

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа
Тольятти «Школа №79 имени П.М. Калинина»**

РАССМОТРЕНО
на заседании методического
объединения учителей физико-
математического цикла

ПРИНЯТО
на заседании
Педагогического совета

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ «Школа №79»
_____ Тарасова М.А.

Протокол №1 от 29.08.2025

Протокол №1 от 29.08.2025 Приказ №230-1 ОД от 29.08.2025

_____ Африна Л.П.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Цифровая гигиена»**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Цифровая гигиена» 9 класс составлена на основе примерной рабочей программы учебного курса «Цифровая гигиена» рекомендованного координационным советом учебно-методических объединений в системе общего образования Самарской области.

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Цифровая гигиена»

Предметные:

Выпускник научится:

1. Анализировать доменные имена компьютеров и адреса документов в интернете;
2. Безопасно использовать средства коммуникации;
3. Безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
4. Безопасно использовать ресурсы интернета.

Выпускник овладеет:

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

Выпускник получит возможность овладеть:

1. Основами соблюдения норм информационной этики и права;
2. Основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
3. 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:

1. Идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
2. Выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
3. Ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
4. Выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
5. Составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);
6. Описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в

виде технологии решения практических задач определенного класса;

7. Оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;

8. Находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;

9. Работая по своему плану, вносить корректизы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;

10. принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность.

Познавательные универсальные учебные действия.

В результате освоения учебного курса обучающийся сможет:

1. Выделять явление из общего ряда других явлений;

2. Определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;

3. Строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;

4. Излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;

5. Самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;

6. Критически оценивать содержание и форму текста;

7. Определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы.

Коммуникативные универсальные учебные действия.

В результате освоения учебного курса обучающийся сможет:

1. Строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;

2. Критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;

3. Договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;

4. Делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его;

5. Целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;

6. Выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;

7. Использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных

задаче инструментальных программно-аппаратных средств и решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;

8. Использовать информацию с учетом этических и правовых норм;

9. Создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

Личностные.

1. 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;

2. 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;

3. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;

4. Сформированность понимания ценности безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в информационно-телекоммуникационной среде.

2. Содержание учебного курса «Цифровая гигиена»

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 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 экспериментирования и освоения различных социальных новостей. Поддельные страницы. самопрезентации, ролей. Фейковые

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.⁵
Повторение. Волонтерская практика. 3 часа.

Форма организации деятельности: проект.

Основные виды деятельности: проектная и исследовательская деятельность; стенгазета; проблемно-ценостное общение; макет; отчёт по результатам исследования, волонтёрская практика.

Форма промежуточной аттестации: выставка работ по различным проектным задачам.

3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Цифровая гигиена»

№ п/п	Тема	Количество	Основное содержание	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся
1	Общение в социальных сетях и мессенджерах	1	Тема 1. «Безопасность общения» Социальная сеть. История социальных сетей. Мессенджеры. Назначение социальных сетей и мессенджеров. Пользовательский контент.	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.
2	С кем безопасно общаться в интернете	1	Персональные данные как основной капитал личного пространства в цифровом мире. установками коллектива и Правила добавления друзей в общества в целом. Изучает социальных сетях. Профиль правила сетевого общения. пользователя. Анонимные социальные сети.	Руководствуется в общении социальными ценностями и Руководствуется в общении социальными ценностями и
3	Пароли для аккаунтов социальных сетей	1	Сложные пароли. Онлайн генераторы паролей. Правила хранения паролей. Использование функций браузера по запоминанию паролей.	Изучает основные понятия регистрации информации и шифрования. Умеетих
4	Безопасный вход в аккаунты	1	Виды аутентификации. Настройки безопасности	Объясняет использования причинами безопасного

		аккаунта. Работа на чужом компьютере с точки зрения устройства. Демонстрирует устойчивый навык безопасного входа.
5	Настройки конфиденциальности в социальных сетях	1 Настройки приватности и конфиденциальности в разных социальных сетях. Приватность и конфиденциальность мессенджерах.
6	Публикация информации в социальных сетях	1 Персональные данные. Публикация личной информации.
7	Кибербуллинг	1 Определение кибербуллинга. Возможные причины кибербуллинга и как его избежать? Как не стать жертвой кибербуллинга. Как помочь жертве кибербуллинга.
8	Публичные аккаунты	1 Настройки приватности публичных страниц. Правила ведения публичных страниц. Овершеринг.
9	Фишинг	2 Фишинг как мошеннический прием. Популярные варианты

			распространения фишинга. из личной жизни/жизни Отличие настоящих и знакомых. Разработка и фишинговых сайтов. Как распространение чек-листа защититься от фишеров в (памятки) по противодействию социальных сетях и фишингу.
10	Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов	3	Самостоятельная работа.
1	Что такое вредоносный код	1	Виды вредоносных кодов. Соблюдает технику безопасности при эксплуатации компьютерных систем. Использует инструментальные программные средства и сервисы адекватно задаче. Выявляет и анализирует (при помощи чек-листа) возможные угрозы информационной безопасности объектов.
2	Распространение вредоносного кода	1	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.
3	Методы защиты от вредоносных программ	2	Способы защиты устройств от вредоносного кода. Антивирусные программы и их установки. Изучает виды антивирусных программ и правила их установки.

			характеристики. Правила защиты от вредоносных кодов.
4	Распространение вредоносного кода для мобильных устройств	1	Расширение вредоносных кодов для мобильных устройств. Правила безопасности при установке приложений на мобильные устройства.
5.	Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов	3	Разрабатывает презентацию, инструкцию по обнаружению, алгоритм установки приложений на мобильные устройства для учащихся более младшего возраста. 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.

Тема 3 «Безопасность информации»

1	Социальная инженерия: распознать и избежать	1	Приемы социальной инженерии. Правила безопасности при виртуальных контактах.	Находит нужную информацию в базах данных, составляя запросы на поиск. Систематизирует получаемую информацию в процессе поиска.
2	Ложная информация в Интернете	1	Цифровое пространство как площадка самопрезентации, экспериментирования и освоения различных социальных ролей. Фейковые новости. Поддельные страницы.	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	Транзакции и связанные с ними риски. Правила совершения онлайн покупок. Безопасность банковских сервисов.	Приводит примеры рисков, 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	Уязвимость Wi-Fi-соединений. Публичные и непубличные сети. Правила работы в публичных сетях.	Используя различную информацию, определяет понятия. Изучает особенности и стиль ведения личных и публичных аккаунтов.
5	Резервное копирование данных	1	Безопасность личной информации. Создание резервных копий на различных устройствах.	Создает резервные копии.
6	Основы государственной политики в области формирования культуры информационной безопасности	2	Доктрина национальной информационной безопасности. Обеспечение свободы и равенства доступа к информации и знаниям. Основные направления государственной политики в области	Умеет привести выдержки из законодательства РФ: - обеспечивающего конституционное право на поиск, получение и распространение информации;

			формирования культуры информационной безопасности.	- отражающего аспекты правовые защиты киберпространства.
7	Выполнение и защита индивидуальных и групповых проектов	3		
8	Повторение, волонтерская практика, резерв	3		
	Итого	34		

