

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ИНСТИТУТ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ  
РАБОТНИКОВ ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ ИНГУШЕТИЯ»**

**Методические рекомендации для  
несовершеннолетних, родителей (законных  
представителей) несовершеннолетних по  
безопасному использованию сети  
«Интернет»**

**Назрань, 2021**

**Автор-составитель:** Кузьгова Л.Х., проректор по учебно-методической работе ГБОУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования Республики Ингушетия».

Стремительное вхождение в жизнь информационных технологий, связанных с использованием компьютера, породило как спектр новых технологических возможностей, так и спектр новых факторов воздействия на психическую организацию современного человека.

Современные школьники существенно отличаются от детей и подростков, обучавшихся в школах 10 - 15 лет назад. Сегодня они в дополнение к домашнему компьютеру пользуются различными гаджетами – мобильниками, смартфонами, iPod. Интернет становится важным инструментом социализации подрастающего поколения. Жить в цифровой среде считается престижным. Поэтому дети и подростки усердно постигают азы компьютерной грамотности, а некоторые из ребят в техническом смысле становятся искушенными пользователями. Они уверенно чувствуют себя в киберпространстве, стараются освоить новые технологии практически одновременно с их появлением. Вырастает новое цифровое поколение, вооружённое разнообразными гаджетами и чувствующее себя естественно и непринужденно не только в Рунете, но и в глобальной Сети в целом.

Число пользователей Интернета неуклонно растет с каждым днем, а самыми активными среди них являются молодые люди, подростки и дети. Дополнительными факторами вовлечения молодежи в Интернет стали снижение цены на электронные устройства и тарифы доступа в Интернет. Тенденции к развитию общения в социальных сетях, облачных технологий стирают границу между локальным и сетевым использованием вычислительной техники.

Интернет для детей, рано и интенсивно начинающих им пользоваться, выступает новым инструментом, опосредующим формирование у них высших психических процессов. До начала эпохи новых информационных технологий высшие психические процессы развивались в непосредственном социальном взаимодействии взрослого человека и ребенка, детей между собой. Сегодня Интернет в значительной степени опосредует такое взаимодействие. У детей, активно пользующихся поисковыми системами Интернета, совсем по-другому начинает функционировать память. В первую очередь запоминается не содержание какого – либо источника информации в Сети, а место, где эта информация находится и способ, как до нее добираться.

Доступность практически любой информации в любое время, с раннего возраста, меняет структуру мнемонических процессов. Память становится не только «неглубокой», но и «короткой» («клиповое мышление»). У детей и

подростков формируются другое запоминание, другая память, другие механизмы удержания информации.

Средняя продолжительность концентрации внимания по сравнению с той, что была 10 – 15 лет назад, уменьшилась в десятки раз. Если прежде ребенок на уроке мог удержать внимание в течение 40 минут, и это считалось нормой, то сейчас так сосредоточиться способны буквально единицы.

Особенности внимания, а также процессов восприятия тесно связаны с широко обсуждаемым феноменом «клипового мышления». Оно построено, скорее, на визуальных образах, чем на логике и текстовых ассоциациях, и предполагает переработку информации короткими порциями. Некоторые исследователи рассматривают «клиповое мышление» в качестве защитной реакции на информационную перегрузку учащихся.

В жизни цифрового поколения есть немало преимуществ, обретенных благодаря эпохе Интернета. Взрослым нередко приходится наблюдать за тем как ребенок, сидя за компьютером, одновременно общается в чате, занимается поиском в Сети, скачивает музыку, отслеживает обновления, периодически разговаривает по скайпу, пытается делать домашнее задание и при этом пьет сок и жует бутерброд. Такой режим деятельности характерен не только для работы за домашним компьютером – это происходит и на уроках в школе. В современных условиях учащимся необходимо приспособиться к более интенсивному темпу жизни. Пользователю необходимо успеть увидеть, совершить и отреагировать на многое. Педагогам и родителям учащихся следует понять суть происходящего и это позволит предупредить возникновение конфликтов.

Глобальная сеть несет и новые риски. Исследователи обычно выделяют четыре вида рисков:

*Контентные риски* возникают в процессе использования находящихся в Сети материалов, содержащих противозаконную, неэтичную и вредоносную информацию.

*Коммуникационные риски* возникают в процессе общения и межличностного взаимодействия пользователей в Сети. Примерами таких рисков могут быть кибербуллинг, незаконные контакты (домогательства), знакомства в Сети и последующие встречи с интернет – знакомыми в реальной жизни. С коммуникационными рисками можно столкнуться при общении в чатах, социальных сетях, сайтах знакомств, форумах, блогах.

*Потребительские риски* возникают в процессе приобретения товаров и услуг через Интернет. Они включают риск приобретения товара низкого

качества, контрафактной и фальсифицированной продукции, риск потери денежных средств без приобретения товара или услуг, хищения финансовой информации с целью мошенничества.

*Технические риски* определяются возможностями повреждения программного обеспечения компьютера, хранящейся на нем информации, нарушения ее конфиденциальности или взлома посредством вредоносных программ.

Ребенок, захваченный безграничными возможностями современных технологий, зачастую не может разглядеть этих рисков в Сети и в результате оказывается среди наиболее уязвимых её пользователей. Сталкиваясь с опасностью при использовании Интернета или мобильной связи, дети часто не знают, как поступить и к кому обратиться в такой ситуации, а потому вынуждены действовать методом проб и ошибок. Такая ситуация сформировала понятие об интернет – угрозах, необходимость их распознавать и им противостоять.

Понятие "информационно-психологическая безопасность" определяется как состояние защищенности индивидуальной, групповой и общественной психологии, различных социальных субъектов от воздействия информационных факторов, вызывающих дисфункциональные социальные процессы.

Значительная часть социальной активности современных людей реализуется в рамках взаимодействия в интернет-сообществах и, прежде всего, в социальных сетях. Социальные сети подразумевают общение с людьми, с которыми уже установлены отношения в реальной жизни и предоставляют возможность создания своей реальной личности, размещения подлинной информации о себе. Такое общение предоставляет неограниченные возможности самопрезентации, возможность экспериментирования с собственной идентичностью и перспективы преодоления коммуникативного дефицита и расширения круга общения. Но, в то же время, общение в социальных сетях может угрожать психологическому благополучию пользователей сети Интернет. Прежде всего, следует отметить такие проявления как интернет – аддикция, синдром интернет – зависимости (навязчивое желание выйти в Интернет, находясь off-line, и неспособность выйти из Интернета, будучи on-line).

Аддиктивный потенциал Интернета высок, опасен. Этим опасностям Интернета подвергаются особенно несовершеннолетние. В подростковом возрасте увлечение сайтами с деструктивным содержанием, сетевыми играми

с насилием, жестокостью повышают агрессивность, имеют негативные последствия. У подростков проявляется расстройство сна, недомогание, физическая усталость, пренебрежение и невыполнение домашних дел с тем, чтобы больше времени побыть в Интернете, конфликтность. Развитие компьютерных технологий в современном мире способствует распространению компьютерных игр, что оказывает значительное влияние на психическое здоровье и формирование воспитательного пространства подростков. Сегодня игры, помимо компьютера, присутствуют в беспроводных приставках, телефонах, планшетах, гаджетах, приобретая популярность в подростковой среде. Подростки в процессе компьютерной игровой деятельности удовлетворяют потребности в самоутверждении, получая эмоции, от положительных до отрицательных, при минимальных физических затратах.

Обратите внимание на поведение вашего ребенка. Если он проявляет следующие признаки, то стоит задуматься над тем, чтобы проверить его на наличие компьютерной (игровой или интернет) зависимости.

1. Ребёнок уже с утра начинает просить мультики или компьютер. Играет в планшет или с телефоном во время обеда, подготовки домашнего задания.

2. Ребёнок приходит со школы и первым делом садится за компьютер или берёт планшет. Не знает чем себя занять, если нет возможности выйти в Сеть, поиграть на компьютере или планшете.

3. Все свое свободное время ребёнок стремится провести за компьютером, теряет интерес к другим занятиям, игнорирует все дела и свои обязанности.

4. Начинает страдать учеба из-за времени, которое ребенок проводит в Сети. Ребёнок становится более небрежным и рассеянным, в школе жалуются на неуспеваемость, домашние задания остаются не выполненными.

5. Ребенок заводит всё новые знакомства в Интернете и все меньше стремится к общению с другими или общение становится поверхностным.

6. Общению с близкими и друзьями ребенок начинает предпочитать Интернет, а общение с другими детьми начинают сводиться только к компьютерным играм и общению в Сети.

7. Если у ребенка забирают компьютер, то он выходит в Интернет через телефон. Если нет доступа к Интернету, ребенок становится раздражительным и даже агрессивным.

8. На любые ограничения, связанные с компьютером, планшетом или телефоном, реагирует нервно, сильно переживает, злится, грубит, плачет. Забрать ноутбук или планшет у ребенка удастся только со скандалом.

9. Происходит постепенная утрата контакта с родителями, начинает формально отвечать на вопросы, избегать доверительных разговоров.

10. Ребенок скрывает, сколько на самом деле времени провёл за компьютером, начинает обманывать, стремится любыми способами заполучить желаемое.

Подросткам свойственна потребность переживания риска. Склонность к риску связана с возрастными особенностями – импульсивностью, эмоциональной неустойчивостью, экстраверсией, стремлением практически проверять границы дозволенного. В некоторых случаях повышенная склонность к риску объясняется неблагополучием эмоциональной сферы – отражением тревожности и стремлением к агрессивным способам разрешения проблем. Выбирая деструктивную форму деятельности, подросток погружается в мир виртуальной реальности, где у него есть возможности удовлетворения своей потребности к риску.

Важнейшим процессом, происходящим в подростковый период, является развитие самосознания, самооценки. Интерес к себе, качествам своей личности, потребность сравнивать себя с другими, оценивать себя, разобраться в своих чувствах и переживаниях свойственно этому возрасту. Недостаточное признание собственных заслуг в значимой подростковой среде, низкая внешняя оценка в случае незрелости «Я» порождает низкую самооценку и повышает возможность повысить свою самооценку за счет успехов в виртуальной реальности, затратив при этом гораздо меньше ресурсов чем в реальной жизни.

В этой связи основной акцент в профилактической работе необходимо ставить на сохранение и развитие условий, которые способствуют сохранению физического, личностного и социального здоровья подростка.

Профилактика Интернет – аддикции подростков является многогранным процессом, требует учета возрастных и личностных особенностей учащихся, социальных условий их жизнедеятельности.

Эффективность работы по профилактике подростковой интернет-аддикции в формировании новых ценностей и социальных отношений зависит от взаимодействия школы и семьи при активном, мотивированном участии подростков в организуемой творческой, учебно-познавательной и воспитательной деятельности.

Также в Сети можно столкнуться с кибербуллингом. Под кибербуллингом обычно понимается неоднократное умышленное агрессивное поведение в Сети как физическое, так и вербальное, направленное против кого-то, кто по каким-либо причинам считается слабее, с целью унижения его достоинства. Это поведение всегда присутствует в подростковой среде. Несмотря на то, что события при интернет-буллинге развиваются в виртуальном мире, отпечаток они накладывают вполне реальный. Влияние травмирующих факторов порой бывает даже сильнее, чем при травле в обычной жизни. Неприятные сообщения, комментарии и публикации постоянно будут давить на жертву. Особенно опасен этот момент для чувствительных людей, склонных мысленно прокручивать одни и те же события, многократно пересматривая травмирующие материалы.

Наиболее популярные формы кибербуллинга:

- исключение из общения или групп (носит характер бойкота человека в Интернете);
- домогательства, при которых одним человеком или группой формируются угрозы и преследование;
- аутинг (от англ. outing – предание гласности), то есть публикация персональных данных без согласия человека;
- киберсталкинг – одна из самых опасных форм буллинга, когда преследование человека переходит из виртуального мира в реальный, а сбор информации в Интернете используется для запугивания или домогательств;
- поддельные профили, на основе открытых данных о человеке, создается фейковый (поддельный) аккаунт, и от его имени рассылается ложная, негативная и компрометирующая информация;
- троллинг – намеренная социальная провокация или издевательства в Сети.

Для многих родителей Интернет представляется безобидным местом, где их ребенок просто развлекается. Многие родители не имеют представления о том, что их ребенок делает в Интернете, какие сайты посещает и какими ресурсами интересуется. Вместе с тем, кибербуллинг в школе встречается чаще других ситуаций для давления на кого-либо. С кибертравлей может столкнуться любой ребенок независимо от возраста, самые сложные случаи приводят к психическому расстройству и даже суициду. В реальном мире иногда сложно травить, потому что жертва может дать отпор. А в Интернете можно относительно соблюдать анонимность и посягать практически на любого. Подростки-недоброжелатели могут зайти с фейковых аккаунтов и рассылать злобные сообщения жертве. Другой вариант, когда дети коллективно создают специальный аккаунт на сверстника, чтобы его травить.



Весь класс выкладывает туда неприглядные фото и кажущиеся им смешные истории, которые на самом деле являются очень обидными для конкретного ребенка. В итоге к травле могут присоединиться даже те, кто не знает жертву. Подросткам смешно и весело наблюдать за тем, как кого-то сфотографировали в неприглядной ситуации или нелепой позе, и они с радостью присоединяются к злобному "мейнстриму". Вариантов травли – десятки: от банальных рассылок в WhatsApp в группе до анонимных угроз и звонков с оскорблениями.

Проблема тех, кто сталкивается с кибербуллингом, заключается в попытке отвечать на вызовы и провокационные вопросы от недоброжелателей. Именно этой реакции ждет инициатор буллинга. Любой ответ и попытка оправдаться вызывают только большее желание написать еще, потому что недоброжелатель видит в этом слабость человека.

Лучшее решение проблемы – не реагировать и игнорировать подобные вызовы и сообщения. Если взрослый человек способен понять это самостоятельно, то ребенку необходима помощь. Эксперты по детской онлайн-безопасности рекомендуют в первую очередь завести аккаунт и "подружиться" в соцсети со своими детьми. Важно посмотреть, какие сообщения появляются у ребенка на стене, какие группы он посещает. Но ни в коем случае не в формате слежки (у ребенка тоже есть право на личную жизнь), а чтобы знать его интересы, потребности и темы, которыми он увлекается. Также сегодня существуют специализированные программы родительского контроля, которые позволяют не только ограничивать детей от потенциально опасных ресурсов, но и фиксировать факты большого количества сообщений и постов ребенка в соцсети. Таким образом, взрослый может со своего телефона видеть объем поступивших ребенку сообщений, не видя их содержимое (соблюдаются права гражданина на тайну переписки). И если наблюдается резкое увеличение количества сообщений, то стоит поговорить об этом с ребенком. Важно уделить ему в общении особое внимание. Необходимо выстраивать общение со своими детьми так, чтобы они могли в любой момент к вам обратиться. Что бы ребенку ни писали в соцсети, он должен знать, что у него есть человек, способный его защитить. Тот, кто обладает авторитетом. Это может быть как один из родителей, так и старший брат, сестра или учителя. Психологически комфортная атмосфера в семье должна быть всегда, это вопрос доверия между ребенком и родителем, чтобы в случае опасной ситуации они могли рассказать все друг другу.

Если вы заметили, что ребенок стал тревожным, возбудимым, или, наоборот, замкнулся в себе, у него нарушился сон, аппетит или появились проблемы с мочеиспусканием, обратитесь к доктору. Давление со стороны

сверстников может привести как к нервным тикам, так и к глубоким депрессивным состояниям. Психиатры сегодня способны убрать психологические последствия кибербуллинга у детей, научив их аутогенной тренировке или, по-другому, психическому закаливанию. Ребенок должен научиться таким образом перестраивать свое взаимоотношение с миром, чтобы происходящее вокруг его не травмировало.

Отсутствие доверия и страх наказания – основные причины умалчивания травли, что порой приводит к непоправимым последствиям. Поэтому в защите ребенка от кибербуллинга огромное внимание должно отводиться построению искренних, поддерживающих и близких отношений. Также обязательно проработать с детьми две важных темы:

1. Реальная жизнь интереснее, чем виртуальная. Не игнорируйте постоянное пребывание ребенка в Сети. Такой образ жизни чреват не только повышенными рисками стать объектом травли. Он также опасен формированием тяжелых зависимостей, влекущих за собой ряд серьезных психологических расстройств личности.

2. Только личная встреча позволит составить впечатление о человеке, близкое к истинному положению дел. На примерах донесите ребенку, как легко в сети произвести необходимое впечатление и завладеть доверием в корыстных целях.

Чтобы защитить детей от кибербуллинга в их школьной жизни, как минимум, необходимо разобраться в следующих вопросах:

- деликатно выяснить, какие отношения у ребенка со сверстниками;
- узнать какая работа проводится в школе по профилактике кибербуллинга.

Существует ряд правил взаимодействия с жертвами травли в интернете, знание которых не помешает родителю ребенка:

1. Нельзя давить на человека, заставляя немедленно открыться в своей ситуации и выпытывая подробности произошедшего.
2. Не стоит комментировать чувства, которыми пострадавший с вами поделился, или давать им оценку.
3. Важно проявить принятие и готовность подождать, пока у человека появятся силы изложить все подробности.
4. Важно помочь человеку избавиться от чувства вины или стыда, которые способны сильно усугубить его состояние.

Взаимодействие в сети Интернет привело к появлению множества «виртуальных миров», субъектами которых являются реальные виртуальные личности, группы и общности. Причиной выхода в Интернет в качестве реальной личности может быть социальная ригидность, самодостаточность. Интенцией к созданию виртуальной личности может служить

неудовлетворенность реальной жизнью, пресыщенность реальной жизнью, желание получить новые ощущения, потребность в конструировании иной символической реальности для творческого самовыражения.

Также исследователи выделяют такие угрозы, как недостоверная и навязчивая информация, нарушение прав человека, проблема изоляции, утраты «Я» и формирование идентичности, девальвация нравственности, снижение культурного уровня, вытеснение и ограничение традиционных форм общения, негативные социальные влияния.

Информационные потоки, поступающие из СМИ и сети Интернет, носят агрессивный характер и провоцируют разного рода защиты – от ответной, прямой агрессии до рационализаций и сублимаций. Процесс выработки психологических защит у современного человека чаще всего ограничен из-за эмоциональной незрелости, колеблющейся самооценки, разного уровня тревожности которые усиливают либо агрессивные паттерны поведения, либо стремление скрыться, избежать, не участвовать.

Политическая реальность нашей жизни такова, что любые информационно-психологические воздействия, осуществляемые через каналы СМИ или межличностного общения (например, слухи), являются манипулятивными по сути дела, а нередко – и инструментами провокации. И если к манипулятивной природе воздействия электронных СМИ большинство населения привыкло, признает их цивилизованными средствами политико-психологической борьбы, и к ним уже выработан политический иммунитет и приемы личностной психологической защиты, то с анонимными сообщениями, запущенными по Интернету, дело обстоит сложнее.

Серьезную опасность представляет также информация, оскорбляющая общественную нравственность, содержащая недобросовестную рекламу, мошеннические операции и т.п.

Интернет служит весьма удобной площадкой для подготовки и осуществления информационно-террористических и информационно-криминальных действий. В нем могут распространяться пропагандистские материалы преступных организаций, рецепты изготовления взрывчатых и ядовитых веществ, оружия, наркотических и психотропных средств, наконец, изощренных алгоритмов вскрытия шифров. Вся эта информация легко маскируется под научно-техническую информацию. Отсутствие географических границ, трудно определяемая национальная принадлежность

объектов Сети, возможность анонимного доступа к ее ресурсам – все это делает уязвимым системы общественной и личной безопасности.

## **Памятка родителям по обеспечению безопасности школьников в сети Интернет**

### *Советы по безопасности работе в общедоступных сетях Wi-fi:*

- не передавать личную информацию через общедоступные Wi-Fi сети, работая в них, желательно не вводить пароли доступа, логины и какие-то номера;
- использовать и систематически обновлять антивирусные программы;
- при использовании Wi-Fi отключить функцию «Общий доступ к файлам и принтерам»;
- использовать только защищенное соединение; при наборе веб-адреса вводи «https://».

### *Основные советы по безопасности в социальных сетях:*

- ограничить список друзей; он не должен включать случайных и незнакомых людей;
- защитить свою частную жизнь; не указывать пароли, телефоны, адреса и другую личную информацию;
- защитить свою репутацию; подумай, прежде чем что-то опубликовать, написать и загрузить;
- старайся не разглашать свое реальное имя и другую личную информацию в разговоре с незнакомыми людьми;
- избегай размещения фотографий в Интернете, где ты изображен на местности, по которой можно определить твое местоположение;
- используй сложные пароли при регистрации в социальной сети;
- используй различные пароли для социальной сети, почты и других сайтов и в этом случае возможные злоумышленники получают доступ только к одной информации, а не ко всем сразу.

### *Основные советы по безопасной работе с электронной почтой:*

- выбери правильный почтовый сервис;
- не указывай в личной почте информацию о себе;

- выбери сложный, надежный, устойчивый пароль для каждого почтового ящика;

- используй несколько почтовых ящиков и первый среди них для частной переписки с адресатами, которым ты доверяешь (этот адрес не стоит использовать при регистрации на форумах и сайтах);

- не открывай неизвестные файлы, уточни у друзей отправку писем к вам.

*Основные советы для безопасности мобильного телефона:*

- будь осторожен, ведь когда тебе предлагают бесплатный контент, в нем могут быть скрыты какие-то платные услуги;

- подумай, прежде чем отправить SMS, фото или видео. Ты точно знаешь, где они будут в конечном итоге?

- не загружай приложения от неизвестного источника, они могут содержать вредоносное программное обеспечение;

- сообщай свой номер мобильного телефона только людям, которых ты знаешь и кому доверяешь;

- bluetooth должен быть выключен, когда ты им не пользуешься.

*Основные советы по борьбе с фишингом (интернет-мошенничеством, главная цель которого состоит в получении конфиденциальных данных пользователей — логинов и паролей).*

- следи за своим аккаунтом, если ты подозреваешь, что твоя анкета была взломана, то необходимо заблокировать ее и сообщить администраторам ресурса об этом как можно скорее;

- используй безопасные веб-сайты, в том числе, интернет-магазинов и поисковых систем;

- используй сложные и разные пароли. Таким образом, если тебя взломают, то злоумышленники получат доступ только к одному твоему профилю в Сети, а не ко всем;

- если тебя взломали, то необходимо предупредить всех своих знакомых, которых ты добавил в друзья, о том, что тебя взломали и, возможно, от твоего имени будет рассылаться спам и ссылки на фишинговые сайты;

- не открывай файлы и другие вложения в письмах даже если они пришли от твоих друзей. Лучше уточни у них, отправляли ли они тебе эти файлы.

#### *Основные советы по защите цифровой репутации:*

– Цифровая репутация - это негативная или позитивная информация в Сети о тебе. Компрометирующая информация размещенная в Интернете может серьезным образом отразиться на твоей реальной жизни. Твое место жительства, учебы, твое финансовое положение, особенности характера и рассказы о близких – все это накапливается в Сети. Комментарии, размещение твоих фотографий и другие действия могут не исчезнуть даже после того, как ты их удалишь. Ты не знаешь, кто сохранил эту информацию, попала ли она в поисковые системы и сохранилась ли она, а главное: что подумают о тебе окружающие люди, которые найдут и увидят это.

- подумай, прежде чем что-то публиковать и передавать у себя в блоге или в социальной сети;

- в настройках профиля установи ограничения на просмотр твоего профиля и его содержимого, сделай его только «для друзей»;

- не размещай и не указывай информацию, которая может кого-либо оскорблять или обижать.

### **Родительские собрания, посвященные обеспечению информационно-психологической безопасности учащихся**

***Тема: «Безопасность детей в сети Интернет»***

*Цель проведения родительского собрания*

Просвещение родителей по вопросам обеспечения информационной безопасности детей.

### *Задачи*

1. Выявить проблемы, возникающие при использовании детьми сети Интернет.
2. Обсудить, выработать рекомендации для родителей по обеспечению информационной безопасности детей.

### *Вопросы для обсуждения:*

Как влияет Интернет на формирование характера и познавательной сферы ребенка?

Как сделать работу в Сети безопасной?

### *Ход проведения собрания*

#### *Вступительное слово учителя*

Развитие глобальной информационной сети изменило наш привычный образ жизни, расширило границы наших знаний и опыта. Появилась возможность доступа практически к любой информации, хранящейся на миллионах компьютерах во всём мире. Одновременно с этим миллионы пользователей имеют возможность получить доступ к вашему компьютеру.

Вашему вниманию предлагается несколько высказываний. Попробуйте привести аргументы, отражающие противоположную точку зрения.

1. Интернет имеет неограниченные возможности дистанционного образования. И это хорошо!
2. Интернет – это глобальный рекламный ресурс. И это хорошо!
3. Общение в Интернете – это плохо, потому что очень часто подменяет реальное общение виртуальному.
4. Интернет магазины – это плохо, потому что это наиболее популярный вид жульничества в Интернете.
5. В Интернете можно узнать сведения о человеке (место проживания и адрес электронной почты, номер мобильного телефона). И это хорошо.

Интернет позволяет вам общаться с друзьями, близкими людьми, коллегами, получать доступ к информации и развлечениям, учиться, встречаться с людьми и узнавать новое. Однако при использовании Сети возникают различные проблемы. В этой связи необходимо обсудить с детьми причины и возможные варианты разрешения возникающих проблем, преодоления последствий возникших неприятных ситуаций. Помните, что безопасность ваших детей в Интернете во многом зависит от вас.

Федеральный закон № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» устанавливает правила медиабезопасности детей при обороте на территории России разнообразной продукции средств массовой информации (печатной, аудиовизуальной, программ для ЭВМ и баз данных), размещаемой в информационно-телекоммуникационных сетях и сетях подвижной радиотелефонной связи.

Что следует понимать под информационной безопасностью ребёнка? Это состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, причиняемой информацией, в том числе распространяемой в сети Интернет, вреда их здоровью, физическому, психическому, духовному и нравственному развитию.

Опасности, с которыми дети могут столкнуться в Сети

Вредоносные сайты:

- посвященные продаже контрабандных товаров или другой незаконной деятельности;
- с рекламой табака и алкоголя;
- посвященные изготовлению взрывчатых веществ;
- пропагандирующие наркотики;
- пропагандирующие насилие и нетерпимость;
- публикующие дезинформацию;
- предлагающие различные способы приобретения оружия, наркотиков, отравляющих веществ;
- позволяющие детям принимать участие в азартных играх онлайн;
- предлагающие приобрести различную частную информацию.

Рекомендации родителям:

*Общие правила безопасности при работе в Интернете:*

- установите несколько четких и жестких правил для ребенка, чтобы контролировать расписание, время подключения и способ использования им Интернета;
- убедитесь, что установленные правила выполняются, важно контролировать выход ребенка в Интернет в ночное время;
- ребенку не следует давать свой пароль кому-либо, за исключением взрослых членов семьи;
- побуждайте детей делиться с вами их опытом использования Интернет;



- предлагайте детям делиться, консультироваться со взрослыми в случае возникновения непредвиденных неприятных ситуаций при посещении Сети;
- научите детей уважать других пользователей, убедите в том, что правила хорошего поведения действуют везде, даже в виртуальном мире;
- помогите ребенку выбрать регистрационное имя при общении в чатах, использовании программ мгновенного обмена сообщениями, играх, убедитесь, что оно не содержит никакой личной информации;
- объясните, что незаконное копирование чужой разработки, музыки, игр, программ может расцениваться как присвоение интеллектуальной собственности и иметь неприятные последствия, в том числе привлечение к ответственности;
- убедите детей в том, что не следует откликаться на предложения о личной встреч с друзьями из Сети в связи с тем, что новые знакомые могут преследовать свои, корыстные цели;
- объясните детям, что в Сети зачастую можно обнаружить недостоверную, искаженную, ложную по смыслу информацию;
- контролируйте деятельность детей в Интернете с помощью современных программ, с их помощью можно отфильтровать вредное содержимое, выяснить, какие сайты посещает ребенок.

**Тема: «Интернет-угрозы для ребенка. Безопасность детей в сети Интернет»**

*Цель проведения родительского собрания*

Просвещение родителей по вопросам обеспечения информационной безопасности детей.

*Задачи*

1. Определение способов защиты детей от вредной информации в Интернете.
2. Разработка правил, памятки для родителей и детей по соблюдению безопасности в соцсетях

*Вопросы для обсуждения:*

Как сделать работу в Сети безопасной?

Сколько и как должен общаться ребенок в Интернете?

Нужно ли ограничивать общение детей в Сети?

Важно ли прививать этические понятия ребенку по отношению к общению в Интернете?

## Ход проведения родительского собрания

Добрый день, уважаемые родители! Тема нашего сегодняшнего родительского собрания «Безопасность детей в сети Интернет и интернет - угрозы для ребенка».

Мы с вами живем в непростой, но очень увлекательный век, век всеобщей информатизации компьютерных технологий, цифровых инноваций и господства всезнающей, все умеющей, все позволяющей Сети. Компьютеры становятся необходимой принадлежностью офисов, медицинских учреждений, школ, прочно входят в наш быт. Современные дети, кажется, «уже рождаются с умением пользоваться компьютером». С одной стороны, это хорошо: виртуальный мир сегодня оказался, по сути, главным источником информации. Не нужно идти в библиотеку, стоять перед полками в магазине, достаточно кликнуть мышкой и все, чего вы желаете, как «по щучьему велению» будет доставлено в ваш дом. Кроме того, с введением новых образовательных стандартов, современная школа отходит от привычных моделей обучения, ребенок теперь сам должен научиться добывать информацию. И в данном случае Интернет становится просто незаменимым орудием для образования. Но, в то же время, Сеть таит в себе много опасностей.

Интернет в жизни ребенка - это хорошо или плохо? Сколько и как должен общаться ребенок в Интернете? Нужно ли ограничивать общение детей в Сети? Важно ли прививать этические понятия ребенку по отношению к общению в Интернете? На эти и другие вопросы нам предстоит сегодня найти ответ.

Общение по Интернету не проходит даром ни для взрослых, ни для детей. Психологи и врачи говорят о появлении новой болезни - компьютерной зависимости, которая на сегодняшний день приравнивается к болезни, наравне с алкогольной и наркотической зависимостью.

У современного человека есть много возможностей приятно провести время, но он ищет все новые и новые. Сеть в этом ряду занимает свое особое место. Для многих Сеть — это место, где можно отдохнуть и сбежать от реальной жизни, высказаться, не заботясь об ответственности. В Сети человек чувствует себя спокойнее, здесь думать о внешности и всем остальном не надо, поэтому коммуникативные и другие умения не имеют значения. Сеть не вызывает физиологической зависимости, но вызывает психологическую, особенно у детей и подростков.

В Интернете имеются разнообразные игры, приложения, которые получили широкое распространение. Такие игры привлекают своей

массовостью, одновременно в игре может находиться несколько сотен участников, знакомых и незнакомых. Кроме того, играя в компьютерные игры, пользователю трудно проиграть определенное состояние, но можно «проиграть» свой разум. Компьютерные игры поглощают все время, мысли пользователя. Чрезмерное увлечение играми способно нанести урон учебе, карьере, дружеским и семейным отношениям. Проблема игромании с каждым годом становится острее. В основном врачи работают с подростками от 12 лет, но среди пяти - шестилетних детей уже есть такие, которые мыслят компьютерными категориями. Среди пациентов в основном мальчики. Агрессивность и инстинкт охотника, свойственные мужской натуре, разрастаются на благодатной почве компьютерных игр. А еще игра - это сильные ощущения. Поэтому именно дети, которым в жизни не достает позитивных эмоций, общения с родителями, чаще всего становятся жертвами компьютера.

Одна из новейших интернет - угроз – так называемый «киберсуицид» или согласованные самоубийства. По Интернету подростки и молодые люди договариваются о совместном самоубийстве. В Сети довольно много сайтов, где подробно описаны и проиллюстрированы способы свести счеты с жизнью. Подростки, которых интересует подобный опыт, говорят о том, что вместе уйти из жизни проще, чем поодиночке, в сети они находят поддержку своим суицидальным наклонностям, вступая в контакт с единомышленниками, которые как и они сами думают о самоубийстве. В социальных сетях через программы мгновенного обмена сообщениями ребенок может стать жертвой педофилов. Преступники представляются сверстниками и выманивают у детей адрес или маршрут следования из школы. Пострадать ребенок может и от поведения других детей. Набирает обороты киберхулиганство: подростки снимают на видео сцены унижения или избиения сверстника и выкладывают этот ролик в Интернет, организуется травля жертвы.

Еще одной из проблем, подстерегающих детей в сети Интернет, является пропаганда жестокости, экстремизма и нетерпимости. Когда информация экстремистского содержания попадает в руки взрослого, знающего разницу между добром и злом, в руки полностью сформировавшейся личности, это, в большинстве случаев, не принесет серьезного вреда, и совершенно другое дело, когда сайты экстремистского, националистического содержания попадают на глаза детей, личность которых еще только проходит этап становления. Ни для кого не секрет, что широкие возможности Интернета уже давно и активно используют экстремистские и террористические

организации по всему миру. Проблема сетевой деятельности террористов является актуальной и для России.

Чтобы обезопасить юного пользователя от возможных бед, надо провести подробный инструктаж перед тем, как он начнет осваивать киберпространство.

*Первое.* Расскажите ребенку, что представляет собой интернет-пространство, чем полезен Интернет, что можно там найти интересного и что негативного можно встретить. Лучше представить виртуальную сеть как помощника в поиске информации или как средство образования, а не как возможность для развлечений и удовольствий, чтобы ребенок не просиживал все свободное время в Сети, а правильно распределял его по необходимости.

*Второе.* Договоритесь с ребенком, сколько времени он будет проводить в Сети. Для каждого возраста должно быть свое время. Чем старше ребенок, тем больше он может находиться в Сети, но определенные рамки все равно должны сохраняться.

*Третье.* Предупредите ребенка о том, что в Сети он может столкнуться с запрещенной информацией и злоумышленниками. Речь идет о насилии, наркотиках, страницах с националистической, экстремистской идеологией.

*Четвертое.* Приучите детей к конфиденциальности. Если на сайте необходимо, чтобы ребенок ввел имя, помогите ему придумать псевдоним, не раскрывающий никакой личной информации. Расскажите детям о том, что нельзя сообщать какую-либо информацию о своей семье; делиться проблемами, рассказывать о членах семьи и материальном состоянии.

*Пятое.* Беседуйте с детьми об их виртуальных друзьях и о том, чем они занимаются, так, как если бы речь шла о друзьях в реальной жизни. Часто педофилы регистрируются на детских сайтах, вступают в переписку с ребенком, общаются длительное время – и все для того, чтобы завоевать доверие ребенка и добиться встречи с ним. Приучите детей рассказывать о встречах в реальной жизни.

*Шестое.* Расскажите о мошенничестве в Сети – розыгрышах, лотереях, тестах, убедите ребенка в том, чтобы он без ведома взрослых, самостоятельно, не отправлял СМС в поисках определенной информации из Сети.

*Седьмое.* Объясните детям, что никогда не следует отвечать на мгновенные сообщения или письма, поступившие от незнакомцев по электронной почте. Если ребенка что-то пугает, настораживает или кто-то угрожает в переписке, в письме, он обязательно должен сообщить об этом взрослым.

Ознакомьте ребенка с простыми правилами, и он будет иметь представление о том, с чем может столкнуться в Интернете, и будет знать, как вести себя в этом случае.

### **Правила «Твоя безопасность в соцсетях»**

1. Прочти пользовательское соглашение. При регистрации ты заполняешь обязательные пункты аккаунта, в конце имеется пункт согласия с условиями пользовательского соглашения данной соцсети. Как обычно поступаешь – просто жмешь «согласен со всеми условиями», жмешь, не читая самих условий? А может быть там указано что-то вроде «любые данные и материалы, введенные пользователем, являются бесспорной собственностью ресурса»? Эта формулировка означает, что владельцы соцсети (сайта) могут делать с публикуемым тобой (размещенными в аккаунте) контентом, что угодно им. Например: слить мошенникам, продать твои фото – видео материалы из «скрытого» от чужих глаз аккаунта.

2. Минимум личных данных в аккаунте. Посторонним пользователям не стоит сообщать конфиденциальную информацию о себе, о семейные и дружеские отношениях. Вообще, стоит заполнять только обязательные пункты раздела «о себе», которые помечены звездочкой. Не стоит регистрироваться в социальной сети, если от вас требуют дополнительные сведения.

3. Чем меньше фото-видео, тем лучше. Современные гаджеты, доступная интернет-связь облегчают социальные коммуникации в современном обществе. Мода на селфи-фото, видео и текстовое описание своей жизни в социальных аккаунтах – современная норма. Подумай, стоит ли выставлять свою личную жизнь напоказ?

4. Никогда не указывай своего домашнего адреса. В рубрике «где живешь» достаточно вписать страну и город. Без района, улицы и, тем более, дома-квартиры. Адреса в Интернете постят пользователи, которые делают в Сети бизнес.

5. Прежде, чем принимать очередное подтверждение «дружбы» в соцсетях, внимательно изучи аккаунт человека, запрашивающегося на дружбу с тобой. Если аккаунт нового «друга» закрыт от доступа «не друзьям» и ты не

можешь составить предварительного мнения об этом персонаже – сразу отказывай ему в дружбе.

6. Личная безопасность на сайтах знакомств. Разномастные мошенники-садисты тоже используют сайты знакомств в корыстных целях. При этом не важно - платный или бесплатный ресурс знакомств. Подобные личности могут встретиться на любом подобном ресурсе. Поэтому первые встречи с настойчивым приятелем-подругой должны происходить только в безопасной зоне – в людных местах, причем выбранных тобой.

7. Благосостояние, выставляемое напоказ. Выставлять фотографии своих дорогих украшений, гаджетов и т.п. на странице своего социального аккаунта, по меньшей мере, глупо. Это может привлечь внимание воров. С их точки зрения фотографии золотых изделий и премиум-гаджетов – прямое приглашение ограбить тебя.

8. Не указывать номер своей кредитной банковской карты нигде, кроме защищенных платежных систем, где ты платишь собираешься за что-либо приобретенное.

9. Если компьютер общий для всех домашних или находится на рабочем столе, в интернет – кафе - не следует оставлять свой пароль и логин в нем.

10. Не заявляй своего местоположения в социальной сети. Преступникам не составит труда выбрать удобный момент и ограбить дом/квартиру такого пользователя.

11. Не нужно выставлять на общее внимание свой телефонный номер, если соцаккаунт не используется в коммерческих целях.

12. Не стоит принимать «выгодные» торговые предложения, поступающие через социальные сети.

13. Пароль к каждому своему аккаунту в социальных сетях необходимо менять, по меньшей мере, раз в год. Причем с добавлением символов к цифробуквенному ряду. И не использовать один и тот же пароль в нескольких аккаунтах.

14. Не каждый вложенный файл в сообщении следует открывать. Если не знаешь или не уверен в личности автора сообщения - не открывай приложение.

15. Не стоит вступать в агрессивно-ругательный диспут с неким пользователем из соцсети. Проблема угроз в соцсетях решается через администраторов и модераторов. Все просто: пиши сообщение администрации социальной сети с указанием ссылок на бранную переписку и аккаунт ругателя. В пользовательском соглашении соцсетей (которое нужно читать всем – первый пункт этой статьи!) всегда указывается, что пользователи не могут проявлять агрессию и т.п.

16. Чтобы не украли твою страницу в соцсети нужно настроить различные способы собственной идентификации. Если не к IP-адресу привязать свой аккаунт (ай-пи адреса меняются при входе с разных гаджетов и через разных поставщиков Интернета), то указать два e-mail – основной и дополнительный.

17. Если социальная сеть не способна (не желает) обеспечить твою безопасность следует немедленно закрывать свой аккаунт в ней. Удаляй страницу полностью сам, если есть такая возможность, или через администрацию соцсети (по обращению к ней).

18. Твой пароль от аккаунта в социальной сети – только твой. Ни одна крупная и настоящая социальная сеть не рассылает сообщения вроде «подтвердите свой пароль, у вас на странице замечены мошеннические действия, иначе аккаунт будет удален» своим пользователям. Помни – ты не обязан сообщать свои пароли от интернет-ресурсов какому-то третьему (постороннему) лицу.

### ***Подведение итогов***

Итак, уважаемые родители, давайте подведем итог нашей сегодняшней встречи. Главное помнить: ваша задача - распознать интернет-зависимость ребенка на ранней стадии и установить пределы на пользование Интернетом. Также важно определиться с интересами ребенка, найти общие дела, которые отвлекут Вашего сына или дочь от виртуального общения, дав понять, что родителям не безразлично, чем интересуется их ребенок, чему отдает предпочтения.

Все, что ребенок может прочитать, посмотреть или послушать в сети Интернет, несет определенную информацию. И только от Вашего контроля зависит, будет ли она развивать его творческое мышление, помогать ребенку в процессе обучения, или напротив, повлияет отрицательно. Если Вы обнаружили зависимость Вашего ребенка, не ждите чуда, начинайте действовать!

***Рекомендации педагогам школ, организующим профилактическую и разъяснительную работу с родителями по обеспечению информационно-психологической безопасности учащихся***

Наибольшая ответственность в вопросе обеспечения безопасности подростков в Интернете ложится на родителей. Профилактическая работа с подростками по обеспечению ***информационно-психологической безопасности учащихся*** должна строиться на принципах системности, этичности, индивидуальности. При этом учитывается, что она может осуществляться только на основе активности самих подростков и их родителей.

Воспитательная работа в школе признается равнозначной с образовательным процессом и проводится в виде внеклассной, внешкольной деятельности. Ее эффект предусматривает нормативное развитие личности подростков, формирование у них нравственных установок, в том числе и установок на здоровый образ жизни. Для успешной социализации, удовлетворения самоактуализации подростка, сплоченности коллектива, на педагогических и методических советах школы обсуждаются вопросы взаимодействия учителей и родителей по воспитанию детей, формы и методы работы с родителями и учащимися, имеющими проблемы в социализации, система поощрения успехов школьников, первичной интернет-аддикции среди подростков и другие.

В общешкольном плане работы, в планах воспитательной работы классных руководителей, социального педагога, руководителей кружков и секций, библиотеки должна быть определена система организуемой деятельности по формированию у школьников ценностей собственной жизни и здорового образа жизни, развитию коммуникативных навыков, личной ответственности за свое поведение, самореализацию в творчестве и учебе. Исходя из целей первичной профилактики, в учебном процессе учителя учитывают возможности компьютерного моделирования, проектной деятельности. В процессе изучения учебных дисциплин используется виртуальный комплекс для проведения уроков и факультативов. Работа с



компьютером позволяет создать оптимальные условия для изучения материала учебных дисциплин, расширяет поле наглядности, которое значительно сужено или отсутствует во многих учебниках. Сочетание визуального и слухового восприятия позволяет учащимся лучше понимать изучаемый материал, способствует запоминанию и восприятию информации, активному ее осмыслению и значимости для собственного развития. Использование в процессе обучения информационных технологий не только позволяет учащимся эффективно усваивать учебный материал, но и помогает сделать процесс обучения разнообразным и увлекательным, расширяет возможности преподавания в выборе средств, методов и технологий.

Работа с родителями должна быть направлена на улучшение детско-родительских отношений, противодействие формированию интернет - аддикции. Она осуществляется через родительские собрания. Примерная тематика таких собраний: «Опасности интернет-аддикции и признаки ее возникновения у подростков», «Воспитание компьютерной культуры», «Влияние Интернета на личность подростка». В рамках проводимых собраний следует также организовывать обсуждение проблем в формате круглого стола. Рекомендуемая тематика обсуждения: «Безопасный Интернет», «Ребенок в Интернет – сети», «Вредные привычки - непоправимый урон здоровью подростка», «Мой день без компьютера». Хорошо зарекомендовали себя, проведенные в ряде школ, научно-практические конференции, Дни здоровья, конкурсы рисунков, слоганов, плакатов, тематические библиотечные часы, групповые и индивидуальные консультации по конкретным проблемам, с которыми сталкиваются родители. Все эти мероприятия помогают устанавливать контакт между родителями и детьми, улучшают психологический климат в семье. Они расширяют знания о положительной и отрицательной значимости Интернета в жизни их детей, об опасностях, которые он несет в себе, о способах его профилактики. Участие в субботниках, волонтерство развивают у подростков умение понимать состояние другого человека, развивать социальные навыки, формируют новые ценности.

**Литература и ссылки:**

1. Безмалый В.Ф. Обеспечение безопасности детей при работе в Интернет. [Электронный ресурс] URL: <http://www.ifar.ru/library/book331.pdf>
2. Безопасность детей в Интернете URL: <http://www.microsoft.com/rus/childsafety>
3. Безопасный Интернет для детей: законодательство, советы, мнения, международный опыт. [Электронный ресурс]. URL: <http://ideti.org/>
4. Интернетугрозы и эффективное противодействием им в отношении пользователей. <http://www.saferunet.ru/>
5. Интерактивный курс “Основы безопасности детей и молодежи в интернете”. [Электронный ресурс] URL: <http://www.microsoft.com/eesti/haridus/veebivend/koomiksid/rus/html/etusivu.ht>
6. Личная безопасность. Основы безопасности жизни. Рекомендации взрослым: как сделать посещение Интернета для детей полностью безопасным. <http://www.obzh.info/novosti/novoe/bezopasnostdeteivinternete.html>
7. Методические рекомендации для педагогических работников по профилактике терроризма и экстремизма в образовательных организациях (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 16 июня 2016 года 309 – 1467).
8. Методические рекомендации по проведению уроков безопасного Интернета в школах [[http://www.ligainternet.ru/encyclopedia\\_of\\_security/parents-and-teachers/parents\\_and\\_teachers\\_detail.php?ID=3652](http://www.ligainternet.ru/encyclopedia_of_security/parents-and-teachers/parents_and_teachers_detail.php?ID=3652)].
9. Ольхова Н.Е. Беседа с родителями “Интернет - зависимость”. [Электронный ресурс]. // Электронно педагогический журнал Большая перемена. URL: [http://www.pomochnikovsem.ru/load/publikacii\\_pedagogov/klassnoe\\_rukovodstvo/beseda\\_s\\_roditeljami\\_internet\\_zavisimost/37102567](http://www.pomochnikovsem.ru/load/publikacii_pedagogov/klassnoe_rukovodstvo/beseda_s_roditeljami_internet_zavisimost/37102567)
10. Полезный и безопасный интернет. Правила безопасного использования Интернета для детей младшего школьного возраста: методическое руководство/под редакцией Г.У.Солдатовой. – М.: Федеральный институт развития образования
11. Рекомендации по пользованию социальными сетями и онлайн играми URL: <http://do.znate.ru/docs/index30424.html>

12. Родителям о безопасном интернете. URL:  
<http://74322s004.edusite.ru/p67aa1.html>
13. Российская государственная детская библиотека. Ресурс для детей и родителей. Правила безопасного Интернета. Обзор программных продуктов для безопасного Интернета. Как защититься от Интернет - угроз. Ссылки на электронные ресурсы, информирующие об опасностях и защите в Сети. URL:<http://www.rgdb.ru/innocuousinternet>
14. Club Symantec единый источник сведений о безопасности в Интернете. Статья для родителей «Расскажите детям о безопасности в Интернете». Информация о средствах родительского контроля. URL:  
[http://www.symantec.com/ru/ru/norton/clubsymantec/library/article.jsp?aid=cs\\_teach\\_kids](http://www.symantec.com/ru/ru/norton/clubsymantec/library/article.jsp?aid=cs_teach_kids)
15. Тест на выявление интернет - зависимости.  
URL: <http://www.psychhelp.ru/internet/test.php>
16. Фонд развития Интернет. Информация о проектах, конкурсах, конференциях и др. по компьютерной безопасности и безопасности Интернета. URL: <http://www.fid.su/>
17. Энциклопедия информационной безопасности. [Электронный ресурс]  
URL: <http://www.securelist.com/ru/encyclopedia>