Памятка для родителей

«Информационная безопасность детей 2–3 лет»

Разработала: Ежова Светлана Владимировна,

воспитатель.



Главный принцип: В раннем возрасте безопасность ребенка в цифровом мире полностью зависит от действий родителей.

1. Экранное время: сколько можно?

В *2–3* года психика ребенка еще не готова к восприятию быстрой смены картинок и яркого контента.

· Норма: ВОЗ и педиатры рекомендуют полностью исключить экраны (телевизор, планшет, телефон) для детей до *2* лет. Для детей *2–3* лет — не более *15–20* минут в день (и то, в исключительных случаях, например, стрижка у врача).

· Фон: Не держите телевизор включенным «для фона». Это перегружает нервную систему ребенка, вызывает тревожность и задерживает развитие речи.

· Замена: Предложите ребенку игру, рисование, чтение книг или прогулку вместо мультиков.

2. Контент: что смотрит ребенок?

Если вы все-таки включаете ребенку мультфильм, вы должны контролировать то, что он видит.

· Никакого ютуба и *TikTok:* Алгоритмы этих платформ могут подсунуть ребенку взрослый, агрессивный или пугающий контент (например, «взрослые» мультики с насилием или странные ролики).

· Только проверенные мультфильмы: Выбирайте спокойные, добрые советские или современные обучающие мультфильмы (например, «Малышарики», «Тини Лав»). Они должны быть с медленной сменой кадров и понятным сюжетом.

· Просмотр вместе: Не оставляйте ребенка один на один с гаджетом. Комментируйте происходящее на экране, объясняйте сюжет.

3. Техническая защита (Родительский контроль)

Чтобы обезопасить ребенка от случайного нажатия и нежелательного контента:

· Пароль на устройстве: Поставьте сложный пароль (графический ключ) на телефон и планшет. Ребенок не должен иметь свободного доступа к вашему устройству.

· Режим «Ребенок»: Настройте на планшете/телефоне «Детский режим» или «Гид по доступ». Это блокирует выход из приложения, покупки и звонки.

· Родительский контроль: Установите приложения (например, *Google Family Link, Kaspersky Safe Kids*), которые фильтруют контент и ограничивают время использования.

· Отключите автоплатежи: Уберите привязку карт, чтобы ребенок случайно не купил что-то в игре.

4. Личные данные и приватность

Даже в 2 года у ребенка есть цифровой след.

· Не выкладывайте лишнее: Подумайте, прежде чем публиковать фото ребенка в открытых соцсетях (особенно с геолокацией, в купальнике, с указанием полного имени и сада).

· Право на приватность: Уважайте личное пространство ребенка. Не все моменты его жизни должны быть в интернете.

5. Безопасность самих родителей (Мошенники)

Дети часто берут телефоны родителей. Убедитесь, что:

· На вашем телефоне нет приложений с «взрослым» контентом.

· Вы не храните пароли от банковских приложений в заметках.

· Ребенок не может случайно позвонить по платным номерам.

6. Игры и игрушки

· Онлайн-игры: В этом возрасте они не нужны. Ребенку нужны тактильные ощущения (кубики, пирамидки, мягкие игрушки).

· Гаджеты как «няня»: Не давайте телефон, чтобы ребенок просто замолчал. Это формирует зависимость. Лучше переключить внимание на игру или попытаться понять причину плача.

Что делать, если…

· Ребенок увидел что-то страшное на экране: Не ругайте его и себя. Обнимите, успокойте, объясните, что это «понарошку» или «не для деток». Выключите устройство. Не акцентируйте внимание, если ребенок не испугался — просто переключите на игру.

· Истерика из-за отнятого планшета: Это нормально для 2–3 лет. Спокойно, но твердо уберите гаджет. Предложите альтернативу (игру, книгу). Будьте последовательны: если сказали «нельзя», значит, нельзя.

Вывод для родителей:

В первой младшей группе лучшая «информационная безопасность» — это ограничение доступа к цифровым устройствам и замена экранного времени на живое общение, игры и сенсорное развитие.