

# БЕЗОПАСНЫЙ ИНТЕРНЕТ

Материалы для учащихся  
**начальных классов**  
к «Уроку безопасного Интернета»



лига  
безопасного  
интернета



НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ЦЕНТР ПОМОЩИ  
ПРОПАВШИМ И ПОСТРАДАВШИМ ДЕТЯМ



**Дорогие друзья!**

**В создании этого пособия приняли участие специалисты в области Интернет-безопасности.**

Мы постарались ответить на актуальные вопросы: как сохранить свои персональные данные? Чем опасно общение с незнакомцами в сети? И почему цифровая зависимость – это не миф, а серьезная проблема?

И надеемся, что здесь вы найдете много нового и полезного о разных ситуациях, которые могут произойти в Интернете.

Директор Лиги безопасного Интернета  
Екатерина Мизулина

**Материалы для учащихся начальных классов к «Уроку безопасного Интернета» подготовлены «Лигой безопасного Интернета» и представляют собой:**

- наглядный материал для демонстрации на занятии или самостоятельной работы,
- задания, в которых разбираются конкретные случаи,
- контрольный тест,
- памятки с советами, позволяющими формировать у младших школьников базовые поведенческие навыки работы в сети Интернет, предупреждать Интернет-зависимость, бороться с угрозами.

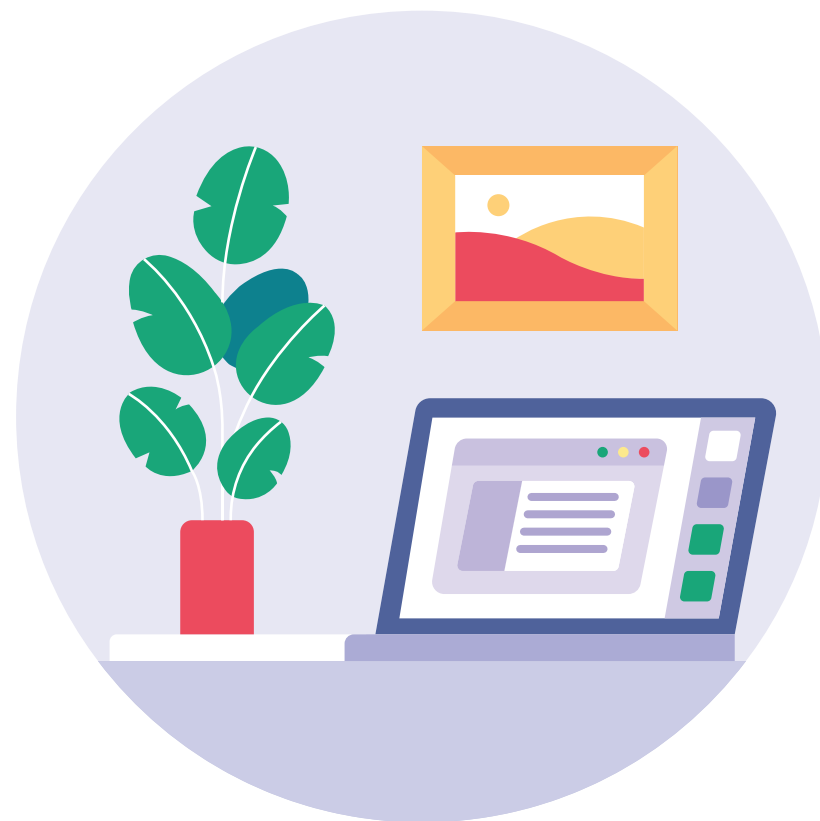
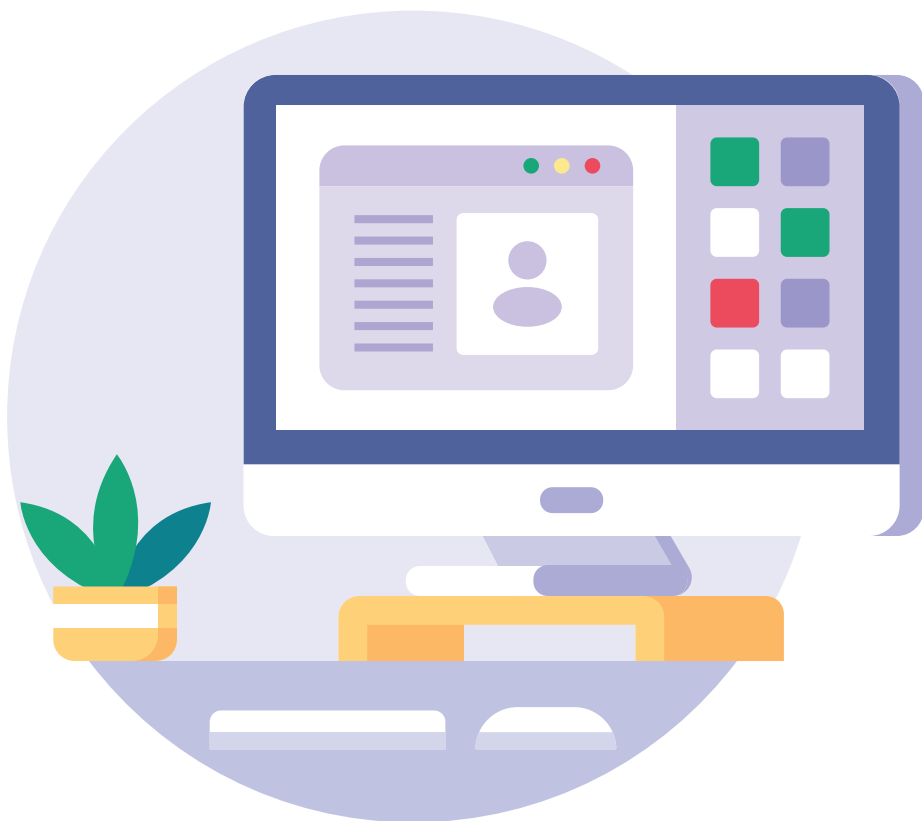
Эксперты Лиги безопасного Интернета предполагают, что с помощью материалов на занятии будет разобрана определенная проблемная ситуация. **Дети, опираясь на свой опыт, включатся в интерактивную игру и обсудят все возникающие вопросы.** По окончании изучения каждой темы, дети должны применять полученные знания на практике, выполняя те или иные задания: например, «придумать надежный пароль».

В материалах отражены следующие темы: «Персональные данные», «Правила общения с незнакомцами», «Анонимность в сети», «Цифровой след», «Время в сети». Эта информация может стать предметом рассмотрения на одном или нескольких занятиях, использоваться для организации домашней работы.

Логичным итогом деятельности является своего рода «портфолио», «лэпбук» или «альбом» по теме «Мой безопасный Интернет», который формируется по итогам Начальной школы.

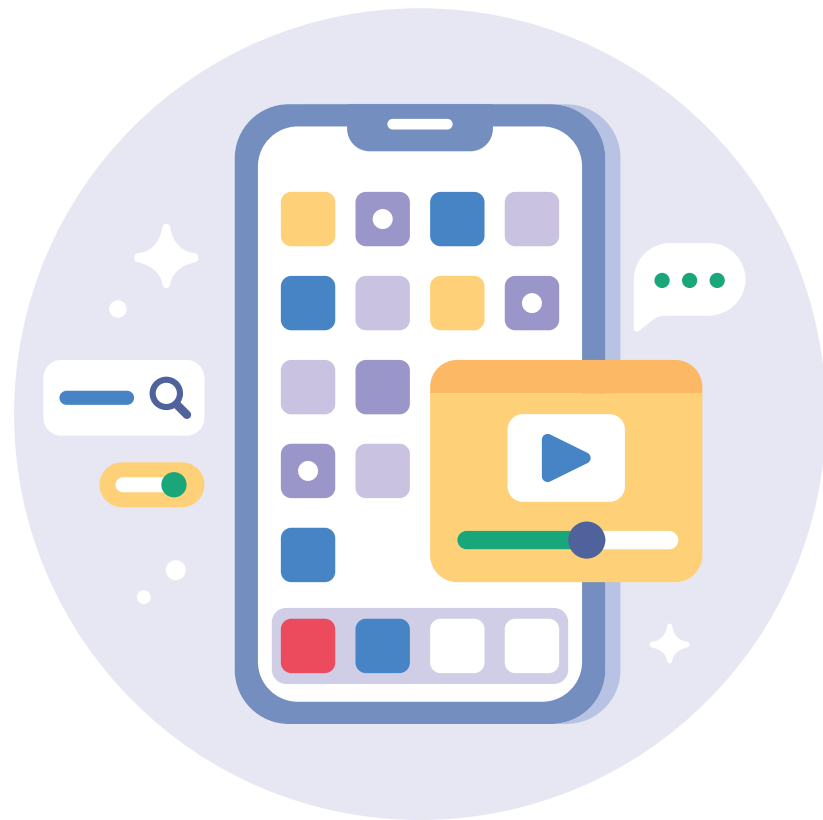
Я и мой компьютер .....	5
Правила безопасности.....	9
Социальные сети .....	10
Компьютерный вирус .....	11
Мошенники в Интернете .....	12
Моё время в сети .....	13
Время в сети .....	14
Персональные данные .....	15
Анонимность в сети .....	16
Цифровой след.....	17
Правила общения с незнакомцами .....	18
Общайся безопасно в сети .....	19 – 21
Контрольное задание .....	22

Это компьютер и ноутбук. У тебя есть компьютер?



# Мобильные устройства

Это телефон и планшет. Они тоже компьютеры.



# Информация

В компьютере хранятся фотографии, мультфильмы, музыка, письма.  
Всё это называется – информация.



Мы можем делиться информацией друг с другом на любом расстоянии.  
Для этого создан Интернет.



## Правила безопасности

**В Интернете, как и в жизни, есть правила безопасности.  
Главное – помни: если не знаешь, что делать –  
посоветуйся с родителями и учителями.**

**БУДЬ ВЕЖЛИВ И ДРУЖЕЛЮБЕН!**

**Если тебя обижают в Интернете – РАССКАЖИ РОДИТЕЛЯМ!**

**НЕ ОТКРЫВАЙ НЕЗНАКОМЫЕ САЙТЫ!**

## Социальные сети

Социальные сети объединяют людей из разных уголков планеты.  
**Рассказывай родителям о своих друзьях в сети.**



## Компьютерный вирус

Существуют компьютерные вирусы. От них есть лекарства – антивирусы.  
**Попроси родителей установить антивирус на твой компьютер.**



### ОСТЕРЕГАЙСЯ МОШЕННИКОВ!

Обязательно расскажи родителям о странных людях, которые тебе пишут в Интернете.



## Цени свое время

Не сиди долго за компьютером, живи реальной жизнью.



# ЭКРАННОЕ ВРЕМЯ



Билл Гейтс – один из создателей компьютера, которым ты пользуешься, разрешал своим детям проводить за компьютером всего 45 минут в будни и 1 час, 45 минут в выходные. Другой известный человек, Стив Джобс, создатель знаменитого «Айфона», запрещал своим детям пользоваться гаджетами по ночам и в выходные дни, а также во время еды. Почему? Они хотели, чтобы их дети избежали Интернет-зависимости.

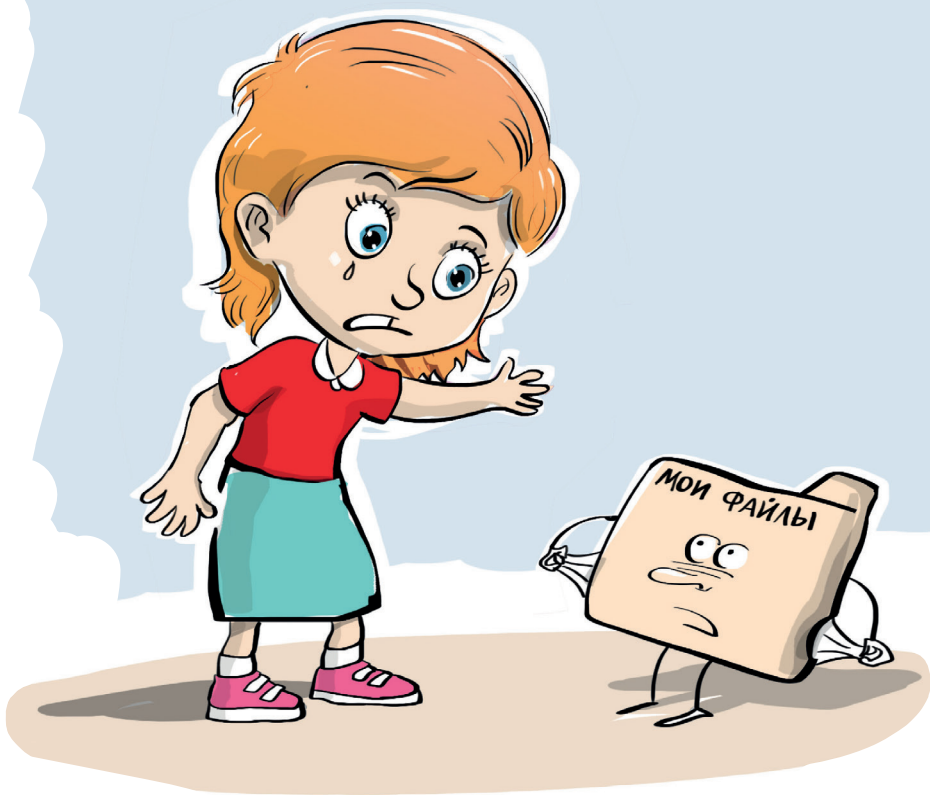
## Как её можно избежать?

1. Не бери в руки телефон хотя бы за час до того, как планируешь лечь спать. Интернет, соцсети или игры могут вызвать яркие эмоции, которые помешают уснуть.
2. Не ешь за компьютером и не используй телефон во время еды. Отвлекись от них ненадолго, лучше вместо этого пообщайся с родственниками или друзьями.
3. Старайся на выходных использовать компьютер и гаджеты как можно меньше. В Интернете или в играх очень легко «зависнуть» и весь день пролетит незамеченным, а ты потом будешь сожалеть о потерянном свободном времени.

## Внимание!

**Соблюдай режим отдыха и сна.** Запомни, детям рекомендовано спать 9-10 часов. Только в таком режиме твой мозг сможет полностью отдохнуть, а организм восстановить силы. Днем старайся несколько часов проводить на свежем воздухе, включая в это время активную физическую нагрузку: быструю ходьбу, спортивные игры, занятия на тренажерах, пробежки, катание на велосипеде, роликах, коньках, танцы.

# ЧТО ТАКОЕ ПЕРСОНАЛЬНЫЕ ДАННЫЕ



**Персональные данные – это личные сведения о человеке, своего рода «расширенный паспорт».**

**Что относится к персональным данным?**

1. Фамилия, имя, отчество;
2. Номера и реквизиты всех документов (паспорт, СНИЛС, ИНН, свидетельство о рождении, аттестат об образовании, медицинский полис и т.п.);
3. Банковские данные (номер счета, карты, пин-код, CVV-код и т.п.);
4. Ваша контактная информация (номера телефонов, адреса электронной почты, адреса жительства, работы или учебы);
5. Фотографии и видеозаписи с вашим изображением;
6. Данные о ваших родственниках;
7. Ваши логины и пароли.

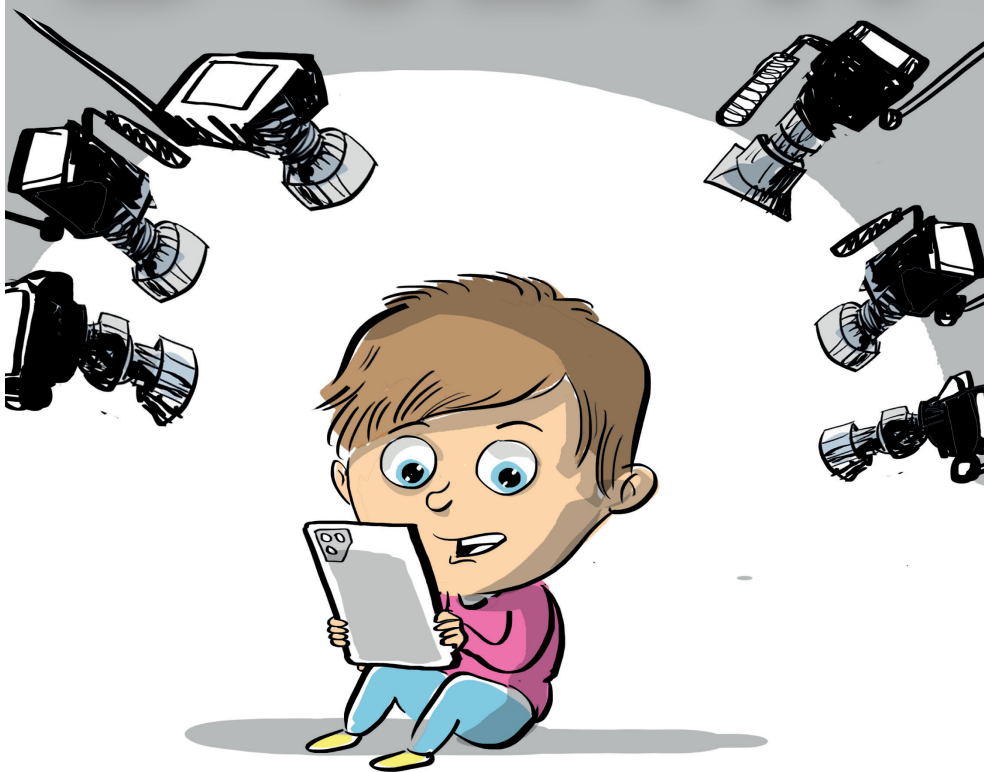
**Внимание!**

**Социальные сети, мессенджеры, приложения в компьютере или телефоне собирают данные о тебе из профиля пользователя и даже из содержания переписки с друзьями.**

**Как защитить свои персональные данные?**

1. Придумывай и используй разные сложные пароли для почтовых ящиков, социальных сетей и других сайтов.
2. Не выкладывай в социальных сетях и не отправляй друзьям личные фотографии и фото своих родственников.
3. Не отмечай адрес и местоположение своего дома, учебы, дополнительных занятий.
4. Не описывай реальные маршруты своих прогулок и не указывай под фотографиями и видеозаписями названия твоего города, улиц и т.п.
5. Попроси родителей закрыть доступ к своим страницам в социальных сетях.
6. 80% информации о жертвах преступники находят именно в сети Интернет, и, увы, эту информацию ты можешь сообщить им сам. Защити себя!

# АНОНИМНОСТЬ В СЕТИ



**Анонимная информация** – это информация, которая не имеет указания на автора. Многим людям кажется, что Интернет – безопасное место, где каждый может тайно писать и делать все, что ему вздумается, поскольку пользователь скрыл своё настоящее имя. Но это не так. Всё, что однажды попало в Интернет, остается там навсегда. Автор всегда будет найден! Каждое твоё действие в Интернете содержит информацию о том устройстве, с которого ты это делал – например, о телефоне или компьютере.

## Внимание!

- Каждое действие или грубость в Интернете может иметь последствия.
- Клевета и оскорбление являются противоправными деяниями, за совершение которых предусмотрена ответственность.
- Уважай других людей, относись с пониманием и состраданием к чужой беде.

**Интернет** – это такое же публичное пространство, как улица, парк или школа. Там действуют те же правила – общайся прилично, соблюдай правила вежливого поведения и относись к другим людям так же, как хочешь, чтобы относились к тебе.

# ЦИФРОВОЙ СЛЕД



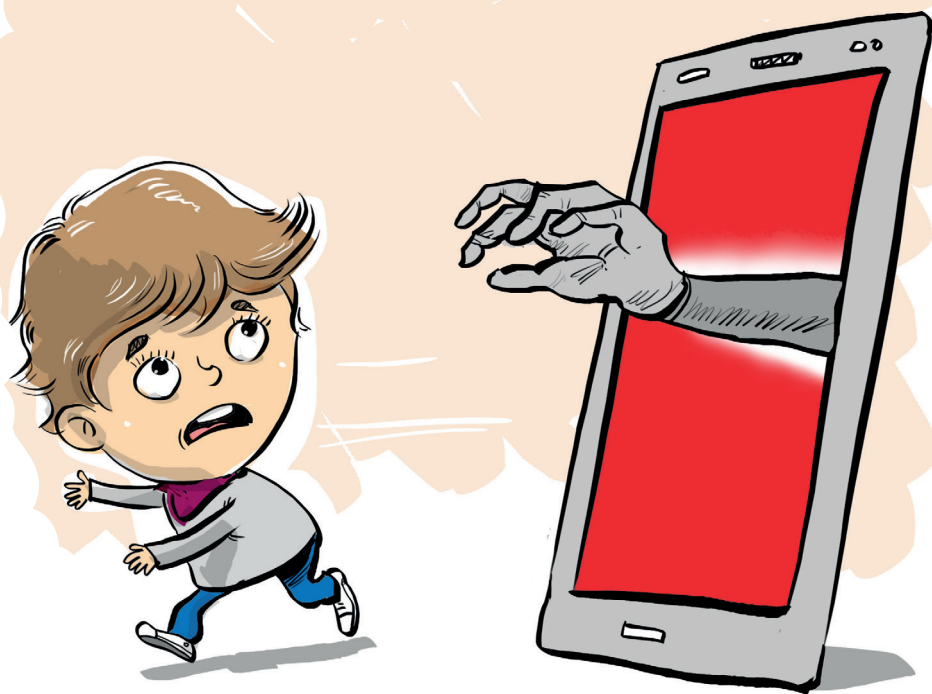
Социальные сети знают буквально о каждом нашем шаге, **легко распознают наш след**: что, когда, кому мы писали. А поисковые сайты, Интернет-магазины и прочие крупные Интернет-ресурсы **собирают данные** для того, чтобы потом показывать нам рекламу.

## Внимание!

- В Интернете, как и в реальной жизни, нужно быть очень внимательным со своими словами и действиями, комментариями и лайками.
- Особенно осторожно следует относиться к личной информации, которую планируешь выложить в сеть. Ни в коем случае никому не отправляй фотографии интимного характера!
- Из Интернета, как мы уже знаем, ничего не удаляется. Всегда помни: чем меньше мы используем мобильный телефон или планшет, тем лучше!

**Невозможно пользоваться Интернетом и не оставлять след.** Даже если ты решишь ничего не публиковать, ничего никому не писать, в любом случае прочитанные и просмотренные посты, оставленные лайки будут формировать длинную историю твоей активности. **Будь осторожен**, по твоему следу могут идти преступники!

# ПРАВИЛА ОБЩЕНИЯ С НЕЗНАКОМЦАМИ В ИНТЕРНЕТЕ



**НИКОГДА НЕ ДОБАВЛЯЙ В ДРУЗЬЯ ЧЕЛОВЕКА,  
С КОТОРЫМ ТЫ НЕ ВСТРЕЧАЛСЯ В РЕАЛЬНОЙ ЖИЗНИ!**

Незнакомцы в Интернете могут оказаться не теми, за кого себя выдают. Среди них могут оказаться мошенники или иные преступники, которые выдают себя за твоих ровесников и предлагают дружить.

## **Внимание!**

Тебе следует остерегаться незнакомцев в Интернете, которые:

- просят об одолжениях в обмен на что-либо;
- заставляют тебя чувствовать себя виноватым, шантажируют или даже угрожают;
- ведут с тобой такие разговоры, после которых ты ощущаешь печаль, тревогу, грусть, стыд, страх, злость, ненависть, желание причинить кому-то боль.

## **Главные правила общения с незнакомцами в Интернете:**

1. Если же новый знакомый задает тебе много вопросов о семье или о том, где ты живешь и учишься, то никогда не рассказывай ему эту информацию. Сразу же сообщай о подозрительном незнакомце своим родителям.
2. Будь внимателен, если в переписке тебя призывают к действию и пытаются подловить. Не реагируй на фразы: «А ты сможешь или тебе слабо?» «Все мои знакомые уже это делали, в этом нет ничего такого».
3. Не соглашайся на встречу с людьми из Интернета. Всегда сообщай своим родителям о своих друзьях из Интернета, а также о том, куда ты направляешься, с кем собираешься встретиться во избежание опасности.

## Общайся безопасно в сети!

**Ты готов к тому, чтобы самостоятельно общаться в сети с другими ребятами, если можешь согласиться с каждым утверждением ниже:**

- Мои родители считают, что я могу переписываться в Интернете и в мессенджерах.
- Я всегда спрашиваю у взрослого, которому доверяю, могу ли я ответить на сообщение, письмо, которое я получил(а) от незнакомца.
- Я использую Логин, который не содержит персональных данных обо мне или моей семье.
- Я знаю, какая информация является персональными данными.
- Я не буду никому давать персональные данные, когда общаюсь в сети Интернет или мессенджере.
- Я не отвечаю на вопросы, которые мне кажутся странными и неудобными.
- Я уйду с сайта, закончу переписку и расскажу родителям или взрослым, если какая-то информация кажется мне странной или кто-то неприятно общается со мной в Интернете.
- Я никогда не буду без родителей или взрослых встречаться с посторонним человеком, с которым познакомился в Интернете.

## БУДЬ БДИТЕЛЕН!

Помни, что ни с кем не нужно делиться персональными данными в Интернете:

Имя Фамилия Отчество

Домашний адрес

Название и номер школы

Адрес школы

Номер домашнего телефона и номера телефонов родителей

Пароли

Мобильный телефон

Девичья фамилия матери

Место работы родителей

Фотографии, на которых тебя могут узнать

Фотографии, которые содержат твои персональные данные и твоей семьи  
(например, фото на фоне таблички с номером твоей школы)

## Общайся безопасно в сети!

Насте нравится посещать группу в социальной сети, где школьники пишут о своей школе, любимых телепрограммах, событиях в жизни. Ей нравятся публикации пользователя с именем Викт77561, она пишет очень интересно обо всём. Когда Настя пишет о сложностях с домашним заданием в школе, Викт77561 всегда знает как их решить. Даже несмотря на то, что Настя никогда не встречала Викт77561 в жизни, она считает её своим другом. **Однажды в переписке Настя и Викт77561 решили сравнить свои школы:**

**Настя пишет:** «У нас очень строгий директор школы! На переменах мы все ходим по линейке и нам не разрешают бегать и играть!»

**Викт77561 пишет:** «У нас не так строго в школе. В какой школе ты учишься?»

**Этот вопрос удивил Настю. Она задумалась. Вопрос показался ей странным.**

**Настя пишет:** «Название моей школы такое длинное, сложно написать»

**Викт77561 пишет:** «Так где находится твоя школа?»

Как ты думаешь, почему Насте показался странным вопрос Викт77561?

Что должна ответить Настя?

Почему Настя ответила правильно?

### БУДЬ БДИТЕЛЕН!

Если тебе неприятно продолжать общение в сети или вопросы кажутся странными, прими меры:

Выйди с этого сайта или социальной сети

Расскажи об этом родителю или взрослому, которому доверяешь

Игнорируй этого человека или заблокируй его

## КОНТРОЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

### 1 Подчеркни примеры персональных данных

- А) твоё Имя и Фамилия
- Б) твой домашний адрес
- В) спорт, который тебе нравится
- Г) имя твоего домашнего питомца
- Д) место, куда ты ездил(а) на каникулы



### 2 Дима общается со своей подругой по переписке с именем Аня34. Она спрашивает: «Дима» - это твоё настоящее имя? А какая у тебя фамилия?». Диме показался этот вопрос странным:

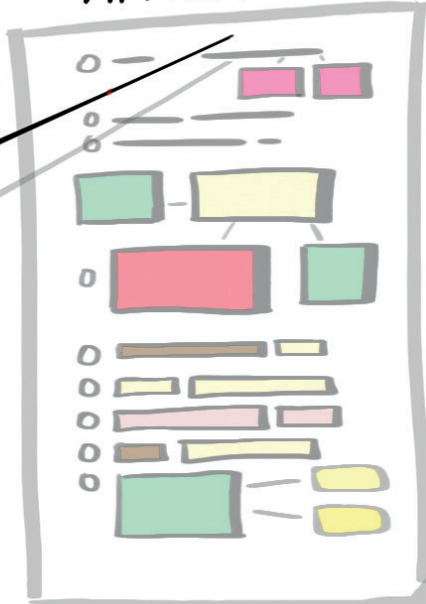
- А) он должен сказать Ане34 правду
- Б) он должен сказать неправду
- В) он должен прекратить переписку, заблокировать Аню34 и рассказать об этом родителям
- Г) он должен сказать Ане34 своё настоящее имя и фамилию, только если Аня34 скажет свои

### 3 Выбери правильный ответ.

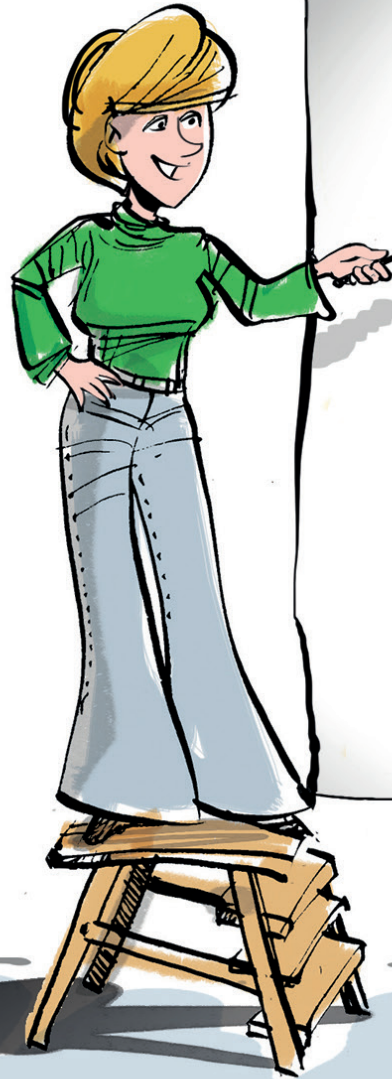
Рома общается с другом по переписке Колей. Он спросил, какой у Ромы любимый цвет. Ещё он спросил, каких домашних животных любит Рома. Эта информация является персональными данными, которые нельзя сообщать?

- А) да
- Б) нет

# Правила безопасности в ИНТЕРНЕТЕ



# Правила безопасной зачистки леса в "league of legends"





**НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ЦЕНТР ПОМОЩИ**  
ПРОПАВШИМ И ПОСТРАДАВШИМ ДЕТЯМ



**лига  
безопасного  
интернета**



**Телефон горячей линии**

**8 800 700 5676**



**Сайт**

**найтиребенка.рф  
ligainternet.ru**

**Соцсети**



**vk.com/liga  
vk.com/find\_child**



**t.me/ligainternet  
t.me/findchild**

Все права на представленные материалы принадлежат Ассоциации участников рынка интернет-индустрии «Лига безопасного интернета». Воспроизведение или распространение указанных материалов, в том числе графических, в любой форме может производиться только с письменного разрешения правообладателя. При использовании ссылка на правообладателя и источник заимствования обязательна.