ПАМЯТКА ПО БЕЗОПАСНОМУ ИСПОЛЬЗОВАНИЮ СЕТИ ИНТЕРНЕТ В СООТВЕТСТВИИ С ВОЗРАСТНЫМИ ОСОБЕННОСТЯМИ

Младший школьный возраст

Рекомендуется ограничивать режим экранного времени до 1 часа в день с чередованием физической активности ребенка.

Для детей в возрасте 7-11 лет возрастает роль цифровых технологий в развитии логического мышления и метапредметных компетенций. При этом велик риск поверхностного усвоения информации, если контент концептуально не ориентирован на выработку критического мышления у ребенка. Образовательные задания должны строиться с опорой на зону ближайшего и перспективного развития, сочетая элементы игры с задачами на синтез, сравнение и обобщение.

Наряду с этим для детей рассматриваемой возрастной группы характерно формирование теоретического мышления, которое сочетается с недостаточной зрелостью критических навыков, что становится своего рода триггером для вовлечения в «челленджи» и манипулятивную рекламу, что предполагает необходимость родительского контроля.

Физическое здоровье несовершеннолетних рассматриваемой возрастной группы встает под угрозу в случае потребление контента во время еды, так как нарушается распознавание сигналов насыщения. Необходимо ограничить использование цифровых устройств за столом, а деятельность родителей сориентировать на формирование интереса у ребенка к играм в образовательные практики под их контролем.

В этом возрасте уже возникают чаты класса, кружка (обсуждение коллективного творческого дела к празднику, что становится доступным к 3-4 классу). Педагог должен по возможности находиться в чате класса.

Поведение ребенка в соцсетях полностью находится в сфере влияния и ответственности законных представителей (родителей).

Меры противодействия негативного влияния цифрового мира на младшего школьника:

– Строгое соблюдение рекомендаций гигиенистов по использованию экранного времени.

– Контроль за гаджетами ребенка со стороны родителей, с использованием технических средств контроля (программы «Родительский контроль» и др.) и механических (просмотр браузера, просмотр игр и видеопродукции, предлагаемой ребенку)

– Развитие навыков и формирование коммуникативной деятельности в реальном мире: игры с родителями и сверстниками, посильная помощь по дому, ручное творчество, занятия в спортивных и театральных секциях.

– Расширение круга интересов компьютерной игры и мультфильмов: посещение театра, интересных экскурсий, интерактивных развивательно-познавательных мероприятий.

– Обучение ребенка безопасному поведению в сети: понимание границы допустимости информации, сообщаемой анонимному собеседнику и само понимание возможной «маски» собеседника. Понимание категорического запрета на обсуждение финансового благополучия семьи, публикации и пересылки фотографий любых документов, своего тела и другого контента, который может быть использован в преступных целях.

– Формирование доверительных отношений с значимыми взрослыми, уверенность в получении помощи и поддержки от них. Возможность обратиться к значимым взрослым в случае проявлений буллинга, угроз и других негативных явлений в сети.

Подростковый возраст

Для подростков в возрасте 11-15 лет и школьников старших классов в возрасте 15-17 лет цифровая среда становится пространством формирования абстрактного мышления и идентичности. Вместе тем недостаточная зрелость, отсутствие сформировавшегося критического мышления делает их уязвимыми пропагандируемыми различными сетевыми онлайн-сообществах «заманивающими» деструктивными установками. В этой связи необходимо балансировать между свободой действий несовершеннолетнего в цифровом

пространстве и контролем характера потребляемого им контента, чтобы исключить возможные риски, связанные с вовлечением несовершеннолетнего в деструктивные сетевые онлайн-сообщества, искажающие традиционные для Российской Федерации мировоззренческие ценности.

Риски цифровой среды для подростка:

– Вовлечение в противоправную деятельность в сфере экстремизма, терроризма, финансового Мошенничества (дроппинг), распространения наркотиков.

– Погруженность в сетевое общение, в том числе с несуществующими личностями (когда под образом собеседника находится абсолютно иной человек по возрасту, социальному статусу) в ущерб формированию связей, что может привести к тому, что подросток становится жертвой сексуальных домогательств или попадает в негативные межличностные отношения газлайтинга, абъюза и др.

– Вовлеченность в аутодеструктивные сообщества на основании Естественного психофизиологического механизма недовольства своей внешностью, развитием организма.

– Финансовый ущерб при проведении покупок в интернете.

– Утрата контроля за персональными данными при регистрации на сомнительных сайтах.

Пути обеспечения безопасности подростков в цифровой среде:

– Формирование безопасной среды силами специалистов – выявление и блокирование нежелательного контента, пресечение деятельности конкретных лиц с деструктивным поведением в сети и другие меры.

– Для этого, например, в Институте информационной и медиабезопасности Университета имени О.Е. Кутафина (МГЮА) при поддержке Координационного совета по вопросам формирования у молодежи активной гражданской позиции, предупреждения межнациональных и межконфессиональных конфликтов, противодействия идеологии терроризма и профилактики экстремизма Министерства науки и высшего образования в 2025 году разработана программа профессиональной переподготовки «Специалист в сфере медиабезопасности».

– Социально-педагогическая пропедевтическая работа несовершеннолетним, формирующая его сферу интересов, привычек, культуры общения, которые бы исключали проявление заинтересованности негативным и противоправным контентом. Подросток, с детства воспитанный в единых требованиях семьи и школы, детской общественной организации в соответствии с традиционными ценностями народов России, просто не будет стартово иметь интерес к всему тому, что относится к деструктиву. Он занят живым общением, творчеством, проявляет интерес к будущей профессии, экологии, волонтерству и другим позитивным и реализующимся в материальном мире делом.

– На это направлена деятельность подростково-молодежных объединений, в том числе «Движение первых», проект «Зарница 2.0», множество волонтерских проектов, кружковое движение, классы предпрофессиональной подготовки.

– Формирование цифровой грамотности, что входит в учебные программы по дисциплинам ФГОС «Информатика», «Обществознание», «ОБЗР»: техника работы с паролями, регистрациями на сайте; понимание сущности компьютерных вирусов, путей их попадания в устройство конкретного человека и мер противодействия; отчетливое понимание пользователем условной анонимности и «аватарности» интернета, то есть собеседник может быть абсолютно иным человеком, чем он себя позиционирует в цифровом пространстве (пол, возраст, цели и даже государство местонахождения).

– Таким образом, в отношении подростков следует отметить, что самая надежная мера – это плановое воспитание коллективиста с усвоенными традиционными ценностями, навыками цифровой гигиены. И потребляющего контент, тщательно отфильтрованный специалистом по медиабезопасности.

– Укрепление внутрисемейных связей через повышение психолого- педагогической грамотности родителей, формирование у родителей готовности поддержать и отнестись с пониманием к различным жизненным коллизиями подростка, чутко реагировать на изменения в его настроениях, интересах, круге общения и даже пищевых привычках.

– Расширение кругозора, накапливание социального опыта; развитие аналитического и критического мышления, умения определять причинно- следственные связи, что входит в компетенции, регламентированные ФГОС.

Юношеский возраст

Период юношества, совпадающего с несовершеннолетием – короток. Это период с 17 до 18 лет. Как правило, это студент СПО или обучающийся 11-го класса.

Проблем, связанных с духовным развитием, формированием тех или иных векторов запроса – больше. Самостоятельности – тоже больше. К тому же они уже по закону имеют право работать и получать заработную плату, то есть ограничить приобретение часов интернета, представители уже не могут. И следует еще раз подчеркнуть – вероятно, упущено время и возможности семьи в формировании избирательности интересов.

Непосредственным критерием определения допустимого уровня вовлеченности в цифровую среду выступает содержательное соответствие контента возрастным характеристикам восприятия и когнитивным возможностям, что подкрепляется нормативными требованиями к возрастной классификации информационной продукции в соответствии с Федеральным законом «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» от 29.12.2010 № 436-ФЗ. При этом регламентация не должна сводиться к простому ограничению доступа, а должна предполагать сопровождение цифрового опыта со стороны родителей и педагогов, направленного на развитие критического мышления и эмоциональной устойчивости у детей.

Особую осторожность требует подход к потреблению шок-контента, включая сцены насилия, сексуализированные образы или паранормальную тематику, которые могут вызывать когнитивную дезориентацию и эмоциональную перегрузку. Решение проблемы включает тщательный отбор контента, наблюдение за изменениями в поведении ребенка и своевременное привлечение специалистов при выявлении тревожных симптомов. В контексте возрастного отбора контента важно учитывать данные возрастной психологии.