

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа  
имени полного кавалера ордена Славы Александра Михайловича Шулайкина  
с. Старый Аманак  
муниципального района Похвистневский Самарской области

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор школы:

\_\_\_\_\_  
Н.М.Дурнова

«\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

«Согласовано»

Заместитель директора по УР

\_\_\_\_\_/Хмельёва М.Н./

Протокол №\_111\_от

«31»\_августа\_\_2023 год

## Программа внеурочной деятельности

**«Цифровая гигиена»**  
**Модуль**

общеинтеллектуальное  
Направление

Автор программы Зубкова Карина Александровна  
Ф.И.О., категория

Рассмотрена на заседании МО учителей гуманитарных и общественных наук  
(название методического объединения)

Протокол № 1 от « 28 » августа 2023 г.

Председатель МО \_\_\_\_\_ Селина Н.В.  
(ФИО) (подпись)

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Цифровая гигиена» относится к общеинтеллектуальному направлению реализации внеурочной деятельности в рамках ФГОС.

Основными документами, на основании которых составлена программа по внеурочной деятельности «Цифровая гигиена»,

являются:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования.
2. Примерная рабочая программа учебного курса «Цифровая гигиена», рекомендованный Координационным советом учебно-методических объединений в системе общего образования Самарской области (протокол № 27 от 21.08.2019)
3. Основная образовательная программа ГБОУ СОШ им. А.М. Шулайкина с.Старый Аманак;
4. Локальные акты ГБОУ СОШ им. А.М. Шулайкина с.Старый Аманак, обеспечивающие реализацию внеурочной деятельности в рамках федерального государственного образовательного стандарта.

Курс является важной составляющей частью работы с учащимися, активно использующими различные сетевые формы общения (социальные сети, игры, пр.), задумывающимися о своей личной безопасности, безопасности своей семьи и своих друзей, а также проявляющими интерес к изучению истории и технологических основ информационной безопасности.

Программа курса ориентирована на выполнение требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования к организации и содержанию внеурочной деятельности школьников. Ее реализация даёт возможность раскрытия индивидуальных способностей школьников, развития интереса к различным видам индивидуальной и групповой деятельности, закрепления умения самостоятельно организовать свою учебную, в том числе проектную деятельность.

### **Цель программы:**

- обеспечение условий для профилактики негативных тенденций в информационной культуре учащихся, повышения защищенности детей от информационных рисков и угроз;
- формирование активной позиции школьников в получении знаний и умений выявлять информационную угрозу, определять степень ее опасности, предвидеть последствия информационной угрозы и противостоять им.

### **Задачи программы:**

- сформировать общекультурные навыки работы с информацией (умений грамотно пользоваться источниками информации, правильно организовать информационный процесс);

- создать условия для формирования умений, необходимых для различных форм коммуникации (электронная почта, чаты, блоги, форумы, социальные сети) с различными целями и ответственного отношения к взаимодействию в современной информационно-телекоммуникационной среде;
- сформировать знания, позволяющие эффективно и безопасно использовать технические и программные средства для решения различных задач, использования компьютерных сетей, облачных сервисов;
- сформировать знания, умения, мотивацию и ответственность, позволяющие решать с помощью цифровых устройств и интернета различные повседневные задачи, связанные с конкретными жизненными ситуациями, предполагающими удовлетворение различных потребностей;
- сформировать навыки по профилактике и коррекции зависимого поведения школьников, связанного с компьютерными технологиями и Интернетом.

Форма реализации: занятия для учащихся 8 класса.

Занятия проводятся 1 раз в неделю, всего 34 часа в год.

Сроки реализации: 1 год

## II. РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА «ЦИФРОВАЯ ГИГИЕНА»

### Личностные результаты:

- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к окружающим людям в реальном и виртуальном мире, их позициям, взглядам, готовность вести диалог с другими людьми, обоснованно осуществлять выбор виртуальных собеседников;
- готовность и способность к осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;
- сформированность ценности безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в информационно-телекоммуникационной среде.

### Метапредметные результаты.

#### *Межпредметные понятия.*

В ходе изучения учебного курса обучающиеся усваивают опыт проектной деятельности и навыки работы с информацией, в том числе в текстовом, табличном виде, виде диаграмм и пр.

#### ***Регулятивные универсальные учебные действия***

В результате освоения учебного курса обучающийся сможет:

- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;

- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства -ресурсы для решения задачи, достижения цели;
- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;
- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и или при отсутствии планируемого результата;
- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта - результата;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность.

### ***Познавательные универсальные учебные действия***

В результате освоения учебного курса обучающийся сможет:

- выделять явление из общего ряда других явлений;
- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;
- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- критически оценивать содержание и форму текста;
- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;

### ***Коммуникативные универсальные учебные действия***

В результате освоения учебного курса обучающийся сможет:

- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;

- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.
- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;
- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;
- создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

### **Предметные результаты:**

#### **Ученик научится:**

- анализировать доменные имена компьютеров и адреса документов в интернете;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- безопасно использовать ресурсы интернета.

#### **Ученик овладеет:**

- приемами безопасной организации своего личного пространства данных с использованием индивидуальных накопителей данных, интернет-сервисов и т.п.

#### **Получит возможность овладеть:**

- основами соблюдения норм информационной этики и права;
- основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных.

### **ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

- Диспут,
- индивидуальная и групповая форма работы,
- круглый стол,
- поисковые исследования,
- соревнования,
- конкурс,
- викторина,

- познавательный социальный проект,
- выставка.

## ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- Беседа,
- Работа в группе,
- диалог-игра,
- решение учебных кейсов,
- составление памяток,
- работа с Интернет- ресурсами,
- создание коллажа,
- анализ защищенности собственных аккаунтов в социальных сетях и электронных сервисах,
- разработка и защита мини-проекта,
- создание мотивационной презентации

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

### «ЦИФРОВАЯ ГИГИЕНА»

Содержание программы учебного курса соответствует темам примерной основной образовательной программы основного общего образования (ПООП ООО) по учебным предметам «Информатика» и «Основы безопасности жизнедеятельности», а также расширяет их за счет привлечения жизненного опыта обучающихся в использовании всевозможных технических устройств (персональных компьютеров, планшетов, смартфонов и пр.), позволяет правильно ввести ребенка в цифровое пространство и корректировать его поведение в виртуальном мире.

Основное содержание программы представлено разделами «Безопасность общения», «Безопасность устройств», «Безопасность информации».

Каждый раздел учебного курса завершается выполнением проектной работы по одной из тем, предложенных на выбор учащихся и/или проверочного теста. Требования к содержанию итоговых проектно-исследовательских работ содержатся в приложении 1.

За счет часов, предусмотренных для повторения материала (4 часа), возможно проведение занятий для учащихся 4-6 классов. Эти занятия в качестве волонтерской практики могут быть проведены учащимися, освоившими программу. Для проведения занятий могут быть использованы презентации, проекты, памятки, онлайн занятия, подготовленные в ходе выполнения учебных заданий по основным темам курса.

## РАЗДЕЛ I. БЕЗОПАСНОСТЬ ОБЩЕНИЯ

### **Тема 1. Общение в социальных сетях и мессенджерах. 1 час.**

Социальная сеть. История социальных сетей. Мессенджеры. Назначение социальных сетей и мессенджеров. Пользовательский контент.

### **Тема 2. С кем безопасно общаться в интернете. 1 час.**

Персональные данные как основной капитал личного пространства в цифровом мире. Правила добавления друзей в социальных сетях. Профиль пользователя. Анонимные социальные сети.

### **Тема 3. Пароли для аккаунтов социальных сетей. 1 час.**

Сложные пароли. Онлайн генераторы паролей. Правила хранения паролей. Использование функции браузера по запоминанию паролей.

#### **Тема 4. Безопасный вход в аккаунты. 1 час.**

Виды аутентификации. Настройки безопасности аккаунта. Работа на чужом компьютере с точки зрения безопасности личного аккаунта.

#### **Тема 5. Настройки конфиденциальности в социальных сетях. 1 час.**

Настройки приватности и конфиденциальности в разных социальных сетях. Приватность и конфиденциальность в мессенджерах.

#### **Тема 6. Публикация информации в социальных сетях. 1 час.**

Персональные данные. Публикация личной информации.

#### **Тема 7. Кибербуллинг. 1 час.**

Определение кибербуллинга. Возможные причины кибербуллинга и как его избежать? Как не стать жертвой кибербуллинга. Как помочь жертве кибербуллинга.

#### **Тема 8. Публичные аккаунты. 1 час.**

Настройки приватности публичных страниц. Правила ведения публичных страниц.

#### **Тема 9. Фишинг. 2 часа.**

Фишинг как мошеннический прием. Популярные варианты распространения фишинга. Отличие настоящих и фишинговых сайтов. Как защититься от фишеров в социальных сетях и мессенджерах.

#### **Тема 10. Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов. 3 часа.**

Выбор темы проекта. Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов.

## **РАЗДЕЛ II. БЕЗОПАСНОСТЬ УСТРОЙСТВ**

#### **Тема 1. Что такое вредоносный код. 1 час.**

Виды вредоносных кодов. Возможности и деструктивные функции вредоносных кодов.

#### **Тема 2. Распространение вредоносного кода. 1 час.**

Способы доставки вредоносных кодов. Исполняемые файлы и расширения вредоносных кодов. Вредоносная рассылка. Вредоносные скрипты. Способы выявления наличия вредоносных кодов на устройствах. Действия при обнаружении вредоносных кодов на устройствах.

#### **Тема 3. Методы защиты от вредоносных программ. 2 часа.**

Способы защиты устройств от вредоносного кода. Антивирусные программы и их характеристики. Правила защиты от вредоносных кодов.

#### **Тема 4. Распространение вредоносного кода для мобильных устройств. 1 час.**

Расширение вредоносных кодов для мобильных устройств. Правила безопасности при установке приложений на мобильные устройства.

#### **Тема 5. Выполнение индивидуальных и групповых проектов. 3 часа.**

Проектная деятельность. Этапы выполнения проекта. Выбор темы проекта. Цели, задачи, SMART. Защита проекта.

### **РАЗДЕЛ III. БЕЗОПАСНОСТЬ ИНФОРМАЦИИ**

#### **Тема 1. Социальная инженерия: распознать и избежать. 1 час.**

Приемы социальной инженерии. Правила безопасности в виртуальных контактах.

#### **Тема 2. Ложная информация в Интернете. 1 час.**

Цифровое пространство как площадка самопрезентации, экспериментирования и освоения различных социальных ролей. Фейковые новости. Поддельные страницы.

#### **Тема 3. Безопасность при использовании платежных карт в Интернете. 1 час.**

Транзакции и связанные с ними риски. Правила совершения онлайн покупок. Безопасность банковских сервисов

#### **Тема 4. Беспроводная технология связи. 1 час.**

Уязвимости Wi-Fi-соединений. Публичные и непубличные сети. Правила работы в публичных сетях.

#### **Тема 5. Резервное копирование данных. 1 час.**

Безопасность личной информации. Создание резервных копий на различных устройствах.

#### **Тема 6. Основы государственной политики в области формирования культуры информационной безопасности. 2 часа.**

Доктрина национальной информационной безопасности. Обеспечение свободы и равенства доступа к информации и знаниям. Основные направления государственной политики в области формирования культуры информационной безопасности.

#### **Тема 7. Выполнение индивидуальных и групповых проектов. 3 часа.**

Проектная деятельность. Этапы выполнения проекта. Выбор темы проекта. Цели, задачи, SMART. Защита проекта.

#### **Повторение. Волонтерская практика. 3 часа.**

### **КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

№ п/п	Разделы и темы занятий	
1.	Общение в социальных сетях и мессенджерах	

2.	С кем безопасно общаться в интернете	
3.	Методы защиты от вредоносных программ	
4.	Безопасный вход в аккаунты	
5.	Настройки конфиденциальности в социальных сетях	
6.	Публикация информации в социальных сетях	
7.	Кибербуллинг	
8.	Публичные аккаунты	
9-10	Фишинг	
11- 13	Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов	
<b>РАЗДЕЛ II. БЕЗОПАСНОСТЬ УСТРОЙСТВ ( 8 часов)</b>		
14	Что такое вредоносный код	
15	Распространение вредоносного кода	
16-17	Методы защиты от вредоносных программ	
18	Распространение вредоносного кода для мобильных устройств	
19-21	Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов	
<b>РАЗДЕЛ III. БЕЗОПАСНОСТЬ ИНФОРМАЦИИ (11 часов)</b>		
22	Социальная инженерия: распознать и избежать	
23	Ложная информация в Интернете	

24	Безопасность при использовании платежных карт в Интернете	
25	Беспроводная технология связи	
26	Резервное копирование данных	
27-28	Основы государственной политики в области формирования культуры информационной безопасности	
29- 31	Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов	
32-34	Повторение. Волонтерская практика, резерв	
<b>Итого:</b>		<b>34</b>

## Приложение 1

### **Требования к содержанию итоговых проектно-исследовательских работ**

#### *Критерии содержания текста проектно-исследовательской работы*

1. Во введении сформулирована актуальность (личностная и социальная значимость) выбранной проблемы. Тема может быть переформулирована, но при этом четко определена, в необходимости исследования есть аргументы.
2. Правильно составлен научный аппарат работы: точность формулировки проблемы, четкость и конкретность в постановке цели и задач, определении объекта и предмета исследования, выдвижении гипотезы. Гипотеза сформулирована корректно и соответствуют теме работы
3. Есть планирование проектно-исследовательской деятельности, корректировка ее в зависимости от результатов, получаемых на разных этапах развития проекта. Дана характеристика каждого этапа реализации проекта, сформулированы задачи, которые решаются на каждом этапе, в случае коллективного проекта – распределены и выполнены задачи каждым участником, анализ ресурсного обеспечения проекта проведен корректно
4. Используется и осмысливается междисциплинарный подход к исследованию и проектированию и на базовом уровне школьной программы, и на уровне освоения дополнительных библиографических источников
5. Определён объём собственных данных и сопоставлено собственное проектное решение с аналоговыми по проблеме. Дан анализ источников и аналогов с точки зрения значимости для собственной проектно-исследовательской работы, выявлена его новизна, библиография и интернет ресурсы грамотно оформлены
6. Соблюдены нормы научного стиля изложения и оформления работы. Текст работы должен демонстрировать уровень владения научным стилем изложения.

7. Есть оценка результативности проекта, соотнесение с поставленными задачами. Проведена оценка социокультурных и образовательных последствий проекта на индивидуальном и общественном уровнях.

#### *Критерии презентации проектно-исследовательской работы (устного выступления)*

1. Демонстрация коммуникативных навыков при защите работы. Владение риторическими умениями, раскрытие автором содержание работы, достаточная осведомленность в терминологической системе проблемы, отсутствие стилистических и речевых ошибок, соблюдение регламента.
2. Умение чётко отвечать на вопросы после презентации работы.
3. Умение создать качественную презентацию. Демонстрация умения использовать ИТ-технологии и создавать слайд презентацию на соответствующем его возрасту уровне.
4. Умение оформлять качественный презентационный буклет на соответствующем его возрасту уровне.
5. Творческий подход к созданию продукта, оригинальность, наглядность, иллюстративность. Предоставлен качественный творческий продукт (макет, программный продукт, стенд, статья, наглядное пособие, литературное произведение, видео-ролик, мультфильм и т.д.).
6. Умение установить отношения коллаборации с участниками проекта, наметить пути создания сетевого продукта. Способность намечать пути сотрудничества на уровне взаимодействия с членами кружка или секции, проявление в ходе презентации коммуникабельности, благодарности и уважения по отношению к руководителю, консультантам, умение четко обозначить пути создания сетевого продукта.
7. Ярко выраженный интерес к научному поиску, самостоятельность в выборе проблемы, пути ее исследования и проектного решения.

#### **Литература для учащихся:**

1. Наместникова М.С. Информационная безопасность, или На расстоянии одного вируса. 7-9 классы. Внеурочная деятельность. – М.: Просвещение, 2019. – 80 с.
2. Бабаш А.В. Информационная безопасность: Лабораторный практикум / А.В. Бабаш, Е.К. Баранова, Ю.Н. Мельников. – М.: КноРус, 2019. – 432 с

#### **Литература для учителя:**

1. 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.
2. 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.
3. Дети в информационном обществе // <http://detionline.com/journal/about>

4. Ефимова Л.Л. Информационная безопасность детей. Российский и зарубежный опыт: Монография / Л.Л. Ефимова, С.А. Кочерга. – М.: ЮНИТИДАНА, 2016. – 239 с.
5. Запечников С.В. Информационная безопасность открытых систем. В 2-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.
6. Защита детей by Kaspersky // <https://kids.kaspersky.ru/>
7. Кузнецова А.В. Искусственный интеллект и информационная безопасность общества / А.В. Кузнецова, С.И. Самыгин, М.В. Радионов. – М.: Русайнс, 2017. – 64 с.
8. Основы кибербезопасности. // <https://www.xn--d1abkefqip0a2f.xn--p1ai/index.php/glava-1-osnovy-kiberbezopasnosti-tseli-i-zadachi-kursa>
9. Стрельцов А.А. Правовое обеспечение информационной безопасности России: теоретические и методологические основы. – Минск, 2005. – 304 с.
10. Сусоров И.А. Перспективные технологии обеспечения кибербезопасности // Студенческий: электрон. научн. журн. 2019. № 22(66)