

ПРИНЯТА на заседании Педагогического совета  
Протокол №1 от 27.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНА приказом директора МБУ «Лицей № 76» № 120-од от 27.08.2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Цифровая гигиена»**

Общеинтеллектуальное направление Класс: 7 Срок реализации программы: 1 год Составитель/ли: Лукоянова А.С., учитель информатики Тольятти 2025.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Цифровая гигиена» для 7 класса составлена с учетом требований Федерального закона "Об образовании в РФ" от 29.12.2012 N 273-ФЗ; ФГОС ООО; Федеральной образовательной программы основного общего образования (приказ Минпросвещения России № 370 от 18.05.2023), ООП ООО МБУ «Лицей № 76»; на основе примерной рабочей программы учебного курса «Цифровая гигиена», рекомендованной координационным советом учебно-методических объединений в системе общего образования Самарской области (протокол №27 от 21.08.2019). Срок реализации рабочей программы «Цифровая гигиена» - 1 год, количество часов в год — 34ч. Программа ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов федеральных основных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования с учётом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. В Учебном плане МБУ «Лицей №76» на прохождение курса в 7 классах отводится по одному часу в неделю. Реализация программы - 2025-2026 уч. году. Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Цифровая гигиена» определяет содержание деятельности с учетом особенностей образовательной политики МБУ «Лицей № 76», образовательных потребностей и запросов обучающихся. При составлении рабочей программы учтены основные идеи и положения Программы развития и формирования универсальных учебных действий для основного общего образования. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности. Предметные: 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. 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. 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. 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 понимания ценности безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в информационно-телекоммуникационной среде. Содержание курса внеурочной деятельности «Цифровая гигиена» с указанием форм организации и видов деятельности. 7 класс – 1 час в неделю/ 34 часа в год. 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. 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 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. 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 часа. 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 курса внеурочной деятельности «Цифровая гигиена»

№	Тема	Кол-во часов
Тема 1. «Безопасность общения»		
1.	Общение в социальных сетях и мессенджерах	1
2.	С кем безопасно общаться в интернете	1
3.	Пароли для аккаунтов социальных сетей	1
4.	Безопасный вход в аккаунты	1
5.	Настройки конфиденциальности в социальных сетях	1
6.	Публикация информации в социальных сетях	1
7.	Кибербуллинг	1
8.	Публичные аккаунты	1
9-10.	Фишинг	2
11-13.	Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов	3
Тема 2. «Безопасность устройств»		
14.	Что такое вредоносный код	1
15.	Распространение вредоносного кода	1
16-17.	Методы защиты от вредоносных программ	2
18.	Распространение вредоносного кода для мобильных устройств	1
19-21.	Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов	3
Тема 3 «Безопасность информации»		
22.	Социальная инженерия: распознать и избежать	1
23.	Ложная информация в Интернете	1
24.	Безопасность при использовании платежных карт в Интернете	1
25.	Беспроводная технология связи	1
26.	Резервное копирование данных	1
27-28.	Основы государственной политики в области формирования культуры информационной безопасности	2
29-31.	Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов	3
32-34.	Повторение, волонтерская практика, резерв Итоговое мероприятие «Лестница успеха»	3

Литература: Бабаш А.В. Информационная безопасность: Лабораторный практикум / А.В. Бабаш, Е.К. Баранова, Ю.Н. Мельников. – М.: КноРус, 2019. – 432 с  
 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.  
 Дети в информационном обществе // <http://detionline.com/journal/about> 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.  
 Защита детей by Kaspersky // <https://kids.kaspersky.ru/> Кузнецова А.В. Искусственный интеллект и информационная безопасность общества / А.В. Кузнецова, С.И. Самыгин, М.В. Радионов. – М.: Русайнс, 2017. – 64 с.  
 Наместникова М.С. Информационная безопасность, или На расстоянии одного вируса. 7-9 классы. Внеурочная деятельность. – М.: Просвещение, 2019. – 80 с.  
 Основы кибербезопасности. // <https://www.xn--d1abkefqip0a2f.xn--p1ai/index.php/glava-1-osnovy-kiberbezopasnosti-tseli-i-zadachi-kursa>  
 Сусоров И.А. Перспективные технологии обеспечения кибербезопасности // Студенческий: электрон. научн. журн. 2019. № 22(66)

Документ подписан простой подписью ЭЦП.