ходит в гости, реже встречается с друзьями, т.е. потихоньку теряет контакты с людьми в офлайне.
- Он постоянно обновляет страничку в соцсетях, часто проверяет электронную почту, аккаунт на сайте знакомств и т.д.
- Обсуждает компьютерную тематику даже с людьми, едва сведущими в данной области.
- Теряет чувство времени. Заглянув вроде бы по делу на несколько минут, «зависает» в Сети на несколько часов и не замечает, как стремительно пролетает время.
- Во время интернет-серфинга забывает о обязанностях, учебе, домашних делах, встречах и договоренностях.
- Сайты посещает не с целью найти нужную информацию, а заходит на них бесцельно и механически.
- Тратит немалые деньги на Интернет, а также на обеспечение постоянного обновления как различных компьютерных устройств, так и программного обеспечения. Еще и пытается скрыть это.
- На физиологическом уровне чувствует последствия длительного сидения за компьютером: боль в глазах, ломота в суставах, нарушение сна и режима питания.
- Испытывает влияние информации из Сети на психологическое самочувствие – негативные новости или сообщения вызывают бурю отрицательных эмоций, таких как ярость, печаль или тревогу.
- Замечает, как близкие люди все чаще начинают выражать свое возмущение по поводу того, что он слишком много времени проводит в Интернете. И это является явным признаком интернет-зависимости. Самому чрезмерную увлеченность Интернетом заметить бывает сложно.
- Интернет-зависимость – это расстройство в психике, сопровождающееся большим количеством поведенческих проблем и в общем заключающееся в неспособности человека вовремя выйти из Сети, а также в постоянном присутствии навязчивого желания туда войти.

Источники

<http://detionline.com/>

<http://constructorus.ru/zdorovie/internet-zavisimost.html>

Как педагогу работать с детьми и подростками в направлении медиабезопасности?

Главной задачей педагога в обеспечении информационной безопасности является научить школьников правильно оценивать степень угрозы информации, которую они воспринимают или передают в условиях медиапространства.

Что может предпринять педагог для профилактики и просвещения в вопросе психологически безопасной работы и обучения в медиа пространстве?

В рамках учебного процесса:

1. При организации учебного процесса с медиаисточниками необходимо учитывать и рассказывать школьникам о рисках использования Интернета:
 - **контентные риски**, связанные с настройкой браузера и скачивания файлов;
 - **электронные риски**, связанные с вредоносными программами, которые могут быть скачены из сети Интернет;
 - **коммуникационные риски**, связанные с взаимодействием и общением школьника с другими людьми в социальных сетях, с помощью мессенджера (скайп, онлайн-чат). Необходимо объяснить обучающимся, что при общении в Сети можно столкнуться с людьми с преступными наклонностями, мошенничеством и розыгрышами, приглашением на игровой сайт, который может оказаться азартной игрой с последующим взломом персональной страницы. Отдельный разговор необходимо провести по поводу предоставления персональных данных на различных ресурсах и страницах в социальных сетях;
 - **потребительские риски**, связанные с информацией, музыкой и покупкой вещей в медиа пространстве. Предупредите школьников о том, что если для использования или покупки той или иной информации требуется оплата через мобильный телефон, то необходимо: во-первых посоветоваться со взрослыми, а во-вторых, необходимо сначала проверить этот номер в интернете – безопасно ли отправлять на него SMS-сообщение. Сделать это можно на специальных сайтах: <http://smsnumbers.ru>, <http://smscost.ru>, <http://smswm.ru>;
 - психологические риски, связанные с возникновением компьютерной и Интернет-зависимости, психологической незащищенности.
2. Предостерегать детей от посещения потенциально опасных сайтов.
3. В организации образовательного процесса педагогу при ограничении доступа к нежелательной информации обучающихся, необходимо сочетать с демонстрацией качественных образовательных ресурсов.
4. Учитывать возрастные особенности школьников.

5. Педагог в работе с обучающимися должен организовать поиск дополнительных источников через библиотечные каталоги, поисковые системы Интернет, с целью научить отбирать и систематизировать их.
6. Применять интересные интерактивные и игровые технологии и упражнения, направленные на развитие навыков безопасного поведения школьников в сети Интернет.

Источники

1. *Селиванова О.В.* Методические рекомендации: Методика организации недели «Безопасность Интернет» / Авторы-составители: О.В. Селиванова, И.Ю. Иванова, Е.А. Примакова, И.В. Кривопалова. – Тамбов: ИПКРО, 2012.
2. *Солдатова Г.В.* Пойманные одной сетью: социально-психологическое исследование представлений детей и взрослых об Интернете / Г.В. Солдатова, Е.Ю. Зотова, А.И. Чекалина, О.С. Гостимская / Под ред. Г.В. Солдатовой. – М., 2011.
3. *Солдатова Г.У.* Полезный и безопасный Интернет. Правила безопасного использования Интернета для детей младшего школьного возраста: метод. руководство / под ред. Г.У. Солдатовой. – М.: Федеральный институт развития образования, 2012.

Что и как включать в образовательную программу?

Так как в современных условиях и в школе и дома дети встречаются с Интернетом уже с раннего возраста, то знакомство с основными правилами работы в Сети должно быть включено в различные формы образовательной деятельности и вполне может быть включено в образовательную программу, как системная деятельность по обеспечению безопасности детей. Это важно не только для учащихся, но и для их родителей и учителей.

Примерный блок программы

“Цифровая компетентность: учителя и ученики“

- I. Техническая онлайн-компетентность
 - Риски и их профилактика
 - Профилактика рисков
 - Защита личных данных и другой конфиденциальной информации в Интернете
- II. Информация в Интернете
 - Достоверность информации
 - Авторское право
 - Риски в Интернете
 - Контентные риски
 - Способы защиты от негативной информации

III. Безопасность коммуникации в Интернете

- Знакомства и незнакомцы
- Агрессия в Интернете: троллинг и кибербуллинг
- Секстинг и груминг

IV. Потребительская компетентность

- Потребительские риски
- Интернет-мошенничество
- Рекламные риски
- Риски интернет-шоппинга

Темы составлены с опорой на методическое пособие для работников системы общего образования (Солдатов Г., Зотова Е., Лебешева М., Шляпников В.) http://www.razbiraeminternet.ru/files/book_theory.pdf#page=1.

На сайте есть все материалы для проведения занятий: учебник, лекционные и практические задания для школьников. В помощь для проведения занятий разработан учебный практикум с интерактивными игровыми упражнениями и дидактические материалы в виде карточек с заданиями. Методическое пособие рекомендовано Федеральным Институтом Развития Образования.

Рекомендации педагогам начальной школы

В рамках урока «Безопасный Интернет» в начальных классах целесообразно ознакомить обучающихся:

- с правилами ответственного и безопасного поведения в современной информационной среде, способах защиты от противоправных посягательств в Интернете и мобильной (сотовой) связи;
- как критически относиться к информационным сообщениям (СМИ, Интернет, СМС и др.), как отличить достоверные сведения от недостоверных, как избежать вредной и опасной для них информации, как распознать признаки злоупотребления доверчивостью и сделать более безопасным свое общение в сети Интернет;
- как общаться в социальных сетях (сетевой этикет), не обижая своих виртуальных друзей, и избегать выкладывания в сеть компрометирующую информацию или оскорбительные комментарии и т.д.

Рекомендуется продемонстрировать возможности детских поисковых систем *Quintura*, *Agakids* и детского браузера *Гуголь*, а также познакомить с детскими социальными сетями: *Интернешко*, *Kinder-online*, *Один дневник на всю страну*, *Деткино*.

Большое значение для эффективности урока интернет-безопасности имеет не только содержание, но и форма его проведения. Целесообразно использовать для 1–4 классов урок-путешествие, урок-викторину, урок-соревнование, урок-игру, беседу.

В помощь учителю

- Урок по теме «Безопасный и полезный Интернет», рассчитанный на учащихся 2–4 классов (разработан компанией МТС совместно с сотрудниками факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова и Фонда Развития Интернет). Тематика и методика урока спроектированы таким образом, чтобы дать школьникам наиболее полное представление о разных сторонах использования Интернета – как положительных, так и отрицательных.
- В качестве видео заставки для классного часа или урока можно использовать мультфильм «Безопасный Интернет», который разработала студия *Mozga*.

Для отбора содержания урока могут быть использованы следующие материалы:

- сайт «*Дети России Онлайн*» (видеоматериалы, материалы электронного журнала «Дети в информационном обществе», материалы Линии помощи), а также материалы других сайтов, содержащих информацию по безопасному использованию сети Интернет;
- сайт *Он-ляндия*. Безопасная веб-страна в разделе «Для детей 7–10 лет»: рассказы в картинках, задания и вопросы;
- *интерактивный курс по интернет-безопасности* в разделе «Для учащихся» рассказы для детей 7–10 лет, а также в разделе «Тесты» (можно организовать on-line тестирование школьников 7–10 лет);
- сайт Информационно-аналитический ресурс «*Ваш личный Интернет*» в разделе «Юным пользователям» – «Дошкольники и младшие классы»: подсказки и советы по безопасному поведению в сети Интернет;
- сайт «*Началка.ком*», *материалы по безопасному Интернету* (учебное видео «*Как обнаружить ложь и остаться правдивым в Интернете*»);
- учебное видео «*Виды мошенничества в сети Интернет*»;
- сайт *федерального проекта по борьбе с мобильным мошенничеством компании МегаФон* в разделах «Виды мошенничества» и «Наши рекомендации», а также советы родителям;
- портал «*Безопасный интернет*»: законодательство в сфере информационной безопасности и другие разделы, содержащие материалы по теме «Безопасный Интернет».

Рекомендации педагогам среднего звена

- В ходе урока «Интернет-безопасность» в среднем звене целесообразно познакомить обучающихся с теми же правилами, что и в начальной школе и еще:
- с международными стандартами в области информационной безопасности детей, которые отражены в российском законодательстве: в Федеральном законе Российской Федерации № 436-ФЗ «О защите детей от информации,

причиняющей вред их здоровью и развитию»; № 252-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с принятием Федерального закона «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».

- с адресами помощи в случае интернет-угрозы и интернет-насилия, линией помощи «Дети онлайн» – службой телефонного и онлайн консультирования для детей и взрослых по проблемам безопасного использования детьми и подростками Интернета и мобильной связи.

Возможны следующие формы проведения урока: урок – пресс-конференция, урок-викторина, урок-соревнование, урок – презентация проектов, урок-практикум, урок – встреча с системными администраторами и т.д.

В помощь учителю

1. Беседу с учащимися можно организовать по материалам презентации или видео «Безопасный Интернет».

2. Примерные вопросы для обсуждения круглого стола «Основы безопасности в сети Интернет»:

- Для чего нужен Интернет?
- Какие существуют риски при пользовании Интернетом, как их можно снизить?
- Какие виды мошенничества существуют в Интернете?
- Как защититься от мошенничества в Интернете?
- Что такое «безопасный чат»?
- Виртуальный собеседник предлагает встретиться, как следует поступить?
- Как вы можете обезопасить себя при пользовании службами мгновенных сообщений?

Работе круглого стола предшествует предварительная подготовка обучающихся по предложенной тематике. Перечень вопросов для обсуждения является в результате анкетирования обучающихся. Анкетирование лучше проводить в форме анонимного опроса как на бумажных носителях, так и в электронном виде.

3. Темы для докладов (<http://www.saferunet.ru/teenager/news/>)

4. Целесообразно выпустить классную газету или принять соглашение по безопасному поведению в Интернете (см. примеры: Гипероборона, Школа безопасности, Каждому из нас нужна помощь..., Инструкции по работе с сервисами Интернета).

5. По итогам проведения урока проводится итоговое анкетирование по теме «Безопасный интернет» (*анкеты*).

Рекомендации педагогам старшего звена

В рамках урока «Интернет-безопасность» в старших классах целесообразно познакомить обучающихся (в дополнение к вопросам, упомянутым выше):

- с объектами, представляющими опасность в Интернете (нежелательные программы; виртуальные «друзья»; пиратство; онлайн-игры, фишинг);
- с правилами этики, ответственного и безопасного поведения в современной информационной среде, способами защиты от противоправных посягательств в Интернете и мобильной (сотовой) связи;
- с профилактикой и способах преодоления интернет-зависимости; общими правилами по безопасности детей в Интернете.
- с программным обеспечением, позволяющим осуществлять безопасную работу в Интернете, контентной фильтрацией.

Возможные формы проведения урока в 9–11 классах: лекция, деловая игра, урок-презентация проектов, мозговой штурм «Интернет-безопасность», дискуссия, дебаты, встреча со специалистами медиасферы, системными администраторами и т.д.

В помощь учителю

- Перечень вопросов для обсуждения выявляется в результате анкетирования обучающихся. Анкетирование лучше проводить в форме анонимного опроса как на бумажных носителях, так и в электронном виде.
- Примерный план-конспект урока на тему «БезОпасный Интернет» (размещен в электронных материалах).
- По итогам проведения урока проводится итоговое анкетирование по теме «Безопасный Интернет».

Рекомендации основаны на материалах Тольяттинского вики-портала http://wiki.tgl.net.ru/index.php/Мероприятия_по_безопасному_Интернету_с_детьми

Материалы для работы педагога с родителями

Обсудите на родительском собрании Правила интернет-безопасности для родителей.

1. При использовании компьютера дома самый первый шаг, который следует предпринять для его защиты, – включить брандмауэр. Брандмауэр – это специальная программа или устройство, которое позволяет блокировать попытки хакеров, вирусов и червей получить доступ к вашему компьютеру через Интернет.
2. Сами регулярно повышайте уровень компьютерной грамотности, чтобы знать, как обеспечить безопасность детей: используйте информацию зарекомендованных сайтов, например, <http://www.microsoft.com>.
3. Не подавайте детям плохой пример. Не проводите слишком много времени у компьютера, не берите с собой за город ноутбук или планшет.
4. Компьютер с подключением к Интернету должен находиться в общей комнате под присмотром родителей.

5. Создайте список домашних правил посещения Интернета при участии детей и требуйте его выполнения.
6. Не забывайте беседовать с детьми об их друзьях в Интернете, о том, чем они заняты таким образом, будто речь идет о друзьях в реальной жизни.
7. Настаивайте, чтобы дети никогда не соглашались на личные встречи с друзьями по Интернету, объясните им, что их «знакомые» в Интернете могут быть совсем не теми, за кого себя выдают.
8. Научите детей относиться осторожно к заманчивым предложениям и подаркам.
9. Научить детей сообщать адрес электронной почты только тем людям, которых вы и они знаете. Не следует указывать свой адрес электронной почты на сайте социальной сети, в крупных Интернет-каталогах, а также на веб-сайтах с объявлениями о работе.
10. Научите детей не загружать файлы, программы или музыку без вашего разрешения.
11. Приучите вашего ребенка сообщать вам о любых угрозах или тревогах, связанных с Интернетом. Оставайтесь спокойными и напомните детям, что они в безопасности, если сами рассказали вам о своих тревогах.
12. Помогите детям защититься от спама. Научите не выдавать в Интернет своего реального электронного адреса, не отвечать на нежелательные письма и использовать специальные почтовые фильтры.
13. Приучите себя знакомиться с сайтами, которые посещают подростки.
14. Объясните детям, что ни в коем случае нельзя использовать Сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз другим людям.
15. Обсудите с подростками проблемы сетевых азартных игр и их возможный риск. Напомните, что дети не могут играть в эти игры согласно закону.

Уважаемые родители, не забывайте, что ведущий вид деятельности у старших подростков – это общение со сверстниками и не стоит им запрещать общаться в социальных сетях, но при помощи функции «Родительский контроль» Вы можете ограничить доступ детей к Интернету, установить время, когда им дозволено пользоваться компьютером, определить, какие игры, программы и сайты они могут использовать, а какие нет.

Помните о том, что дети растут и их интересы постоянно меняются, постарайтесь сделать так, чтобы в жизни вашего ребенка было больше положительных и интересных событий, чем тех, которые он переживает в виртуальном мире. Тогда Интернет станет подспорьем в учебе, вспомогательным средством поиска информации и общения, а не способом ухода от реальности и бегства от проблем.

Главное: любите своего ребенка, не отдаляйтесь от него, живите НЕ РЯДОМ, а ВМЕСТЕ с ребенком!

Если вы определили в поведении вашего ребенка признаки интернет-зависимости, то

- 1) постарайтесь наладить контакт с ребенком. Узнайте, что ему интересно, что его беспокоит и т.д.;
- 2) не запрещайте ребенку пользоваться Интернетом, но постарайтесь установить регламент пользования (количество времени, которое ребенок может проводить онлайн, запрет на Сеть до выполнения домашних уроков и пр.). Для этого можно использовать специальные программы родительского контроля, ограничивающие время в Сети;
- 3) ограничьте возможность доступа к Интернету только своим компьютером или компьютером, находящимся в общей комнате. Это позволит легче контролировать деятельность ребенка в Сети. Следите за тем, какие сайты посещает Ваш ребенок;
- 4) попросите ребенка в течение недели подробно записывать, на что тратится время, проводимое в Интернете. Это поможет наглядно увидеть и осознать проблему, а также избавиться от некоторых навязчивых действий, например от бездумного обновления странички в ожидании новых сообщений;
- 5) предложите своему ребенку заняться чем-то вместе, постарайтесь его чем-то увлечь. Попробуйте перенести кибердеятельность в реальную жизнь. Например, для многих компьютерных игр существуют аналогичные настольные игры, в которые можно играть всей семьей или с друзьями – при этом общаясь друг с другом «вживую». Важно, чтобы у ребенка были не связанные с Интернетом увлечения, которым он мог бы посвящать свое свободное время;
- 6) дети с интернет-зависимостью субъективно ощущают невозможность обходиться без Сети. Постарайтесь тактично поговорить об этом с ребенком. При случае обсудите с ним ситуацию, когда в силу каких-то причин он был вынужден обходиться без Интернета. Важно, чтобы ребенок понял: ничего не произойдет, если он на некоторое время «выпадет» из жизни интернет-сообщества;
- 7) в случае серьезных проблем обратитесь за помощью к психологу.

Источники

1. <http://www.saferinternet.ru/> - Безопасный Интернет. Портал Российского Оргкомитета по проведению Года Безопасного Интернета. Мероприятия, Интернет и законодательство, проблемы и решения, международные ресурсы.
2. <http://www.nachalka.com/bezopasnost> - Nachalka.com предназначен для учителей, родителей, детей, имеющих отношение к начальной школе. Статья «Безопасность детей в Интернете». Советы учителям и родителям.

3. <http://www.ifap.ru/library/book099.pdf> - «Безопасность детей в Интернете», компания Microsoft. Информация для родителей: памятки, советы, рекомендации.
4. <http://www.oszone.net/6213/> - OS.zone.net - Компьютерный информационный портал. Статья для родителей «Обеспечение безопасности детей при работе в Интернет». Рекомендации по программе «Родительский контроль».
5. Обзор средств родительского контроля <http://zoom.cnews.ru/publication/item/25940>
6. Дети России онлайн. Сделаем Интернет безопаснее вместе <http://detionline.com/>

Материал для работы с детьми

Обсудите с детьми в игровой форме в соответствии с возрастными особенностями правила поведения детей в Интернете:

1. Я никогда не буду постить информацию более личную, чем мое имя.
2. Я не буду постить фотографии других людей (членов моей семьи, других учеников, учителей).
3. Я буду использовать язык, подобающий в школе.
4. Я не буду заниматься плагиатом, напротив, я буду развивать и дополнять идеи других и помогать там, где это необходимо.
5. Я не буду обижать моих одноклассников и коллег.
6. Я не боюсь высказывать публично мои идеи, но при этом я не позволю себе обидных и оскорбительных высказываний.
7. Отстаивая свои идеи, я использую только конструктивную критику.
8. Я несу ответственность за все, что высказывается в Интернете от моего имени.
9. Я буду стараться высказывать все грамотно, используя справочный аппарат и проверяя написанное.
10. Я не буду преследовать других в своих блогах или комментариях.
11. Я не буду провоцировать других учеников в своих блогах или комментариях.
12. Я не буду использовать аккаунты других учеников для того, чтобы выдавать себя за них.
13. Я буду пересылать только подобающие в школе изображения с корректными ссылками.
14. Я не буду рассылать спам.
15. Если мне попадет неподобающий сайт или изображение, я уйду с него и проинформирую взрослых.
16. Я не буду поддерживать контакты в том пространстве, которое не создано специально для этого проекта и не контролируется моим учителем.

Источник

<http://detionline.com/>

Примерные материалы анкетирования обучающихся

Анкета №1 «Безопасный Интернет»

1. Укажите свой возраст _____
2. Что такое Интернет _____

3. Какие опасности существуют в Интернете? _____

4. Использование Интернета является безопасным, если: (выберите один или несколько вариантов из списка ответов):
 - а) защитить свой компьютер, защитить себя в Интернете, соблюдать правила;
 - б) разглашать личную информацию, заботиться об остальных, регулярно обновлять операционную систему;
 - в) защитить компьютер, создавать резервные копии документов, закону надо подчиняться даже в Интернете.
5. Как защитить себя в Интернете? Выберите один или несколько вариантов из списка ответов:
 - а) защитить свой компьютер, расширять круг знакомств с неизвестными людьми,
 - б) стараться давать как можно меньше информации о себе,
 - в) размещать фотографии свои, друзей и родственников.
6. Как обезопасить свой компьютер? Выберите один вариант из списка ответов:
 - а) выключить и спрятать в шкаф,
 - б) установить антивирусную программу.
7. Что надо делать, чтобы антивирусная программа была эффективной? Выберите один или несколько вариантов из списка ответов:
 - а) лучше не иметь антивирусную программу,
 - б) обновлять антивирусную базу,
 - в) не посещать сайты, где нет достоверности, что сайт находится под защитой.
8. Перечислите правила поведения в Интернете? Если вы не знаете ответа на этот вопрос, то напишите «Без ответа»: _____

9. А что для вас является «Безопасным Интернетом»? Если вы не знаете ответа на этот вопрос, то напишите «Без ответа» _____

Анкета №2 «Осторожно: Интернет!»

1. *Какую информацию нельзя разглашать в Интернете?*
 1. Свои увлечения
 2. Свой псевдоним
 3. Домашний адрес
2. *Чем опасны социальные сети?*
 1. Личная информация может быть использована кем угодно в разных целях
 2. При просмотре неопознанных ссылок компьютер может быть взломан
 3. Все вышеперечисленное верно
3. *Виртуальный собеседник предлагает встретиться, как следует поступить?*
 1. Посоветоваться с родителями и ничего не предпринимать без их согласия
 2. Пойти на встречу одному
 3. Пригласить с собой друга
4. *Что в Интернете запрещено законом?*
 1. Размещать информацию о себе
 2. Размещать информацию других без их согласия
 3. Копировать файлы для личного использования
5. *Действуют ли правила этикета в Интернете?*
 1. Интернет – пространство, свободное от правил
 2. В особых случаях
 3. Да, как и в реальной жизни

Электронный вариант методических рекомендаций и дополнительные материалы, литература и полезные ссылки размещены на электронном ресурсе «Безопасность детей в Интернете» (сайт дистанционного обучения Псковского областного ИПКРО) <http://dopoipkro.pskovedu.ru/course/view.php?id=124>, короткая ссылка <https://clck.ru/9Kc2a>.

Опасности виртуального мира

Сейчас без Интернета мало кто обходится. Это верно. Многие взрослые люди работают во «всемирной паутине». Но даже они соблюдают ряд правил, которые мы предлагаем тебе прочитать и следовать им.



Правила поведения в Интернете

1. Запомни: Интернет – это, прежде всего, большой «энциклопедический» словарь для поиска интересной и полезной информации. Информацию лучше искать, используя известные поисковики (yandex.ru, google.ru).
2. Общайся на сайтах и форумах своего возраста.
3. Если ты находишься не на детских и юношеских сайтах, форумах, блогах (например, на тематическом сайте *«Заметки путешественника»* или в социальных сетях odnoklassniki.com, в vk.com), то необходимы дополнительные меры предосторожности. А именно:
 - не пиши на сайтах о себе то, что позволит понять – что ты еще ребенок;
 - на персональных страницах, если того требует сайт, не размещай как аватар свою фотографию. Используй либо картинки или нарисованный тобой аватар;
 - если ты загружаешь свои фотографии, то ограничивай их доступ – только для тех, кто является для тебя близким;
 - в Интернете и в социальных сетях поддерживай дружбу только с реально знакомыми тебе людьми.
4. Если при общении в онлайн-чате, онлайн-конференции или иной переписке к тебе поступает запрос на добавление от незнакомого человека, не принимай заявку.
5. Если в момент нахождения в сети Интернет, в чате, в «аське» или на любом другом ресурсе, где у тебя есть своя страничка или учетная запись, приходит сообщение от незнакомого человека с угрозой, неприятными вопросами или предложением о встрече в реальной жизни, ни в коем случае не отвечай на это письмо и сразу расскажи о нем своим родителям или близкому тебе взрослому!!!

Опасности «всемирной паутины»



1. Мошенничество и розыгрыши. Это может быть везде! На любом сайте или на твою персональную страницу может прийти сообщение, что ты выиграл какой-то приз. Тебе могут предложить отправить sms или перейти по ссылке. Не верь этому! Не переходи по ссылкам и не отправляй sms со своего телефона. Стоимость одной такой sms может быть

достаточно большой: не меньше 250 руб. Получив доступ к твоему номеру, мошенники под видом разнообразных акций могут снимать с твоего телефона любые суммы.

2. Люди с преступными наклонностями. Общаясь в чатах, ты познакомишься с разными людьми. Запомни: люди в Интернете отличны от реальных. За безобидным «ником» (например, Дональд Дак) могут скрываться опасные преступники. Вступая в онлайн-общение, помни, что, рассказывая о себе что-либо, ты можешь попасть в опасную ситуацию в реальной жизни. Очень часто злоумышленники притворяются добрыми, заботливыми и сочувствуют твоим проблемам, но постепенно в ходе беседы с тобой будут предлагать тебе посетить ту или иную станицу или встретиться в реальной жизни. Будь осторожен и не поддавайся на уговоры! Если подобные предложения повторяются и поступают угрозы в твой адрес, во-первых, расскажи об этом взрослым, а во-вторых, оборви связь и заблокируй того, кто нападает на тебя.

3. Азартные игры в Интернете. Главное отличие обычного игрового сайта от сайта с азартной игрой состоит в том, что на сайте с обычной игрой не тратятся реальные деньги (и не предлагается это делать). В обычной игре начисляются игровые фишки или баллы, в азартной игре предлагается сыграть на деньги, внесенные в приложение и переведенные в игровую валюту, для того чтобы получить тот или иной игровой трофей или ресурс.

4. Взлом персональных данных и страниц. Регистрируясь и пользуясь различными интернет-ресурсами и интернет-журналами, в целях своей безопасности в настройках к персональной странице используй функцию ограничения доступа к своей персональной информации. Если произошел взлом твоей странички или аккаунта, незамедлительно поменяй пароль.

5. **Заражение компьютера вредоносными программами.** Вредоносные программы – это так называемые вирусы, «черви», «тройанские кони», т.е. компьютерные программы, которые могут нанести вред твоему компьютеру и хранящимся в нем данным (фотографиям, документам и учебным материалам). Защитить себя ты можешь! Попроси взрослых (или сделай это сам) установить максимальный уровень безопасности в установленной на твоём компьютере антивирусной программе.

6. **Развитие психологической зависимости от компьютера и Интернета.** Это серьезная опасность для твоей жизни и твоего развития. Но, как и любое заболевание, ее можно предотвратить. Сначала ознакомимся с признаками компьютерной и Интернет-зависимости.

Признаки компьютерной и интернет-зависимости

1. **Человек не желает отвлечься от компьютера или игры** для общения с другими людьми и (или) иной работы. Когда его отвлекают, очень сильно злится и раздражается.

2. Человек **не может спланировать точное время** окончания сеанса работы или игры за компьютером.

3. Страдающий компьютерной или интернет-зависимостью игнорирует реальные события и обстоятельства жизни. **Он забывает о договоренностях с другими людьми, своих обязанностях в учебе, работе и домашних делах.**

4. **Не заботится о своем здоровье.** Пренебрегает сном и гигиеной в пользу большего количества времени, проведенного за компьютером и в Интернете.

5. Не уделяет должного внимания своему питанию. Частое употребление фастфуда. Продукты питания случайны и однообразны. Злоупотребляет кофе, энергетиками и другими стимулирующими напитками.

6. Человек испытывает ощущение радости, веселья, у него хорошее настроение только при работе с компьютером.

7. Человек готов общаться и обсуждать со всеми другими людьми только вопросы, связанные с компьютером и Интернетом.

8. Человек тратит очень много денег на поддержание и постоянное обновление как программного обеспечения (в т.ч. игр), так и устройств компьютера.



Как проверить, зависим ли ты? Во-первых, проверь, проявляются ли у тебя вышеперечисленные признаки. А во-вторых, можно пройти тесты на компьютерную и интернет-зависимость, обратившись к психологу школы.

Шаги по преодолению зависимости

1. Планируй свою работу в Интернете и за компьютером. Распределяй то, что тебе необходимо сделать и найти в Сети по часам.

2. Правило «40 минут». Работая на компьютере каждые 40 минут, делай перерыв на 15–20 минут. В это время ты можешь сделать что-то другое, к примеру что-либо по дому, перекусить, сделать гимнастическую разминку.

3. Хобби. Обязательной найди интересное занятие, которое не связано ни с компьютером, ни с Интернетом.

4. Соблюдай режим дня. Планируй день так, чтобы в нем было место и учебе и отдыху, при этом не забывая про 1,5-часовую прогулку.

5. Общайся больше с друзьями в реале. Если твои друзья пришли к тебе в гости и вы хотите поиграть, то попробуйте любую понравившуюся настольную игру.



Контакты помощи

Детский телефон доверия **8-800-2000-122**

«Единый телефон доверия» МЧС Псковской области **(8112) 79-99-99**