



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ТОЛЬЯТТИ  
«ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ № 41»**

---

445037, РФ, Самарская область, г.Тольятти, бульвар Орджоникидзе 3,  
тел (8482) 32-05-23, факс (8482) 32-87-78, 32-72-60

e-mail: [school41@edu.tgl.ru](mailto:school41@edu.tgl.ru), <http://moy41тольятти.росшкола.рф>

ОКПО 40945242, ОГРН 1036300992155, ИНН/КПП 6321047192/632101001

Рассмотрено  
на заседании МО учителей  
естественнонаучного цикла  
Протокол от 29.08.2025 № 1

Принято  
на заседании Педагогического совет  
МБУ «Школа № 41»  
Протокол от 29.08.2025 № 1

Утверждено  
Приказ № 232 от 29.08.2025  
Директор МБУ «Школа № 41»  
Б.Э. Зимонина

**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Информационная безопасность или На расстоянии одного  
вируса»  
для обучающихся 7 (8) (9) классов**

**Направление - ВД, направленная на организационное обеспечение учебной  
деятельности, осуществление педагогической поддержки социализации  
обучающихся**

**Возраст обучающихся – 14-16 лет (7-9 класс)**

**Срок реализации – 1 год**

Тольятти, 2025

## **Пояснительная записка**

Программа курса «Информационная безопасность, или На расстоянии одного вируса» (Цифровая гигиена)» (Далее – Цифровая гигиена) адресована учащимся 7-9 классов, а также их родителям и учитывает требования, выдвигаемые федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования к предметным (образовательные области «Математика и информатика», «Физическая культура», «Основы безопасности и защиты Родины»), метапредметным и личностным результатам. Программа курса «Цифровая гигиена» разработана на основе программы курса «Информационная безопасность, или На расстоянии одного вируса» Наместниковой М.С.

**Основными целями** изучения курса «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 учебного курса**

Данный курс предполагает организацию работы в соответствии с содержанием 2-х модулей, предназначенных для обучающихся 7-9 классов и родителей обучающихся любого возраста соответственно.

### **Модуль 1.**

Отбор тематики содержания курса осуществлен с учетом целей и задач ФГОС основного общего образования, возрастных особенностей и познавательных возможностей обучающихся 7-9 классов.

В преподавании курса «Цифровая гигиена» могут использоваться разнообразные форматы обучения: традиционный урок (коллективная и групповая формы работы), тренинги (в классической форме или по кейс- методу), дистанционное обучение (электронные курсы, видеоролики, почтовые рассылки, микрообучение), смешанный формат.

Система учебных заданий должна создавать условия для формирования активной позиции 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.).

#### **Место учебного курса (Модуль 1) в учебном плане**

Программа учебного курса (Модуль 1) рассчитана на 34 учебных часа, из них 22 часа – учебных занятий, 9 часов – подготовка и защита учебных проектов, 3 часа – повторение. На изучение модуля 1 курса «Цифровая гигиена» отводится по 1 часу в неделю в 7, 8 или 9 классах.

#### **ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ КУРСА «ИНФОРМАЦИОННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ, ИЛИ НА РАССТОЯНИИ ОДНОГО ВИРУСА»**

- вовлечение школьников в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально-значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально-значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах;
- формирование в кружках, секциях, клубах, студиях и т.п. детско-взрослых общностей, которые могли бы объединять детей и педагогов общими позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу;
- создание в детских объединениях традиций, задающих их членам определенные социально-значимые формы поведения;
- поддержку в детских объединениях школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально-значимых традиций;
- поощрение педагогами детских инициатив и детского самоуправления.

## **Характеристика личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного курса (Модуль 1) <sup>2</sup>**

### ***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.

*Выпускник овладеет:*

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

*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.

### ***Метапредметные.***

*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.

#### *Личностные.*

- 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.

### **Содержание программы учебного курса (Модуль 1).**

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

Каждый раздел учебного курса (Модуля 1) завершается выполнением проектной работы по одной из тем, предложенных на выбор учащихся и/или собеседованием.

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.

### **Формы организации внеурочной деятельности:**

- индивидуальная;
- групповая;
- коллективная.

Для организации занятий используются следующие формы:

- практикум;
- практическая работа;
- круглый стол;
- олимпиада;
- проектно-исследовательские работы;
- игра.

Виды деятельности:

- игровая деятельность;
- познавательная деятельность;
- проблемно – ценностное общение;
- выстраивание гипотез на основании имеющихся данных;
- решение задач;
- решение различных экспериментальных задач;
- просмотр познавательных фильмов;
- анализ таблиц, графиков, схем;
- поиск объяснения наблюдаемым событиям;
- анализ раздаточных материалов;
- исследовательская работа;
- выполнение практических работ;
- анализ возникающих проблемных ситуаций.

### **Содержание учебного курса (Модуль 1).**

#### **Раздел 1. «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. Овершеринг.

**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.

**Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов<sup>3</sup>.  
3 часа.**

**Раздел 2. «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 час.**

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.

**Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов.  
3 часа.**

**Раздел 3 «Безопасность информации»**

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

Приемы социальной инженерии. Правила безопасности при 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.**

Уязвимость 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 час.**

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

**Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов.  
3 часа.**

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



## Тематическое планирование учебного курса (Модуль 1).

№ п/п	Тема	Количество часов	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся	ЭОР
Тема 1. «Безопасность общения»				
1	Общение в социальных сетях и мессенджерах	1	Выполняет базовые операции при использовании мессенджеров и социальных сетей. Создает свой образ в сети Интернет. Изучает историю и социальную значимость личных аккаунтов в сети Интернет.	Ресурсы ЦОС «Моя школа» <a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a>
2	С кем безопасно общаться в интернете	1	Руководствуется в общении социальными ценностями и установками коллектива и общества в целом. Изучает правила сетевого общения.	
3	Пароли для аккаунтов социальных сетей	1	Изучает основные понятия регистрационной информации и шифрования. Умеет их применить	
4	Безопасный вход в аккаунты	1	Объясняет причины использования безопасного входа при работе на чужом устройстве. Демонстрирует устойчивый навык безопасного входа.	
5	Настройки конфиденциальности в социальных сетях	1	Раскрывает причины установки закрытого профиля. Меняет основные настройки приватности в личном профиле.	
6	Публикация информации в социальных сетях	1	Осуществляет поиск и использует информацию, необходимую для выполнения поставленных задач	
7	Кибербуллинг	1	Реагирует на опасные ситуации, распознает провокации и попытки манипуляции со стороны виртуальных собеседников	
8	Публичные аккаунты	1	Решает экспериментальные задачи. Самостоятельно создает источники информации разного типа и для разных аудиторий, соблюдая правила информационной безопасности	
9	Фишинг	2	Анализ проблемных ситуаций. Разработка кейсов с примерами из личной жизни/жизни знакомых. Разработка и распространение чек-листа (памятки) по	

			противодействию фишингу	
10	Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов	3	Самостоятельная работа	
Раздел 2. «Безопасность устройств»				
1	Что такое вредоносный код	1	Соблюдает технику безопасности при эксплуатации компьютерных систем. Использует инструментальные программные средства и сервисы адекватно задаче.	
2	Распространение вредоносного кода	1	Выявляет и анализирует (при помощи чек-листа) возможные угрозы информационной безопасности объектов	
3	Методы защиты от вредоносных программ	2	Изучает виды антивирусных программ и правила их установки.	
4	Распространение вредоносного кода для мобильных устройств	1	Разрабатывает презентацию, инструкцию по обнаружению, алгоритм установки приложений на мобильные устройства для учащихся более младшего возраста.	
5	Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов	3	Умеет работать индивидуально и в группе. Принимает позицию собеседника, понимая позицию другого, различает в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории.	
Раздел 3 «Безопасность информации»				
1	Социальная инженерия: распознать и избежать	1	Находит нужную информацию в базах данных, составляя запросы на поиск. Систематизирует получаемую информацию в процессе поиска	
2	Ложная информация в Интернете	1	Определяет возможные источники необходимых сведений, осуществляет поиск информации. Отбирает и сравнивает материал по нескольким источникам. Анализирует и оценивает достоверность информации.	

3	Безопасность при использовании платежных карт в Интернете	1	Приводит примеры рисков, связанных с совершением онлайн покупок (умеет определить источник риска). Разрабатывает возможные варианты решения ситуаций, связанных с рисками использования платежных карт в Интернете.	
4	Беспроводная технология связи	1	Используя различную информацию, определяет понятия. Изучает особенности и стиль ведения личных и публичных аккаунтов.	
5	Резервное копирование данных	1	Создает резервные копии.	
6	Основы государственной политики в области формирования культуры информационной безопасности	2	Умеет привести выдержки –обеспечивающего конституционное право на поиск, получение и распространение информации; –отражающего правовые аспекты защиты киберпространства.	
7	Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов	3		
8	Повторение, волонтерская практика, резерв	3		
	Итого	34		

## Модуль 2.

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.

Вместе с тем, формами проведения мероприятий для родителей также 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.

Практические материалы для реализации данного модуля представлены в приложении 2 к данной рабочей программе. Разработчики курса «Цифровая гигиена» предлагают использовать вышеуказанное приложение в качестве конструктора при подготовке к мероприятиям.

### Тематическое планирование учебного курса (Модуль 2).

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. 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. Обеспечение эмоционально-психологического периметра безопасности в соответствии с возрастными особенностями ребенка.

Тема 8. Контентные риски. Настройка и безопасное использование смартфона или планшета. Семейный доступ.

Тема 9. Пособия и обучающие программы по формированию навыков цифровой гигиены.