

## Памятка

### "Ограничение доступа несовершеннолетних к вредной информации и организация родительского контроля"

#### Уважаемые мамы и папы!

В современном мире дети с ранних лет пользуются планшетами, смартфонами и компьютерами. Наряду с пользой (развивающие программы, мультфильмы, общение с родными) существует и серьёзная угроза: доступ к информации, которая может навредить психике, здоровью и развитию ребёнка. Ваша задача — не запрещать гаджеты, а **научить безопасному использованию** и **ограничить доступ к опасному контенту**.

## 1. Какая информация признаётся вредной для детей до 7 лет?

Согласно Федеральному закону № 436-ФЗ, детям дошкольного возраста **не допускается** распространение информации:

- побуждающей к действиям, угрожающим жизни или здоровью (например, «игры» с розеткой, высотой, огнём);
- вызывающей желание употребить алкоголь, табак, наркотики;
- содержащей нецензурную брань, насилие, жестокость;
- отрицающей семейные ценности, формирующей неуважение к родителям;
- оправдывающей противоправное поведение;
- порнографического характера.

Также запрещена информация, которая может вызвать у ребёнка страх, панику или искажённое представление о мире (например, «страшилки» без предупреждения, опасные челленджи).

## 2. Как ограничить доступ ребёнка к вредной информации?

### А) Технические средства (родительский контроль)

Устройство

Что делать

**Смартфоны /  
планшеты  
(Android)**

В Google Play – раздел «Родительский контроль» (ограничение по возрасту приложений, игр, фильмов). Также можно использовать приложения **Family Link** (от Google) – контроль экранного времени, одобрение установок.

Устройство	Что делать
<b>iPhone / iPad</b>	«Экранное время» → «Контент и конфиденциальность» → ограничения по возрасту (книги, музыка, фильмы, веб-сайты). Можно запретить Safari или разрешить только определённые сайты.
<b>Компьютер (Windows)</b>	Создать детскую учётную запись → включить «Семейная безопасность» (Microsoft Family) – фильтр веб-сайтов, отчёты о действиях.
<b>Роутер (Wi-Fi)</b>	На многих роутерах есть встроенная контент-фильтрация (например, «Родительский контроль» в настройках) – блокировка категорий сайтов (порно, насилие, оружие).
<b>Браузеры</b>	Включить безопасный поиск (Яндекс.Дзен, Google SafeSearch). Использовать детские браузеры («Гогуль», KidsBrowser).

## **Б) Контроль без специальных программ**

- **Не оставляйте ребёнка одного с устройством, подключённым к интернету**, особенно в возрасте 3–5 лет.
- **Смотрите контент вместе** – объясняйте, почему тот или иной мультфильм или игра не подходит.
- **Используйте «детский режим»** на YouTube (YouTube Kids) – там отфильтровано большинство опасных видео.
- **Установите пароль на магазин приложений**, чтобы ребёнок не мог самостоятельно скачать игру без вашего ведома.

## **В) Альтернатива экранному времени**

- Предлагайте развивающие настольные игры, лего, рисование, лепку – они безопасны и полезны.
- Ограничьте время за экраном: для детей 3–4 лет – **не более 20 минут в день**, 5–7 лет – **не более 30–40 минут** (с перерывами).

## **3. Что такое «родительский контроль» и как его организовать?**

**Родительский контроль** – это система технических и организационных мер, позволяющая:

- ограничивать время использования устройства;
- блокировать нежелательные сайты и приложения;
- получать отчёт о том, что искал/смотрел ребёнок.

### **Пошаговая инструкция (на примере Android + Family Link):**

1. Установите на свой телефон приложение **Family Link** (Google) и на устройство ребёнка.
2. Создайте учётную запись Google для ребёнка (можно указать возраст).
3. Свяжите устройства - вы будете получать уведомления и разрешать/запрещать установку приложений.
4. Настройте ограничения по возрасту для приложений, игр, фильмов, музыки.
5. Включите фильтрацию веб-сайтов (разрешить только безопасные сайты или полную блокировку браузера).
6. Установите лимиты экранного времени (например, «в будни - 20 минут, в выходные - 30 минут») и время отбоя (например, с 21:00 до 7:00 устройство блокируется).

Для **iOS** аналогичный функционал - «Экранное время» с код-паролем, который знаете только вы.

## **4. Что делать, если ребёнок уже столкнулся с опасным контентом?**

1. **Сохраняйте спокойствие.** Не ругайте ребёнка - он мог нажать случайно или его обманули.
2. **Обсудите** увиденное: «Что ты сейчас смотрел? Что тебе показалось страшным/непонятным?»
3. **Объясните**, что такие картинки и видео не настоящие или вредные, и что в следующий раз нужно сразу звать вас.
4. **Удалите историю** браузера и поставьте более жёсткие фильтры.
5. Если ребёнок сообщил о том, что кто-то в интернете просил его прислать фото или назвать адрес - **сохраните переписку** и обратитесь в полицию (по телефону 102 или на сайт МВД).

## **5. Основные правила для родителей (памятка на холодильник)**

- ✓ **Будьте в курсе**, какие сайты и приложения использует ваш ребёнок.
- ✓ **Общайтесь** с ребёнком о безопасности в интернете так же регулярно, как о правилах дорожного движения.
- ✓ **Установите единое семейное правило:** «Никогда не сообщай в интернете своё имя, адрес, телефон, название детского сада, и не отправляй фото без разрешения мамы или папы».
- ✓ **Подавайте пример** - сами не проводите за телефоном всё свободное время.

- ✓ **Используйте безопасные поисковые системы** для детей (например, «Спутник.Дети», «Гугуль»).

## **6. Куда обращаться за помощью?**

- **Лига безопасного интернета** - [hotline@ligainternet.ru](mailto:hotline@ligainternet.ru), телефон: 8 (800) 100-54-79 (бесплатно, пн-пт 9:00-18:00)
- **Единый урок по безопасности в сети** - [apkpro.ru](http://apkpro.ru) (методические материалы)
- **Ваш детский сад** - вы можете обратиться к педагогу-психологу или ответственному за информационную безопасность.

**Помните:** никакой фильтр не заменит живого общения и доверия. Самый надёжный родительский контроль - это ваш интерес к жизни ребёнка и ваше присутствие рядом.