

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Поволжская академия образования и искусств имени Святителя Алексия,
митрополита Московского»

Кафедра педагогики и психологии

ФАКУЛЬТАТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ИНФОРМАЦИОННО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Направление подготовки **44.03.05 Педагогическое образование**
(с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) **Химия и биология**

Квалификация выпускника **бакалавр**

Рабочая программа дисциплины разработана на основании приказа Минобрнауки России от 22.02.2018 N 125 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" (Зарегистрировано в Минюсте России 15.03.2018 N 50358); образовательной программы по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профиль «Химия и биология».

Разработчик рабочей программы: Денисова Е.А., кандидат психологических наук, доцент

Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры педагогики и психологии, протокол от 19.03.2026 г. № 7, в составе основной профессиональной образовательной программы – на заседании Ученого совета академии, протокол от 24.04.2026 г. № 10

Заведующий кафедрой: Денисова Е.А., кандидат психологических наук, доцент

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	4
1.1. Цели и задачи изучения дисциплины	4
1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
1.3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	6
1.4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся	6
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	7
2.1. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	7
2.2. Содержание разделов дисциплины	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	8
3.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	8
3.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины	9
3.3. Перечень информационных технологий, программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем	10
3.4. Материально-техническое обеспечение дисциплины	10
4. Фонд оценочных средств дисциплины	11
4.1. Описание показателей, критериев и шкал оценивания компетенций	11
4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания компетенций	12
5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ	17

• ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

• Цели и задачи изучения дисциплины

Цели освоения дисциплины – формирование у студентов представлений об информационно-психологической безопасности личности в сети Интернет.

Задачи:

- ознакомить студентов
 - с основными научными понятиями, теориями и подходами к изучению информационно-психологической безопасности личности в сети Интернет в психологии и других науках;
 - с компонентами личности безопасного типа поведения;
- развивать у студентов

- способности к анализу ситуаций, потенциально угрожающих информационно-психологической безопасности личности в сети Интернет, а также способов предотвращения угроз, связанных с ИПБ;
- формировать информационно-психологическую компетентность студентов в сети Интернет.
- **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни
Код и наименование индикатора достижения компетенций
ИУК-6.1.Применяет знание о своих ресурсах и их пределах (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и т.д.) для успешного выполнения порученной работы
УК-8.Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
ИУК-8.1. Обеспечивает безопасные и/или комфортные условия труда на рабочем месте
ИУК-8.2. Выявляет и устраняет проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте
ИУК-8.3. Осуществляет действия по предотвращению возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте
ПК-2. Способен осуществлять педагогическую поддержку и сопровождение обучающихся в процессе достижения метапредметных, предметных и личностных результатов
ИПК-2.2. Оказывает индивидуальную помощь и поддержку обучающимся в зависимости от их способностей, образовательных возможностей и потребностей; разрабатывает индивидуально ориентированные программы, методические разработки и дидактические материалы с учетом индивидуальных особенностей обучающихся в целях реализации гибкого алгоритма управления процессом образовательной деятельности обучающихся; оценивает достижения обучающихся на основе взаимного дополнения количественной и качественной характеристик образовательных результатов (портфолио, профиль умений, дневник достижений и др.)

- **Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Данная дисциплина относится к блоку ФТД. Факультативы.

Ее предметом является представления об информационно-психологической безопасности личности в сети Интернет.

Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами/ модулями, практиками:

- «Общая и социальная психология»
- «Педагогическая психология»,
- «Основы педагогики. Теории воспитания».

Перечень последующих учебных дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной учебной дисциплиной:

- производственная практика.

• **Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Количество зачетных единиц	2			
Часов по учебному плану	72			
Виды контроля в семестрах:	Экзамены		Зачеты	Курсовые работы
			6	

Курс	1		2		3		4		5
Семестр	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Зачетных единиц по семестрам						2			
Лекции (ч)						16			
Лабораторные (ч.)									
Практические (ч.)						16			
Контактная работа студента с преподавателем (ч.)						32			
Сам. работа (ч.)						40			
Контроль (ч.)									
Итого (ч.)						72			

• СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

Раздел (модуль)	Количество академических часов – всего	из них	
		Лекций	Лабораторных
Раздел 1. Психологическая безопасность как отрасль психологической науки	36	8	
Тема 1.1. Самообеспечение безопасности личности	8	2	
Тема 1.2. Стратегии обеспечения психологической безопасности	8	2	

Тема 1.3. Современное общество рисков и психологическая безопасность	10	2	
Тема 1.4. Феноменология чрезвычайной ситуации: динамика психических состояний и поведения человека	10	2	
Раздел 2. Информационно-психологическая безопасность личности в сети Интернет	36	8	
Тема 2.1. Информационно-психологическая безопасность личности и общества	8	2	
Тема 2.2. Психологическая безопасность образовательной среды	10	2	
Тема 2.3. Информационно-психологическая безопасность детей и подростков в сети Интернет	8	2	
Тема 2.4. Медиаграмотность и информационно-психологическая безопасность личности	10	2	
Итого:	72	16	

- **Содержание разделов дисциплины**

Раздел 1. Психологическая безопасность как отрасль психологической науки

Тема 1.1. Самообеспечение безопасности личности.

Объект психологии безопасности. Психология безопасности как новое психологическое направление, связанное с интерпретацией окружающей действительности Мегариски и мегаугрозы в современном мире. Безопасность как мобилизатор ресурсов человеческой психики в экстремальных ситуациях. Психология безопасности в междисциплинарном пространстве. Самообеспечение безопасности личности: определение, структура, принципы, механизмы.

Тема 1.2. Стратегии обеспечения психологической безопасности.

Психологическая устойчивость личности как психологический процесс, включающий ответ человека на разнообразные стресс-факторы и облегчающий здоровое функционирование личности. Вызов, ответственность и личное управление в формировании психологической устойчивости. Жизнестойкость как личностное качество, включающее вовлеченность, контроль и принятие риска. Методы оказания помощи людям для формирования психологической безопасности.

Тема 1.3. Современное общество рисков и психологическая безопасность.

Психология риска. Понимание риска в современной науке, связь с ситуацией неопределенности. Общественные и трудовые риски и трудовое законодательство. Стрессовые ситуации и риски в профессиональной деятельности. Риск в современной общественной парадигме. Фактор риска и уровень стрессоустойчивости личности.

Тема 1.4. Феноменология чрезвычайной ситуации: динамика психических состояний и поведения человека.

Понятие «чрезвычайная ситуация». Виды реакций на экстремальную ситуацию. Переживание эмоциональной и умственной дезорганизации. Конструктивные и деструктивные стратегии поведения в стрессовой ситуации и ситуации фрустрации.

Раздел 2. Информационно-психологическая безопасность личности в сети Интернет

Тема 2.1. Информационно-психологическая безопасность личности и общества.

Проблема повышения информационно-психологической безопасности личности. Критерии информационно-психологической безопасности. СМИ и Интернет как источник негативных воздействий. Манипулятивные технологии: основные приемы и уловки манипуляторов.

Тема 2.2. Психологическая безопасность образовательной среды.

Психологическая безопасность образовательной среды школы. Основные положения концепции психологической безопасности образовательной среды И.А.Баевой.

Личностные факторы психологической безопасности образовательной среды.

Тема 2.3. Информационно-психологическая безопасность детей и подростков в сети Интернет.

Новые возможности цифрового мира. Риски цифровизации. Информационно-психологическая безопасность как интегративное объединение. Угрозы ИПБ детей, подростков и молодежи в сети Интернет. Внешние и внутренние угрозы ИПБ в сети Интернет. Условия преодоления и снижения рисков в сети Интернет.

Тема 2.4. Медиаграмотность и информационно-психологическая безопасность личности в сети Интернет.

Здоровье и безопасность детей в мире компьютерных технологий и Интернет.

Организация просветительской работы с родителями и учащимися. Рекомендации по безопасному использованию интернета для несовершеннолетних и их родителей.

Современные интернет-ресурсы по безопасному поведению детей в сети Интернет для педагогических работников. Повышение медиаграмотности учащихся и родителей в целях формирования информационно-психологической безопасности личности в сети Интернет.

• УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

• Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

3.1.1. Основная литература:

- Гендина, Н.И. Основы информационной культуры школьника: 3-4 класс / Н.И. Гендина, Е.В. Косолапова ; науч. ред. Н.И. Гендина. – Москва : Русская школьная библиотечная ассоциация, 2014. – 345 с. : табл. – (Профессиональная библиотека школьного библиотекаря: приложение к журналу «Школьная библиотека». Серия 1, вып. 6). – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493499> (дата обращения:28.02.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91540-117-3. – Текст : электронный.
- Федоров, А.В. Медиаобразование будущих педагогов / А.В. Федоров. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 315 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210412> (дата обращения:28.02.2026). – ISBN 978-5-4458-3385-7. – DOI 10.23681/210412. – Текст : электронный.
- Федоров, А.В. Медиаобразование и медиаграмотность : учебное пособие / А.В. Федоров. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 343 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210419> (дата обращения:28.02.2026). – ISBN 978-5-4458-3384-0. – DOI 10.23681/210419. – Текст : электронный.

- Чельшева, И.В. Медиаобразование для родителей: освоение семейной медиаграмотности / И.В. Чельшева. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 189 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=221532> (дата обращения: 28.02.2026). – ISBN 978-5-4458-3836-4. – DOI 10.23681/221532. – Текст : электронный.

• 3.1.2. *Дополнительная литература:*

- Психология образования в поликультурном пространстве / редкол.: Н. В. Федина [и др.] ; гл. ред. В. П. Кузовлев ; учред. Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина ; Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина. – Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2014. – Том 3, № 27. – 133 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364652>. – ISSN 2073-8439. – Текст : электронный

Федоров, А.В. Права ребенка и проблема насилия на российском экране / А.В. Федоров. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 406 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210364> (дата обращения: 28.02.2026). – ISBN 978-5-4458-3383-3. – DOI 10.23681/210364. – Текст : электронный.

3.2. **Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

- Федеральный портал «Российское образование». – Режим доступа: <http://www.edu.ru/>
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) – Режим доступа: <http://fcior.edu.ru/>
- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов – Режим доступа: <http://school-collection.edu.ru/>
- Федеральный образовательный портал «Информационно-коммуникационные технологии в образовании» – Режим доступа: <http://www.ict.edu.ru/>
- Наука и образование. – Режим доступа: <http://edu.rin.ru/>
- Российский общеобразовательный портал. – Режим доступа: <http://school.edu.ru/>
- Российское образование. – Режим доступа: <http://www.edu.ru/>
- Мы и образование. – Режим доступа: <http://www.alleng.ru/index.htm>
- Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» . – Режим доступа: <http://festival.1september.ru/>
- Учитель. – Режим доступа: <http://ychitel.com/>
- Информационный портал для работников системы образования. – Режим доступа: <http://zavuch.info/>
- Образовательное православие. – Режим доступа: <http://orthedu.ru/>
- Библион. – Режим доступа: <http://biblion.realin.ru/>
- Возрождение духовно-нравственного наследия . – Режим доступа: <http://metodika.68edu.ru/>
- Межведомственное методическое объединение по духовно-нравственному воспитанию. – Режим доступа: <http://modnv.myl.ru/>
- **Перечень информационных технологий, программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем**

3.3.1. *Перечень информационных технологий:*

- проведение лекций с использованием мультимедийных средств;
- поиск информации с использованием сети Интернет;
- выполнение учебных заданий с использованием электронного офиса;
- использование электронной информационно-образовательной среды академии, образовательных ресурсов по дисциплине в электронной системе управления обучением Moodle.
- Проведение видеоконференций по актуальным вопросам дисциплины.

3.3.2. Перечень программного обеспечения

Наименование программного обеспечения	Лицензионное программное обеспечение	Свободно распространяемое программное обеспечение
Операционная система MSWindows	+	
Офисный пакет LibreOffice		+
Программный пакет для работы с электронной интерактивной доской SmartNotebook	+	
Электронная система управления обучением Moodle		+

3.3.3. Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных

- Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн». – Режим доступа: www.biblioclub.ru
- Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения учебных занятий	Оборудование и технические средства обучения
Аудитория для проведения занятий лекционного типа, семинарских, практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Учебная мебель (столы, стулья), меловая доска, технические средства обучения, служащие для представления учебной информации (переносные наборы демонстрационного оборудования (проектор, экран, ноутбук)), учебно-наглядные пособия (презентации по темам лекций), обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие данной программе дисциплины.
Помещения для самостоятельной работы	Компьютерный класс, оснащенный компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду академии.

• ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДИСЦИПЛИНЫ

• Описание показателей, критериев и шкал оценивания компетенций

Код формируемой компетенции и индикаторы достижения компетенций	Контролируемые разделы/темы дисциплины	Формы учебной работы (формы проведения контактной работы: формы организации	Оценочные средства
---	--	---	--------------------

		<i>самостоятельной работы)</i>	
УК-6: ИУК-6.1 УК-8: ИУК-8.1	Раздел 1. Психологическая безопасность как отрасль психологической науки	Изучение литературы, подготовка докладов. Написание реферата.	Доклад Реферат
УК-6: ИУК-6.1 УК-8: ИУК-8.1 ПК-2: ИПК-2.2	Раздел 2. Информационно- психологическая безопасность личности в сети Интернет	Изучение литературы, подготовка докладов. Написание реферата. Выполнение практических заданий	Доклад Упражнения Реферат
УК-6: ИУК-6.1 УК-8: ИУК-8.1 ПК-2: ИПК-2.2	Подготовка к промежуточной аттестации	Самоподготовка	Вопросы к зачету

Оценивание результатов обучения по дисциплине осуществляется в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации обучающихся.

Учет и оценка знаний, умений и уровня сформированности компетенций у обучающихся осуществляется в два этапа.

На первом этапе проводится текущий контроль успеваемости по дисциплине, представляющий проверку усвоения учебного материала, регулярно осуществляемую на протяжении семестра с целью получения первичной информации о ходе усвоения отдельных элементов содержания дисциплины.

Текущий контроль

Учебная деятельность студентов включает аудиторную и внеаудиторную работу.

Работа на аудиторных занятиях

На аудиторных занятиях учащиеся участвуют в обсуждениях, выполняют практические задания группового и (или) индивидуального характера.

Выполнение учебных заданий

Учебные задания выдаются студентам на занятиях и сопровождаются разъяснениями по их выполнению с указанием конечного срока сдачи выполненного задания. В течение семестра студенту следует подготовить доклады, реферат по урегулированию конфликтов. На практических занятиях студент знакомится с диагностическими методиками, направленными на изучение стратегий поведения в конфликте, готовит отчеты по результатам диагностики. Учебные задания выполняются учащимися самостоятельно вне рамок аудиторных занятий с опорой на выданные инструкции и учебную литературу.

Каждое выполненное в срок учебное задание оценивается преподавателем на основании разработанных критериев. Для тех, кто не уложился в установленные сроки, предоставляется дополнительное время; в этом случае следует снижение отметки.

Промежуточная аттестация

По окончании освоения курса студенты сдают зачет. Результаты освоения дисциплины определяются следующими отметками: «зачтено» и «не зачтено».

Критерии оценки зачета:

«Зачтено» – содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые компетенции и практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены.

«Не зачтено» – содержание курса освоено не полностью, необходимые компетенции и практические навыки работы с освоенным материалом не сформированы, предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены или выполнены частично.

4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания компетенций

Перечень оценочных средств:

- Тематика докладов, рефератов
- Практические упражнения
- Вопросы к зачету

Фонд оценочных средств текущего контроля

Тематика докладов, рефератов:

- Самообеспечение безопасности личности
- Объект психологии безопасности.
- Психология безопасности как новое психологическое направление, связанное с интерпретацией окружающей действительности
- Стратегии обеспечения психологической безопасности.
- Понятие стресса и стресс-факторов и информационном пространстве.
- Анализ угроз ИПБ в пространстве Интернет
- Психологическая устойчивость личности
- Жизнестойкость как личностное качество, включающее вовлеченность, контроль и принятие риска (С.Мадди, Д.Леонтьев).
- Методы оказания помощи людям в чрезвычайной ситуации для обеспечения психологической безопасности.
- Понимание риска в современной науке, связь с ситуацией неопределенности.
- Общественные и трудовые риски и трудовое законодательство.
- Стрессовые ситуации и риски в профессиональной деятельности.
- Риск в современной общественной парадигме.
- Фактор риска и уровень стрессоустойчивости личности.
- Манипуляции в сети Интернет.
- Опасные контенты для подростков в сети Интернет.
- Риски и опасности в сети Интернет
- Личностные факторы психологической безопасности образовательной среды.
- Условия преодоления и снижения рисков в сети Интернет.
- Современные программы повышения медиаграмотности у детей, родителей, учителей

Критерии оценки реферата/доклада:

оценка **«зачтено»** выставляется студенту, если тема реферата/доклада раскрыта студентом, содержание работы отражает современные научные взгляды на проблему, проведен самостоятельный анализ изученной литературы;

оценка **«не зачтено»** ставится, если в реферате/докладе не содержится собственного анализа и оценки изучаемой проблемы, или содержание не раскрывает заявленную тему.

Материалы для практических заданий

1. Тест-опросники на выявление ранних признаков компьютерной зависимости у несовершеннолетних

Тест позволяют определить уровень компьютерной зависимости учащихся образовательных учреждений разной возрастной категории. Тест-опросник состоит из двух блоков: первый блок заполняется учащимися, второй – родителями учащихся.

Инструкция: Внимательно прочтите десять вопросов. Каждый из них Вы должны оценить как верный или неверный. Если вопрос кажется Вам верным или преимущественно верным, поставьте «Да», если неверным – «Нет».

Блок I. Тесты для учащихся образовательных учреждений Вариант 1.

1. Часто ли Вы замечаете, что проводите в он-лайн больше времени, чем намеревались? (да / нет)
2. Часто ли Вы пренебрегаете домашними делами, чтобы провести больше времени в сети? (да / нет)
3. Часто ли окружающие интересуются количеством времени, проводимым Вами в сети? (да / нет)
4. Замечаете ли Вы, что Ваша успеваемость в школе стала хуже из-за того, что на учебу у Вас не остается времени, так как Вы слишком много времени проводите в сети? (да / нет)
5. Часто ли Вы представляете, как вновь окажетесь в Интернете? (да / нет)
6. Часто ли Вы ощущаете, что жизнь без Интернета скучна, пуста и безрадостна? (да / нет)
7. Часто ли Вы ругаетесь, кричите или иным образом выражаете свою досаду, когда кто-то пытается отвлечь Вас от пребывания в сети Интернет? (да / нет)
8. Часто ли Вы пренебрегаете сном, засиживаясь в Интернете допоздна? (да / нет)
9. Чувствуете ли Вы оживление, возбуждение, находясь за компьютером? (да / нет)
10. Появились ли у Вас нарушения сна и/или изменился ли режим сна, с тех пор как Вы стали использовать компьютер ежедневно? (да / нет)

Вариант 2.

1. Вам приходилось просить учителей, родителей заменить хотя бы часть знаний компьютерными играми? (да / нет)
2. Вы чувствуете, что Вам не всегда удастся сразу же прекратить компьютерную игру? (да / нет)
3. Вы чувствуете себя раздраженным или усталым, если долго не играете на компьютере? (да / нет)
4. Обычно Вы занимаетесь компьютерными играми больше, чем планировали? (да / нет) 43
5. Вам приходилось срочно закрывать окно с компьютерной игрой или сайта, когда приходили родители, учителя, друзья? (да / нет)
6. Вам приходилось садиться за компьютерную игру, чтобы исправить себе настроение (например, чувство вины, раздражительности) или просто, чтобы успокоиться? (да / нет)
7. Возникают ли у Вас головные боли после игры за компьютером? (да / нет) нет)
8. Пренебрегаете ли Вы приемом пищи из-за компьютерной игры? (да / нет)
9. Пренебрегаете ли Вы личной гигиеной из-за компьютерной игры? (да / нет)
10. В обычной жизни чувствуете ли Вы пустоту, раздражительность, подавленность, которые исчезают при игре за компьютером? (да / нет)

Подсчет результатов: производится специалистами, проводившими тестирование. «Да» – 1 балл, «Нет» – 0 баллов. Полученные баллы суммируются. 0 – 3 балла – низкий

уровень компьютерной зависимости. 4 – 6 балла – средний уровень компьютерной зависимости. 7 – 10 баллов – высокий уровень компьютерной зависимости.

Блок II. Тесты для родителей

Вариант 1. Ваш ребенок, ...

1. Приходя домой, первым делом садится за компьютер? (да / нет)
2. Забросил домашние дела, учебу, стал непослушным? (да / нет)
3. Раздражителен, груб, если его отвлекают от компьютера? (да / нет)
4. Совершает прием пищи, не отрываясь от компьютера? (да / нет)
5. Не знает, чем себя занять, если компьютер недоступен или сломался? (да / нет)
6. Не способен контролировать время, проводимое за компьютером? (да / нет)
7. Тратит много денег на компьютерные игры? (да / нет)
8. Перестал общаться с друзьями, все больше времени проводит в онлайн? (да / нет)
9. Посещает различные запретные сайты? (да / нет)
10. Постоянно говорит о компьютерных играх, об общении в Интернете? (да / нет)

Вариант 2. Ваш ребенок, ...

1. Испытывает раздражение при необходимости закончить игру? (да / нет)
2. Из-за компьютерной игры жертвует времяпровождением с семьей, родными? (да / нет) 44
3. После компьютерной игры жалуется на головные боли, возникает сухость слизистой оболочки глаз? (да / нет)
4. Высказывает желание проводить в Интернете больше времени? (да / нет)
5. Во время компьютерной игры полностью отрешается от реальной действительности, целиком переносясь в мир игры? (да / нет)
6. Из-за компьютерной игры пренебрегает питанием, личной гигиеной? (да / нет)
7. В результате систематического времяпровождения за компьютером, потерял интерес к учебе, к спортивным секциям, кружкам? (да / нет)
8. Преимущественно находится в хорошем настроении, занимаясь компьютерными играми или общением онлайн? (да / нет)
9. Проводя длительное время в Интернете, нарушает режим дня? (да / нет)
10. Предпочитает общение с виртуальными друзьями, чем с реальными? (да / нет)

Подсчет результатов: производится родителями. «Да» – 1 балл, «Нет» – 0 баллов. Полученные баллы суммируются. 0 – 3 балла – низкий уровень компьютерной зависимости; родители могут справиться с возникшей проблемой самостоятельно (см. рекомендации); 4 – 6 балла – средний уровень компьютерной зависимости, для решения проблемы необходима консультация специалиста (психолога); 7 – 10 баллов – высокий уровень компьютерной зависимости, чрезмерное увлечение компьютером, которое может привести к психологической зависимости ребенка; родители не могут справиться с возникшей проблемой самостоятельно, поэтому необходимо обратиться за помощью к специалисту (психологу, психотерапевту).

Анкета №1 «Осторожно, вирус!»

Что является основным каналом распространения компьютерных вирусов?

1. Веб-страницы
2. Электронная почта
3. Флеш-накопители (флешки)

Для предотвращения заражения компьютера вирусами следует:

1. Не пользоваться Интернетом
2. Устанавливать и обновлять антивирусные средства
3. Не чихать и не кашлять рядом с компьютером

Если вирус обнаружен, следует:

1. Удалить его и предотвратить дальнейшее заражение
2. Удалить его и предотвратить дальнейшее заражение
3. Удалить его и предотвратить дальнейшее заражение
4. Установить какую разновидность имеет вирус
5. Установить какую разновидность имеет вирус
6. Установить какую разновидность имеет вирус
7. Выяснить как он попал на компьютер

Что не дает хакерам проникать в компьютер и просматривать файлы и документы:

1. Применение брандмауэра
2. Обновления операционной системы
3. Антивирусная программа

РФ? Какое незаконное действие преследуется в России согласно Уголовному Кодексу

1. Уничтожение компьютерных вирусов
2. Создание и распространение компьютерных вирусов и вредоносных программ
3. Установка программного обеспечения для защиты компьютера

Анкета №2 «Осторожно, Интернет!»

Какую информацию нельзя разглашать в Интернете?

1. Свои увлечения
2. Свой псевдоним
3. Домашний адрес

Чем опасны социальные сети?

1. Личная информация может быть использована кем угодно в разных целях
2. При просмотре неопознанных ссылок компьютер может быть взломан
3. Все вышеперечисленное верно

Виртуальный собеседник предлагает встретиться, как следует поступить?

1. Посоветоваться с родителями и ничего не предпринимать без их согласия
2. Пойти на встречу одному
3. Пригласить с собой друга

Что в Интернете запрещено законом?

1. Размещать информацию о себе
2. Размещать информацию других без их согласия
3. Копировать файлы для личного использования

Действуют ли правила этикета в Интернете?

1. Интернет - пространство свободное от правил
2. В особых случаях 3. Да, как и в реальной жизни Приложение
- 3 Круглый стол «Основы безопасности в сети Интернет»

Правила работы в сети Интернет:

1. Не входите на незнакомые сайты.
2. Если к вам по почте пришел файл Word или Excel, даже от знакомого лица, прежде чем открыть, обязательно проверьте его на вирусы.
3. Если пришло незнакомое вложение, ни в коем случае не запускайте его, а лучше сразу удалите и очистите корзину.
4. Никогда не посылайте никому свой пароль.

5. Старайтесь использовать для паролей трудно запоминаемый набор цифр и букв.
6. При общении в Интернет не указывать свои личные данные, а использовать псевдоним (ник).
7. Без контроля взрослых ни в коем случае не встречаться с людьми, с которыми познакомились в сети Интернет.
8. Если в сети необходимо пройти регистрацию, то должны сделать ее так, чтобы в ней не было указано никакой личной информации.
9. В настоящее время существует множество программ, которые производят фильтрацию содержимого сайтов. Между членами семьи должны быть доверительные отношения, чтобы вместе просматривать содержимое сайтов.
10. Не всей той информации, которая размещена в Интернете, можно верить.
11. Не оставляйте без присмотра компьютер с важными сведениями на экране.
12. Опасайтесь подглядывания через плечо.
13. Не сохраняйте важные сведения на общедоступном компьютере.

Практические задания считаются выполненными, если студенты активно включаются в работу, применяют полученные знания для интерпретации, анализа ситуаций и результатов исследования, активно отрабатывают навыки безопасного поведения в сети Интернет.

Фонд оценочных средств промежуточной аттестации

Вопросы к зачету

- 1. Психология безопасности как новое психологическое направление, связанное с интерпретацией окружающей действительности
- Мегариски и мегаугрозы в современном мире.
- Безопасность как мобилизатор ресурсов человеческой психики в экстремальных ситуациях.
- 4. Психология безопасности в междисциплинарном пространстве.
- Самообеспечение безопасности личности: определение, структура, принципы, механизмы.
- Психологическая устойчивость личности как психологический процесс, включающий ответ человека на разнообразные стресс-факторы и облегчающий здоровое функционирование личности.
- Жизнестойкость как личностное качество, включающее вовлеченность, контроль и принятие риска.
- Методы оказания помощи людям для формирования психологической безопасности.
- Психология риска. Понимание риска в современной науке, связь с ситуацией неопределенности
- Фактор риска и уровень стрессоустойчивости личности.
- Понятие «чрезвычайная ситуация». Виды реакций на экстремальную ситуацию.
- Переживание эмоциональной и умственной дезорганизации.
- Конструктивные и деструктивные стратегии поведения в стрессовой ситуации и ситуации фрустрации.
- 14. Проблема повышения информационно-психологической безопасности личности. Критерии информационно-психологической безопасности.
- 15. СМИ и Интернет как источник негативных воздействий. Манипулятивные технологии: основные приемы и уловки манипуляторов.

- Психологическая безопасность образовательной среды школы.
- Основные положения концепции психологической безопасности образовательной среды И.А.Баевой.
- Личностные факторы психологической безопасности образовательной среды.
- Новые возможности цифрового мира. Риски цифровизации.
- Информационно-психологическая безопасность как интегративное объединение.
- Угрозы ИПБ детей, подростков и молодежи в сети Интернет. Внешние и внутренние угрозы ИПБ в сети Интернет. Условия преодоления и снижения рисков в сети Интернет.
- Медиаграмотность и информационно-психологическая безопасность личности в сети Интернет.
- Здоровье и безопасность детей в мире компьютерных технологий и Интернет.
- Организация просветительской работы с родителями и учащимися.
- Рекомендации по безопасному использованию интернета для несовершеннолетних и их родителей.
- Современные интернет-ресурсы по безопасному поведению детей в сети Интернет для педагогических работников.
- Повышение медиаграмотности учащихся и родителей в целях формирования информационно-психологической безопасности личности в сети Интернет.

• МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Планирование и организация времени, необходимого для изучения дисциплины

С целью оптимального определения времени на успешное освоение дисциплины, студентам необходимо прорабатывать информацию лекционных и практических занятий. Внимательно изучить список литературы и определить порядок его проработки.

Необходимо иметь доступ к основным, обновляемым источникам информации. В частности, рекомендуется использовать информацию, содержащуюся на специализированных профессиональных сайтах.

При подготовке к практическому занятию обязательно требуется изучение дополнительной литературы по теме занятия. Без использования нескольких источников информации невозможно проведение активной дискуссии на занятиях, обоснование собственной позиции, построение аргументации. Если обсуждаемый аспект носит дискуссионный характер, следует изучить существующие точки зрения и выбрать тот подход, который вам кажется наиболее верным.

2. Сценарий изучения дисциплины

Сценарий изучения дисциплины «Информационно-психологическая безопасность детей, подростков и молодежи в сети Интернет» строится на том, что структура и программа курса рассчитана на понимание основных категорий, теорий и методов работы в сфере межличностного общения.

Для успешного освоения дисциплины необходимо посещать аудиторные занятия, конспектировать лекции, активно заниматься на практических занятиях.

Основным промежуточным показателем успешности студента в процессе изучения дисциплины является его готовность к практическим занятиям. Поэтому важно определить некий алгоритм действий студента по подготовке к семинарским занятиям:

- приступая к выполнению задания по любой теме, прежде всего, ознакомьтесь с планом занятия, изучите соответствующий раздел учебника и учебного пособия, библиографию;
- затем выясните наличие литературы или теоретического материала по соответствующей теме;
- по каждому вопросу предложенной темы студент должен определить и усвоить ключевые понятия и представления.

Для более глубокого понимания проблемы далее необходимо познакомиться с дополнительной литературой и законспектировать основные положения.

В случае возникновения трудностей студент должен и может обратиться за консультацией к преподавателю, ведущему данный курс.

Критерием готовности к практическому занятию будет умение ответить на все указанные вопросы, используя рекомендованные источники, а также наличие соответствующих конспектов.

К практическим занятиям необходимо готовиться за неделю до их проведения, чтобы была возможность проконсультироваться с преподавателем по трудным вопросам. В случае пропуска занятия, необходимо предоставить письменную разработку пропущенной темы. Самостоятельную работу следует выполнять согласно графику и требованиям, предложенным преподавателем.

Регулярное посещение лекций и практических занятий не только способствует успешному овладению профессиональными знаниями, но и помогает наилучшим образом организовать время, т.к. все виды занятий распределены в семестре планомерно, с учетом необходимых временных затрат.

Для получения зачета студенты должны продемонстрировать знание содержания курса, а также умение применять теоретические знания для анализа конкретных социальных явлений, проблем социальной коммуникации, перцепции и интеракции.

3. Работа с литературой

Работа с литературой по дисциплине «Информационно-психологическая безопасность детей, подростков и молодежи в сети Интернет» является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Данный процесс требует выработки определенных навыков, поэтому студенту нужно обязательно научиться работать с книгой.

Осмысление литературы требует системного подхода к освоению материала. В работе с литературой системный подход предусматривает не только тщательное (при необходимости – многократное) чтение текста и изучение специальной литературы, но и обращение к дополнительным источникам – справочникам, энциклопедиям, словарям. Эти источники – важное подспорье в самостоятельной работе студента, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит студенту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно – освоить новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение студентом поставленной перед ним задачи (подготовка к практическому занятию, выполнение контрольной работы и т.д.). Выбор литературы для изучения делается обычно по предварительному списку литературы, который выдал преподаватель, либо путем самостоятельного отбора материалов. После этого непосредственно начинается изучение материала, изложенного в книге.

Прежде чем приступить к чтению, необходимо запомнить или записать выходные данные издания: автор, название, издательство, год издания, название интересующих глав. Предисловие или введение книги поможет установить, на кого рассчитана данная публикация, какие задачи ставил перед собой автор. Это помогает составить представление о степени достоверности или научности данной книги. Содержание (оглавление) дает представление о системе изложения ключевых положений всей

публикации и помогает найти нужные сведения. Если в книге есть главы или отдельные параграфы, которые соответствуют исследуемой теме дисциплины, то после этого необходимо ознакомиться с введением.

Во введении или предисловии разъясняются цели издания, его значение, содержится краткая информация о содержании глав работы. Иногда полезно после этого посмотреть послесловие или заключение. В целом, это поможет правильнее структурировать полученные знания.

При изучении материалов глав и параграфов необходимо обращать особое внимание на комментарии и примечания, которыми сопровождается текст. Они разъясняют отдельные места текста, дополняют изложенный материал, указывают ссылки на цитируемые источники, исторические сведения о лицах, фактах, объясняют малоизвестные или иностранные слова.

После просмотра книги целиком или отдельной главы, которая была необходима для изучения определенной темы курса, нужно сделать записи в виде краткого резюме источника. В таком резюме следует отразить основную мысль изученного материала, приведенные в ее подтверждение автором аргументы, ценность данных аргументов и т.п. Данные аргументы помогут сформировать собственную оценку изучаемого вопроса. Во время изучения литературы необходимо конспектировать и составлять рабочие записи прочитанного. Такие записи удлиняют процесс проработки, изучения книги, но способствуют ее лучшему осмыслению и усвоению, выработке навыков кратко и точно излагать материал. В идеале каждая подобная запись должна быть сделана в виде самостоятельных ответов на вопросы, которые задаются в конце параграфов и глав изучаемой книги. Однако такие записи могут быть сделаны и в виде простого и развернутого плана, цитирования, тезисов, резюме, аннотации, конспекта. Наиболее надежный способ собрать нужный материал – составить конспект. Конспекты позволяют восстановить в памяти ранее прочитанное без дополнительного обращения к самой книге.

При составлении конспектов следует пользоваться различными приемами выделения отдельных частей текста, ключевых выражений, терминов, основных понятий (выделение абзацев, подчеркивание, написание жирным шрифтом, курсивом, использование цветных чернил и т.п.).

При изучении литературы особое внимание следует обращать на новые термины и понятия. Понимание сущности и значения терминов способствует формированию способности логического мышления, приучает мыслить абстракциями, что важно при усвоении дисциплины. Поэтому при изучении темы курса студенту следует активно использовать универсальные и специализированные энциклопедии, словари, иную справочную литературу.