

**ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УНИВЕРСИТЕТ «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»**

«УТВЕРЖДАЮ»

**Президент Частного учреждения дополнительного
профессионального образования
«Университет «Первое сентября»**


Соловейчик Н.А.



Программа

**дополнительного профессионального образования
(повышения квалификации)**

Как обучать детей безопасности в интернете

Автор:

**Галкина Мария Алексеевна,
председатель Столичной ассоциации молодых педагогов,
финалист конкурса «Педагоги года Москвы 2022» в номинации «Учитель года»**

**Москва
2026 г.**

Раздел 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Цель реализации программы: формирование у слушателей компетенций по обеспечению безопасной цифровой среды для детей через развитие эффективных стратегий взаимодействия.

1.2. Совершенствуемые компетенции

№	Компетенция	Направление подготовки Педагогическое образование 44.03.01
1.	Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	Бакалавриат
		ОПК- 9

1.3. Планируемые результаты

Знать – уметь	Направление подготовки Педагогическое образование Код компетенции 44.03.01
	Бакалавриат
Знать: 1) признаки кибербуллинга и других угроз в сети; 2) современные техники безопасного общения с детьми о цифровой среде; 3) практические инструменты защиты: «правило десяти», технику «Помодоро», методику «5W1H» 4) приемы организации безопасного цифрового пространства в семье и образовательном учреждении.	ОПК-9
Уметь: 1) распознавать признаки кибербуллинга и других угроз в сети; 2) применять современные техники безопасного общения с детьми о цифровой среде; 3) использовать практические инструменты защиты: «правило десяти», технику «Помодоро», методику «5W1H»; 4) организовывать безопасное цифровое пространство в семье и образовательном учреждении.	ОПК-9

1.4. Категория обучающихся:

уровень образования - высшее образование, направление подготовки – «Педагогическое образование», область профессиональной деятельности – дошкольное, начальное и основное общее образование.

1.5. Режим занятий – 1 раз в неделю по 6 ч.

1.6. Форма обучения: заочная, с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения. Платформа для обучения: <https://edu.1sept.ru/>

1.7. Трудоемкость обучения: 6 ч.

Раздел 2. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

2.1. Учебный план

№	Наименование тем	Всего (час.)	Внеаудиторные учебные занятия, учебные работы		Формы Контроля
			Лекции	Практические занятия	
Тема 1.	Как обучать детей безопасности в интернете.	3	1	2	Практическое задание
	Тестирование	1		1	Онлайн тестирование
	Итоговая аттестация.				Зачет на основании выполненных практического задания и результатов онлайн тестирования
ВСЕГО		6	1	5	

2.2. Рабочая программа

Темы	Виды учебных занятий/работ, час.	Содержание
Тема 1. Как обучать детей безопасности в интернете	Лекция, 1ч.	Актуальность вопроса безопасности детей в интернете. Основные тревоги родителей и учителей. Главный парадокс цифровой безопасности. Психологический портрет современного ребёнка. Особенности мышления и восприятия. Как дети и взрослые видят интернет. Основные проблемы и риски. Кибербуллинг и его признаки. Взаимодействие с незнакомцами. Манипуляции в сети. Случайный контент. Эффективные подходы к решению. Почему запреты не работают. Правильные техники общения. Возрастные особенности контроля. Практические инструменты. «Правило десяти». Техника «Помодоро». Методика «5W1H». «Я-сообщения» вместо обвинений. Организация безопасного пространства. Цифровые паузы. Планирование времени. Создание доверительных отношений. Работа с неудобными вопросами.
	Практическое занятие,	Практическое задание №1: «Безопасный диалог» Цель: отработать навык правильного построения диалога с ребёнком о цифровой безопасности

	5 ч.	Задание: Разработайте пример диалога с ребёнком 10 лет по теме интернет-безопасности, используя технику «Я-сообщение». Предложите план действий при обнаружении опасной ситуации. Критерии оценивания: Зачтено: продемонстрировано корректное использование техники «Я-сообщение»; выявлены 3 и более признака опасной ситуации, предложен конкретный план действий. Не зачтено: использование запретов и обвинений; нет чёткого плана действий, диалог не соответствует возрасту ребёнка. Практическое задание №2: «Цифровой план семьи» Цель: разработать систему безопасного использования гаджетов в семье Задание: Создайте план распределения времени. Внедрите технику «Помodoro» для одного вида деятельности. Разработайте правила цифровой гигиены. Предложите 2-3 цифровые паузы для семьи. Критерии оценивания: Зачтено: план учитывает возрастные особенности всех членов семьи; правильно применена техника «Помodoro»4 правила цифровой гигиены соответствуют рекомендациям; цифровые паузы реалистичны и эффективны. Не зачтено: план содержит только запреты; техника «Помodoro» применена некорректно; правила не учитывают возрастные особенности; цифровые паузы нереалистичны или отсутствуют.
Тестирование	Практическое занятие, 1 ч.	Онлайн тестирование
Итоговая аттестация		Зачет на основании совокупности выполненных на положительную оценку практических заданий №№1-5, результатов онлайн тестирования.

2.2. Календарный учебный график

Наименование темы	Объем нагрузк и (ак.ч.)	Учебные недели				
		1	2	3	4	5
Тема 1. ГигаЧат и другие нейросети.	3	3				
Тема 2. Нейросети в образовании: возможности и ограничения.	8	3	5			
Тема 3. Использование нейросетей для создания материалов и заданий.	8		3	5		
Тема 4. Персонализация обучения с помощью нейросетей.	8			3	5	
Тема 5. Оценивание и получение обратной связи с помощью нейросетей.	8				3	5
Тестирование	1					1
Всего	36	6	8	8	8	6

Раздел 3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Слушатель программы аттестуется по системе *зачтено/не зачтено*.

Зачет проставляется на основе успешного выполнения промежуточного контроля и итоговой аттестации.

3.1. Промежуточный контроль: практические задания, онлайн-тестирование по темам образовательной программы.

Примеры вопросов к онлайн-тестированию

1. **Главный парадокс цифровой безопасности заключается в том, что:**
 - 1) Чем больше запрещаем, тем больше рассказывают
 - 2) Чем больше запрещаем, тем меньше рассказывают
 - 3) Запреты никак не влияют на желание рассказывать
 - 4) Дети сами рассказывают всё без запретов
2. **Какой процент современных детей считает, что их поколение зависимо от интернета?**
 - 1) 50%
 - 2) 65%
 - 3) 75%
 - 4) 82%
3. **В каком возрасте у детей начинает активно созреть зона самоконтроля?**
 - 1) С 3-4 лет
 - 2) С 5-6 лет
 - 3) С 6-7 лет
 - 4) С 8-9 лет
4. **Какое из утверждений о современном поколении детей НЕ соответствует действительности?**
 - 1) Разбираются в технологиях
 - 2) Быстро схватывают новую информацию
 - 3) Не нуждаются в одобрении
 - 4) Перерабатывают много информации
5. **Что НЕ входит в «правило десяти»?**
 - 1) Спроси себя, сказал бы это человеку в лицо
 - 2) Подумай, увидит ли это мама
 - 3) Проверь, есть ли у тебя деньги на покупку

- 4) Представь, что скриншот уйдёт в общий чат
6. **Что является ключевым в работе с ребёнком, столкнувшимся с опасностью в сети?**
 - 1) Немедленный запрет гаджетов
 - 2) Выражение собственного гнева
 - 3) Фраза «Спасибо, что сказал»
 - 4) Вопрос «Почему сразу не пришёл?»
7. **В каком возрасте ребёнок может самостоятельно контролировать сложные правила использования гаджетов?**
 - 1) 3-7 лет
 - 2) 7-11 лет
 - 3) 12-18 лет (верный ответ)
 - 4) Только после 25 лет
8. **Какая техника помогает научить ребёнка саморегуляции?**
 - 1) Техника «Помодоро»
 - 2) Техника «Пять почему»
 - 3) Техника «Мозговой штурм»
 - 4) Техника «Шесть шляп»
9. **Что является основной причиной неэффективности запретов?**
 - 1) Дети их не слышат
 - 2) Работают только эмоции и логика
 - 3) Родители не могут контролировать
 - 4) Гаджеты слишком привлекательны
10. **Какой подход к безопасности в интернете наиболее эффективен?**
 - 1) Полный запрет
 - 2) Постоянный контроль
 - 3) Объяснение рисков и обучение
 - 4) Игнорирование проблемы

Требования к онлайн тестированию:

Внимательно изучите вопросы и варианты ответов к ним. Выберите один вариант ответа, который вы считаете правильным. Время тестирования – 60 мин. Количество попыток – 3.

Критерии оценивания и оценивание результатов тестирования.

«Зачтено» — 7 и более правильных ответов.

«Не зачтено» — 6 и менее правильных ответов.

Процедура тестирование и представление его результатов обучающимся осуществляется в асинхронном формате.

Примеры практических заданий

Практическое задание №1: «Безопасный диалог»

Цель: отработать навык правильного построения диалога с ребёнком о цифровой безопасности

Задание: Разработайте пример диалога с ребёнком 10 лет по теме интернет-безопасности, используя технику «Я-сообщение». Предложите план действий при обнаружении опасной ситуации.

Критерии оценивания:

Зачтено: продемонстрировано корректное использование техники «Я-сообщение»; выявлены 3 и более признака опасной ситуации, предложен конкретный план действий.

Не зачтено: использование запретов и обвинений; нет чёткого плана действий, диалог не соответствует возрасту ребёнка.

Практическое задание №2: «Цифровой план семьи»

Цель: разработать систему безопасного использования гаджетов в семье

Задание: Создайте план распределения времени. Внедрите технику «Помodoro» для одного вида деятельности. Разработайте правила цифровой гигиены. Предложите 2-3 цифровые паузы для семьи.

Критерии оценивания:

Зачтено: план учитывает возрастные особенности всех членов семьи; правильно применена техника «Помodoro»⁴ правила цифровой гигиены соответствуют рекомендациям; цифровые паузы реалистичны и эффективны.

Не зачтено: план содержит только запреты; техника «Помodoro» применена некорректно; правила не учитывают возрастные особенности; цифровые паузы нереалистичны или отсутствуют.

3.2. Итоговая аттестация. Зачет на основании совокупности выполненных на положительную оценку практических заданий, результатов онлайн тестирований.

Требования к итоговой аттестации:

Обучающийся считается аттестованным при следующих условиях: 1) результат онлайн тестирования – зачтено; 2) при выполнении практических заданий обучающийся продемонстрировал знание и понимание учебных материалов образовательной программы. Обучающийся считается неаттестованным при одном из следующих условий: 1) результат онлайн тестирования – не зачтено; 2) при выполнении практических заданий обучающийся продемонстрировал незнание и непонимание учебных материалов образовательной программы.

Критерии оценивания и оценивание результатов освоения образовательной программы:

Обучающийся считается аттестованным при следующих условиях: зачтено 70% и более практических работ; результаты онлайн-тестирования – «зачтено».

Обучающийся считается неаттестованным при одном из следующих условий: зачтено менее 70% результатов выполнения практических работ; результаты онлайн-тестирования – «не зачтено».

РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Основная литература

Основная литература:

1. Шмакова, Л. Дети в интернете: правила поведения онлайн от специалиста по кибербезопасности / Любовь Шмакова. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2026. — 213, [8] с. : ил., табл. — (Школа безопасности для детей и взрослых). — ISBN 978-5-222-45169-4.
2. Шарова, Л. Безопасный интернет / Лия Шарова ; иллюстратор А. Крещук. — Ростов-на-Дону : Феникс, Феникс-Премьер, 2025 (печать 2024). — 74, [6] с. : цв. ил., портр. — (Стоп Угроза). — ISBN 978-5-222-40411-9.
3. Бобрик, Н. Цифровые лапки: уроки интернет-безопасности / Надежда Бобрик. — [Электронное издание]. — Свидетельство о публикации № 2025-903 от 22.04.2025. — Формат: FB2, PDF.

Электронные ресурсы

4. Альянс по защите детей в цифровой среде. ЦИФРАтека : образовательный портал. — URL: <https://cifrateka.ru> (дата обращения: 24.06.2026).
5. Лига безопасного Интернета. Детям и подросткам : раздел с материалами по безопасности в сети. — URL: <https://ligainternet.ru> (дата обращения: 24.06.2026).
6. Министерство цифрового развития, связи и массовых коммуникаций РФ, Альянс по защите детей в цифровой среде. Урок Цифры : всероссийский образовательный проект. — URL: <https://урокцифры.рф> (дата обращения: 24.06.2026).
7. Роскомнадзор. Персональные данные.дети : официальный ресурс по защите персональных данных. — URL: <https://персональныеданные.дети> (дата обращения: 24.06.2026).

4.2. Материально-технические условия реализации программы.

Техническое обеспечение: ПК, выход в Интернет, Яндекс Браузер версии 18 и выше. Интернет-ресурсы, используемые при обучении, размещены на отечественных серверах и соответствуют требованиям Федерального закона "О персональных данных" от 27.07.2006 N 152-ФЗ.

4.3. Кадровые условия реализации программы. Требования к квалификации кадров, обеспечивающих реализацию дополнительной профессиональной программы: наличие высшего профессионального образования по направлению подготовки «Образование и педагогические науки».