

## **Методические рекомендации по содержанию и актуализации информации стендов (уголков) безопасности в образовательных организациях Алтайского края**

Организация образовательного процесса немыслима без применения различных наглядных пособий. Но образовательный процесс не ограничивается только лишь пребыванием обучающихся в пространстве учебного кабинета – всё пространство образовательной организации должно обеспечивать данный процесс.

Формированию безопасного поведения школьника во многом способствуют школьные уголки безопасности. Их основное предназначение – обеспечить информацией, сформировать представление о различных видах опасности и угроз и указать стратегии поведения в бытовых и чрезвычайных ситуациях. Уголок может быть оформлен как в виде единого стенда, так и в виде составных частей, каждая из которых предназначена для размещения отдельной информации или в виде «книжки-раскладушки».

Наглядные материалы по правилам поведения в экстренных ситуациях обычно размещают в коридорах образовательной организации, возле столовой, актового зала, раздевалки, т.е. в местах общего пользования. Если речь идёт об информационных плакатах по технике безопасности при работе в специальных кабинетах, то они располагаются внутри учебного кабинета. Чтобы дети точно обратили внимание на информацию о технике безопасности, лучше вешать стенды или плакаты недалеко от доски. Таким образом, даже в момент работы на уроке, обучающиеся будут видеть важную информацию.

При разработке макета стендов следует предусмотреть размещение на них информации, сменяемой сообразно сезонной актуальности, плану воспитательной работы образовательной организации.

Тематика уголка и способы донесения информации имеют отличия в зависимости от возраста. Алгоритм поведения может быть представлен в виде буклетов, стендов, плакатов, панели с кармашками для книжек-раскладушек.

*Буклеты* удобны тем, что обучающиеся могут лучше рассмотреть картинки и внимательно вчитаться в полезную информацию. Такая форма будет особенно интересна школьникам основного и среднего образования, так как в буклеты можно добавлять интересные факты, статистические данные, то есть давать развёрнутую информацию по вопросу безопасности. Буклеты могут располагаться в специальных кармашках стендов или находиться рядом с тематическими плакатами.

*Стенды* часто используются в кабинетах химии, физики, технологии для того, чтобы перед глазами ребят всегда были правила поведения при работе с реактивами, электричеством и различной техникой.

Предпочтение стендов для изложения правил безопасности оправдано исследованиями в области подсознания: чем чаще человек видит информацию или изображение, тем прочнее она запоминается, даже если ни разу не была прочитана.

*Плакаты* же предпочтительнее для детей младшего школьного возраста. Их размер (в отличие от небольших буклетов) привлекает внимание обучающихся, но при этом такое оформление не статично (в отличие от стендов), а значит, учитель может менять плакаты, снимать или вешать их на стену, доску.

При создании стендов для каждого возраста возможно предусматривать размещение не только информационных материалов, но и рисунков ситуационных задач для их решения школьниками (варианты таких задач для младших школьников представлены в приложении, для обучающихся основной и средней школы можно использовать сборники ситуационных задач, входящих в УМК учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Большим мотивирующим фактором к освоению знаний о личной безопасности может стать конкурс на лучшую ситуационную задачу). Почтовый ящик для ответов может размещаться здесь же. Итоги могут

подводиться ежемесячно. Также рекомендуется предусмотреть возможность устройства передвижной выставки-экспозиции творческих работ школьников рядом со стендами. Таким образом, будет поддерживаться постоянный интерес к представленной на стенде теме.

В связи с тем, что в УМК по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» входят плакаты форматом А1 и А3, содержащие необходимую информацию, рекомендуется их использование и сменяемость в предусмотренных на стенде (уголке безопасности) ячейках. В этих же ячейках могут размещаться материалы, подготовленные ККУ «УГОЧС и ПБ по Алтайскому краю», имеющие, как правило, формат А4 и двухстороннюю печать. Таким образом, в одной ячейке А3 возможно размещать одну листовку форматом А4 с оборотом.

### **Рекомендации по оформлению**

Чем младше аудитория, тем меньше на стендах и плакатах должно быть слов и больше картинок.

Основной принцип оформления уголка безопасности: яркость и краткость. Что касается первого условия, то оно наиболее важно для создания уголка в младшей школе. Поэтому рекомендуется:

- все надписи делать крупными буквами и красным цветом (информация, представленная этим цветом, усваивается наиболее прочно);

- использовать больше картинок (младшие школьники лучше воспринимают образы, чем абстрактные понятия);

- создавать сюжетные композиции (так, если вы делаете несколько плакатов, посвящённых правилам дорожного движения, то хорошо бы сделать это от лица каких-то вымышленных персонажей, чтобы у детей сложилась целостная картинка).

Для основной и средней школы больше подходят буклеты. Для оформления такого вида наглядности не стоит слишком увлекаться яркими картинками—это будет отвлекать от информации. Но при этом чёрно-серые цвета совершенно не заинтересуют школьника. Рекомендуется выбрать спокойные оттенки для иллюстраций, а текстовую часть предварить какими-то интересными фактами, из серии: «Знаете ли вы..» или «Только представьте...». Таким способом вы привлечёте внимание школьников. В целом же, для любой категории обучающихся уголок нужно:

- красочно оформить, используя красный, синий, оранжевый цвета;

- избегать избыточности текста и картинок;

- использовать разные шрифты (лучше делать все буквы заглавными) для выделения наиболее важных моментов;

- подбирать краткие, но привлекательные заголовки (например, «Это нужно помнить!», «Осторожно—угроза!», «Следуй правилам—сохранишь здоровье и жизнь!» и т.д.).

### **Рекомендации по содержанию уголков безопасности**

В настоящее время не существует унифицированной формы или вида уголка безопасности. Наглядные материалы уголка безопасности могут быть представлены на разные темы. Но следует помнить, что на одном стенде не должно быть представлено *более двух тем*. То есть, если на одном стенде размещена информация о правилах дорожного движения, то не следует там же располагать алгоритм действия при пожаре или теракте. Лучше подробно рассмотреть поведение пешеходов и автомобилистов на дороге, а также добавить информацию о правилах движения для велосипедистов. Алгоритм формулируется простыми предложениями без сложных оборотов речи, все слова должны быть в прямом значении. Кроме правил поведения, материалы могут содержать:

- исторические факты (например, дата появления первого автомобиля);

статистические данные (к примеру, ежегодное количество жертв от неосторожного обращения с огнём);

вопросы по правилам поведения в нестандартных жизненных ситуациях (не более 3–5 вопросов из серии «Как правильно...»).

### ***Стенд / раздел стенда пожарной безопасности***

Наиболее простым способом привлечения внимания к вопросу пожарной безопасности является создание тематического стенда или специального уголка (Приложение 1). Наглядные материалы должны содержать:

указание причин возникновения огня (игры со спичками, неправильная эксплуатация электроприборов, небрежное обращение с огнём, брошенные костры, бытовая халатность и т.д.);

телефоны вызова экстренных служб (обязательно крупно, заметно и ярко), в том числе с помощью операторов сотовой связи;

план эвакуации из здания образовательной организации в случае пожара;

алгоритм действия при пожаре (в образовательной организации, в жилом доме, в общественном здании, на транспорте);

информацию о том, что запрещено делать в задымлённом здании (передвигаться, не глядя под ноги, дышать ртом и т.д.);

алгоритм действия в условиях невозможности покинуть место возгорания (открыть кран с водой, открыть окна и позвать на помощь и т.д.).

Необходимо определить место расположения методического материала. То, каким он будет, зависит от возможностей учредителя. Можно оформить уголок пожарной безопасности, дополнив тематические плакаты средствами пожаротушения, индивидуальной защиты. Рекомендуется разбивать стенд на несколько тематических секций. Например, правила использования огнетушителя, раздаточный материал, средства защиты органов дыхания при пожаре и т. д. Не следует злоупотреблять исключительно текстовой информацией: многим попросту лень читать. Размещать стенд нужно на наиболее видном месте, где чаще всего бывают школьники (возле столовой, гардероба и т.д.). Если в здании несколько этажей, то лучше всего сделать это на каждом из них, обязательно добавив план эвакуации.

### ***Стенд / раздел стенда безопасности дорожного движения***

Школьники, ступая на проезжую часть, становятся полноценными участниками движения, поэтому очень важно знать не только то, как вести себя на дороге, но также права и обязанности водителей. Поскольку предупреждение дорожно-транспортного травматизма является чрезвычайно актуальной задачей, целесообразно предусмотреть создание нескольких стендов, посвященных БДД.

Один из стендов рекомендуется размещать в вестибюле школы, поскольку предлагаемая информация должна быть доступна большому количеству людей: учащимся школы, родителям, педагогам и всем людям, которые приходят на всевозможные мероприятия в данную образовательную организацию. На данном стенде размещают выписку из приказа директора образовательной организации о назначении ответственного за работу по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма; информацию о ДТП, произошедших с участием школьников, и краткий разбор причин; статистические данные ГИБДД о детском дорожно-транспортном травматизме в городе, округе, стране; общешкольный план работы по предупреждению детского дорожно-транспортного травматизма; список состава школьного отряда юных инспекторов движения; информацию о школьных мероприятиях, связанных с изучением ПДД: играх, конкурсах, соревнованиях - как о проведенных, так и о готовящихся.

Стенд безопасности дорожного движения в начальной школе размещается в непосредственной близости от кабинетов, в которых занимаются учащиеся 1–4-х классов.

Это может быть как коридор, так и рекреация. Стенд безопасности дорожного движения следует оформить в соответствии с возрастом детей. Здесь уместны веселые сказочные и мультипликационные герои, которые будут учить правильно переходить улицу, знакомить с дорожными знаками, разметкой и светофором. Они могут это делать и в стихотворной форме. Также вполне уместны загадки, ребусы, викторины по ПДД (Приложение 3).

Центральное место должна занять схема микрорайона, выполненная в большом масштабе. С ее помощью можно разрабатывать безопасный путь для обучающихся, проживающих в разных участках микрорайона. Можно представить схему мест, разрешенных для передвижения на велосипеде до достижения детьми 14 лет.

Уголок безопасности дорожного движения в основной и средней школе должен содержать: общие положения о правилах дорожного движения в России; правила дорожного движения для пешеходов (правила и места перехода дороги, обход стоящего транспорта, движение пешеходных групп, средства регулирования движения, знаки для пешеходов); правила дорожного движения для велосипедистов (техническое состояние велосипеда, движение групп велосипедистов, разметка дорожной части для велосипедистов, виды велосипедов, знаки для велосипедистов); дорожные знаки и их группы. Значение отдельных знаков; опасные места на улицах города; история развития правил дорожного движения в России и мире; фотоотчеты о мероприятиях, проведенных отрядом юных инспекторов движения в школе и городе; информация об основных службах экстренной помощи (с указанием номеров телефонов); правила оказания первой доврачебной помощи при ДТП.

Информация в уголках ПДД в школе должна быть сменной и актуальной. Так она может дополняться в зависимости от времени года, дорожной обстановки в населенном пункте, изменений в правилах дорожного движения.

#### ***Стенд / раздел стенда по безопасности школьника в случае угрозы теракта***

Для создания стендов и плакатов по безопасности детей в случае угрозы теракта важно учесть следующие моменты:

порядок действий при обнаружении подозрительного предмета на улице или в помещении (не трогать руками, сообщить окружающим о находке, вызвать службу спасения и т.д.);

как себя вести, если вы оказались в заложниках (сохранять спокойствие, не делать резких движений и т.д.);

правила поведения во время операции по освобождению (лечь на пол, накрыв голову руками, четко выполнять указания сотрудников спецслужб).

Примерные ситуационные задачи представлены в Приложении 4.

#### ***Стенд / раздел стенда психологической безопасности***

Предлагаемый стенд может содержать несколько рубрик с постоянной или сменной информацией.

##### **Постоянная информация:**

правила взаимоотношений между участниками образовательных отношений в образовательной организации (*формулируются на основании Правил школы и Устава образовательной организации*);

действия, запрещенные в отношении участников образовательных отношений (проявления физического, психологического, экономического и сексуального насилия, буллинга);

правовая ответственность за применение насилия и дискриминации в отношении участников образовательных отношений;

профилактика употребления психоактивных веществ;

описание возможности сообщения о случаях насилия работникам образовательной организации (Почта доверия школы, аккаунт психолога/социального педагога в социальных сетях, электронная Почта доверия школы и т.п.);

телефоны экстренных служб психологической помощи, телефоны, сайты и адреса организаций, оказывающих психологическую и социальную помощь (Приложение 5).

**Сменная информация** – периодически сменяемые памятки для обучающихся по указанным в названии рубрик темам. Например,

«Конструктивные способы избавления от гнева, раздражения, агрессии, снятия напряжения»;

«Правила поведения и способы разрешения конфликтных ситуаций»;

«Опасные ситуации» (о неосторожном поведении в молодежных компаниях, о рискованных увлечениях и их последствиях, об обманных способах вовлечения в употребление наркотических средств и т.д.) и др. (Приложение 6).

### ***Стенд / раздел стенда по информационной безопасности***

На информационных стендах в общеобразовательных организациях, расположенных в фойе учреждений и в кабинетах, оснащенных персональными устройствами для выхода в сеть «Интернет», рекомендуется разместить информационные памятки, содержащие основные советы по обеспечению информационной безопасности учащихся<sup>1</sup>.

В Приложении 7 представлены образцы памяток для размещения на информационных стендах.

Приложение 1

## **Примерные ситуационные задачи для размещения на стенде пожарной безопасности для младших школьников**

**1. Описание рисунка: Один мальчик пытается зажечь фейерверк на игровой площадке многоквартирного дома, другие дети стоят вокруг него и наблюдают за его действиями.**

**Текст задания:**

Рассмотри рисунок. Изучи правила обращения с пиротехникой.

### **Правила обращения с пиротехникой**

Никогда нельзя

- запускать пиротехнику без взрослых!
- наклоняться над пиротехникой и пытаться проверить или поджечь фитиль еще раз!
- запускать пиротехнику во дворах-колодцах, в квартирах, вблизи домов и на небольших огороженных территориях!
- сжигать пиротехнику на кострах!
- находиться на расстоянии от горящей пиротехники ближе 5-10 м!
- носить пиротехнику в карманах!
- держать горящую пиротехнику в руках!

Какие из указанных правил нарушили дети?

<sup>1</sup> Методические рекомендации о размещении на информационных стендах, официальных интернет-сайтах и других информационных ресурсах общеобразовательных организаций и органов, осуществляющих управление в сфере образования, информации о безопасном поведении и использовании сети «Интернет» (Письмо Минобрнауки России от 14.05.2018 № 08-1184)

**«Умникам» и «умницам»:** Обсуди с родителями и одноклассниками, как следует использовать бенгальские огни.

- 2. Изображения автомобилей экстренных служб и номера телефонов этих служб: 01,02, 03, 04,112 (пожарная служба, полиция, скорая помощь, служба газа, МЧС)**

**Текст задания:**

Раскрась автомобили экстренных служб.

Соедини линиями автомобиль каждой экстренной службы с номером ее телефона.

**«Умникам» и «умницам»:** Напротив каждого номера телефона экстренной службы напиши номер ее вызова с доступного для тебя мобильного телефона.

- 3. Описание рисунка: расположенные вперемешку горящая свеча, карманный фонарик, костер, электролампа, керосиновая лампа, зажигалка, спички, факел.**

**Текст задания:**

Рассмотри изображенные предметы. Расскажи в классе, какими из них и в каких ситуациях ты пользовался? В каком случае они могут вызвать пожар? Какой из них наиболее безопасно использовать для освещения дома в случае отключения электроэнергии? Почему?

- 4. Описание рисунков: мальчик ползет на четвереньках, прикрывая лицо салфеткой; девочка подставила руку под струю воды из крана; дети стоят у задымленного окна и машут руками, прося о помощи; мальчик с горячей на нем одеждой катается по земле, рядом девочка готовится набросить на него куртку.**

**Текст задания:**

Рассмотри рисунки. Как ты думаешь, что объединяет их?

**«Умникам» и «умницам»:** найди правильное окончание правил поведения в случае пожара. Сравни свои результаты с результатами своего товарища. Одинаковые или разные ответы вы получили? А другие твои одноклассники? Обсуди свои ответы с родителями.

#### **Правила поведения в случае пожара**

Спички и зажигалки	назови свою фамилию и адрес
Твоя задача в случае пожара	даже за любимым котенком или гаджетом
В случае пожара немедленно покинь горящую квартиру	закрой нос и рот мокрой тканью и пробирайся к выходу на четвереньках
Кричи «Пожар!»,	подставь больное место под струю холодной воды
Позвони по телефону 01,	остановись, падай на землю и катайся по ней
Если дым проник в квартиру,	зови на помощь взрослых
Если нет возможности выйти через дверь -	беги к друзьям или соседям
Ни в коем случае не возвращайся в горящее строение,	спасись самому и сообщить о беде взрослым
Если ты ожег руку,	не предназначены для игры
Если на тебе загорелась одежда,	спасайся на балконе или возле открытого окна

## Примерные ситуационные задачи для размещения на стенде электробезопасности для младших школьников

1. Описание рисунка: Знаки электробезопасности (без цвета, прототипы ниже).

Текст задания:

Узнай, как называются эти знаки. Где они устанавливаются и

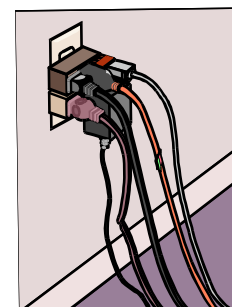


что обозначают?



«Умникам» и «умницам»: посмотри на рисунок. (описание рисунка: электророзетка с большим количеством включенных вилок / электроприборов)

Обсуди с родителями и одноклассниками, какое правило электробезопасности нарушено. К чему это может привести?



2. Описание рисунка: в левой части рисунка КТП – комплектная трансформаторная подстанция без желтого треугольного и красного квадратного знака (прототипы ниже) с проводами, справа от нее стоит девочка и смотрит на запутавшийся в проводах воздушный шарик. Рядом находится мальчик, приставляющий лестницу и собирающийся влезть на будку.

Текст задания:

Чем опасно электричество? Как называется изображенное на рисунке строение? Как бы ты поступил, оказавшись на месте ребят? А как считают твои родители? Обсуди с одноклассниками правила электробезопасности. Кто из вас назвал больше всех правил? Ваш учитель может помочь вам определить победителя.

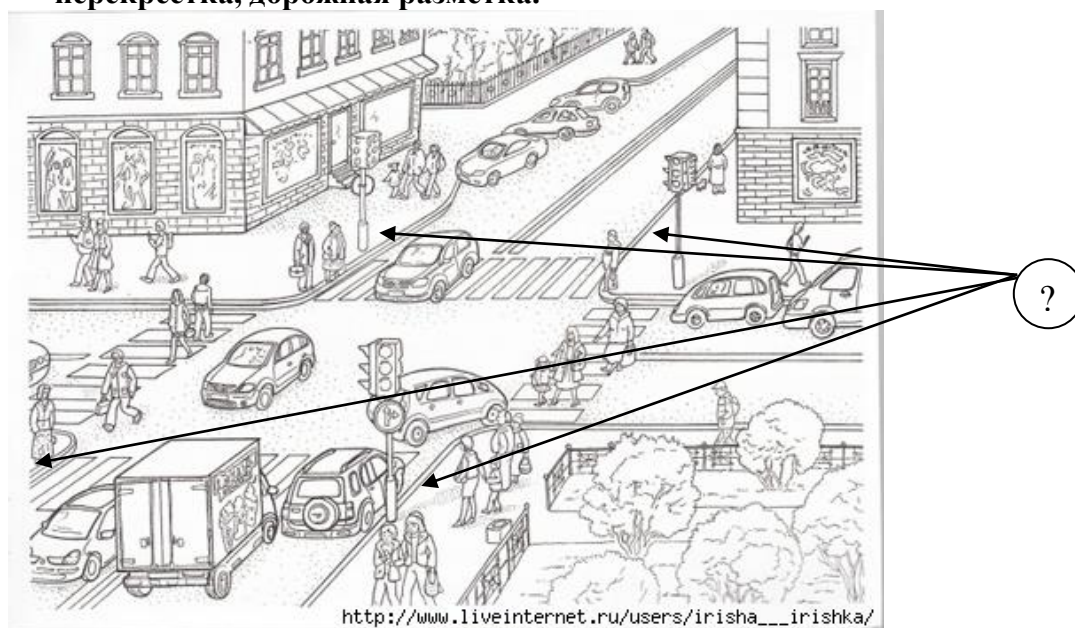
«Умникам» и «умницам»: Какие знаки должны быть расположены на комплектной трансформаторной подстанции?





**Примерные ситуационные задачи для размещения на стенде по безопасности дорожного движения для младших школьников**

1. Прототип рисунка представлен ниже. Обязательные элементы: регулируемый перекресток, наличие светофоров на всех сторонах перекрестка, дорожная разметка.



2. Прототип рисунка представлен ниже. Обязательные элементы: отсутствие цвета, регулируемый перекресток, наличие светофоров на всех сторонах перекрестка, дорожная разметка, подземный переход на двух сторонах улицы, отсутствие всяких знаков дорожного движения.





### Текст задания:

Обсуди с родителями и одноклассниками, какие знаки дорожного движения должны быть установлены в местах, указанном знаком «?» На что указывают эти знаки? Нарисуй их.

Какие сигналы будут гореть на светофорах, расположенных на разных сторонах перекрестка, разрешая движение пешеходов?

В беседе с одноклассниками и учителем обсудите, сколько светофоров и какие знаки дорожного движения встречаются тебе по дороге из дома в школу? Кто из вашего класса чаще всего встречается со знаками дорожного движения?

**«Умникам» и «умницам»:** Ответь, какой элемент отсутствует на одежде школьников? Почему он важен? Где он расположен у тебя?

*(Ответ: световозвращающий элемент. Он должен быть расположен на видном месте верхней одежды).*

Приложение 4

## Примерные ситуационные задачи для размещения на стенде личной безопасности и угрозе теракта для младших школьников

### 1. Описание рисунка: ситуации, изображенные на прототипах рисунков (см. ниже).

#### Текст задания:

Обсуди с родителями и одноклассниками как следует себя вести, если незнакомый человек:

прикасается к тебе, пытаясь взять тебя за руку, схватить;

спрашивает твое имя и адрес;

предлагает подвезти тебя до дома или просто покататься на машине;

просит открыть дверь дома для того, чтобы вручить посылку, отремонтировать неисправность в доме или под другим предлогом, а родителей нет дома;

начинает заговаривать с тобой на улице, в транспорте в магазине или другом месте;

предлагает тебе подарки или угощение;

предлагает пройти с ним, чтобы посмотреть что-то интересное.

**«Умникам» и «умницам»:** Придумай краткий рассказ по одной из картинок и расскажи его в классе. Выслушай рассказы своих одноклассников. Понравились ли тебе рассказы по картинкам твоих товарищей? Почему? Вместе с учителем определите самые лучшие рассказы.





**2. Описание рисунка: расположенные вперемешку граната, пакет, мягкая игрушка, мина, артиллерийский снаряд, спортивная сумка, самодельное взрывное устройство, чемодан, коробка**

**Текст задания:**

Распредели изображенные предметы на две группы: укажи стрелками, какие предметы относятся к взрывоопасным, а какие – к подозрительным. Обсуди с одноклассниками, как следует себя вести в случае обнаружения этих предметов.

**«Умникам» и «умницам»:** В чем сходство и отличие действий при обнаружении взрывоопасных и подозрительных предметов?

Приложение 5

**Примерное содержание стенда психологической безопасности  
(информация для постоянного размещения)**

**Правила взаимоотношений между участниками  
образовательных отношений в образовательной организации**

**В нашей образовательной организации приняты следующие правила общения и взаимодействия друг с другом, которые соблюдают все участники образовательных отношений, независимо от своего статуса или занимаемой должности:**

Каждый обучающийся любого возраста, педагогический работник, родитель, представитель обслуживающего и вспомогательного персонала, представитель администрации:

1. считается уникальной, неповторимой, своеобразной личностью со своими особенностями, возможностями, интересами, верованиями, традициями;
2. в общении друг с другом соблюдает культуру делового общения: взаимное уважение, доброжелательность, умение находить общий язык, проявление корректности, такта, внимания к мнению и предложениям друг друга, уважении позиции другого;
3. стремится к осуществлению бесконфликтной деятельности, способности приходить к согласию по спорным вопросам, учету мнения друг друга, изменению способов поведения и действий после рекомендации в адрес друг друга;

4. нацелен на совместную эффективную деятельность, коллективную ответственность за результаты общего труда, поддержку и взаимопомощь в трудных ситуациях;

5. строит отношения на основе дружелюбия, доверия, справедливости, сопереживания, сочувствия, заботы и внимания к окружающим, поддержке и укреплению авторитета друг друга, стремления вести себя так, чтобы никому не причинять неудобства и вреда, создания эмоционально-душевного комфорта для каждого;

6. не допускает унижения личности, проявлений дискриминации по половому, национальному, религиозному признаку, физических или психическим особенностям в отношении других участников, проявления неуважения к людям, бесцеремонности, дерзости, грубости, хамства или насилия.

7. избегает любых действий, способных повлечь за собой травматизм, порчу личного имущества обучающихся и сотрудников школы, имущества школы и т.п.

### Действия, запрещенные в отношении участников образовательных отношений

**В нашей образовательной организации запрещаются и считаются насилием над личностью человека следующие действия:**

– удары, наносимые рукой, ногой, при помощи каких-либо предметов, избиение, толчки, пинки, щипки, укусы, «надирающие» ушей, удушье, дерганье за волосы, бросание в жертву грязной тряпки, бумаги (надевание на голову), «игры», причиняющие болевые ощущения или унижающие достоинство человека, нападение с каким-либо предметом или оружием, подзатыльники, встряхивание, сжимание, принуждение оставаться в какой-либо неудобной и/или унижительной позе, удары указкой (линейкой, шваброй) и т.д.

– насмешки, обзывания (присвоение обидных кличек), высмеивание, грубые шутки, постоянные словесные угрозы, оскорбления, упреки, брань, в том числе нецензурная; пренебрежительное отношение, отказ от общения, игнорирование, объявление бойкота, недопущение в группу, за парту или на мероприятие, намеренное распускание негативных слухов, манипулирование, скрытое запугивание, шантаж, использование в качестве «козла отпущения», принуждение к исполнению унижающих действий;

– порча и/или насильственное отбирание имущества (одежды, школьных принадлежностей, личных вещей, телефонов и др.) у обучающихся или работников, вымогательство в виде разового или периодического требования денег, вещей, завтраков, талонов, принуждение к воровству под давлением и принуждением, включая угрозу расправы физической силой, разглашения каких-то сведений, распространение слухов и сплетен;

– нежелательные притязания сексуального характера: заигрывания, ухаживания и домогательства, нежелательные объятия и прикосновения, в том числе к половым органам, обнажение своих гениталий, показ порнографии, подглядывания, сексуальное насилие и т.д.;

– регулярно повторяющееся агрессивное преследование одного из членов коллектива со стороны другого члена коллектива или его части;

– преследование и террор человека посредством компьютерных технологий: публикация агрессивных текстов, фото и видео, передразнивание человека в режиме онлайн, размещение в открытом доступе личной информации, фото или видео с целью причинения вреда или смущения жертвы, создание фальшивой учетной записи в социальных сетях, электронной почты, веб-страницы для преследования и издевательств над другими от имени жертвы и т.д.

## Правовая ответственность за применение насилия дискриминации в отношении участников образовательных отношений:

Любой обучающийся нашей школы, как и любой гражданин, имеет права, обязанности и несёт юридическую ответственность за свои поступки перед государством и другими людьми. Эта ответственность зависит от возраста и тяжести совершённого проступка.

### *Дисциплинарная ответственность*

К школьнику, начиная с **12 лет**, могут быть применены меры дисциплинарного взыскания: **замечание; выговор; отчисление из образовательной организации** за неисполнение или нарушение Устава образовательной организации, правил внутреннего распорядка и иных правил по вопросам организации и осуществления образовательной деятельности, принятых в школе.

### *Административная ответственность*

К учащемуся 16 лет и старше или родителям школьника младше 16 лет могут быть применены меры административной ответственности (**штраф, обязательные работы, возмещение материального ущерба, административный арест**) за:

- появление в общественных местах в состоянии наркотического или алкогольного опьянения;
- распитие алкогольных и спиртосодержащих напитков, употребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача в общественных местах;
- совершение мелкого хулиганства;
- нарушение правил дорожного движения;
- нарушение противопожарной безопасности;
- нецензурная брань;
- оскорбительное приставание к гражданам или другие действия, демонстративно нарушающие общественный порядок и спокойствие граждан;
- безбилетный проезд в общественном транспорте,
- заведомо ложный вызов специализированных служб

### *Уголовная ответственность*

К учащемуся с **16 лет** (за любые преступные деяния), с **14 лет** (за тяжкие преступления), с **11 лет** - в особых случаях (помещение в специальные учебно-воспитательные учреждения закрытого типа) могут быть применены меры уголовной ответственности за:

- умышленное причинение тяжкого или средней тяжести вреда здоровью;
- умышленное уничтожение или повреждение имущества;
- хулиганство (с отягчающим обстоятельством) / вандализм;
- изнасилование или насильственные действия сексуального характера;
- вымогательство;
- кража, грабеж, разбой;
- неправомерное завладение автомобилем или иным средством без цели хищения;
- захват заложника / террористический акт / заведомо ложное сообщение об акте терроризма;
- похищение человека;
- убийство;
- хищение/вымогательство наркотических средств или психотропных веществ / оружия/ взрывчатых веществ или устройств/боеприпасов.
- незаконное приобретение, хранение, перевозку, изготовление, переработку, склонение к потреблению наркотических средств, психотропных веществ или аналогов;
- приведение в негодность транспортных средств или путей сообщения

## Как и к кому обратиться за помощью в нашей школе

Если тебя или кого-то из учащихся унижают, преследуют, игнорируют, причиняют физический или материальный вред, обязательно сообщи об этом взрослым, которым ты доверяешь: **родителям или другим родственникам, классному руководителю, психологу, социальному педагогу, заместителю директора или самому директору.**

### Сделать это можно так

1. Сообщить лично или попросить кого-нибудь из близких тебе людей сделать это за тебя.
2. Передать записку с описанием ситуации (*например, вложить в рабочую тетрадь или дневник, сдавая их на проверку*).
3. Оставить сообщение в школьном ящике «Почты доверия»,
4. Послать письмо на электронную «Почту доверия школы»
5. Сообщить классному руководителю, педагогу-психологу или социальному педагогу (кому ты доверяешь) в социальных сетях.

### Тебе помогут

Если по каким-то причинам тебе сложно обсудить проблему с родителями, педагогами или психологом твоей школы, но тебя нужна помощь, так как:

ты подвергаешься насилию в школе или семье...

тебя обижают, унижают сверстники или взрослые...

тебя запугивают или шантажируют, отнимают вещи или деньги...

тебе кажется, что ты остался совсем один и весь мир против тебя...

если ты не можешь разобраться в себе и своих чувствах...

### Позвони

Детский телефон доверия экстренной психологической помощи (Служба психологической помощи)	8-800-2000-122 – звонок анонимный и бесплатный, круглосуточно	Помогут справиться со стрессом, подскажут, как лучше строить дальнейшие отношения с одноклассниками или родителями, или действовать в иной сложной ситуации.
Телефон доверия Анонимной психологической кризисной службы	8(3852) 668 – 688 - звонок анонимный и бесплатный	
Всероссийская служба телефонного и онлайн консультирования по проблемам безопасного использования Интернета и мобильной связи «Дети Онлайн»	8 800 25 000 15 – звонок анонимный и бесплатный, в будние дни с 9 до 18 часов по московскому времени	Оказание психологической и информационной помощи по проблемам безопасного использования Интернета.
Телефонная линия «Ребенок в опасности»	8(3852) 29-80-95; для абонентов сотовых операторов 123; e-mail: info@altai-skp.ru	Защита прав и законных интересов несовершеннолетних в экстремальных ситуациях, создающих угрозу посягательства на их жизнь и здоровье.
Телефон доверия «Дети в беде»	8-(3852) 35-88-22	Помощь детям, оказавшимся в обстановке, представляющей угрозу их жизни или здоровью.
Горячая линия краевого центра по профилактике и борьбе со СПИДом и	8(3852) 33-45-99	Консультации по вопросам профилактики ВИЧ/СПИДа, инфекционных заболеваний.

инфекционными заболеваниями		
Уполномоченный при Губернаторе Алтайского края по правам ребенка	+7 (3852) 29-51-60, г. Барнаул, пр. Ленина, 59, E-mail: <a href="mailto:koa@alregn.ru">koa@alregn.ru</a> <a href="http://deti.gov.ru/region/al-tayskij">http://deti.gov.ru/region/al-tayskij</a>	Отстаивает твои права на заботу со стороны родителей и государства; защиту от любого вида насилия и жестокости; медицинское обслуживание и охрану здоровья; получения необходимого образования и др.
Специалисты Алтайского краевого кризисного центра для женщин	тел.: 8 (385-2) 34-22-55 г. Барнаул, ул. Смирнова 79Г E-mail: <a href="mailto:womenkrizis@yandex.ru">womenkrizis@yandex.ru</a> <a href="http://womenkrizis.ru/">http://womenkrizis.ru/</a>	Социально-психологическая помощь женщинам, находящимся в трудной жизненной ситуации, и членам их семей
Алтайский краевой кризисный центр для мужчин	г. Барнаул, ул. Г. Исакова, 113е, тел.: 8 (385-2) 55-12-88 E-mail: <a href="mailto:criscentr@mail.ru">criscentr@mail.ru</a> <a href="http://www.criscentr.ru/">http://www.criscentr.ru/</a>	Экстренное психологическое консультирование детей, подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации
Специалисты Алтайского краевого центра психолого-педагогической и медико-социальной помощи	тел.: +73852500472 г. Барнаул, пр. Ленина, 54а, E-mail: <a href="mailto:info@ppms22.ru">info@ppms22.ru</a>	Очная, скайп, телефонная помощь психолога в решении личных проблем, проблем в учебе, общении со сверстниками, родителями, педагогами, в преодолении чувства, беспомощности, вины, одиночества, страхов, разочарования, растерянности и неуверенности в себе и т.д.
Алтайский краевой наркологический диспансер. <b>Детский центр.</b>	8 (385-2) 63-38-95 <a href="https://altknd.ru/">https://altknd.ru/</a>	Помощь при наркологической, алкогольной, игровой зависимости
Психотерапевтический центр (Алтайская краевая клиническая психиатрическая больница им. Ю.К. Эрдмана)	+7 (385-2) 26-41-89; г. Барнаул, Партизанская, 147, E-mail: <a href="mailto:pb_trdman@mail.ru">pb_trdman@mail.ru</a> ; <a href="http://p11458.poliklnk.ru">p11458.poliklnk.ru</a>	Психотерапевтическая помощь при эмоциональных проблемах, в случаях внезапных приступов паники, агрессии, в состоянии депрессии, нарушении сна или аппетита, переживания трагических событий и т.д.
Краевой социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Солнышко»	8(385-2) 34-03-12 E-mail: <a href="mailto:sun_center@mail.ru">sun_center@mail.ru</a> <a href="http://center-sun.ru/">http://center-sun.ru/</a>	Защита прав и законных интересов несовершеннолетних, оказавшихся в трудной жизненной ситуации
Краевой центр Медико-психологической и Социальной Помощи Беременным Женщинам	Барнаул, ул. Фомина, 154 тел.: +7 (3852) 56-93-37 <a href="http://www.helpaltay.ru/">http://www.helpaltay.ru/</a>	Психологическая и социальная помощь в трудной ситуации, повышение уровня грамотности беременных в вопросах

		психогигиены и саморегуляции эмоционального состояния и т.д.
Педагог-психолог или социальный работник Центра социального обслуживания населения	<i>указать контакты территориального центра</i>	Оказывают психологическую поддержку и социальную защиту
Специалисты МБОУ ДОД ДООЦ «Валеологический центр» (для школьников г. Барнаула)	тел. +7 (3852) 72 - 01 -14 г. Барнаул, ул. Союза Республик, д. 44 E-mail: <a href="mailto:valeocentr-44@mail.ru">valeocentr-44@mail.ru</a> <a href="https://valeocentr.edu22.info/">https://valeocentr.edu22.info/</a>	Помощь психолога в решении личных проблем, проблем в учебе, общении со сверстниками, родителями, педагогами.
Специалисты МБОУ ДОД ДООЦ «Гармония» (для школьников г. Барнаула)	8 (3852) 49-03-40, г. Барнаул, Антона Петрова, 184а E-mail: <a href="mailto:senter22@mail.ru">senter22@mail.ru</a> <a href="http://гармония22.рф">http://гармония22.рф</a>	
Специалисты МБОУ ДОД ДООЦ «Городской психолого-педагогический центр «Потенциал» (для школьников г. Барнаула)	8 (3852) (3852) 36-30-48, г. Барнаул, Комсомольский, 77, E - mail: <a href="mailto:mbudo.potl@barnaul-obr.ru">mbudo.potl@barnaul-obr.ru</a> <a href="http://www.potencial22.ru/">http://www.potencial22.ru/</a>	
Специалисты МБОУ для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи «Центр диагностики и консультирования» (для школьников г. Рубцовска)	8 (35857) 2-50-30 г. Рубцовск, Комсомольская, 97, E - mail: <a href="mailto:cdik_rubtsovsk@mail.ru">cdik_rubtsovsk@mail.ru</a> <a href="http://rubpmpk.ucoz.net/">http://rubpmpk.ucoz.net/</a>	

Приложение 6

## **Примерное содержание стенда психологической безопасности (сменная информация)**

Конструктивные способы избавления от гнева,  
раздражения, агрессии, снятия напряжения

### **Как справиться с гневом**

1. Скажите себе, что с помощью агрессии и насилия вы не избавитесь от раздражения, а только почувствуете себя ещё хуже.



2. Чтобы избежать агрессивных реакций и не сделать того, о чём впоследствии можно пожалеть, постарайтесь отвлечься от ситуации - для этого:

сделайте глубокий вздох, закройте глаза, медленно сосчитайте до 10, и не открывайте их до тех пор, пока не почувствуете, что вы начинаете успокаиваться;

представьте теплый солнечный день, над головой пролетает серое облачко, на которое вы помещаете все свои заботы и горести; облако их уносит, остается ярко-голубое небо, легкий ветерок, тепло;

сделайте вдох, представляя себе, что вдыхаете любимый цвет, а выдыхаете – неприятный;

сделайте медленный вдох через нос, задержите дыхание на несколько секунд, затем сделайте медленный выдох через рот: как только дыхание замедлится, вы почувствуете себя более спокойным;

3. Сбросьте негативную энергию с помощью физических или игровых упражнений:

- сделайте любые упражнения;
- несколько раз спуститесь и поднимитесь по лестнице;
- громко спойте любимую песню (только там, где не будете мешать окружающим);

▪ выскажите все свои отрицательные эмоции, используя «стаканчик для криков» (одноразовый стаканчик или скрученный из бумаги конус);

- быстро стереть с доски;
- пробежать несколько кругов вокруг школы (дома).
- отжаться от пола максимальное количество раз;
- скомкать несколько листков бумаги, а затем их выбросить;
- быстро нарисовать обидчика и затем зачиркать его;
- слепить из пластилина фигуру обидчика и сломать ее;
- попрыгайте на скакалке и т.п.

4. Прямо выскажите свои чувства, при этом давая выход отрицательным эмоциям.

5. Положите в карман карточку с изображением дорожного знака «Стоп» и доставайте ее тогда, когда хочется выразить агрессию, шепотом произнося – «Стоп!».

6. Научитесь в ситуации гнева не думать о том, весь мир и все люди в нём настроены против нас, что они делают что-то для того, чтобы навредить вам (это далеко не так).

7. Хороший способ избавиться от гнева – это записать на бумаге, что вас злит больше всего, как именно вы это ощущаете, почему чувствуете себя беспомощным или уязвимым, как надо и как не надо действовать в этой ситуации и т.д.

8. Для того, чтобы в следующий раз не поддаться чувству гнева, в спокойной обстановке вспомните ситуации, вызывающие у вас это чувство, подумайте, что именно вас раздражает и как можно это как-то изменить.

### **Как снять эмоциональное напряжение**

1. Если вы чувствуете себя подавленным, напряженным, испытываете чувство тревоги, сядьте в тихом месте и постарайтесь определить, что вы ощущаете в данный момент, используя по очереди каждое из своих пяти чувств (зрение, слух, обоняние, осязание и вкус): что вы слышите, видите вокруг себя? какие вкусовые ощущения испытываете в данный момент, какие запахи вас окружают? какие ощущения испытывает ваша кожа?

2. Если вы чувствуете тревогу, беспокойство или сильное напряжение – попробуйте что-то подсчитывать или что-то читать (например, алфавит - его можно читать или проговаривать в прямом и обратном порядке, или подсчитывать квадратики на обоях, линии в тетради, просто считать вслух или про себя до ста и обратно).

3. Чтобы научиться проживать каждый день с чувством счастья и позитива, желательно завести себе дневник или блокнот, в котором каждый день перед сном вспоминать и записывать несколько хороших вещей, которые произошли за прошедший день в вашей жизни. Также помогают снять беспокойство и тревогу творческие блокноты, где можно не только записывать мысли, но и рисовать, вклеивать что-то, сочинять... (их можно изготовить самостоятельно или купить готовый в книжном магазине).

4. Если вы часто тревожитесь или чувствуете беспокойство и страхи, сделайте себе (с помощью родителей) «успокаивающую банку»: это просто банка, наполненная блеском, глицерином (или прозрачным детским маслом) и водой, а также любыми другими мелкими деталями (бусинками, пуговками, мишурой и прочим). Готовую закрытую банку потрясите и поставьте - ее содержимое будет медленно опускаться на дно. Наблюдая за тем, что происходит в банке, помогает отвлечься от тревожных мыслей и успокоиться.

5. Хорошо помогает успокоиться выдувание реальных или воображаемых мыльных пузырей.

6. В моменты стресса и тревоги стоит воспользоваться раскрасками с множеством мелких деталей, с изящными сюжетами: такие картинки можно скачать в интернете, позаимствовать у младших братьев или сестер, или, если есть возможность, купить в книжном магазине специальные раскраски- «антистресс».

## Правила поведения и способы разрешения конфликтных ситуаций

### Как вести себя в конфликтной ситуации

#### ***Если вас тягивают в конфликт:***

1. Отнеситесь спокойно к инициатору конфликта: дайте ему выговориться, по возможности максимально доброжелательно и внимательно его выслушайте, попытайтесь понять его позицию, поставив себя на его место.

2. Попросите своего противника отчетливо и ясно сформулировать, что его не устраивает и раздражает и понятно изложить причину своих претензий.

3. Сохраняйте спокойствие, не поддавайтесь на эмоции и провокации своего противника.

4. Не переходите в контрнаступление, предлагая противнику посмотреть на себя и припоминая его «грехи».

5. Покажите своему противнику, что вы действительно его услышали и хотите найти выход из создавшейся ситуации.

6. Позвольте ему «сохранить лицо», даже если он неправ в данной конкретной ситуации.

7. Если претензии справедливы, будьте готовы признавать собственную неправоту и критику, даже выраженную в агрессивной форме. Извинитесь и уверьте собеседника, что постараетесь исправить свои ошибки, и впредь быть внимательнее.

#### ***Если инициатор конфликта - Вы:***

1. Постарайтесь сдерживать эмоции. Говорите спокойно, по существу разногласий, приводите реальные факты. Не стоит кричать или повышать голос.

2. Если вы хотите сгладить ситуацию и избежать разрастание конфликта, не употребляйте «ТЫ-высказывания»: говорите: «Я чувствую себя обманутым» и вместо: «Ты обманываешь!».

3. Не используйте слова, выражающие: недоверие, оскорбления, угрозы, насмешки, сравнения, долженствования, обвинения.

4. Не вспоминайте и не приписывайте своему противнику прошлые обиды и ссоры.

5. Избегай переходов на личности и обобщающих обвинений со словами «всегда», «вечно», «никогда». При необходимости можно сказать: «Ты подвел меня», но нельзя

говорить: «Ты вечно всех подводишь, на тебя никогда нельзя положиться!». Помните, что резкость вызывает резкость.

6. Ни в коем случае не «бейте по-большому»: не припоминайте доверенные вам секреты. Ваш противник воспримет это как предательство, и, скорее всего, этого не простит никогда.

7. Помните, что в любом конфликте в той или иной мере виноваты обе стороны, но **на примирение первым идет тот, кто мудрее и сильнее духом.**

### **Как предотвратить конфликтную ситуацию**

1. Помните, что часто конфликты возникают из-за недоразумения, разных взглядов на решение проблемы, расхождения мнений, интересов и т.п.

2. Чтобы не создавать конфликтную ситуацию:

будьте доброжелательными и дружелюбными;

не сплетничайте и не давайте никому обидных прозвищ;

не вступайте в спор;

не указывайте человеку в присутствии других на его недостатки;

не задавайте вопросов, на которые неудобно и неприятно отвечать;

изменяйте или прекращайте неприятную для собеседника тему разговора;

неприятный для вас разговор вежливо прекратите или обратите в шутку;

не берите без разрешения чужие вещи и обращайтесь с доверенными вам вещами аккуратно и бережно;

будьте готовы к тому, что одолженные вами кому-нибудь из приятелей или одноклассников, вещи могут нечаянно быть испорченными и не воспринимайте это как намеренную обиду (ценные вещи лучше не давать никому).

3. Научитесь вовремя: договориться, остановиться, пошутить, извиниться, отойти в сторону, позвать кого-то из взрослых и посоветоваться с ним.

4. В ответ на грубое, унижительное замечание спокойно, сдержанно, исключительно вежливо скажите, что такое обращение оскорбляет ваше человеческое достоинство, является психическим насилием и нарушает ваши права.

5. Во время подвижных игр, связанных с физическими контактами, не воспринимайте нечаянно причинение в пылу азарта вам физической боли, за намеренное оскорбление – не устраивайте разборок, просто прервите игру и сообщите о своих ощущениях. Если причиной данной ситуации стали вы, то сразу извинитесь за неловкость и пообещайте быть аккуратней в дальнейшем.

### **Опасные ситуации**

#### **Как правильно вести себя на вечеринках, в молодежной компании**

1. Отправляясь развлечься в компании сверстников, обязательно сообщите родителям куда и с кем вы собираетесь.

2. Установите на смартфон программу gps-координаты, чтобы в любой момент можно было отправить сообщение в WhatsApp или СМС.

3. Продублируйте и сохраните телефоны родителей не как «мама» и «папа», а по именам, добавьте их в быстрый набор. Договорись с ними о кодовом слове, обозначающем «срочно заберите меня».

4. Обязательно возьмите с собой: полностью заряженный телефон с деньгами на счету и оплаченным интернет-трафиком: с установленным приложением для вызова такси, наличные деньги на проезд.

5. Собираясь в компанию, постарайтесь заранее выяснить, кто еще будет и как они предпочитают развлекаться. Старайся развлекаться в компании проверенных людей.

6. Помните, что большинство вечеринок, где употребляют алкогольные напитки или наркотические вещества, заканчиваются бедой для кого-то из участников – не окажитесь на их месте.

7. Если вы все-таки попали в такую компанию, старайтесь не употреблять алкогольные или алкоголь содержащие напитки. Если нет возможности отказаться или чтобы не выглядеть белой вороной – незаметно выливайте алкогольный напиток и наполняйте свой бокал водой или соком. На предложения добавить отвечайте «У меня еще есть».

8. Внимательно следите за тем, что вы пьете и едите. В напитки могут подсыпать наркотик или психоактивное вещество - поэтому пейте только из своего бокала и не теряйте его из виду, не берите готовые напитки, не пейте из бутылки, которую открыли не при вас. По этой же причине не кури чужие сигареты.

9. Если в компании появились любые наркотические или психоактивные вещества – не соглашайся попробовать, даже если это выглядит прикольно: отшутитесь, сошлитесь на аллергию, скажите, что вам может стать дурно. И постарайтесь, как можно быстрее уйти. Это тот случай, когда не надо беспокоиться, что о вас подумают или скажут.

10. Всегда соблюдайте правило: с кем пришли, с тем и уходите. Если замечаете, что ваши друзья собираются домой, не оставайтесь в компании людей, которых вы мало знаете или видите впервые.

11. Никогда не садитесь в машину с пьяным водителем. Звоните родителям или вызывайте такси.

12. Не бойтесь сказать «нет», можно (и нужно) грубо, если предлагаемые действия, развлечения вам не нравятся.

13. Сразу звоните родителям и уходите, если:  
в компании есть взрослые мужчины, которые развлекаются вместе с вами;  
заставляют пить и «травят» тех, кто не пьет;  
чувствуете, что обстановка изменилась и стала тревожной, опасной (верьте своей интуиции);

предлагают стать соучастником преступления;  
происходит скандал, драка, унижение кого-то.

14. Помните, что за тяжелые преступления уголовная ответственность наступает с 14 лет: за глупое или жестокое поведение можно надолго лишиться свободы.

Приложение 7

## **Примерная информация для размещения на стенде информационной безопасности<sup>2</sup>**

### **Памятка школьнику об информационной безопасности**

#### **НЕЛЬЗЯ**

1. Всем подряд сообщать свою частную информацию (настоящие имя, фамилию, телефон, адрес, номер школы, а также фотографии свои, своей семьи и друзей);
2. Открывать вложенные файлы электронной почты, когда не знаешь отправителя;

---

<sup>2</sup> Методические рекомендации о размещении на информационных стендах, официальных интернет-сайтах и других информационных ресурсах общеобразовательных организаций и органов, осуществляющих управление в сфере образования, информации о безопасном поведении и использовании сети «Интернет» (Письмо Минобрнауки России от 14.05.2018 № 08-1184)

3. Грубить, придирается, оказывать давление — вести себя невежливо и агрессивно;
4. Не распоряжайся деньгами твоей семьи без разрешения старших - всегда спрашивай родителей;
5. Не встречайся с Интернет-знакомыми в реальной жизни - посоветуйся со взрослым, которому доверяешь.

### **ОСТОРОЖНО**

1. Не все пишут правду. Читаешь о себе неправду в Интернете — сообщи об этом своим родителям или опекунам;
2. Приглашают переписываться, играть, обмениваться - проверь, нет ли подвоха;
3. Незаконное копирование файлов в Интернете - воровство;
4. Всегда рассказывай взрослым о проблемах в сети - они всегда помогут;
5. Используй настройки безопасности и приватности, чтобы не потерять свои аккаунты в соцсетях и других порталах.

### **МОЖНО**

1. Уважай других пользователей;
2. Пользуешься Интернет-источником - делай ссылку на него;
3. Открывай только те ссылки, в которых уверен;
4. Общаться за помощью взрослым - родители, опекуны и администрация сайтов всегда помогут;
5. Пройди обучение на сайте «Сетевичок» и получи паспорт цифрового гражданина!

## **Информационная памятка обучающимся о безопасности в сети Интернет**

С каждым годом молодежи в интернете становится больше, а школьники одни из самых активных пользователей Рунета. Между тем, помимо огромного количества возможностей, интернет несет и проблемы. Эта памятка должна помочь тебе безопасно находиться в сети.

### **Компьютерные вирусы**

Компьютерный вирус - это разновидность компьютерных программ, отличительной особенностью которой является способность к размножению. В дополнение к этому, вирусы могут повредить или полностью уничтожить все файлы и данные, подконтрольные пользователю, от имени которого была запущена заражённая программа, а также повредить или даже уничтожить операционную систему со всеми файлами в целом. В большинстве случаев распространяются вирусы через интернет.

#### ***Методы защиты от вредоносных программ:***

1. Используй современные операционные системы, имеющие серьёзный уровень защиты от вредоносных программ;
2. Постоянно устанавливай пачти (цифровые заплатки, которые автоматически устанавливаются с целью доработки программы) и другие обновления своей операционной системы. Скачивай их только с официального сайта разработчика ОС. Если существует режим автоматического обновления, включи его;
3. Работай на своем компьютере под правами пользователя, а не администратора. Это не позволит большинству вредоносных программ инсталлироваться на твоём персональном компьютере;
4. Используй антивирусные программные продукты известных производителей, с автоматическим обновлением баз;
5. Ограничь физический доступ к компьютеру для посторонних лиц;

6. Используй внешние носители информации, такие как флешка, диск или файл из интернета, только из проверенных источников;

7. Не открывай компьютерные файлы, полученные из ненадёжных источников. Даже те файлы, которые прислал твой знакомый. Лучше уточни у него, отправлял ли он тебе их.

## Сети WI-FI

Wi-Fi - это не вид передачи данных, не технология, а всего лишь бренд, марка. Еще в 1991 году нидерландская компания зарегистрировала бренд «WESA», что обозначало словосочетание «Wireless Fidelity», который переводится как «беспроводная точность».

До нашего времени дошла другая аббревиатура, которая является такой же технологией. Это аббревиатура «Wi-Fi». Такое название было дано с намеком на стандарт высший звуковой техники Hi-Fi, что в переводе означает «высокая точность».

Да, бесплатный интернет-доступ в кафе, отелях и аэропортах является отличной возможностью выхода в интернет. Но многие эксперты считают, что общедоступные Wi-Fi сети не являются безопасными.

### ***Советы по безопасности работе в общедоступных сетях Wi-fi:***

1. Не передавай свою личную информацию через общедоступные Wi-Fi сети. Работая в них, желательно не вводить пароли доступа, логины и какие-то номера;

2. Используй и обновляй антивирусные программы и брандмауер. Тем самым ты обезопасишь себя от закачки вируса на твоё устройство;

3. При использовании Wi-Fi отключи функцию «Общий доступ к файлам и принтерам». Данная функция закрыта по умолчанию, однако некоторые пользователи активируют её для удобства использования в работе или учебе;

4. Не используй публичный WI-FI для передачи личных данных, например для выхода в социальные сети или в электронную почту;

5. Используй только защищенное соединение через HTTPS, а не HTTP, т.е. при наборе веб-адреса вводи именно «https://»;

6. В мобильном телефоне отключи функцию «Подключение к Wi-Fi автоматически». Не допускай автоматического подключения устройства к сетям Wi-Fi без твоего согласия.

## Социальные сети

Социальные сети активно входят в нашу жизнь, многие люди работают и живут там постоянно, а в Facebook уже зарегистрирован миллиард человек, что является одной седьмой всех жителей планеты. Многие пользователи не понимают, что информация, размещенная ими в социальных сетях, может быть найдена и использована кем угодно, в том числе не обязательно с благими намерениями.

### ***Основные советы по безопасности в социальных сетях:***

1. Ограничь список друзей. У тебя в друзьях не должно быть случайных и незнакомых людей;

2. Защищай свою частную жизнь. Не указывай пароли, телефоны, адреса, дату твоего рождения и другую личную информацию. Злоумышленники могут использовать даже информацию о том, как ты и твои родители планируете провести каникулы;

3. Защищай свою репутацию - держи ее в чистоте и задавай себе вопрос: хотел бы ты, чтобы другие пользователи видели, что ты загружаешь? Подумай, прежде чем что-то опубликовать, написать и загрузить;

4. Если ты говоришь с людьми, которых не знаешь, не используй свое реальное имя и другую личную информации: имя, место жительства, место учебы и прочее;

5. Избегай размещения фотографий в Интернете, где ты изображен на местности, по которой можно определить твоё местоположение;

6. При регистрации в социальной сети необходимо использовать сложные пароли, состоящие из букв и цифр и с количеством знаков не менее 8;

7. Для социальной сети, почты и других сайтов необходимо использовать разные пароли. Тогда если тебя взломают, то злоумышленники получат доступ только к одному месту, а не во все сразу.

## Электронные деньги

Электронные деньги — это очень удобный способ платежей, однако существуют мошенники, которые хотят получить эти деньги.

Электронные деньги появились совсем недавно и именно из-за этого во многих государствах до сих пор не прописано про них в законах.

В России же они функционируют и о них уже прописано в законе, где их разделяют на несколько видов - анонимные и не анонимные. Разница в том, что анонимные - это те, в которых разрешается проводить операции без идентификации пользователя, а в неанонимных идентификации пользователя является обязательной.

Также следует различать электронные фиатные деньги (равны государственным валютам) и электронные нефитные деньги (не равны государственным валютам).

### ***Основные советы по безопасной работе с электронными деньгами:***

1. Привяжи к счету мобильный телефон. Это самый удобный и быстрый способ восстановить доступ к счету. Привязанный телефон поможет, если забудешь свой платежный пароль или зайдешь на сайт с незнакомого устройства;

2. Используй одноразовые пароли. После перехода на усиленную авторизацию тебе уже не будет угрожать опасность кражи или перехвата платежного пароля;

3. Выбери сложный пароль. Преступникам будет не просто угадать сложный пароль. Надежные пароли — это пароли, которые содержат не менее 8 знаков и включают в себя строчные и прописные буквы, цифры и несколько символов, такие как знак доллара, фунта, восклицательный знак и т.п. Например, StROng!;;

4. Не вводи свои личные данные на сайтах, которым не доверяешь.

## Электронная почта

Электронная почта — это технология и предоставляемые ею услуги по пересылке и получению электронных сообщений, которые распределяются в компьютерной сети. Обычно электронный почтовый ящик выглядит следующим образом: имя\_пользователя@имя\_домена. Также кроме передачи простого текста, имеется возможность передавать файлы.

### ***Основные советы по безопасной работе с электронной почтой:***

1. Надо выбрать правильный почтовый сервис. В интернете есть огромный выбор бесплатных почтовых сервисов, однако лучше доверять тем, кого знаешь и кто первый в рейтинге;

2. Не указывай в личной почте личную информацию. Например, лучше выбрать «музыкальный\_фанат@» или «рок2013» вместо «темаI3»;

3. Используй двухэтапную авторизацию. Это когда помимо пароля нужно вводить код, присылаемый по SMS;

4. Выбери сложный пароль. Для каждого почтового ящика должен быть свой надежный, устойчивый к взлому пароль;

5. Если есть возможность написать самому свой личный вопрос, используй эту возможность;

6. Используй несколько почтовых ящиков. Первый для частной переписки с адресатами, которым ты доверяешь. Это электронный адрес не надо использовать при регистрации на форумах и сайтах;



7. Не открывай файлы и другие вложения в письмах даже если они пришли от твоих друзей. Лучше уточни у них, отправляли ли они тебе эти файлы;
8. После окончания работы на почтовом сервисе перед закрытием вкладки с сайтом не забудь нажать на «Выйти».

### **Кибербуллинг или виртуальное издевательство**

Кибербуллинг — преследование сообщениями, содержащими оскорбления, агрессию, запугивание; хулиганство; социальное бойкотирование с помощью различных интернет-сервисов.

#### ***Основные советы по борьбе с кибербуллингом:***

1. Не бросайся в бой. Лучший способ: посоветоваться как себя вести и, если нет того, к кому можно обратиться, то вначале успокоиться. Если ты начнешь отвечать оскорблениями на оскорбления, то только еще больше разожжешь конфликт;
2. Управляй своей киберрепутацией;
3. Анонимность в сети мнимая. Существуют способы выяснить, кто стоит за анонимным аккаунтом;
4. Не стоит вести хулиганский образ виртуальной жизни. Интернет фиксирует все твои действия и сохраняет их. Удалить их будет крайне затруднительно;
5. Соблюдай свой виртуальную честь смолоду;
6. Игнорируй единичный негатив. Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать. Обычно агрессия прекращается на начальной стадии;
7. Бан агрессора. В программах обмена мгновенными сообщениями, в социальных сетях есть возможность блокировки отправки сообщений с определенных адресов;
8. Если ты свидетель кибербуллинга. Твои действия: выступить против преследователя, показать ему, что его действия оцениваются негативно, поддержать жертву, которой нужна психологическая помощь, сообщить взрослым о факте агрессивного поведения в сети.

### **Мобильный телефон**

Современные смартфоны и планшеты содержат в себе вполне взрослый функционал, и теперь они могут конкурировать со стационарными компьютерами. Однако, средств защиты для подобных устройств пока очень мало. Тестирование и поиск уязвимостей в них происходит не так интенсивно, как для ПК, то же самое касается и мобильных приложений.

Современные мобильные браузеры уже практически догнали настольные аналоги, однако расширение функционала влечет за собой большую сложность и меньшую защищенность.

Далеко не все производители выпускают обновления, закрывающие критические уязвимости для своих устройств.

#### ***Основные советы для безопасности мобильного телефона:***

1. Ничего не является по-настоящему бесплатным. Будь осторожен, ведь когда тебе предлагают бесплатный контент, в нем могут быть скрыты какие-то платные услуги;
2. Думай, прежде чем отправить SMS, фото или видео. Ты точно знаешь, где они будут в конечном итоге?
3. Необходимо обновлять операционную систему твоего смартфона;
4. Используй антивирусные программы для мобильных телефонов;
5. Не загружай приложения от неизвестного источника, ведь они могут содержать вредоносное программное обеспечение;
6. После того как ты выйдешь с сайта, где вводил личную информацию, зайди в настройки браузера и удали cookies;

7. Периодически проверяй какие платные услуги активированы на твоём номере;
8. Давай свой номер мобильного телефона только людям, которых ты знаешь и кому доверяешь;
9. Bluetooth должен быть выключен, когда ты им не пользуешься. Не забывай иногда проверять это.

## **Online игры**

Современные онлайн-игры - это красочные, захватывающие развлечения, объединяющие сотни тысяч человек по всему миру. Игроки исследуют данный им мир, общаются друг с другом, выполняют задания, сражаются с монстрами и получают опыт. За удовольствие они платят: покупают диск, оплачивают абонемент или приобретают какие-то опции.

Все эти средства идут на поддержание и развитие игры, а также на самую безопасность: совершенствуются системы авторизации, выпускаются новые патчи (цифровые заплатки для программ), закрываются уязвимости серверов.

В подобных играх стоит опасаться не столько своих соперников, сколько кражи твоего пароля, на котором основана система авторизации большинства игр.

### ***Основные советы по безопасности твоего игрового аккаунта:***

1. Если другой игрок ведет себя плохо или создает тебе неприятности, заблокируй его в списке игроков;
2. Пожалуйся администраторам игры на плохое поведение этого игрока, желательно приложить какие-то доказательства в виде скриншотов;
3. Не указывай личную информацию в профайле игры;
4. Уважай других участников по игре;
5. Не устанавливай неофициальные патчи и моды;
6. Используй сложные и разные пароли;
7. Даже во время игры не стоит отключать антивирус. Пока ты играешь, твой компьютер могут заразить.

## **Фишинг или кража личных данных**

Обычной кражей денег и документов сегодня уже никого не удивишь, но с развитием интернет-технологий злоумышленники переместились в интернет, и продолжают заниматься «любимым» делом.

Так появилась новая угроза: интернет-мошенничества или фишинг, главная цель которого состоит в получении конфиденциальных данных пользователей — логинов и паролей. На английском языке phishing читается как фишинг (от fishing — рыбная ловля, password — пароль).

### ***Основные советы по борьбе с фишингом:***

1. Следи за своим аккаунтом. Если ты подозреваешь, что твоя анкета была взломана, то необходимо заблокировать ее и сообщить администраторам ресурса об этом как можно скорее;
2. Используй безопасные веб-сайты, в том числе, интернет-магазинов и поисковых систем;
3. Используй сложные и разные пароли. Таким образом, если тебя взломают, то злоумышленники получат доступ только к одному твоему профилю в сети, а не ко всем;
4. Если тебя взломали, то необходимо предупредить всех своих знакомых, которые добавлены у тебя в друзьях, о том, что тебя взломали и, возможно, от твоего имени будет рассылаться спам и ссылки на фишинговые сайты;
5. Установи надежный пароль (PIN) на мобильный телефон;
6. Отключи сохранение пароля в браузере;

7. Не открывай файлы и другие вложения в письмах даже если они пришли от твоих друзей. Лучше уточни у них, отправляли ли они тебе эти файлы.

## **Цифровая репутация**

Цифровая репутация - это негативная или позитивная информация в сети о тебе. Компрометирующая информация размещенная в интернете может серьезным образом отразиться на твоей реальной жизни. «Цифровая репутация» - это твой имидж, который формируется из информации о тебе в интернете.

Твое место жительства, учебы, твоё финансовое положение, особенности характера и рассказы о близких - все это накапливается в сети.

Многие подростки легкомысленно относятся к публикации личной информации в Интернете, не понимая возможных последствий. Ты даже не сможешь догадаться о том, что фотография, размещенная 5 лет назад, стала причиной отказа принять тебя на работу.

Комментарии, размещение твоих фотографий и другие действия могут не исчезнуть даже после того, как ты их удалишь. Ты не знаешь, кто сохранил эту информацию, попала ли она в поисковые системы и сохранилась ли она, а главное: что подумают о тебе окружающие люди, которые найдут и увидят это. Найти информацию много лет спустя сможет любой - как из добрых побуждений, так и с намерением причинить вред. Это может быть кто угодно.

### ***Основные советы по защите цифровой репутации:***

1. Подумай, прежде чем что-то публиковать и передавать у себя в блоге или в социальной сети;
2. В настройках профиля установи ограничения на просмотр твоего профиля и его содержимого, сделай его только «для друзей»;
3. Не размещай и не указывай информацию, которая может кого-либо оскорблять или обижать.

## **Авторское право**

Современные школьники- активные пользователи цифрового пространства. Однако далеко не все знают, что пользование многими возможностями цифрового мира требует соблюдения прав на интеллектуальную собственность.

Термин «интеллектуальная собственность» относится к различным творениям человеческого ума, начиная с новых изобретений и знаков, обозначающих собственность на продукты и услуги, и заканчивая книгами, фотографиями, кинофильмами и музыкальными произведениями.

Авторские права - это права на интеллектуальную собственность на произведения науки, литературы и искусства. Авторские права выступают в качестве гарантии того, что интеллектуальный/творческий труд автора не будет напрасным, даст ему справедливые возможности заработать на результатах своего труда, получить известность и признание. Никто без разрешения автора не может воспроизводить его произведение, распространять, публично демонстрировать, продавать, импортировать, пускать в прокат, публично исполнять, показывать/исполнять в эфире или размещать в Интернете.

Использование «пиратского» программного обеспечения может привести к многим рискам: от потери данных к твоим аккаунтам до блокировки твоего устройства, где установленный не легальная программа. Не стоит также забывать, что существует легальные и бесплатные программы, которые можно найти в сети.

### **О портале**

Сетевичок.рф - твой главный советчик в сети. Здесь ты можешь узнать о безопасности в сети понятным и доступным языком, а при возникновении критической

ситуации обратиться за советом. А также принять участие в конкурсах и стать самым цифровым гражданином!

Использованные источники:

1. <http://paidagogos.com/?p=9856>
2. <https://www.menobr.ru/article/36281-16-m10-ugolok-bezopasnosti-dorojnogo-dvijeniya-v-shkole>
3. <http://gorono-ozersk.ru/node/1060>
4. [http://cps.krsnet.ru/info/prava\\_detey/ugolok-pozharnoi-bezopasnosti-obrazovatel'nogo-uchrezhdeniya/upb](http://cps.krsnet.ru/info/prava_detey/ugolok-pozharnoi-bezopasnosti-obrazovatel'nogo-uchrezhdeniya/upb)

Авторы-составители: Е.В. Лопуга, декан факультета воспитания и социализации КАУ ДПО АИРО имени А.М. Топорова, к.п.н.,  
Е.В. Мазурова, заведующий отделом оказания психолого-педагогической помощи и реализации доп. образовательных программ АКЦ ППМС-помощи