НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ПРОБЛЕМ ВИХОВАННЯ НАПН УКРАЇНИ

Правила цифрової гігієни

для старших дошкільників

Київ - 2026

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ПРОБЛЕМ ВИХОВАННЯ НАПН УКРАЇНИ

Васильєва С.А.

ПРАВИЛА ЦИФРОВОЇ ГІГІЄНИ

ДЛЯ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ

(набір сюжетних дидактичних плакатів)

КИЇВ – 2026

УДК 373.2.015.31 : 004 : 613
В19

Рішення Вченої ради Інституту проблем виховання НАПН України
Протокол № 13 від 31 серпня 2026 р.

Автор: *Васильєва С.А., кандидат педагогічних наук, старший дослідник, провідний науковий співробітник відділу інституційного виховання Інституту проблем виховання НАПН України.*

Дизайнер: *Трейтяк Д.В., доктор філософії (PhD), старший науковий співробітник відділу національно-патріотичного виховання Інституту проблем виховання НАПН України.*

Рецензенти:

Гавриш Н.В., *доктор педагогічних наук, професор кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти Волинського національного університету імені Лесі Українки.*

Куниця Т.Ю., *кандидат педагогічних наук, старший дослідник, завідувач відділу соціальної педагогіки та соціальної роботи Інституту проблем виховання НАПН України.*

В19 Васильєва С. А.

Правила цифрової гігієни для старших дошкільників [Електронний ресурс]: набір сюжетних дидактичних плакатів / [автор: Васильєва С. А.; дизайнер: Трейтяк Д. В.]; Інститут проблем виховання НАПН України. Київ, ФОП Ямчинський О.В., 2026. 14 с.: кольор. іл.

До уваги дітей, педагогів, батьків, науковців, викладачів, студентів ВНЗ пропонуємо сюжетні дидактичні плакати, які розкривають зміст правил цифрової гігієни для дітей старшого дошкільного віку.

Інноваційність і оригінальність сюжетних дидактичних плакатів полягає у контенті, який подає зображення на плакаті і правилах, що ми пропонуємо старшим дошкільникам з метою пояснення нового знання про можливості застосування цифрових технологій і гаджетів, його закріплення у різних видах дитячої діяльності за умови використання цифрового освітнього середовища закладу дошкільної освіти і родин вихованців.

Пояснювальна записка роз’яснює і описує шляхи застосування сюжетних дидактичних плакатів, які презентують правила цифрової гігієни для дітей старшого дошкільного віку.

УДК 373.2.015.31 : 004 : 613

ISBN 978-617-8877-61-3
DOI https://doi.org/10.32405/978-617-8877-61-3-2026-14

© Васильєва С. А., 2026

Пояснювальна записка

Ідея передати зміст нового знання – оволодіння правилами цифрової гігієни (для дітей: цифровими правилами) старшими дошкільниками через сюжетні дидактичні плакати, сформувалася у ході здійснення наукового дослідження у 2025-2026 роках на основі виявленої потреби у дітей, педагогів, батьків використовувати такі правила, послуговуватися ними за допомогою орієнтирів.

Розробка і впровадження правил цифрової гігієни здійснювалися з орієнтацією на власний досвід педагогів застосовувати цифрові технології у процесі виховання, розуміючи їх важливість і доцільність для процесу перебування дитини у цифровому освітньому середовищі, цифровій технології, розвитку у дітей процесу пізнання навколишньої дійсності у віртуальному і реальному світах.

Всі правила цифрової гігієни поєднані між собою єдиною метою – передати дитині знання про варіанти застосування цифрових технологій.

Перше правило: чи я знаю, для чого мені потрібен гаджет? – запрошує дитину до роздумів про себе, про знання, яким володіє дитина, застосовуючи цифрові технології, про можливості гаджетів. Дитина думає і знайде відповідь на це питання, яке з часом увійде в її цифрове життя як правило, яким вона буде послуговуватися для вирішення різних життєвих ситуацій (знаходження інформації, підтвердження дії, рішення).

Наступне правило: я обираю гаджети, бо хочу вміти користуватися ними; я обираю гаджети, бо вмію працювати з ними – спонукає дитину до думки про власне бажання опанувати цифровими діями, які пропонує гаджет; вирішити, наскільки вміло вона користується гаджетами під час інтерактивної гри, завдання; про допомогу однолітку опанувати цифрові дії.

Третє правило: я розумію, про кого і про що йде мова у комп'ютерній грі – пропонує дитині свідомо перебувати у цифровій технології, навчитися розуміти зміст, який пропонує гра, визначити героїв гри, обставини, в яких вони опинилися, виокремити дії кожного героя гри, прояви особистісних цінностей.

Правило: ми обираємо гаджети – цифрові інструменти для спілкування, власного розвитку, пізнання віртуального світу – пропонує дитині оперувати словосполученням «цифрові інструменти» в повсякденному житті і визначити їх саме, як інструменти, для застосування у різних життєвих ситуаціях з метою: спілкування з однолітками або рідними людьми, отримання нової інформація про факти і явища, які цікавлять дитину, розширити уявлення про реальний і віртуальний світи під час інтерактивної гри.

П'яте правило: ми обираємо час і місце для комп'ютерної гри – визначає порядок дій дитини при використанні цифрової технології та координує часові і просторові межі перебування у цифровому освітньому середовищі. Це вимога, норма поведінки і діяльності дитини. Правило передбачає обов'язковість виконання. Дитина має зрозуміти, що від вибору зручного місця (кімната вдома або комп'ютерна кімната, які забезпечені меблями, цифровими пристроями) і дотримання часу, який визначено дорослими і цим правилом, вона отримує можливість грати, спілкуватися, зберігаючи власне здоров'я.

Шосте правило: ми контролюємо час перебування у комп'ютерній грі – залучає старшого дошкільника до контролю над своїми діями. Дитина передбачає час перебування у грі, використовує його за власною метою і проходить частину гри, знаючи, що завершить її сьогодні. Старший дошкільник визначає час для комп'ютерної гри у власному режимі дня, володіючи власним часом.

Сьоме правило: ми обираємо комп'ютерну гру про героїв, які володіють цінностями – спрямовує дитину до використання гри, цифровий контент якої наповнено проявами особистісних цінностей. Дитина характеризує героїв у грі, оцінює їх вчинки, дії, мету вчинків, обирає героїв, як взірець прикладу здійснення власних дій, що сприяє формуванню особистості.

Восьме правило: я обираю досвід про цінності, який дає мені комп'ютерна гра – пропонує дитині збирати, зберігати, застосовувати власний досвід (скарбничка досвіду) прояву особистісних цінностей і цей досвід дитина може розширити за рахунок такої гри. З часом проявити його у ситуації, яка вимагає рішення і здійснення вчинку.

Дев'яте правило: ми розуміємо, що гаджет – цифровий інструмент для пізнання світу – нагадує дитині про можливість пізнати світ реальний і відобразити його у віртуальному, перенести на гаджет, модифікувати. Разом із тим розширити знання про навколишній світ в умовах, які недоступні дитині. Таку можливість відкриває гаджет як цифровий інструмент.

Десяте правило: ми розуміємо правила і дотримуємося правил – узагальнює уявлення дітей про цифрові правила за використання їх символів, які присутні на плакаті до кожного попереднього і останнього правила. Важливим є впевнене рішення дитини, що вона дійсно розуміє значення кожного правила і орієнтується у життєвій ситуації, коли може його застосувати.

Організуючи освітній процес, за використання правил цифрової гігієни, педагог має можливість: наповнити уявлення і знання, скарбничку соціального досвіду дітей про навколишній світ і життєві ситуації; проаналізувати ставлення дитини до віртуального світу, до використання цифрової технології, перебування дитини у комп'ютерній грі, що проявляється у її діях і застосуванні таких правил у самостійній віртуальній діяльності.

З цією метою педагог обирає дидактичні, сюжетно-рольові ігри, штучні, проблемні ситуації, ігри-проби, ігри припущення та вводить до них цифрову технологію, як засіб, який здійснює вплив на формування особистості дитини.

Так під час ігор і ситуацій, ігрові дії дітей будуть спрямовані на вибір плакатів за сюжетом і символом, опис дії дітей, яких зображено на плакаті, пошук сюжету на плакаті за змістом і правилом, уявити майбутній результат дотримання правила і назвати його, здійснити дії за цифровими правилами при роботі за гаджетами.

Застосовуючи набори сюжетних дидактичних плакатів у різних формах взаємодії, рекомендуємо перенести їх у цифровому форматі до смарт дошки та роздрукувати плакати для кожної дитини з метою розширення можливостей для дітей обирати ці правила, орієнтуючись у їхніх символах, з огляду на індивідуальний ритм сприймання дитини та прояву її потреби у цифрових інструментах і діях.

Подані правила цифрової гігієни для старших дошкільників, як електронний ресурс, створені за участі ШІ, вартують суголосного застосування у цифровому освітньому середовищі закладу дошкільного освіти і родини.

З повагою, Васильєва С.А.

Чи я знаю, для чого мені потрібен гаджет?

Я обираю гаджети, бо хочу вміти користуватися ними.
Я обираю гаджети, бо вмію працювати з ними.

Я розумію,про кого і про що йде мова у комп’ютерній грі.

Ми обираємо гаджети – цифрові інструменти для спілкування, власного розвитку, пізнання віртуального світу.

Ми обираємо час і місце для комп’ютерної гри.

Ми контролюємо час перебування у комп’ютерній грі.

Ми обираємо комп’ютерну гру про героїв, які володіють цінностями.

Я обираю досвід про цінності, який дає мені комп’ютерна гра.

Ми розуміємо, що гаджет – цифровий інструмент для пізнання світу.

Ми розуміємо правила і дотримуємося правил.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10