**«УТВЕРЖДАЮ»**

для апробации

Директор СПБ ГБОУ СОШ № 324

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Д.А. Петрук

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20 г.

**ТРЕНИНГ «БЕЗОПАСНЫЙ ИНТЕРНЕТ»**

Составитель

педагог- психолог

А. А. Луканова

Санкт-Петербург

2018

**Пояснительная записка**

Данная программа психологического сопровождения предназначена для государственного бюджетного образовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 324 Курортного района Санкт-Петербурга..

В настоящее время Интернет стал неотъемлемой частью нашей повседневной жизни. Сегодня практически не осталось людей, которые не знали бы, что такое Интернет, или хотя бы раз не пользовались им. Но не смотря на колоссальное количество плюсов кибер-пространства, нельзя забывать и о его минусах (опасностях).

Все опасности и риски Интернета можно разделить на 5 больших групп.

1. ***Контентные риски*** – это материалы (тексты, картинки, аудио, видеофайлы, ссылки на сторонние ресурсы), содержащие насилие, агрессию, эротику и порнографию, нецензурную лексику, информацию, разжигающую расовую ненависть, пропаганду анорексии и булимии, суицида, азартных игр, наркотических веществ и т.д.

2. ***Коммуникационные риски*** связаны в первую очередь с общением между пользователями (домогательство, груминг, киберпреследованиеи или кибертравля).

3. ***Потребительские риски*** – злоупотребление в Интернете правами потребителя (риск приобретения товаров низкого качества, подделок, потери денежных средств без приобретения товара или услуги).

4. ***Электронные риски*** – это возможность столкнуться с хищением персональной информации, риск подвергнуться вирусной атаке, кибермашенничеству, спам-атаке, шпионским программам и т.д.

5. ***Киберзависимость*** – зависимость от Интернета.

**Программа психологического сопровождения**

*Название тренинга:* «Безопасный Интернет»

*Назначение*: Тренинг предназначен для обучающихся ГБОУ СОШ № 324.

Аудитория: дети и подростки от 9 до 18 лет

*Цель:* научить детей безопасно и эффективно пользоваться Интернетом

*Задачи:*

- по средствам игры проинформировать детей о рисках и опасностях в пространстве Интернет

- профилактика интернет-зависимости,

- развитие навыков оценки ситуации и принятия ответственности за поведение в ней,

- развитие коммуникативных навыков и навыков бесконфликтного общения,

- развитие навыков управления стрессовыми состояниями,

- развитие навыков поведения в опасных ситуациях в условии интернета,

- формирование навыков целеполагания и уверенного поведения.

*Методы:*

* + диагностика
	+ мозговой штурм
	+ ролевые игры
	+ дискуссия
	+ беседа
	+ методы телесно-ориентированной терапии

**Тематический план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название темы** | Всегочасов | В том числе |
| Теоретических | Практических |
| **1.** | Настольная игра «На просторах Интернета» | 2 | 1 | 1 |
| **2.** | Правила безопасного поведения и общения в Интернете | 2 | 1 | 1 |

**Структура занятий**

1. Приветствие, знакомство
2. Разминка. Динамические упражнения, направленные на синхронизацию группы, создание доверительной, безопасной, непринужденной атмосферы.
3. Тема. Информация по теме занятий
4. Основная часть. Выполнение заданий, упражнений. Обсуждение полученной информации.
5. Обратная связь. Ритуал «выхода». Участники становятся в круг, берутся за руки и все вместе говорят «Спасибо», «До свидания».

*Организация и условия работы по программе:*

Количество детей и подростков в группе составляет 20-25 человек, в возрасте 9 - 18 лет.

Продолжительность одного занятия – 2 академических часа.

**Прогнозируемая эффективность предложенной программы**

- расширение знаний об интернет-опасностях и способах противостояния им,

- закрепление навыков эффективной и безопасной интернет-коммуникации,

- развитие умения выражать свои чувства,

- отработка навыков отказа,

- развитие навыков эффективного общения и поведения в ситуациях конфликта.

- повышение стрессоустойчивости

*Перечень показателей эффективности:*

- степень удовлетворенности тренингом и тренерами

- заинтересованность

- активность

- степень доверия группе и тренерам