

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
городского округа Тольятти  
«Школа с углубленным изучением отдельных предметов № 70»**

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом

МБУ «Школа № 70»

Протокол № 1 от 29.08.2025

**УТВЕРЖДАЮ**

И.о. директора МБУ «Школа № 70»

О.Е. Карцева

Приказ № 94/4-од от 29.08.2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

курс внеурочной деятельности

**«ЦИФРОВАЯ ГИГИЕНА»**

для родителей обучающихся 1-11 классов

г.о. Тольятти – 2025

## Аннотация к рабочей программе учебного курса «Цифровая гигиена» (модуль для родителей)

Нормативная база рабочей программы	Примерная рабочая программа учебного курса «Цифровая гигиена». Основное общее образование Рекомендована Координационным советом учебно-методических объединений в системе общего образования Самарской области (протокол № 27 от 21.08.2019), Самара, 2019
Общее количество часов	9 часов в год, 1 раз в месяц
Уровень реализации	1 - 11 классы, начальное общее, основное общее, среднее общее образование
Срок реализации	ежегодно

### Учебно-методический комплект

Составляющие УМК	Название	Автор	Год издания	Издательство
Учебное пособие	Информационная безопасность, или На расстоянии одного вируса. 7-9 классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций	М.С. Наместникова	2019	Просвещение

### Место учебного курса в образовательном процессе

Занятия для родителей проводятся 1 раз в месяц. Занятия проводят учителя информатики, математики, физики, ОБЖ, классные руководители

### Пояснительная записка

Программа учебного курса «Цифровая гигиена» адресована родителям обучающихся 1 - 11 классов и учитывает требования, выдвигаемые федеральным государственным образовательным стандартом к предметным (образовательные области «Математика и информатика», «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности»), метапредметным и личностным результатам.

### **Основная цель** изучения курса «Цифровая гигиена»:

- формирование навыков своевременного распознавания онлайн-рисков (технического, контентного, коммуникационного, потребительского характера и риска интернет-зависимости).

При работе с родителями важнейшей задачей является преодоление «цифрового разрыва» и обучение родителей правильной оценке своих возможностей в помощи детям в Интернете - возможностей, которые достаточно велики.

Разработчики курса предполагают, что родители с большей готовностью включатся в программу развития цифровой гигиены, предлагающую им общение, совместный поиск и развивающие игры и т.п.

Формами проведения мероприятий для родителей могут являться лектории, выступления на родительских собраниях, микрообучение на основе технологий онлайн обучения, геймификация, создание чек-листов, совместное обучение, совместные родительско-детские проекты и пр.

### **Тематическое планирование учебного курса для родителей**

Тема 1. История возникновения Интернета. Понятия Интернет-угроз. Изменения границ допустимого в контексте цифрового образа жизни

Тема 2. Изменения нормативных моделей развития и здоровья детей и подростков.

Тема 3. Цифровая гигиена: зачем это нужно? Понятие периметра безопасности. Обеспечение эмоционально-психологического периметра безопасности в соответствии с возрастными особенностями ребенка. Баланс ценностей развития и ценностей безопасности. Тема 4. Угрозы информационной безопасности: атаки, связанные с компьютерной инженерией. Способы выявления наличия вредоносных кодов на устройствах. Действия при обнаружении вредоносных кодов на устройствах.

Тема 5. Угрозы информационной безопасности: атаки, связанные с социальной инженерией. Груминг, кибербуллинг. Чему мы должны научить ребёнка для профилактики насилия в Сети? Тема 6. Угрозы информационной безопасности: атаки, связанные с социальной инженерией. Фишинг. Обращение с деньгами в сети Интернет. Детская пластиковая карта: быть или не быть?

Тема 7. Контентные риски. Настройка и безопасное использование смартфона или планшета. Семейный доступ.

Тема 8. Пособия и обучающие программы по формированию навыков цифровой гигиены.

Тема 9. Список источников в помощь родителям

1. Бабаш А.В. Информационная безопасность: Лабораторный практикум / А.В. Бабаш, Е.К. Баранова, Ю.Н. Мельников. - М.: КноРус, 2019. - 432 с

2. Вехов В. Б. Компьютерные преступления: способы совершения и раскрытия / В.Б. Вехов; Под ред. акад. Б.П. Смагоринского. - М.: Право и закон, 2014. - 182 с.
3. Громов Ю.Ю. Информационная безопасность и защита информации: Учебное пособие / Ю.Ю. Громов, В.О. Драчев, О.Г. Иванова. - Ст. Оскол: ТНТ, 2017.-384 с.
4. Дети в информационном обществе // <http://detionline.com/iournal/about>
5. Ефимова Л.Л. Информационная безопасность детей. Российский и зарубежный опыт: Монография / Л.Л. Ефимова, С.А. Кочерга. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2016. - 239 с.
6. Запечников С.В. Информационная безопасность открытых систем. В 1-х т. Т.2 - Средства защиты в сетях / С.В. Запечников, Н.Г. Милославская, А.И. Толстой, Д.В. Ушаков. - М.: ГЛТ, 2018. - 558 с.
7. Защита детей by Kaspersky // <https://kids.lcasperskv.ru/>
8. Кузнецова А.В. Искусственный интеллект и информационная безопасность общества / А.В. Кузнецова, С.И. Самыгин, М.В. Радионов. - М.: Ру-сайтс, 2017.
9. Наместникова М.С. Информационная безопасность, или На расстоянии одного вируса. 7-9 классы. Внеурочная деятельность. - М.: Просвещение, 2019.
10. Основы кибербезопасности. // <https://www.xn--dlabkefqip0a2f.xn--p1ai/index.php/glava-1-osnovy-kiberbezopasnosti-tseli-i-zadachi-kursa>
11. Стрельцов А.А. Правовое обеспечение информационной безопасности России: теоретические и методологические основы. - Минск, 2005. - 304 с.
12. Сусоров И.А. Перспективные технологии обеспечения кибербезопасности // Студенческий: электрон, научн. журн. 2019. №22(66)
13. Цифровая компетентность подростков и родителей. Результаты всероссийского исследования / Г.У. Солдатова, Т.А. Нестик, Е.И. Рассказова, Е.Ю. Зотова. - М.: Фонд Развития Интернет, 2013. - 144 с.