



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «Безопасный интернет: как защитить дошкольника в цифровом мире»

Дорогие родители!

В современном мире гаджеты стали частью жизни, но для ребенка 3–7 лет виртуальное пространство должно быть ограничено правилами безопасности. Наша задача — не запретить всё, а сделать пребывание в сети полезным и безопасным.

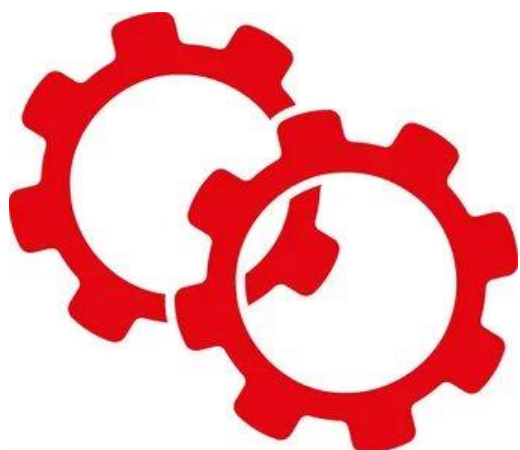
1. Установите «цифровые границы»

- * Время — главный ресурс: Для дошкольника оптимальное время перед экраном — не более 15–20 минут в день.
- * Правило «без еды и сна»: Не позволяйте ребенку смотреть мультфильмы во время еды или за час до сна. Это важно для здорового пищеварения и крепкого нервного отдыха.



2. Используйте «фильтры» и «детские режимы»

- * Включите функцию «Родительский контроль» в настройках приложений.
- * Используйте специализированные детские браузеры или приложения, где контент предварительно проверен педагогами и психологами.





3. Будьте рядом

(Правило «Активного участия»)

* Не оставляйте ребенка «один на один» с планшетом. Смотрите мультфильмы вместе, обсуждайте сюжет, задавайте вопросы: «Как поступил герой?», «Почему он так сделал?». Это превращает

пассивное потребление контента в развитие речи и мышления.

4. Кибер-безопасность начинается с семьи

* Приучите ребенка к главному правилу: «Ничего не нажимай без разрешения мамы или папы».

* Объясните, что в интернете нельзя «общаться» с незнакомцами и нажимать на яркие всплывающие окна — это «цифровые ловушки».



5. Альтернатива — важнее всего

* Интерес к гаджету часто возникает от скуки. Если у ребенка есть альтернатива: настольная игра, рисование, прогулка или чтение книги вместе с вами — он сам предпочтет «живое» общение виртуальному миру.

6. Личный пример

* Ребенок копирует ваше поведение. Если мама и папа постоянно «в телефоне», ребенок будет требовать того же. Станьте для него примером человека, который умеет отдыхать без экрана.



Золотое правило для родителей:

Цифровой мир — это всего лишь инструмент. Пусть он помогает вашему ребенку узнавать новое, а не заменяет радость реального детства и общения с вами!