



Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
организация дополнительного профессионального образования  
«Центр развития образования» городского округа Самара

**Методические рекомендации  
«Киберпросвещение как элемент  
воспитательно-образовательного процесса:  
рекомендации по взаимодействию со школьниками и  
родителями в вопросах цифровой безопасности»**

Самара

2026

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ОСНОВНЫЕ УГРОЗЫ И СПЕЦИФИКА ВОСПРИЯТИЯ КОНТЕНТА ПО ВОЗРАСТАМ.....	5
Почему дети выбирают онлайн общение?.....	6
РАБОТА СО ШКОЛЬНИКАМИ: ФОРМЫ И МЕТОДЫ .....	7
Чек-лист «Что обсудить с ребенком».....	8
РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ: ОТ «КОНТРОЛЯ» К «ДОВЕРИЮ» И «КОМПЕТЕНТНОСТИ» .....	9
Форматы работы с родителями.....	9
АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ПЕДАГОГА ПРИ ИНЦИДЕНТЕ В СЕТИ.....	11
РЕСУРСНАЯ БАЗА ДЛЯ ПЕДАГОГА.....	12
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	15

Методические рекомендации разработаны для помощи педагогам общеобразовательных организаций в целях выстраивания системной работы по формированию цифровой грамотности и навыков кибербезопасности у школьников.

Составитель: Кузнецов Александр Сергеевич, методист отдела цифровой трансформации и проектной деятельности МБОУ ОДПО ЦРО г.о. Самара

Значок  означает наличие гиперссылки, по которой доступен переход на дополнительные сайты и материалы.

## ВВЕДЕНИЕ

Почему сегодня так важен вопрос «киберпросвещения», а не просто «запрета» на пользование всемирной паутиной по отношению к современным детям и подросткам?

Современный образовательный процесс невозможно представить без цифровых технологий. Однако доступ к безграничной информации несет и серьезные риски. Традиционные методы «запугивания» и тотальных запретов в работе с цифровой реальностью неэффективны. Подростки воспринимают Интернет как продолжение своей жизни, и наша задача — не оградить их от мира (это невозможно), а научить безопасной навигации в нем.

**Цель данных рекомендаций:** помочь педагогам выстроить системную работу по формированию цифровой грамотности и навыков кибербезопасности у школьников, а также наладить партнерские отношения с родителями в этом вопросе.

**Ключевой принцип:** переход от позиции «контролер» к позиции «цифровой наставник».

## ОСНОВНЫЕ УГРОЗЫ И СПЕЦИФИКА ВОСПРИЯТИЯ КОНТЕНТА ПО ВОЗРАСТАМ

Прежде чем говорить о методиках, важно понимать, с какими рисками сталкиваются дети и как их возрастные особенности влияют на поведение в сети.

### 1. Младшие школьники (7–10 лет).

**Особенности:** доверчивы, авторитет учителя высок, слабо развито критическое мышление, начинают осваивать социальные сети и игры.

**Основные угрозы:** случайный переход на опасные сайты, контакты с незнакомцами в играх (грумминг), кибербуллинг в чатах игр, угроза заражения устройства.

**Что важно:** четкие правила и границы, родительский контроль как инструмент семьи.

### 2. Подростки (11–14 лет).

**Особенности:** пик уязвимости, поиск себя, бунт против контроля, высокая значимость референтной группы (друзей в сети).

**Основные угрозы:** кибербуллинг (травля), вовлечение в деструктивные группы, шантаж интимными фото, мошенничество (в играх и социальных сетях).

**Что важно:** не запрещать, а договариваться, учить распознавать манипуляции, развивать эмпатию в цифровой среде.

### 3. Старшеклассники (15–17 лет).

**Особенности:** формирование личности, подготовка к взрослой жизни, использование сети для учебы и общения, переоценка собственной анонимности.

**Основные угрозы:** репутационные риски (компромат в сети), вовлечение в экстремистскую деятельность, зависимость от лайков и одобрения, финансовое мошенничество.

**Что важно:** обучение цифровому этикету, юридической ответственности, защите персональных данных и управлению цифровым следом.

### **Почему дети выбирают онлайн общение?**

- ✓ Иллюзия свободы.
- ✓ Скука, поиск себя.
- ✓ Неуверенность или сложности в общении со сверстниками.
- ✓ Принадлежность к группе по интересам.
- ✓ Эмоциональная и умственная перегрузка.

## РАБОТА СО ШКОЛЬНИКАМИ: ФОРМЫ И МЕТОДЫ

### **1. Интеграция тематик по киберпросвещению в урочную деятельность (микро-темы на 5–7 минут)**

Не обязательно выделять отдельный час. Можно использовать контекст урока.

#### **ПРИМЕРЫ.**

**На уроке информатики:** помимо защиты от вирусов, разбирать социальную инженерию (как хакеры взламывают людей, а не программы). Практикум «Сложный пароль»: генерация и проверка паролей на надежность.

**На уроке обществознания/права:** кейсы по теме «Кибербуллинг и закон». Ст. 128.1 УК РФ (Клевета), ответственность за оскорбления в сети.

**На уроке литературы/русского языка:** анализ переписки литературных героев в современном контексте.

**Задание:** написать пост от лица персонажа о своей проблеме, соблюдая сетевой этикет.

**На уроке ОБЗР:** раздел «Цифровая гигиена». Отработка алгоритма действий, если аккаунт взломали или пришло сообщение с угрозой.

## **2. Внеурочная деятельность и классные часы (Интерактив)**

Формат лекции не работает. Нужны игры и дискуссии.

Метод «Кейс-стади» (анализ ситуаций).

**Пример кейса:** «Тебе в личку пишет «друг друга» и просит срочно перевести 500 рублей в долг, так как у него проблемы. Твои действия?»

Цель: обсудить, почему нельзя слепо доверять, как проверить информацию (альтернативная связь), как работают мошенники.

### **Упражнение «Создай Чек-лист»**

Вместе с детьми составить памятку для младших братьев или бабушек «Как не попасться на удочку мошенников в интернете». Это позволяет детям самим сформулировать правила.

### **Чек-лист «Что обсудить с ребенком»**

✓ Обсудите с ребенком тему онлайн-маньяков. Убедитесь, что дети осознают всю необходимость соблюдения осторожности при общении в сети, что они не будут рассказывать незнакомым людям персональную информацию;

✓ Скажите вашим детям, что они всегда могут обратиться к вам за помощью, о чем бы ни шла речь;

✓ Есть смысл вместе с детьми почитать обучающие материалы на эту тему. При выборе материалов можно ориентироваться на известные платформы, размещающие такой контент (например, АО «Лаборатория Касперского» и др.), и проверенные издательства, которые выпускают книги и пособия по актуальным вопросам поведения в сети интернет (например, ИД «Просвещение», «Феникс-Премьер» и пр.);

✓ Если вам кажется, что ваш ребенок попал в зону риска, обратитесь за помощью к учителям, социальным работникам и полиции.

## РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ: ОТ «КОНТРОЛЯ» К «ДОВЕРИЮ» И «КОМПЕТЕНТНОСТИ»

Самая сложная часть. Родители часто либо полностью блокируют интернет (что приводит к конфликтам), либо пускают всё на самотек (не владея технологиями).

### **Типичные ошибки родителей в диалоге с детьми:**

**Тотальная слежка:** установка шпионского ПО без согласия ребенка. Это убивает доверие.

**Обесценивание:** «Подумаешь, обидели в чате — выключи компьютер».

**Техническая безграмотность:** родители не знают основных функций социальных сетей и не могут помочь советом.

### **Форматы работы с родителями**

**1. Родительское собрание в формате «Дети учат родителей»** – лучший способ донести информацию. Класс готовит мини-проекты (правила безопасности), а потом презентуют их родителям. Родители выступают в роли «учеников», задают вопросы.

**2. Памятки-инструкции (бумажные и в чатах):** не общие слова, а конкретные алгоритмы.

**Пример:** «Что делать, если ваш ребенок столкнулся с кибербуллингом:

1) Сохраняем скриншоты. 2) Блокируем обидчика. 3) Обращаемся к администратору публика/школы. 4) Подаем жалобу на платформе. 5) ...»

**Чек-лист «Настройка семейного доступа»:** инструкция по настройке «Родительского контроля» в Windows, на iPhone/Android (без удара по доверию, а с функцией «Поделиться покупками» и «Запросить разрешение»).



*Статья от Лиги безопасного Интернета «Полезная функция: устанавливаем родительский контроль на цифровые устройства ребенка»:*

<https://ligainternet.ru/roditelskij-kontrol/>

**3. Серия вебинаров/встреч с экспертами:** пригласить психолога (поговорить со школьниками на тему зависимости) или специалиста по кибербезопасности (поговорить со школьниками на тему мошенничества).

**4. Создание «Цифрового договора» семьи:** предложить родителям идею заключить с ребенком письменное соглашение о пользовании гаджетами (где можно использовать, сколько времени, что будет за нарушение, и обязанности родителей — например, не проверять телефон без согласия ребенка).



*«Семейное соглашение об использовании гаджетов» от Лиги безопасного Интернета: <https://ligainternet.ru/wp-content/uploads/2022/09/semejnoe-soglashenie-ob-ispolzovanii-gadzhetrov-web.pdf>*

## АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ПЕДАГОГА ПРИ ИНЦИДЕНТЕ В СЕТИ

Если стало известно, что ученик стал жертвой кибербуллинга или мошенников, действуйте четко.

✓ **Главное правило в такой ситуации – не паниковать.** Не говорить фразы: «А зачем ты это выложил?», «Сам виноват». Главное — поддержка и снятие чувства вины.

✓ **Сбор цифровых доказательств.** Попросить ребенка (или помочь) сделать скриншоты переписки, сохранить ссылки.

✓ **Информирование администрации и родителей.** Немедленно связаться с родителями, проинформировать о случившемся, передать им скриншоты.

✓ **Техническая блокировка.** Помочь ребенку заблокировать обидчика и настроить приватность аккаунта.

✓ **Психологическая реабилитация.** Если травля была серьезной, рекомендовать семье обратиться к психологу.

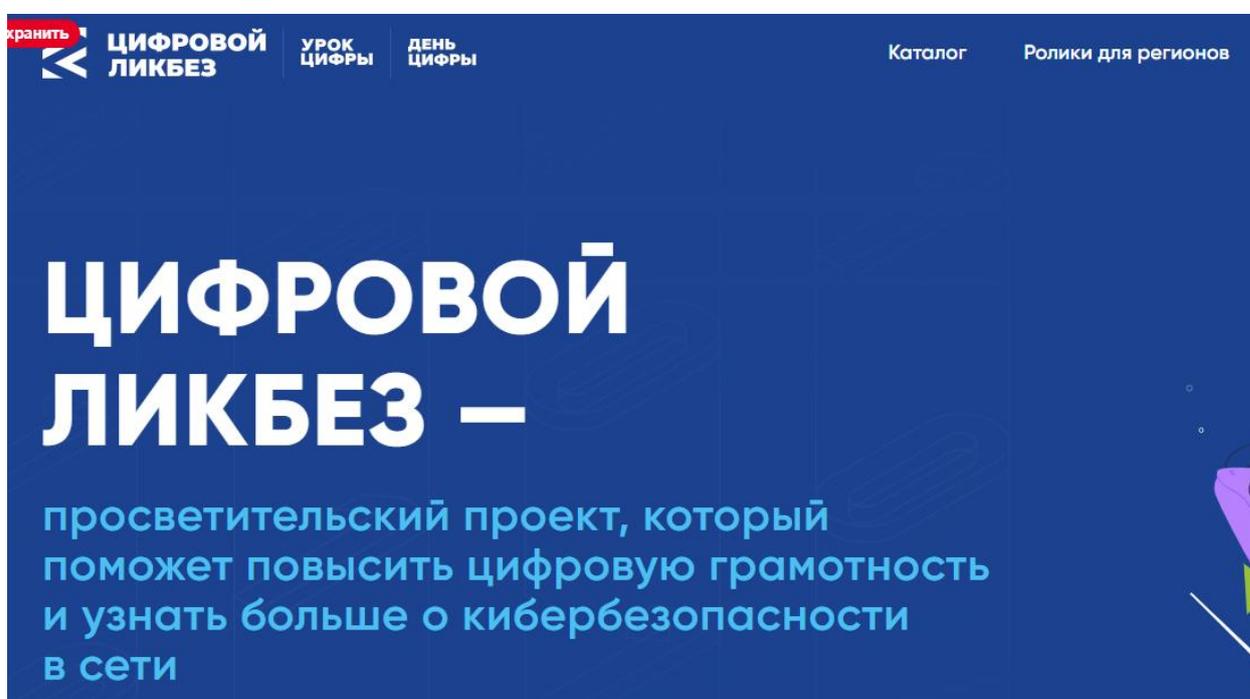
✓ **Юридическая помощь.** Если есть угрозы жизни, здоровью или мошенничество с финансами — обращение в правоохранительные органы.

## РЕСУРСНАЯ БАЗА ДЛЯ ПЕДАГОГА

Чтобы не перегружать себя поиском информации, используйте проверенные ресурсы:

 [Цифровой ликбез](#) или Урок цифры.

**Что содержит:** готовые уроки с видео и методичками от ведущих IT-компаний.



 Сайт [«Киберзащита от Сбера»](#)

**Что содержит:** полезные статьи о кибербезопасности взрослого, ребенка, подростка. Чек-листы о необходимых мерах безопасности в сети Интернет.

Также на сайте доступны актуальные памятки:

 ✓ [Настройки безопасности компьютеров для защиты детей в киберпространстве](#)

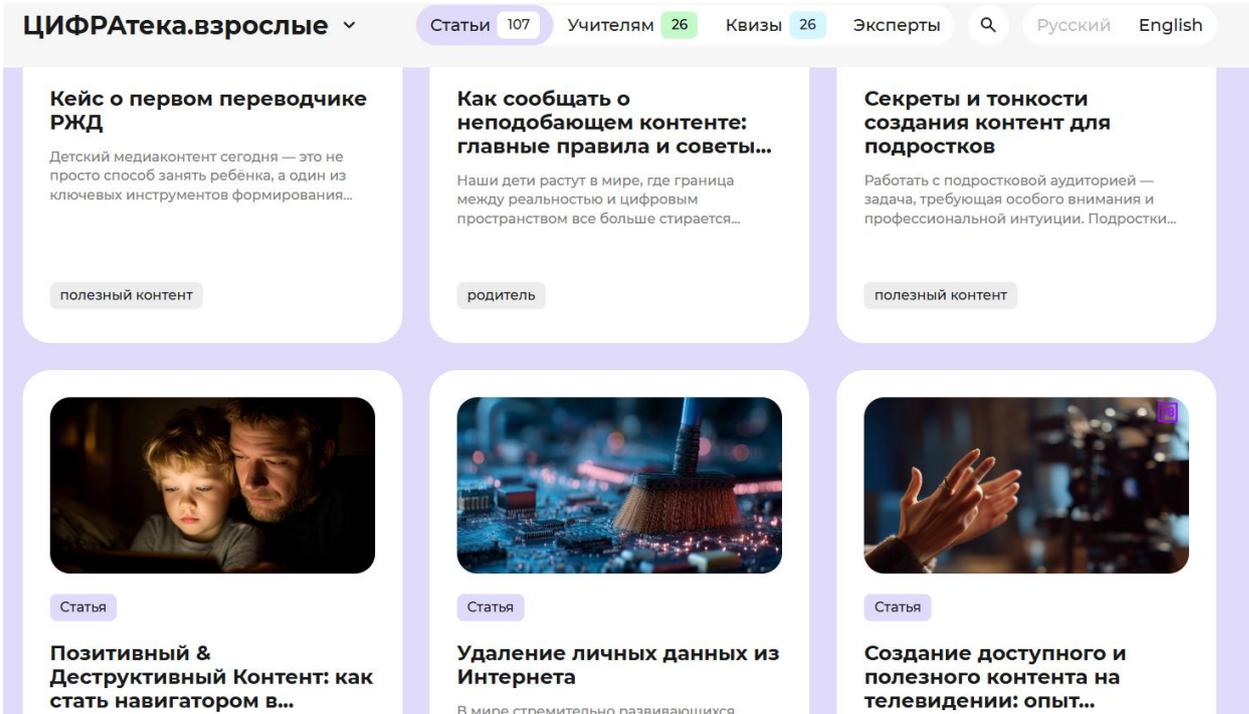
 ✓ [Настройки безопасности смартфонов для защиты детей в киберпространстве](#)

 ✓ [Простые правила безопасного онлайн-шопинга](#)

 Сайт [«Цифратека»](#)

**Что содержит:** библиотека практических знаний. Портал по защите детей в цифровой среде, на котором собрана информация об угрозах в Интернете и советы, как с ними справляться.

 ✓ **Полезные статьи по кибербезопасности - <https://cifrateka.ru/articles/>**



The screenshot shows the website interface for "ЦИФРАтека.взрослые". At the top, there is a navigation bar with the site name and a dropdown menu. Below the navigation bar, there are several filters: "Статьи 107", "Учителям 26", "Квизы 26", and "Эксперты". There is also a search icon and language options for "Русский" and "English". The main content area displays a grid of article cards. Each card has a title, a short description, and a category tag. The cards shown are:

- Кейс о первом переводчике РЖД**: Детский медиаконтент сегодня — это не просто способ занять ребёнка, а один из ключевых инструментов формирования... (полезный контент)
- Как сообщать о неподобающем контенте: главные правила и советы...**: Наши дети растут в мире, где граница между реальностью и цифровым пространством все больше стирается... (родитель)
- Секреты и тонкости создания контент для подростков**: Работать с подростковой аудиторией — задача, требующая особого внимания и профессиональной интуиции. Подростки... (полезный контент)
- Позитивный & Деструктивный Контент: как стать навигатором в...** (Статья)
- Удаление личных данных из Интернета**: В мире стремительно развивающихся... (Статья)
- Создание доступного и полезного контента на телевидении: опыт...** (Статья)

🔗 ✓ КВИЗЫ - <https://cifrateka.ru/quizzes/>

ЦИФРАтека.взрослые ▾ Статьи 107 Учителям 26 **Квизы 26** Эксперты 🔍 Русский English

## КВИЗЫ

даркнет онлайн-зависимость травля мошенничество конфиденциальность данных вредоносные программы  
безопасность детей в интернете компьютерная зависимость кибербуллинг родитель ученик



Квиз

**Доверяет ли мне мой ребёнок?**



Квиз

**Зависим ли мой ребёнок от интернета?**



Квиз

**Как понять, что ребёнка травят в школе?**

🔗 ✓ Чек-листы и методические материалы - <https://cifrateka.ru/teachers/>

ЦИФРАтека.взрослые ▾ Статьи 107 **Учителям 26** Квизы 26 Эксперты 🔍 Русский English

безопасность детей в интернете компьютерная зависимость кибербуллинг родитель чек-лист занятия в школе полезный контент

## Чек-листы Методические материалы



.PDF

Печатные материалы

Чек-лист

**Определение уровня эмоционального интеллекта у ребёнка**



.PDF

Печатные материалы

Чек-лист

**Тревожен ли ваш ребёнок?**

Своевременная поддержка может предотвратить развитие серьёзных психологических проблем.



.PDF

Печатные материалы

Чек-лист

**Определение уровня стресса у ребёнка**

Интернет может стать источником не только

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Киберпросвещение — это не разовая акция, а постоянный элемент воспитательной системы. Наша главная задача — вырастить поколение, которое умеет защищать свои границы, ценить приватность, уважать других и критически мыслить в любом, даже самом бурном, информационном потоке.

Будьте для детей тем самым «проводником», к которому не страшно прийти за советом в сложной цифровой ситуации.