

18 января 2020 года в объединении «Информ@шка» прошло открытое занятие с обучающимися на тему **«Информационная гигиена как важная составляющая безопасности в сети Интернет»** в рамках Единого урока безопасности в сети Интернет. Ребятам были рассказаны и показаны способы правильного поведения в сети Интернет. Обучающиеся узнали, что означает кибербезопасность, медиа и цифровая грамотность, интернет-зависимость, как пользоваться программами и браузерами для фильтрации информации.

Мы продолжаем наше знакомство с безопасным поведением в сети интернет. Занятие я бы хотела начать с рассуждения Мишеля де Монтеня:

«Здоровье – это драгоценность, и притом единственная, ради которой стоит не только не жалеть времени, сил, трудов и всяких благ, но и пожертвовать ради него частицей самой жизни, поскольку жизнь без него становится нестерпимой и унижительной».

Предлагаемое занятие проводится в рамках Единого урока безопасности в сети Интернет, целью которого является формирование у молодого поколения информационной грамотности при работе в сети Интернет.

За последнее десятилетие нашу планету накрыла волна, по силе, скорости и продолжительности воздействия во много раз превышающая последствия любого оружия. Что это вы узнаете, отгадав загадку.

Музей там, и книги, игры,
Музыка, живые тигры.
Все вы сможете найти
В этой сказочной сети.

Ответ: Интернет

Интернет или «Всемирная паутина» – это объединение компьютеров по всему миру в единую информационную сеть. В настоящее время число пользователей Интернетом превышает 1 млрд. человек. Возможности Интернет безграничны: учеба, поиск необходимой информации, перевод денежных средств, отдых и многое другое. Однако, многие пользователи даже не задумываются о том, какая опасность поджидает нас во всемирной паутине.

Какую информацию Вы можете почерпнуть в Интернете? (материал для занятий, книги, музыка, фильмы, игры и т.д.)

Всегда ли она полезная? (нет)

Согласно Закону № 436 – ФЗ информацией, причиняющей вред здоровью и (или) развитию детей, является:

- информация, запрещенная для распространения среди детей;
- информация, распространение которой ограничено среди детей определенных возрастных категорий.

Просмотр видеоролика «Безопасный интернет – детям!

Мы моем руки перед едой, чтобы не заразиться – мы вынуждены фильтровать информацию, чтобы не погрязнуть в инфомусоре. Мы заботимся о здоровье – мы стараемся оградить свой мозг от пагубной информации. Некоторые переедают и едят не для того, чтобы насытиться, едят, чтобы компенсировать свою тревогу, заглушить проблемы. С информацией происходит то же самое – многие часами сидят в сети, перебирая «тонны» ненужной информации: статьи, посты, твитты, записи на форумах, в личке и тд. Эти информационные «калории» приводят к информационному «перееданию», отнюдь не способствуя психологическому здоровью.

Информационная гигиена – раздел медицинской науки, изучающий закономерности влияния информации на психическое, физическое и социальное благополучие человека, его работоспособность, продолжительность жизни, общественное здоровье социума,

разрабатывающий нормативы и мероприятия по оздоровлению окружающей информационной среды и оптимизации интеллектуальной деятельности.

Сейчас ученые рассматривают «информационную гигиену» как систему знаний, изучающую закономерности влияния информации на формирование, функционирование, состояние психического, физического и социального благополучия человека и социума, разрабатывающую мероприятия по оздоровлению окружающей информационной среды.

Эти знания и рекомендации можно использовать для улучшения состояния информационной гигиены, для оздоровления инфосреды, улучшения работоспособности ребенка, повышения его благополучия и психологического здоровья.

Мною проведено анкетирование с обучающимися, результаты показали, что 100% детей имеют дома компьютер. В среднем ежедневно они проводят за ним по 4 часа в день. На диаграмме можно увидеть, что 75% детей находятся в сети Интернет самостоятельно и всего 25% под присмотром взрослых. На первое место дети поставили – компьютерные игры. 96% из них играют каждый день, причем 51% может начать играть, даже не пообедав; на втором месте – общение в социальных сетях («Facebook», Вконтакте, одноклассники); на 3 месте было прослушивание музыки и распечатка документов.

Время показало, что тема информационной гигиены становится актуальной. На занятии мы познакомимся с понятием «информационная гигиена», «кибербезопасность», «медиа и цифровая грамотность», «интернет-зависимость» и программами и браузерами для фильтрации информации. При выполнении практической работы будет создан буклет-памятка «Безопасный Интернет – детям!», выполненный с помощью программы «MS Publisher», который поможет правильно ориентироваться в глобальной сети интернет.

Интернет, как и все в жизни, имеет две стороны – черную и белую. Зависимость от Интернета все чаще называют чумой XXI века. В отличие от сигарет или наркотиков запретить Интернет нельзя – глобальная Сеть прочно вошла в нашу жизнь. Интернет – необходимый инструмент, которым ребенку в новом тысячелетии предстоит пользоваться постоянно.

На первый взгляд тема кажется абсурдной: ну какие могут быть опасности у информации? Информация – это хорошо, это образование, знания, развлечения. Но это только на первый взгляд. Какие опасности сегодня есть в интернете?

«Информационная безопасность» – это состояние, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией вреда здоровью, физическому, психическому, духовному, нравственному развитию.

Кибербезопасность – это процесс использования мер безопасности для обеспечения конфиденциальности, целостности и доступности данных.

Медиаграмотность определяется в международном праве как грамотное использование детьми и их педагогами инструментов, обеспечивающих доступ к информации, развитие критического анализа содержания информации и привития коммуникативных навыков, содействие профессиональной подготовке в целях позитивного и ответственного использования ими информационных и коммуникационных технологий и услуг.

Цифровая грамотность – набор знаний и умений, которые необходимы для безопасного и эффективного использования цифровых технологий и ресурсов интернета.

Интернет-зависимость – навязчивое стремление использовать Интернет и избыточное пользование им, проведение большого количества времени в сети.

Педагог: «Ребята не соглашались на личные встречи с друзьями по Интернету», заходите на детские сайты только с хорошей репутацией, никогда не выдавайте личную информацию по электронной почте, в чатах, системах мгновенного обмена сообщениями, регистрационных формах, личных профилях и при регистрации на конкурсы в Интернете.

Не загружайте программы без разрешения – они могут загрузить вирус или

шпионскую программу.

Существует ряд программ, позволяющих защитить обучающихся дома от посещения, нежелательных сайтов. Программа «Интернет-Цензор» – Интернет-фильтр, предназначенный для блокировки потенциально опасных для здоровья и психики подростка сайтов. Лучшее решение для защиты ребенка в Интернете! В основе работы Интернет Цензора лежит технология «белых списков», гарантирующая 100% защиту от опасных и нежелательных материалов. Программа содержит уникальные вручную проверенные «белые списки», включающие все безопасные сайты Рунета и основные иностранные ресурсы. Программа надежно защищена от взлома и обхода фильтрации.

Очень удобно использовать интернет-браузеры: «Гугуль», «Он-Ляндия».

Памятка «Безопасный Интернет – детям!»



Рис 1. – Буклет «Безопасный Интернет – детям!»

Обучающиеся беседовали об ответственном поведении в Интернете.

- Если вы обеспокоены безопасностью ребенка при его работе в Интернете или при использовании мобильной связи;
- Если ребенок подвергся опасности или стал жертвой сетевых преследователей и мошенников;

Обратитесь на линию помощи «Дети онлайн». Эксперты помогут решить проблему, а также проконсультируют по вопросу безопасного использования детьми мобильной связи и Интернет;

Позвоните по телефону **8-800-25-000-15** (звонок по России бесплатный, прием звонков осуществляется по рабочим дням с 9-00 до 18-00 московское время).

Или направьте Ваше письмо по адресу: helpline@detionline.com

Подробнее о Линии помощи вы можете узнать на сайте <http://detionline.com>

Будьте внимательны и осторожны при работе в сетях Интернет!

Предупрежден значит вооружен.

Список использованных источников:

- 1) Азбука безопасности. В Интернете <http://azbez.com/safety/intemet>
- 2) Акции детского портала Tvidi.Ru. «Правила безопасности в сети Интернет» <http://www.fid.su/projects/saferinternet/year/actions/tvidi/>
- 3) Анкета «Интернет и пятиклассники». http://ludmilakarnazhitska.blogspot.com/2010/11/blog-post_21.html
- 4) Безопасность детей в Интернете <http://www.obzh.info/novosti/novoe/bezopasnost-detei -v-internete.html>
- 5) Копилочка активных методов обучения <http://www.moi-universitet.ru/ebooks/kamo/kamo/>
- 6) Материалы сайта «Интернешка» <http://interneshka.net/>