

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ,  
НАГЛЯДНЫЕ ИНФОРМАЦИОННЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО БЕЗОПАСНОМУ  
ИСПОЛЬЗОВАНИЮ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ» В ЦЕЛЯХ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ  
ПРЕСТУПЛЕНИЙ, СОВЕРШАЕМЫХ С ЕЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ, КАК  
САМИМИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМИ, ТАК И В ОТНОШЕНИИ НИХ.**

**КАК ОПРЕДЕЛИТЬ ИНТЕРНЕТ-РИСКИ?**

Ты знаешь, что сегодня твоих сверстников часто называют поколением быстрых кнопок, **цифровым поколением**?

И уж точно знаешь, почему!



Ваш привычный мир — **интернет-среда** — такое удобное и логичное жизненное пространство.



**Интернет** — твой незаменимый помощник в учебе и развлечениях. Здесь ты находишь много нужной и важной информации, можешь общаться со всеми своими друзьями, находящимися даже на другом конце Земли

## НО ВСЕГДА ЛИ ЭТО БЕЗОПАСНО?

Информацию в интернете трудно проверять, поэтому злоумышленники могут использовать интернет-пространство для распространения информации, **опасной для твоего здоровья, развития и даже жизни.**



Через интернет злоумышленники могут получить доступ к твоей личной информации, сведениям о твоей семье и использовать это в преступных целях: вовлечь тебя в **опасные игры, группы и сообщества**, втянуть в **незаконную** деятельность, злоупотребить твоим доверием и **причинить вред.**

## КАК ПРОТИВОСТОЯТЬ ИНТЕРНЕТ-РИСКАМ И КАК САМОМУ ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ?



Интернет безопасен, если ты используешь **разрешенные** сайты, умеешь работать с информацией, **критично** относишься к ней!

Для обеспечения безопасности при использовании интернета соблюдай простые **правила.**

## ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА РАБОТЫ В ИНТЕРНЕТ-СРЕДЕ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШИХ КЛАССОВ:

Всегда спрашивай родителей о том, что тебя встревожило в интернете. Они помогут тебе понять, **безопасно это или нет!**

Добавляй в друзья **только знакомых** людей

Если тебя кто-то расстроил или обидел, обязательно **расскажи** взрослому

Не отправляй фотографии людям, которых ты **не знаешь**



Не рассказывай о себе **незнакомым** людям: где ты живешь, в какой школе учишься, не давай номер телефона

Не встречайся вживую без взрослых с людьми из интернета. В интернете многие люди рассказывают о себе **неправду**

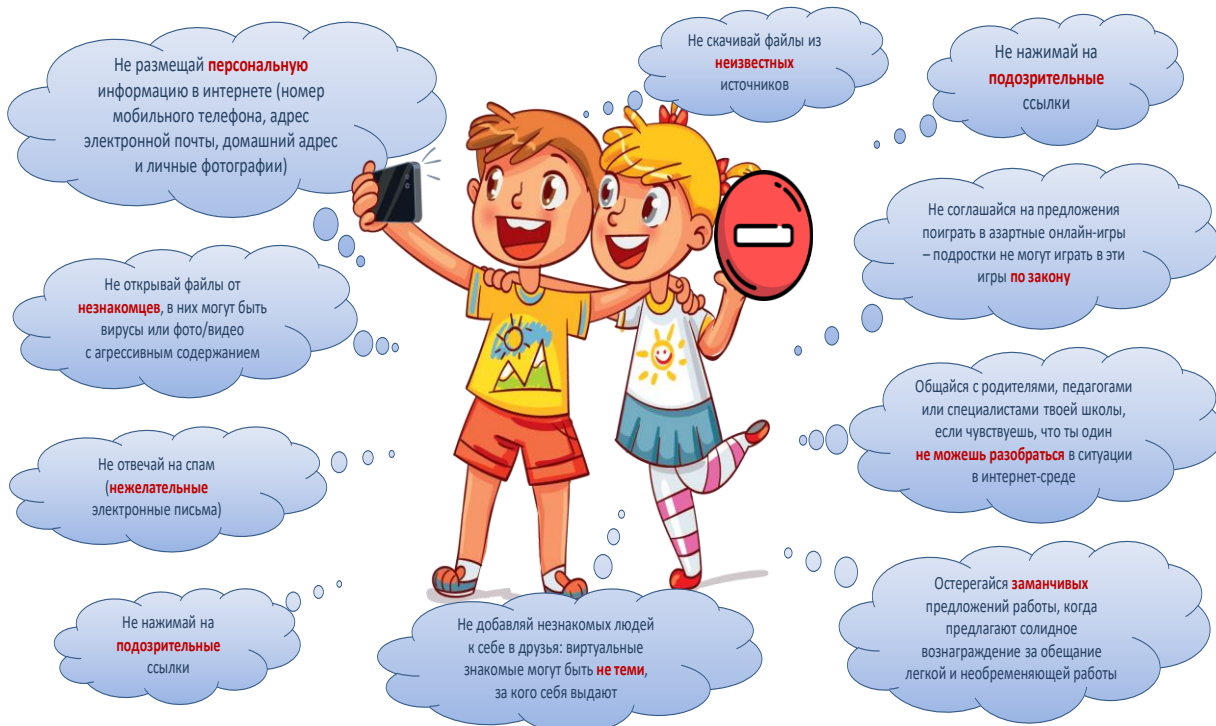
Но в то же время, общаясь в интернете, будь дружелюбен с другими. Не пиши грубых слов, потому что ты можешь нечаянно **обидеть** человека

Не нажимай на **подозрительные** ссылки

## ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА РАБОТЫ В ИНТЕРНЕТ-СРЕДЕ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНИХ КЛАССОВ:



## ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА РАБОТЫ В ИНТЕРНЕТ-СРЕДЕ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ:



## КУДА ОБРАТИТЬСЯ, ЕСЛИ НУЖНА ПОМОЩЬ?

Просить помощи у специалистов, если не справляетесь сами – нормально.

Вы можете:

### 1) Позвонить на горячие линии:

- Горячая линия Центра защиты прав и интересов детей по оказанию психолого-педагогической, методической и консультативной помощи родителям (законным представителям): **8 (800) 555-89-81**;
  - Телефон доверия для детей, подростков и их родителей:  
**8 (800) 2000-122**;
  - Московская служба психологической помощи населению:  
**8 (499) 173-09-09**;
  - Телефон неотложной психологической помощи (г. Москва):  
**051** — с городского телефона или **8 (495) 051** — с мобильного телефона;
  - Неотложная психологическая помощь Государственного бюджетного учреждения города Москвы «Городской психолого-педагогический центр Департамента образования и науки города Москвы»: **8 (800) 250-11-91**;
- В экстренной ситуации:
- экстренная медико-психологическая помощь: **8 (499) 791-20-50**;
  - телефон горячей линии психологической помощи МЧС России:  
**8 (495) 989-50-50**;
  - Горячая линия «Ребенок в опасности» Следственного комитета РФ:  
**8-800-200-19-10**;

### 2) Обратиться к специалисту на сайте психологической помощи подросткам:

- мырядом.онлайн
- ПомощьРядом.рф (pomoschryadom.ru)
- твоятерритория.онлайн

3) Обратиться в организацию, которая специализируется на теме травли в школе: АНО БО «Журавлик» (программа «Травли NET»):

**8 (963) 995 29 99**, [info@zhuravlik.org](mailto:info@zhuravlik.org)

4) Обратиться в центры психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (ППМС-центры). Ближайший к вам можно найти по ссылке:

<https://ovzrf.ru/navigator/>

**Рекомендуемые интернет-ресурсы для несовершеннолетних, родителей (законных представителей) несовершеннолетних, наглядных информационных материалов по безопасному использованию сети «Интернет»**

**Информационно-методические материалы**

Твоя психологическая безопасность (Памятка):

<https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2019/05/6.-Tvoya-psihologicheskaya-bezopasnost-pamyatk-dlya-detej.pdf>

Как защитить ребенка от интернет-рисков (Памятка):

<https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2019/05/5.-Kak-zashhitit-detei-ot-internet-riskov-pamyatka-roditelyam.pdf>

Родителям о психологической безопасности детей и подростков (Памятка):

<https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2019/05/4.Roditelyam-o-psihologicheskoy-bezopasnosti-detej-i-podrostkov-pamyatka.pdf>

Применение медиативных и восстановительных технологий в сфере предупреждения деструктивных проявлений среди несовершеннолетних: [https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2021/05/Primenenie-mediativnyh-i-vosstanovitelnyh-tehnologij-v-sfere-preduprezhdeniya-destruktivnyh-proyavlenij-sredi-nesovershennoletni\\_compressed.pdf](https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2021/05/Primenenie-mediativnyh-i-vosstanovitelnyh-tehnologij-v-sfere-preduprezhdeniya-destruktivnyh-proyavlenij-sredi-nesovershennoletni_compressed.pdf)

Работа с родителями обучающихся образовательных организаций по проведению профилактической деятельности с несовершеннолетними, склонными к суицидальному поведению. Методические рекомендации для педагогов-психологов и социальных педагогов образовательных организаций: <https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2021/04/Rabota-s-roditelyami-obuchayushhihsya-obrazovatelnyh-organizatsij-po-provedeniyu-profilakticheskoy-deyatelnosti-s-nesovershennoletnimi-sklonnymi-k-suicidalnomu-povedeniyu.pdf>

Дополнительная общеразвивающая программа интерактивных занятий для детей, подростков и молодежи по вопросам ненасильственных методов разрешения споров и конфликтов «Курс юного переговорщика»: [http://iac.dagminobr.ru/files//2021/kurs\\_young\\_pereg.pdf](http://iac.dagminobr.ru/files//2021/kurs_young_pereg.pdf)

Программа экстренной и пролонгированной психологической помощи детям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации: <https://fcprc.ru/spec-value-of-life/metodicheskie-materialy-dlya-spetsialistov/>

Профилактика интернет-рисков: методические рекомендации для педагогов и родителей: <https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2019/05/3-Razvitie-ustojchivosti-k-internet-riskam.pdf>

Психологическая безопасность детей и подростков в образовательной среде: рекомендации для руководителей, педагогов, психологов образовательных организаций:

<https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2019/05/1.-Metodicheskie-rekomendatsii-po-obespecheniyu-psihologicheskoy-bezopasnosti-obrazovatelnoj-sredy-dlya-rukovoditelej-OO.pdf>

Информационно-методические материалы по профилактике криминализации образовательной сред: [https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2020/01/Profilaktika-kriminalizatsii-obrazovatelnoj-sredy\\_red.-2.pdf](https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2020/01/Profilaktika-kriminalizatsii-obrazovatelnoj-sredy_red.-2.pdf)

Методические комплексы для психологического сопровождения обучающихся общеобразовательных организаций, в том числе программы развития социально-эмоциональных навыков учащихся: [https://vbudushee.ru/library/psy\\_umk/](https://vbudushee.ru/library/psy_umk/)

### **Интерактивные материалы, статьи и полезные ресурсы для родителей:**

Наглядно-методическое пособие для родителей «Формула семьи»:

<https://fcprc.ru/materials-category/informatsionno-metodicheskie-materialy-dlya-roditelej/>

Статья об осознанном родительстве:

<https://растимдетей.рф/articles/uchimsya-osoznannomu-roditelstvu>

Видео про безопасность в интернете в рамках акции УРОКБЕЗОПАСНОСТИ.РФ:

[https://www.youtube.com/watch?v=W\\_XwekfKdnY](https://www.youtube.com/watch?v=W_XwekfKdnY) ()

Блог «Лаборатории Касперского»: <https://www.kaspersky.ru/blog/digital-literacy-for-everyone/9004/>

Онлайн-родительское собрание «Пространство социальных сетей – без риска для детей» (Сценарий и презентация): <https://fcprc.ru/spec-value-of-life/metodicheskie-materialy-dlya-spetsialistov/>

## **Вебинары**

Электронный каталог вебинаров для педагогов, психологов и родителей обучающихся «Психологическая безопасность и благополучие в семье, школе, социуме»: <https://fcprc.ru/value-of-life/elektronnyj-katalog-vebinarov-dlya-pedagogov-psihologov-i-roditelej-obuchayushhihsya-psihologicheskaya-bezopasnost-i-blagopoluchie-v-seme-shkole-sotsiume/>

«Особенности подросткового возраста с точки зрения психологии, социологии и этологии: подростковая девиантность»: <https://fcprc.ru/webinars/osobennosti-podrostkovogo-vozrasta-s-tochki-zreniya-psihologii-sotsiologii-i-etologii-podrostkovaya-deviantnost/>

«8 правил безопасного общения с подростками: как родителям реагировать на «трудное» поведение ребенка»: <https://fcprc.ru/webinars/8-pravil-bezopasnogo-obshheniya-s-podrostkami-kak-roditelyam-reagirovat-na-trudnoe-povedenie-rebenka/>

«Консультирование по вопросам детско-родительских отношений, девиантного поведения несовершеннолетних»:  
<https://fcprc.ru/webinars/konsultirovanie-po-voprosam-detsko-roditelskih-otnoshenij-deviantnogo-povedeniya-nesovershennoletnih-sostoyalos-29-aprelya-2020-g/>

«Давай договоримся! Развиваем навыки конструктивного диалога»:  
<https://www.youtube.com/watch?v=RxlxPhVLWhI>

«Ресурсы родителей»: <https://fcprc.ru/webinars/resursy-roditelya/>

«Психология зависимого поведения»:  
<https://fcprc.ru/webinars/psihologiya-zavisimogo-povedeniya/>

«Территория онлайн – без стресса»:  
[https://www.youtube.com/watch?v=t1P3z5jwj\\_U](https://www.youtube.com/watch?v=t1P3z5jwj_U)