

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Самарской области

Кинельское управление министерства образования Самарской области

ГБОУ СОШ № 7 г. КИНЕЛЯ

РАССМОТРЕНО

На заседании МО

Руководитель МО

Алексеева Т.Н.

Протокол №1

от «28» августа 2025 г.

ПРОВЕРЕНО

заместителем директора

по УВР

Дорожко С.М.

от «29» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ СОШ №7 г.Кинеля

Титова Т.Н.

Приказ № 561-ОД

от «29» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Цифровая гигиена»

для обучающихся 7, 9 классов

г. Кинель, 2025 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Цифровая гигиена» составлена на основе:

1. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2021 г. N287 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
2. ООП ООО ГБОУ СОШ № 7 г.Кинеля.

При реализации курса внеурочной деятельности «Цифровая гигиена» используется учебник: «Информационная безопасность, или на расстоянии одного вируса.7-9 классы: учеб.» Пособие для общеобразовательных организаций/ М.С. Наместникова. – М.: Просвещение, 2019 г. – 79с.

Программа курса «Цифровая гигиена» адресована обучающимся 7 (9) классов и учитывает требования, выдвигаемые Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

Основными целями изучения курса внеурочной деятельности «Цифровая гигиена» являются:

- обеспечение условий для профилактики негативных тенденций в информационной культуре учащихся, повышения защищенности детей от информационных рисков и угроз;
- формирование навыков своевременного распознавания онлайн-рисков (технического, контентного, коммуникационного, потребительского характера и риска интернет-зависимости).

Задачи программы:

- сформировать общекультурные навыки работы с информацией (умения, связанные с поиском, пониманием, организацией, архивированием цифровой информации и ее критическим осмыслением, а также с созданием информационных объектов с использованием цифровых ресурсов (текстовых, изобразительных, аудио и видео);
- создать условия для формирования умений, необходимых для различных форм коммуникации (электронная почта, чаты, блоги, форумы, социальные сети и др.) 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, в том числе использования компьютерных сетей, облачных сервисов и т.п.;

– 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.

Общая характеристика курса

Курс внеурочной деятельности «Цифровая гигиена» является важной составляющей работы с обучающимися, активно использующими различные сетевые формы общения (социальные сети, игры, пр.) с целью мотивации ответственного отношения обеспечению своей личной безопасности, безопасности своей семьи и своих друзей. Кроме того, реализация курса создает условия для сокращения цифрового разрыва между поколениями и позволит родителям выступать в качестве экспертов, передающих опыт.

Система учебных заданий формирует активную позицию школьников в получении знаний и умений выявлять информационную угрозу, определять степень ее опасности, предвидеть последствия информационной угрозы и противостоять им и профилактики негативных тенденций в развитии информационной культуры учащихся, повышения защищенности детей от информационных рисков и угроз (составление памяток, анализ защищенности собственных аккаунтов в социальных сетях и электронных сервисах, практические работы и т.д.).

Планируемые результаты изучения

Основными личностными результатами, формируемыми при изучении данного курса, являются:

– владение первичными навыками анализа и критичной оценки получаемой информации;

– ответственное отношение к информации с учетом правовых и этических аспектов ее распространения;

– развитие чувства личной ответственности за качество окружающей информационной среды;

– способность увязать учебное содержание с собственным жизненным опытом, понять значимость подготовки в области информатики и ИКТ в условиях развития информационного общества;

– готовность к повышению своего образовательного уровня и продолжению обучения с использованием средств и методов информатики и ИКТ;

– способность и готовность к общению и сотрудничеству со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной, общественно-полезной, учебно-исследовательской, творческой деятельности;

– 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;

– способность и готовность к принятию ценностей здорового образа жизни за счет знания основных гигиенических, эргономических и технических условий безопасной эксплуатации средств ИКТ.

Метапредметные

Регулятивные УУД

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 корректировки 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 УУД

В результате освоения учебного курса обучающийся сможет:

- научиться поиску и выделению необходимой информации, применению методов информационного поиска; структурированию и визуализации информации;
- самостоятельному созданию алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера.
- владеть основными универсальными умениями информационного характера: постановки и формулирования проблемы;
- 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 УУД

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 задач 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

Выпускник 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;
- приемам безопасной организации своего личного пространства данных с использованием индивидуальных накопителей данных, интернет-сервисов.

Выпускник 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 контроля

Каждый раздел учебного курса завершается выполнением проверочного теста.

Место учебного курса в учебном плане

Программа курса внеурочной деятельности «Цифровая гигиена» рассчитана на 34 учебных часа, по 1 часу в 7 (8 или 9) классах

Содержание учебного предмета

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.

Раздел 1. «Безопасность общения»

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

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

Сложные пароли. Онлайн генераторы паролей. Правила хранения паролей.

Использование функции браузера по запоминанию паролей.

Безопасный вход в аккаунты. Виды аутентификации. Настройки безопасности аккаунта. Работа на чужом компьютере с точки зрения безопасности личного аккаунта.

Настройки приватности и конфиденциальности в разных социальных сетях. Приватность и конфиденциальность в мессенджерах. Персональные данные. Публикация личной информации. Настройки приватности публичных страниц. Правила ведения публичных страниц.

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

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

Раздел 2. «Безопасность устройств»

Виды вредоносных кодов. Возможности и деструктивные функции вредоносных кодов .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.

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

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

Раздел 3«Безопасность информации»

Приемы социальной инженерии. Правила безопасности при виртуальных контактах.

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

Транзакции и связанные с ними риски. Правила совершения онлайн покупок. Безопасность банковских сервисов. Уязвимость Wi-Fi-соединений. Публичные и непубличные сети. Правила работы в публичных сетях.

Безопасность личной информации. Создание резервных копий на различных устройствах.

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

Тематическое планирование

№	Название темы	Количество часов
1.	Безопасность общения	13
2.	Безопасность устройств	8
3.	Безопасность информации	13
ИТОГО:		34