ПРОФИЛАКТИКА
федеральный центр

КАК ЗАЩИТИТЬ РЕБЁНКА ОТ НЕЖЕЛАТЕЛЬНОГО КОНТЕНТА В ИНТЕРНЕТЕ?

Для защиты детей от вредоносного контента в Интернете можно использовать встроенные функции различных цифровых платформ и устройств.



СЕМЕЙНЫЕ АККАУНТЫ

Многие популярные сервисы предлагают возможность создания семейных аккаунтов, объединяющих взрослых и детей в одну группу пользователей. Это позволяет взрослым контролировать доступ детей к контенту и приложениям.

ДЕТСКИЙ РЕЖИМ

Некоторые устройства и браузеры имеют специальные детские режимы, которые фильтруют результаты поиска, ограничивают доступ к нежелательным сайтам и позволяют выбирать категории просматриваемого контента.

РОДИТЕЛЬСКИЙ КОНТРОЛЬ

Большинство смартфонов и планшетов поддерживают инструменты родительского контроля, которые позволяют ограничивать доступ к определённым приложениям, играм, покупкам и медиаконтенту.

АНТИВИРУСНЫЕ ПРОГРАММЫ

Антивирусные решения с функцией защиты детей не только защищают устройство от вредоносного программного обеспечения и фишинга, но и предоставляют отчёты о действиях ребёнка в интернете.

Важно помнить, что ни одна программа не способна заменить активное участие взрослого в формировании культуры безопасного поведения ребёнка в цифровом пространстве.


ПРОФИЛАКТИКА
федеральный центр
КАК ОБЕСПЕЧИТЬ БЕЗОПАСНОСТЬ РЕБЕНКА В ИНТЕРНЕТЕ?
ОБУЧЕНИЕ ОСНОВАМ ЦИФРОВОЙ ГРАМОТНОСТИ
Рассказывайте детям правила безопасного поведения в интернете, объясняйте последствия необдуманных действий.
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АНТИВИРУСНЫХ ПРОГРАММ И ФИЛЬТРОВ
Установите специальные программы, блокирующие доступ к нежелательным сайтам и защищающие устройства от вирусов.
КОНТРОЛЬ ПРИВАТНОСТИ АККАУНТА
Настройте ограничения видимости профилей и публикаций в социальных сетях, убедитесь, что ребенок правильно настраивает уровень конфиденциальности.
ОГРАНИЧЕНИЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ
Следите за количеством времени, которое ребенок проводит онлайн, помогайте организовывать режим отдыха и занятий вне интернета.
СОЗДАНИЕ ДОВЕРИТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ
Поддерживайте открытый диалог с ребенком, позволяйте ему делиться своими переживаниями и сомнениями относительно взаимодействия в сети.

ПРОФИЛАКТИКА
федеральный центр

СКОЛЬКО ВРЕМЕНИ МОЖЕТ ПРОВОДИТЬ РЕБЁНОК У ЭКРАНА?

Суммарная ежедневная продолжительность работы с электронными устройствами, оборудованными экранами (компьютерами, планшетами, смартфонами и пр.)





ДЛЯ ДЕТЕЙ ДО 2-3 ЛЕТ

Максимально исключить гаджеты.
Заменить экранное время на сенсорную игру с реальными объектами (игрушки, природные элементы)

ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 2-3 ЛЕТ

не более 20 минут в день

ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 3-7 ЛЕТ

не более 1 часа в день

ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 7 ДО 11 ЛЕТ

не более 1,5 часа в день

ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 11 ДО 16 ЛЕТ

не более 2 часов в день



Согласно Письму Министерства образования и науки РФ от 24.07.2025 № МН-6/2164 «О направлении методических рекомендаций»