

# **ИНФОРМАЦИОННАЯ ГИГИЕНА**

## **1. Цель освоения дисциплины**

Формирование способности студентов создавать и поддерживать в повседневной жизни и профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности, в том числе, с помощью организации информационной гигиены обучающихся.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина «Информационная гигиена» относится к вариативной части блока дисциплин. Для освоения дисциплины «Информационная гигиена» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Введение в профессиональную деятельность (с практикумом)», «Методика посреднической деятельности».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплины «Психология».

## **3. Планируемые результаты обучения**

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни (УК-6);
- способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов (УК-8).

**В результате изучения дисциплины обучающийся должен:**

### ***знать***

- основные нормативно-правовые требования к созданию безопасных условий жизнедеятельности, правила охраны труда, основные правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- классификацию интернет-рисков;
- базовые положения тайм-менеджмента, инструменты непрерывного образования (в течение всей жизни), способы самообразования для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей и временной перспективы, требований рынка труда;
- здоровьесберегающие техники и технологии в цифровом образовании;

### ***уметь***

- применять правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения;
- определять отрицательное влияние информации на психическое, физическое и социальное благополучие отдельного человека, социальных групп и населения в целом;
- реализовывать инструменты и методы управления временем при выполнении кратко- и среднесрочных задач, проектов, с учетом личностных возможностей и собственных потребностей;

### ***владеть***

- готовностью своевременно выявлять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте;
- навыками профилактики заболеваний населения, связанных с информацией;

- способностью к определению задач саморазвития, реализации инструментов и методов управления временем при выполнении кратко- и среднесрочных задач, проектов, с учетом личностных возможностей и собственных потребностей;
- методами информационной гигиены в профилактике отклоняющегося поведения детей, подростков и молодёжи.

#### **4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение**

количество зачётных единиц – 3,  
общая трудоёмкость дисциплины в часах – 108 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 50 ч., СРС – 58 ч.),  
распределение по семестрам – 2,  
форма и место отчётности – промежуточная аттестация проводится в форме экзамена (комплексного экзамена по модулю) с учетом рейтинговых баллов, набранных студентом за период изучения дисциплины.

#### **5. Краткое содержание дисциплины**

Теоретические основы информационной гигиены.  
Основные понятия и категории информационной гигиены. Нормативно-правовое регулирование в области защиты информации. Цифровое образование — проблемы и риски. Диагностика проблем нарушения информационной безопасности. Основы здоровьесберегающих технологий.

Цифровая гигиена как средство сохранения здоровья в условиях современного образования. Характеристика ценностей и технологий разных поколений. Сетевое поколение. Классификация интернет рисков: контентные, коммуникационные, потребительские, технические. Сетевая культура. Идентификация, самоидентификация, самопрезентация в Internet-сообществе. Сетевая социализация. Воспитание, социально-педагогическая поддержка развития способности, креативности, готовности к деятельности гражданина в условиях сложности и неопределенности. Сетевые образовательные программы. Сетевая управляемая культура. Уберизация. Проблемы здоровьесбережения в контексте информационной гигиены. Предупреждение отрицательного влияния информации на психическое, физическое и социальное благополучие отдельного человека, социальных групп, и населения в целом, профилактика заболеваний населения, связанных с информацией, оздоровление окружающей информационной среды.

Организация информационной гигиены.  
Информационные образовательные технологии образовательных учреждений.  
Проектирование и реализация здоровьесберегающих техник и технологий в цифровом образовании. Средства информационной гигиены. Возможности информационных технологий в реализации требований современного образования.

#### **6. Разработчик**

Молодцова Ирина Александровна, кандидат медицинских наук, доцент кафедры специальной педагогики и психологии ФГБОУ ВО "ВГСПУ".