Приложение 1

**Неделя профилактики интернет-зависимости «OFFLINE»**

**Приурочена к Международному дню без Интернета – последнее воскресенье января**

**(Методические рекомендации)**

***Пояснительная записка***

В последнее воскресенье января во всем мире отмечается Международный День БЕЗ Интернета (International Internet-Free Day), главная цель которого – полностью отвлечь людей от компьютеров и глобальной сети, чтобы прожить этот день исключительно в «реальном» мире.

Стремительное развитие информационных технологий оказывает огромное влияние на взросление, обучение и социализацию современного поколения детей и подростков. Важнейшими институтами социализации, помимо семьи и школы, всё активнее становится образование нового поколения через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет» (статья 16 Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»).

Федеральные государственные образовательные стандарты устанавливают требования к организации информационно-образовательной среды образовательной организации: «Информационно-образовательная среда образовательной организации должна обеспечивать современные процедуры создания, поиска, сбора, анализа, обработки, хранения и предоставления информации». При этом в рамках образовательной среды необходимо обеспечить информационную безопасность детей.

Возрастающее развитие информационных и коммуникационных ресурсов, доступность медиасредств (смартфонов, планшетов, компьютеров и др.) открывают перед детьми практически безграничные возможности для доступа к информации самого разного свойства, в том числе и к такой, которая может нанести вред их психическому и нравственному развитию.

По данным «Лаборатории Касперского, подрастающее поколение современных детей и подростков много времени проводит в Интернете. Зависимость молодёжи и подростков от социальных сетей выражена в большей степени, чем среди лиц среднего и старшего возраста.

Целью образовательной организации по обеспечению информационной безопасности обучающихся является защита от дестабилизирующего воздействия информационной продукции и создание условий информационной среды для позитивной социализации, оптимального социального, личностного, познавательного и физического развития, сохранения психического и психологического здоровья и благополучия, формирования позитивного мировосприятия. Достижение данной цели возможно при условии эффективного сочетания совместных усилий семьи и школы.

Совместная работа по обеспечению информационной безопасности детей должна быть направлена на выработку навыка самостоятельной оценки контента, умения анализировать и отличать настоящие новости от дезинформации, противостоять манипулированию и зловредной рекламе асоциального поведения.

***Основными направлениями работы по формированию информационной безопасности обучающихся являются:***

Обеспечение информационной безопасности в рамках учебных предметов образовательной организации (обучение информатике в межпредметной и метапредметной связи с другими предметными областями учебной деятельности).

Повышение уровня знаний у обучающихся в сфере информационной безопасности, а также общего уровня ИКТ-компетентности.

***Организация соответствующих мероприятий в рамках программ воспитания и социализации обучающихся с использованием различных форм работы:***

— тематические занятия с использованием методических разработок

— дискуссии или дебаты, деловые игры, квесты, конкурсы, олимпиады, тесты и викторины;

— подготовка обучающимися тематических буклетов, листовок и других материалов;

— анкетирование, исследования и опросы;

— демонстрация мультфильмов и (или) видеоуроков;

— использование сценариев уроков и занятий, размещённых на платформе Московской электронной школы.

Особое место в профилактической работе, связанной с вопросами информационной безопасности детей, должно занимать повышение уровня знаний родителей (законных представителей) обучающихся.

Освещение вопросов информационной безопасности детей в рамках тематических собраний для родителей (законных представителей) с участием педагогических работников и администрации образовательной организации.

Организация индивидуальных и групповых консультаций родителей (законных представителей) с классными руководителями и специалистами психологической службы. Разработка памяток.

Проведение семинаров, лекций и вебинаров с участием экспертов и сотрудников правоохранительных органов для родителей (законных представителей) обучающихся.

Использование информационных материалов об обеспечении безопасности детей в сети «Интернет», в частности памятки, флаеры и другие материалы.

Проведение анкетирования родителей по вопросам организации мер по обеспечению защиты детей в информационном пространстве дома.

Размещение на сайте образовательной организации информации по защите детей в интернете.

***Основные подходы в организации недели профилактики интернет-зависимости «OFFLINE» в образовательных организациях.***

Одной из форм профилактической работы в школе является неделя профилактики интернет-зависимости «OFFLINE», приуроченная к Международному дню без Интернета.

К участию в неделе приглашаются обучающиеся 1–11-х классов, а также педагоги и родители (законные представители) обучающихся, администрация ОО.

***Тема недели:***

 «Баланс онлайн и офлайн: живем активно, учимся осознанно!»

***Общие принципы:***

***Интерактивность:***

максимальное вовлечение учащихся с помощью опросов, викторин, дискуссий, творческих заданий.

***Разнообразие форматов:***

использование разных типов контента (видео, презентации, статьи, игры).

***Учет возрастных особенностей:***

 адаптация содержания и формата мероприятий к возрасту участников.

***Цель недели:***

снижение рисков интернет-зависимости обучающихся.

***Задачи недели:***

— дать представление о таких понятиях, как интернет–зависимость, компьютерная зависимость и причинах их возникновения;

— сформировать чувство ответственности за свои действия в информационном пространстве;

— сформировать коммуникативную компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

- ознакомление детей и подростков с международными принципами и нормами, с нормативными правовыми актами Российской Федерации, регулирующими вопросы информационной безопасности несовершеннолетних;

- профилактика формирования у детей и подростков интернет-зависимости и игровой зависимости (игромании, гэмблинга);

- предупреждение совершения детьми и подростками правонарушений с использованием информационно-телекоммуникационных технологий

Мероприятия недели должны быть направлены на формирование ценностного и позитивного отношения к здоровому образу жизни.

***Рекомендуемые формы мероприятий недели:***

тренинги, занятия по интересам, классные часы, родительские собрания, лекции, акции, круглые столы, диспуты, акции и т. д.

***Основные принципы и условия проведения недели:***

привлечение к организации и проведению мероприятий профилактической недели всех участников образовательных отношений (обучающихся, родителей, педагогов);

организация и проведение мероприятий недели должны учитывать возрастные и психологические особенности обучающихся.

[Примерный сценарий проведения недели профилактики интернет-зависимости «OFFLINE»](https://drive.google.com/file/d/1SS4K6X5BR4QXE3hWqohKNzmZf5JFD2Sb/view?usp=sharing)

Нормативно-правовая документация, регламентирующая деятельность при организации профилактической недели в школе:

— [Федеральный закон от 24.06.1999 № 120-ФЗ (ред. от 23.11.2015) «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»](http://docs.cntd.ru/document/901737405);

— [Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»](http://docs.cntd.ru/document/902389617);

— [Федеральный государственный образовательный стандарт](https://fgos.ru/);

[— Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558/)

— [Федеральный закон «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» (с изменениями на 1 мая 2019 года)](http://docs.cntd.ru/document/902254151);

[— Федеральный закон от 27 июля 2006 г. № 149-ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации»;](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_61798/)

— [Концепция информационной безопасности детей](http://static.government.ru/media/files/mPbAMyJ29uSPhL3p20168GA6hv3CtBxD.pdf);

— Методические рекомендации по реализации мер, направленных на обеспечение безопасности детей в сети «Интернет» (Письмо Мин просвещения России от 29 марта 2019 года № 03-393).

- Памятка для родителей и педагогов в целях профилактики киберпреступлений в отношении несовершеннолетних (Письмо Минпросвещения России от 20 мая 2024 г. № 07-2227)

Данные рекомендации не являются догмой. Выбор мероприятий зависит от специфических особенностей и технических возможностей ОО.

***План мероприятий по дням (примерный)***

**Понедельник: “Интернет - твой друг или враг?”:**

**Для всех обучающихся:**

*«****Альтернативный мир»:***

 мастер-класс по рисованию, лепке, созданию коллажей, где участники создают свой идеальный мир без гаджетов.

***Фотокросс:***

что бы я делал, если бы не было Интернета?! (Приложение)

***«Социальная реклама»:***

конкурс на создание плакатов, видеороликов или комиксов на тему профилактики интернет-зависимости.

*«****Книга офлайн»:***

создание сборника историй, стихов, рисунков, посвященных радостям реальной жизни.

***«Полезные приложения»:***

 проект по созданию списка полезных приложений для управления временем и контроля использования гаджетов.

***«Виртуальный книжный клуб»:***

 создание онлайн-клуба, участники которого читают и обсуждают книги, проводят литературные встречи и обмениваются впечатлениями.

***«Интернет как инструмент демократии»:***

обсуждение того, как интернет используется для продвижения прав человека, гражданских инициатив и социальных изменений.

***«Глобальная гражданская активность»:***

обсуждение примеров глобальных гражданских движений, которые используют Интернет для организации и координации действий.

***«Дебаты в Сети»:***

 организация онлайн-дебатов на важные социальные темы, где учащиеся могут высказывать свое мнение и защищать свою позицию.

***Творческая мастерская «Мир без интернета».***

Программа, включающая создание арт-проектов на тему «Как бы выглядел мир без интернета» — рисунки, коллажи, скульптуры.В конце мастерской можно устроить выставку работ и голосование за самые креативные идеи.

***Челлендж «Семь дней, семь навыков».***

Каждый день недели ученики пробуют осваивать какой-то новый навык или хобби, не связанное с интернетом. В конце недели можно организовать «Ярмарку навыков», где каждый поделится своим опытом и покажет, чему он научился.

**Для 1-4 классов:**

**Сказка**

«Приключения Цифреныша» (о безопасности в интернете) с последующей дискуссией и простыми вопросами. (Приложение)

**Интерактивная игра:**

 «Хорошо-плохо» (выбор правильных действий в интернете) с использованием слайдов.

**Просмотр мультфильмов по теме:** [**https://rutube.ru/video/12773195ffcb0f94b67fbbc6e9caafc7/?r=plemwd**](https://rutube.ru/video/12773195ffcb0f94b67fbbc6e9caafc7/?r=plemwd)

https://vkvideo.ru/video-213531621\_456239504?ref\_domain=yastatic.net

**Для 5-8 классов:**

**Вебинар:**

 «Интернет: возможности и риски» с использованием презентации, обсуждение ситуаций (например, кибербуллинг).

**Онлайн-опрос:**

 «Сколько времени ты проводишь в интернете?» с последующим анализом результатов.

Конкурс плакатов на тему «Что значит быть OFFLINE?».

**Для 9-11 классов:**

**Вебинар/дискуссия:**

 «Интернет-зависимость: миф или реальность?»

**Обсуждение кейсов:**

 анализ конкретных ситуаций из реальной жизни, связанных с интернет-зависимостью.

**Опрос в группе класса:**

 «Что для тебя значит “ответственное использование интернета”?

**Вторник: “Цифровой детокс: давай отдохнем от экранов!”:**

**Для 1-4 классов:**

**Мастер-класс:**

«Игры без гаджетов» (подвижные игры, творческие занятия).

**Конкурс рисунков:**

 “Мой любимый отдых без интернета”.

**Для 5-8 классов:**

**Онлайн-марафон:**

 «Час без гаджетов» (с фотоотчетом в чате).

**Викторина:**

 «Интересные факты о мире вокруг нас» (с акцентом на офлайн-активности).

**Для 9-11 классов:**

**Онлайн-тренинг:**

«Управление временем и планирование дня без интернета».

Мероприятие для старшеклассников «Блогерство: за и против» (Приложение)

**Обсуждение в чате:**

«Какие хобби и занятия помогают отвлечься от интернета?».

***Среда: “Кибербезопасность: как защитить себя в сети”:***

**Для 1-4 классов:**

**Интерактивная игра:**

 «Безопасные пароли» (показ примеров и создание простых правил).

**Обсуждение:**

 “Кто такие хорошие и плохие герои в интернете?”.

**Для 5-8 классов:**

**Вебинар:**

 «Как распознать фейковую информацию» (с примерами и демонстрациями).

**Викторина:**

“Проверь свою киберграмотность”.

**Для 9-11 классов:**

**Вебинар/лекция:**

 «Правовые аспекты интернет-безопасности» (с участием юриста или специалиста).

**Дискуссия:**

«Этичное поведение в интернете: что это значит?».

***Четверг: “Баланс: находим гармонию между онлайном и офлайном”:***

**Для всех классов:**

**Видеоролик:** «Истории успеха: люди, которые нашли баланс в использовании интернета».

**Общая дискуссия:** «Как нам помочь друг другу не зависеть от интернета?».

**Творческое задание:** «Составление личного плана использования интернета на неделю» (с учётом возраста).

***Пятница: “Итоги недели: что мы узнали”:***

**Для всех классов:**

**Общий онлайн-флешмоб:** «Мои правила безопасности в интернете» (с фото и видео).

**Онлайн-викторина/игра:** повторение пройденного за неделю материала.

**Обсуждение:** “Что было самым интересным и полезным на этой неделе?”

**Награждение:** Самым активным участникам (сертификаты, грамоты)

*Приложение*

**Сказка “Приключения Цифреныша”**

Жил-был маленький Цифреныш. Он был очень любопытным и жил в огромном сверкающем мире интернета. У него была мягкая, как облачко, антенна, с помощью которой он подключался ко всем сайтам и страничкам. Цифренышу нравилось изучать этот мир, находить новые игры и смотреть смешные мультики.

Но однажды Цифреныш заблудился. Он нажал на яркую картинку, которая обещала много сладостей, и вдруг оказался на незнакомом сайте. Вокруг были незнакомые буквы и картинки, которые ему не нравились. Он испугался и начал звать на помощь.

К счастью, мимо пролетала мудрая Совушка. Она увидела, что Цифренок в беде, и подлетела к нему.

“Здравствуй, малыш,” - сказала Совушка. - “Что случилось?”

«Я заблудился!» — ответил Цифреныш. — «Я нажал на яркую картинку и теперь не знаю, как вернуться домой!»

Совушка ласково посмотрела на Цифреныша и сказала: «Помни, малыш, в интернете, как и в лесу, нужно быть осторожным. Нельзя нажимать на все подряд картинки. Если тебе что-то непонятно, лучше спроси у взрослых».

Совушка научила Цифреныша нескольким важным правилам:

1. **“Спрашивай у взрослых”:** если ты не знаешь, куда нажимать или что смотреть, попроси помощи у мамы, папы или учителя.
2. **“Не общайся с незнакомцами”:** в интернете, как и на улице, нельзя разговаривать с теми, кого ты не знаешь. Они могут оказаться не теми, кем кажутся.
3. **“Делись только с близкими”:** твои фотографии и личные данные — это как секреты, которыми можно делиться только с близкими.
4. **“Не верь всему, что видишь”:** в интернете бывают обманчивые картинки и истории. Всегда проверяй информацию.
5. **“Помни о времени”:** проводи в интернете столько времени, сколько разрешают родители. Помни, что есть много интересных занятий и без компьютера.

Цифренок поблагодарил Совушку и пообещал всегда следовать ее советам. Он нажал на специальную кнопку «Домой» и вернулся в свою любимую часть интернета. С тех пор он стал очень осторожным и мудрым Цифренком. Он всегда помнил о правилах безопасности и старался помогать другим малышам не заблудиться в интернете.

**Вопросы для обсуждения:**

1. **Почему Цифренок заблудился?** (Ответ: он нажал на незнакомую картинку.)
2. **Кто помог Цифренку?** (Ответ: Мудрая Совушка.)
3. **Какие правила безопасности в интернете рассказала Совушка?** (Ответ: спрашивать разрешения у взрослых, не общаться с незнакомцами, делиться только с близкими, не верить всему, что видишь, помнить о времени.)
4. **Почему нельзя нажимать на все подряд картинки?** (Ответ: можно попасть на плохие сайты или заблудиться.)
5. **Почему нельзя общаться с незнакомцами в интернете?** (Ответ: они могут быть опасными или обманщиками.)
6. **Какие ещё занятия могут быть интересными, кроме интернета?** (Ответ: игры на улице, чтение книг, рисование и т.д.)
7. **А ты будешь соблюдать правила безопасности в интернете?**

**Дополнительное задание:**

Нарисуйте Цифреныша и Совушку, а также нарисуйте картинку, на которой дети безопасно играют в интернете.

Эта сказка поможет младшим школьникам в игровой форме познакомиться с основами безопасности в интернете и запомнить важные правила. Вопросы для обсуждения помогут закрепить полученные знания и развить навыки критического мышления.

***Что бы я делал, если бы не было Интернета?! Фотокросс***

Что такое фотокросс? Оказывается, это творческое соревнование, заключающееся в съёмке креативных фотографий на заданные темы за определённый срок. Такое мероприятие сочетает в себе познавательно-творческий и практико ориентированный компоненты.

**Цель:** привлечение внимания к проблеме интернет-зависимости.

**Задачи:** заострить внимание учащихся на проблеме зависимости от интернета, социальных сетей и медиапространства; показать альтернативные способы проведения свободного времени без использования информационной среды; стимулировать участников к творческому самовыражению и общению с окружающими; развивать навыки фотографирования и безопасного обмена фотографиями в социальных сетях.

**Участники:** учащиеся, их законные представители, педагоги.

**Форма участия:** индивидуально или в команде.

Кросс — это объект для съемки: вещь, чувство, ситуация, процесс, сюжет или какой-либо другой объект материальной или нематериальной природы

**Тема1** фотографии: «Селфи с книгой». Задание: «Сделайте креативное фото с интересной книгой, а может, вам удастся изобразить героев или передать основную мысль произведения?»  
**Тема 2** фотографии: «Я-ты-мы!». Задание: «При помощи фотографии надо показать друзей, которым мы многим обязаны, или запечатлеть момент, который воплощает дружбу».

**Тема 3** фотографии: «Вне сети». Задания: «Сделайте самую креативную фотографию, где вы отобразите мир без Интернета».

**Тема 4: «Наши Олимпийские игры!»**

Сделайте интересные групповые фотографии на спортивную тематику. На фотографии должен быть запечатлён момент занятия спортом. Оригинальность и нестандартный подход приветствуются.

**Тема 5. «Семейный досуг»**

Создайте фотографию, которая отобразит ваши семейные увлечения и занятия.

**Тема 6. «Вне Сети»**

Сделайте самую креативную фотографию, отобразив в ней мир без интернета.

**Правила:**

Снимаем всё, что считаем нужным.

Творческий подход – главное!

Гарантируем собственное авторство.

Соответствуем заявленной теме.

По каждой теме представляем только одну фотографию (не забываем указать тему в подписи к фотографии).

Данный вид мероприятия содействует проведению активного интеллектуального отдыха, развитию наблюдательности, эстетического и художественного вкуса, формированию творческого и креативного подхода к решению поставленных задач.

**Разработка мероприятия для старшеклассников:**

**“Блогерство: за и против”**

**(***адаптируем под дистанционный формат проведения)*

**Цель:** сформировать у старшеклассников осознанное и критическое отношение к блогингу как явлению, помочь им увидеть в нём как возможности, так и риски, а также развить медиаграмотность.

**Задачи:**

**Образовательные:**

Дать определение понятия “блогинг” и рассмотреть различные его виды.

Выявить положительные и отрицательные стороны блогинга как вида деятельности.

Ознакомить с принципами этичного и ответственного блогинга.

Познакомить с потенциальными рисками и последствиями, связанными с ведением блога.

**Развивающие:**

Развивать навыки критического мышления и анализа информации.

Развивать умение выражать собственное мнение и вести дискуссию.

Формировать навыки медиаграмотности и информационной безопасности.

Развивать умение работать в команде.

**Воспитательные:**

Формировать ответственное отношение к использованию социальных сетей и других онлайн-платформ.

Воспитывать уважение к мнению других людей.

**Целевая аудитория:** учащиеся 10-11 классов

**Форма проведения:** интерактивное мероприятие (сочетание лекции, дискуссии, работы в группах)

**Длительность:** 1,5 - 2 часа

**Необходимое оборудование:**

Компьютер, проектор, экран

Доступ в интернет

**План мероприятия:**

**1. Вводная часть (15 минут): Приветствие и знакомство.**

**Определение темы и целей мероприятия.**

**Мозговой штурм:** участникам предлагается ответить на вопрос: «Что такое блогинг для вас?»

**Мини-лекция:** краткое объяснение понятия «блогинг», его видов (текстовые блоги, видеоблоги, подкасты и т. д.) и краткий исторический экскурс.

**2. Основная часть (60-75 минут):**

**Работа в группах «Плюсы и минусы ведения блога» (25 минут):**

Участники делятся на 3-4 группы.

Каждой группе даётся задание: одна группа составляет список положительных сторон ведения блога, другая — список отрицательных, третья — список этических норм ведения блога.

Каждая группа представляет свои результаты.

Обсуждение и дополнение от других групп.

**Дискуссия «Блогерство: ответственность и риски» (35-40 минут):**

Обсуждение ответственности блогеров за свой контент и влияние на аудиторию.

Рассмотрение этических дилемм и случаев нарушения этических норм.

Обсуждение потенциальных рисков ведения блога: кибербуллинг, хейт, травля, потеря конфиденциальности, влияние на психическое здоровье, финансовые махинации.

Обсуждение того, как распознать манипуляции и фейки в блогах.

Презентация (если есть возможность): демонстрация примеров успешных и неуспешных блогов, разбор кейсов.

**3. Заключительная часть (15-20 минут):**

**Рефлексия:**

Участникам предлагается поделиться своими мыслями и выводами о блогинге.

Ответы на вопросы участников.

**Составление “Памятки начинающего блогера” (совместно):**

Используя полученные знания, участники совместно формулируют основные правила и рекомендации для тех, кто хочет стать блогером.

**Итоги мероприятия и благодарность участникам.**

**Раздаточные материалы (примеры):**

**Карточки с кейсами:** примеры ситуаций из блогосферы, которые нужно проанализировать и оценить.

**Чек-лист «Безопасный блогер»:** список вопросов, на которые должен ответить начинающий блогер (например: «Готов ли я к критике?», «Защитил ли я свои личные данные?», «Не нарушает ли мой контент чьи-либо права?»).

**Памятка «Правила этичного ведения блога»:** свод правил, которые помогут блогерам создавать качественный и ответственный контент.

**Список полезных ссылок:** ресурсы, где можно узнать больше о медиаграмотности и безопасном поведении в интернете.