Celoslovenský projekt

PhDr. Nataša Slavíková

eSlovensko

Zdá sa Vám, že Vaši žiaci trávia priveľa času na internete, že svoje mobily už takmer nepúšťajú z rúk? Získať si ich pozornosť je stále náročnejšie? Ak zažívate to, čo stovky ďalších škôl, tak projekt Bezinternetu.sk je určený práve pre Vás.

Neregulované používanie IKT deťmi je vážnym spoločenským aj zdravotným problémom.

Situácia sa zhoršila nástupom chytrých telefónov.

Dospelí by mali byť príkladom pre deti.

Mesačný detox vedie k dlhodobej digitálnej diéte.

Marshall McLuhan

- **Mediá nie je možné kriticky nereflektovať**
- **nebudovať si ochranný mechanizmus.**
- **Médiá majú byť slobodné, no len do takej miery, aby nezotročovali človeka, aby ho neodúčali samostatne myslieť a konať a nezraňovali jeho ľudskú dôstojnosť.**

- **Vyjadril presvedčenie a vieru v človeka, v jeho schopnosť odolávať, aby sa z neho nestal**

tzv. vidiot.

Ciele projektu Bezinternetu.sk

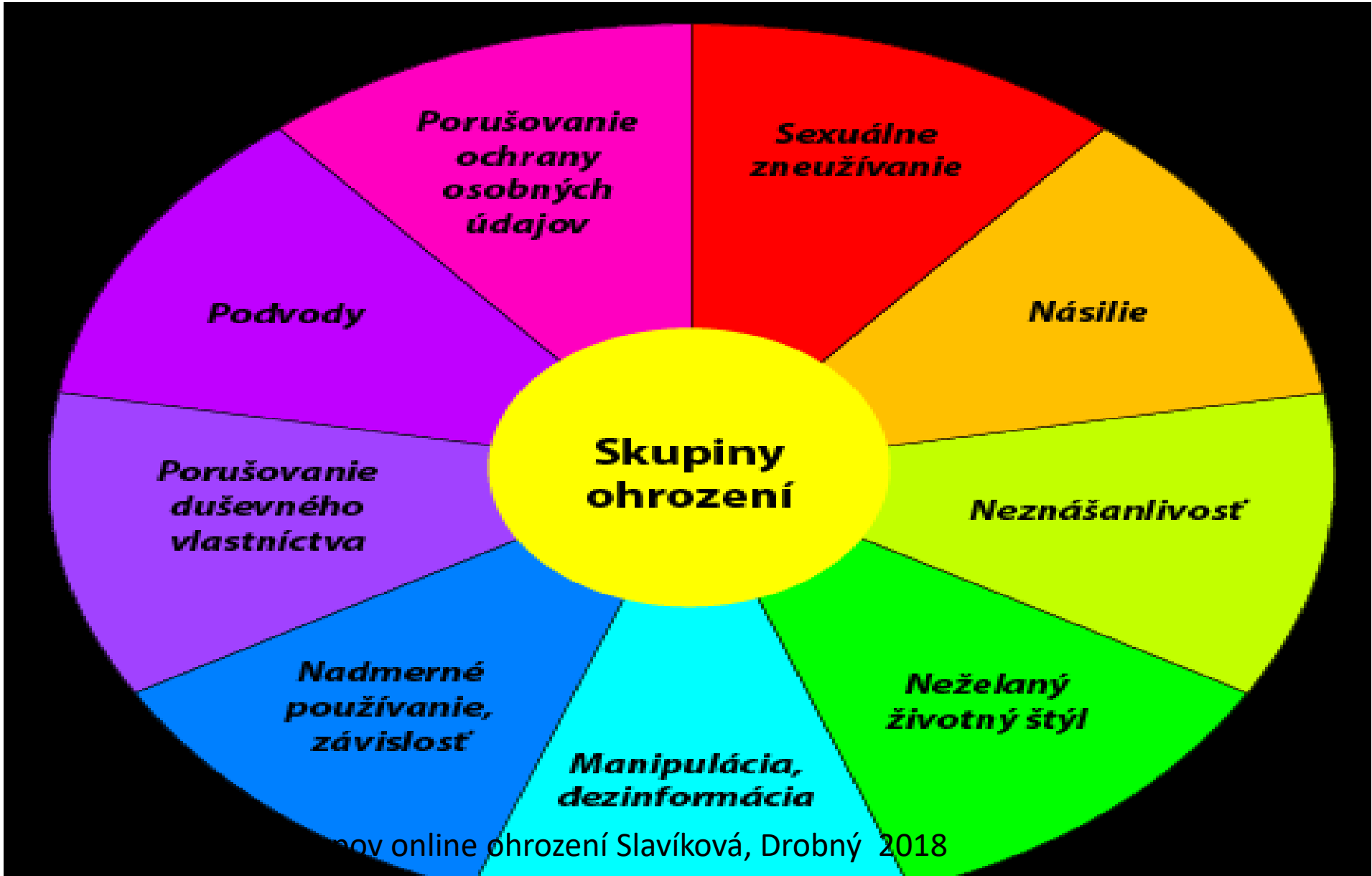
1. Podporovať prevenciu a reguláciu nadmerného používania internetu. Skrotiť liberálny prístup k IKT.
2. Ponúknuť príklady ako dobrovoľne regulovať, obmedziť, či dokonca sa na nejaké obdobie vzdať všadeprítomných displejov. Projekt nezakazuje
3. Zaviesť do života určité zásady a princípy, ktoré trvalo znížia vplyv digitálnych technológií a internetu.
4. Podporiť zdravý životný štýl detí, a zvýšiť úroveň mediálnej gramotnosti
5. Znížiť konzumáciu nezdravej digitálnej stravy.
6. Zapojiť, čo najviac žiakov, rodičov a škôl.
7. Zdokonaľovať kultúru používania IKT

Dôvody regulácie

- digitálny mediálny svet prináša množstvo **príležitostí**
- ale má pre deti aj **výrazný rizikový potenciál** a dá sa zhrnúť do štyroch kategórii:
- **nezákonný obsah,**
- **obsah nevhodný pre danú vekovú skupinu,**
- **nevhodné kontakty a**
- **nevhodné správanie**

NEJDE IBA O ČAS STRAVENÝ ONLINE ALE AJ O OBSAH

S mobilom 24 hodinový prístup



Dôvody

Práve v tomto momente má
priemerné 6-ročné dieťa
„odsledovaný“ temer jeden
celý rok svojho života.
V skutočnosti väčšina našich
detí má teraz, doslovne
povedané,
viac očných kontaktov
s televíznymi postavami
ako svojimi vlastnými rodičmi.“

(Sigman, 2005)

Za posledných dvadsať rokov sa radikálne zmenili parametre, v ktorých funguje náš mozog.

Menej premýšľame. Menej používame mozog.
Externalizujeme svoje myslenie. Internet rozmýšľa za nás.
Zábava....

Doposiaľ sa neuskutočnila žiadna iná globálna kultúrna zmena tak rýchlo, ako práve vplyv IKT.

Dnes deti nosia digitálne zariadenie vo vrecku a prostredníctvom chytrých telefónov aj internet, fotoaparát a GPS.

MARTIN JAN STRÁNSKY

- **Sociálne siete škodia mozgu, IQ sa znižuje.**
- **Preukázateľne vieme že ,**
- **klesá IQ oproti predchádzajúcej generácii.**

- **Dnešní mladí ľudia majú obmedzenejšiu schopnosť premýšľať, domýšľať a diskutovať, než mali naši rodičia.**

Doktor Gay Small „ Dráhy v mozgu používané na ľudskú interakciu a komunikáciu sa oslabujú v dôsledku zakrpatenia bežných ľudských zručností potrebných vo vzťahu jeden na jedného.“

PhDr. Nataša Slavíková ©

Syndróm straty pozornosti vedie k strate analýzy a kreativity.

Môže sa zdať, že inteligencia detí je vyššia, ale nemajú žiadne nápady a vidia veci čiernobielo.

Mozog prostredníctvom mobilov a rôznych aplikácii len odpovedá na momentálne podnety, ale pravdepodobne nevyprodukuje žiadnu hlbokú myšlienku alebo originálny nápad.

PETERS , D. : **It Really Is All about the Child: An Interview with Dr. Edward Hallowell, *Montessori Life*; Winter 2012-2013, Vol. .. Dostupné na: https://eric.ed.gov/?id=EJ994373**

PhDr. Mária Šafárová, PhD.

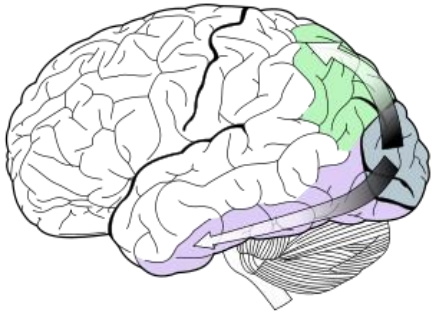
Spitzer - psychiater-neurovedec

“Nemôžem počúvať reči o tom, že technológie sú neutrálne a že záleží len na nás ako s nimi naložíme.

Tak to proste nie je - technológie zasahujú do nášho tela, a tým menia naše myslenie, našu vôľu i naše správanie, nehovoriac o tom, že sú spojené s ekonomickou mocou.“

MATĚJČKOVÁ, T.: Kvůli tabletům společnost hloupne a dětské mozky se nevyvíjejí, tvrdí psychiatr [online]. [2016-11-09]. Dostupné na: http://www.lidovky.cz/internet-je-nebezpecny-jako-azbest-dtw/lide.aspx?c=A161128_174222_ln_kultura_ELE

Písanie rukou a písanie na klávesnici



- **„Písanie na klávesnici nie je pre vstrebávanie vedomostí do dlhodobej pamäti, tak efektívne ako písanie rukou, zistili vedci z Princetonu a Silicon Valley.**
- **Zničujúce dopady písania na klávesnici na schopnosť čítať boli preukázané v Číne na vzorke 6 tisíc žiakov z tretej, štvrtej a piatej triedy.**
- **Ukázalo sa, že tí, čo píšu čínske znaky rukou, čítajú lepšie ako tí, ktorí úplne prestúpili na digitálne zadanie.40 % žiakov z nich nevie čítať.**

- **Riziká a vedľajšie účinky digitálnych médií na vzdelanie sa nedajú ukázať názornejšie.“**

- **SPITZER, M.: *Kybernemoc* ! Brno : HOST, 2016, s.209**

Príčiny stúpajúceho nadmerného používania IKT

je spôsobená viacerými faktormi.

- **Nedostatočná úroveň mediálnej gramotnosti rodičov, pedagógov a žiakov .**
- **Marginalizácia mediálnej výchovy na úkor digitalizácie.**
- **Mnohé aktuálne informácie, štúdie a výskumy sa nedostávajú do praxe, ostávajú na akademickej pôde.**
- **Odborníci z oblasti medicíny, psychiatri nespolupracujú s pedagógmi, rodičmi nie preto, že by nechceli, ale preto, že nemajú čas.**
- **Často sa riešia dôsledky a nie príčiny.**

Nezdravá namotávka na mobily
76 x denne do rúk a 2617 dotykov

- **V Nemecku pred pár rokmi trávili mladí ľudia viac ako sedem hodín pred monitorom dnes trávia celé dni so smartfónom (aj v čase spania)**

- **Spitzer 2015**

- **Slovenský tinedžér**
- **denne 5 a pol hodiny**

Markowetz na Univerzite v Bonne

- **Na vzorke 60 000 používateľov mobilov zistil, že vlastník smartfónu siahne po ňom v priemere 88 krát denne.**
- **35 krát sa pozrie len na hodiny alebo či mu neprišla správa.**
- **53 krát odomkne mobil, aby napísal mail alebo správu, otvoril aplikáciu alebo len surfoval po internete.**
- **Tinedžéri strávia so smartfónom denne dokonca tri hodiny.**
- **Z toho telefonujú len okolo 7 minút, ostatný čas strávia na facebooku, WhatsAppe alebo hrami.**
- **Deti a mladí pozrú do svojho mobilu v priemere každých desať minút.**
- **Neustále sú tak odpútavané od činnosti, ktorú práve robia, či sú to úlohy do školy, rozhovor s kamarátom, čas s rodinou.**

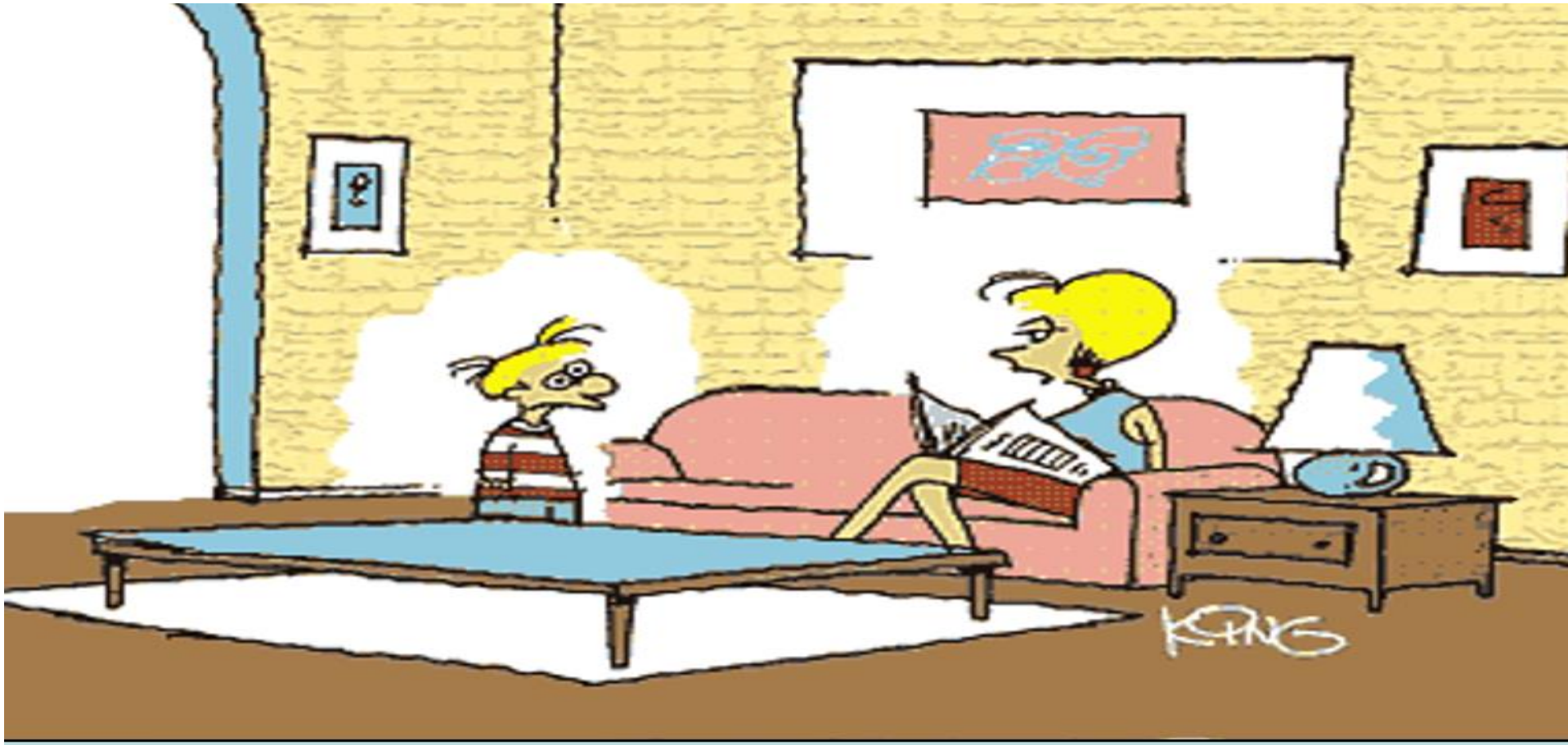
SMOMBIE

Spojenie Smartfónu a Zombie

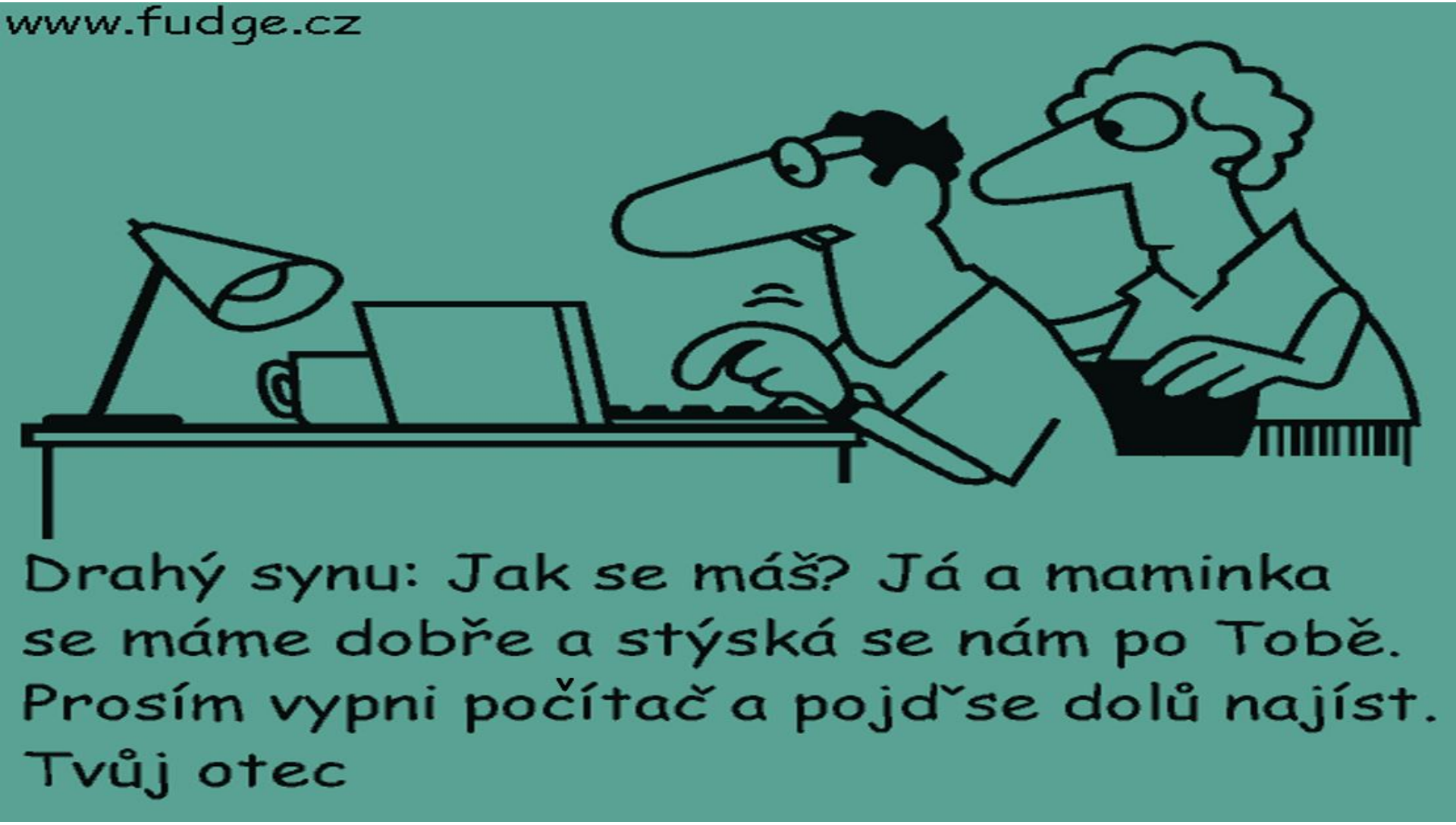
Človek sa stálym pripojením na smartfón umŕtvuje.

Čo sa to deje?

Internet všetko dokáže.
Nie , nestiahli sme si Ta z internetu.
Ty si sa nám normálne narodil !

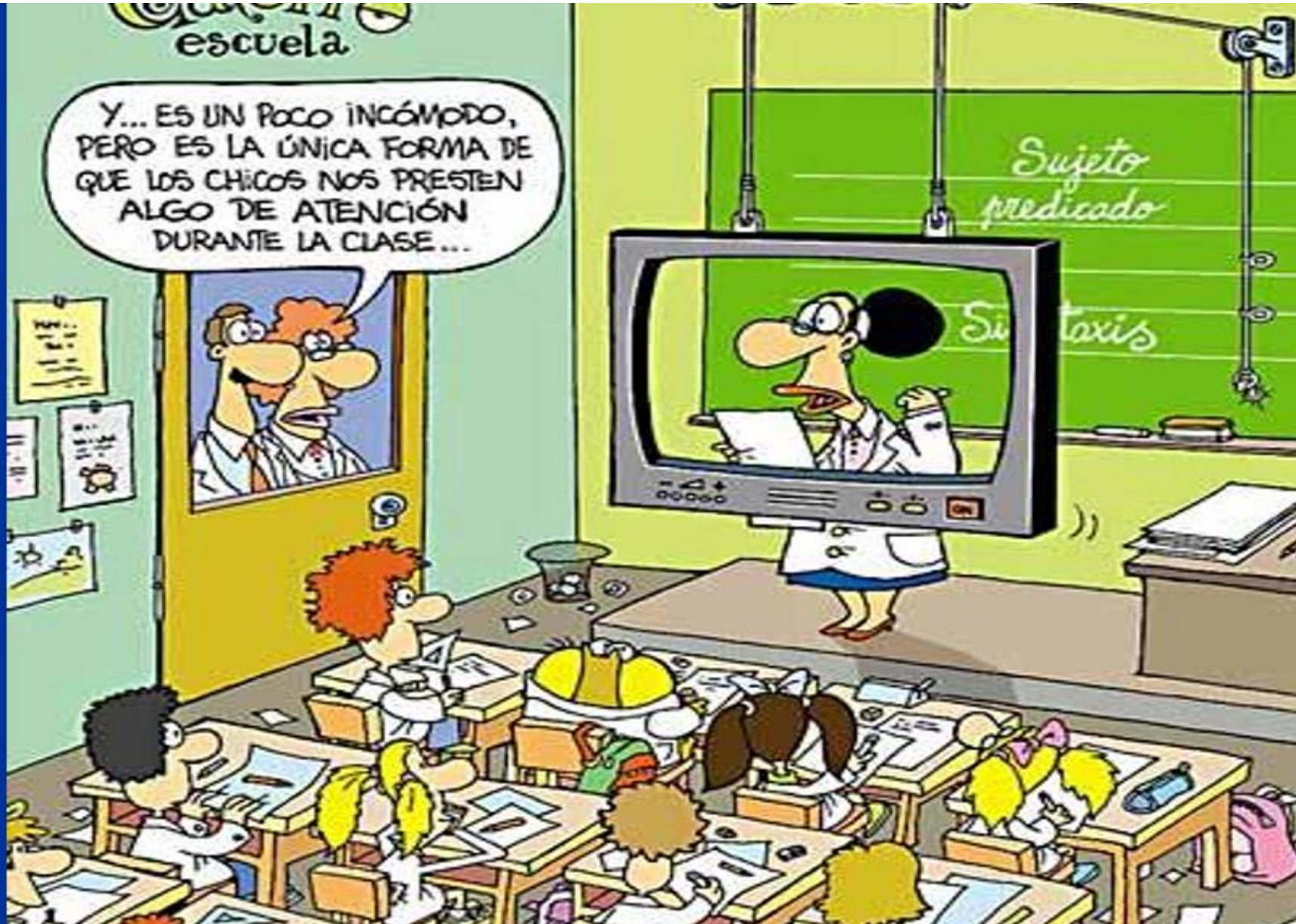


Zmenili sa podmienky výchovy



Zmenili sa podmienky práce s knihou a čítania

Zmenili sa podmienky vzdelávania
- je to jediná možnosť ako vzbudiť záujem detí



Zmenili sa podmienky učenia

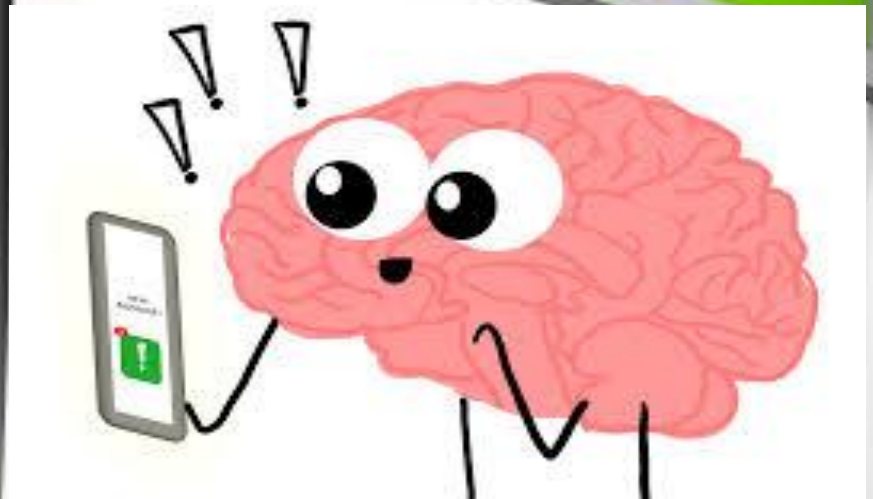
„Žáci, udělejte si poznámky …“

Zmenila sa slovná zásoba detí

Neustála stimulácia mozgu spôsobuje

vyplavenie dopamínu, hormónu šťastia, uznanie, odmeňovanie - dôvod prečo siahame po mobile častejšie

nárast stresového hormónu blokuje receptory pokoja



- Táto strata pokoja môže viesť k vážnejším úzkostným poruchám “

Prudko návyková zábava
Rovnaké metabolické procesy v mozgu ako pri fajčení, alkoholizme, užívaní drog

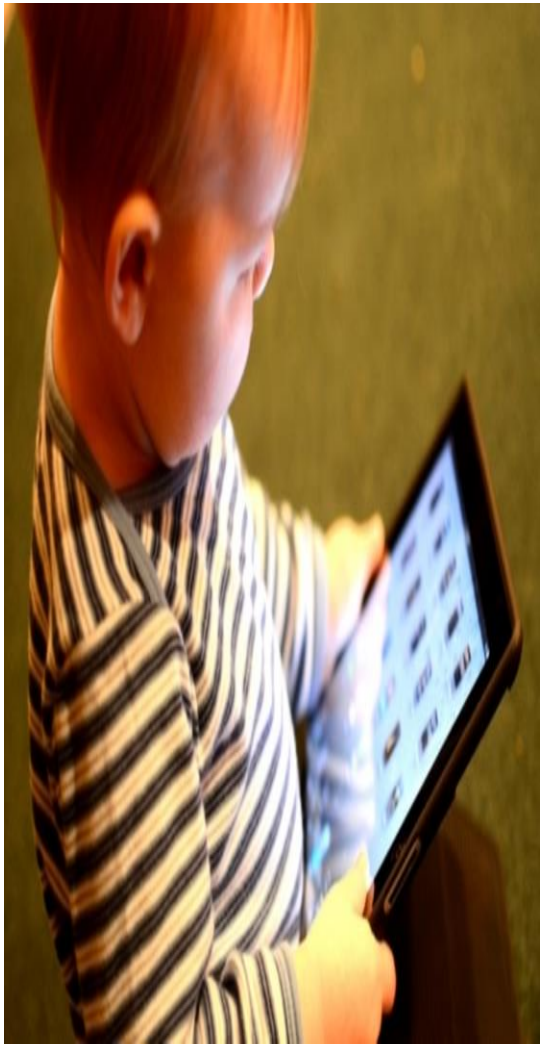
Koľko hodín denne je akurát ?

Do dvoch rokov najlepšie nepoužívať IKT a ak tak maximálne 5 minút.

Dnešné deti vedia lepšie narábať so smartfónom ako plávať, zaviazať si šnúrky či zistiť, koľko je hodín.

Do 6 rokov dvadsať minút.

Staršie dieťa by malo využívať IKT najviac dve hodiny denne.



Nadmerné používanie IKT spôsobuje
nedostatok pohybu u detí a rôzne iné sprievodné zdravotné problémy
ako sú napr.
obezita, poruchy spánku, poruchy pozornosti, bolesti chrbta, hlavy, očí a pod.

SD Mrtáš, Hlavy, oči ©

eSlovensko

BEZINTERNETU.SK

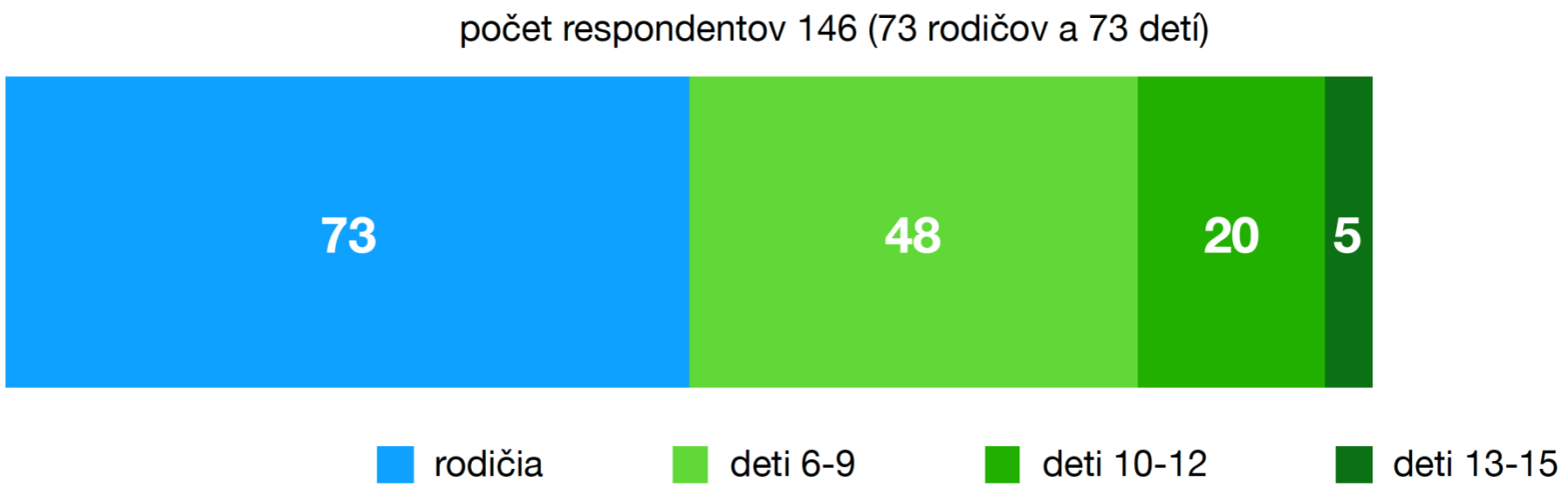
Vyhodnotenie výsledkov z dotazníkov.

(ZŠ Kráľová pri Senci 5.11. - 5. 12. 2018)

viac informácií o projekte
na www.bezinternetu.sk

Štruktúra respondentov

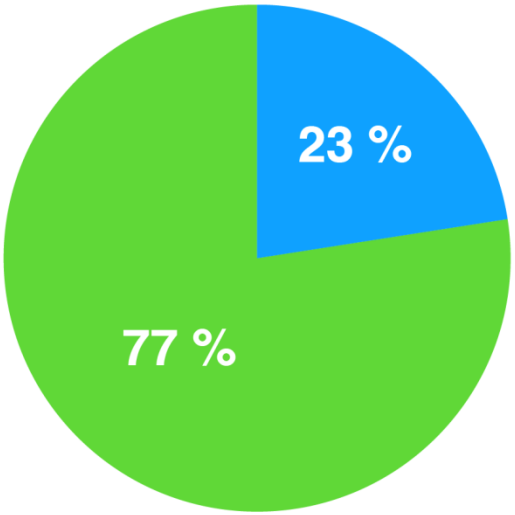
pilotnej školy zapojenej do projektu Bezinternetu.sk

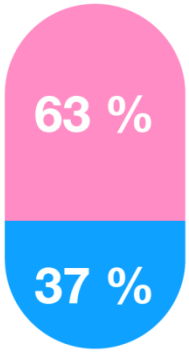


(ZŠ Kráľová pri Senci 5.11. - 5. 12. 2018)

Počet žiakov

z pilotnej školy zapojených do projektu Bezinternetu.sk





zapojilo sa 73 žiakov
nezapojilo sa 251 žiakov

z celkového počtu 324 žiakov

zapojení žiaci

dievčatá
chlapci

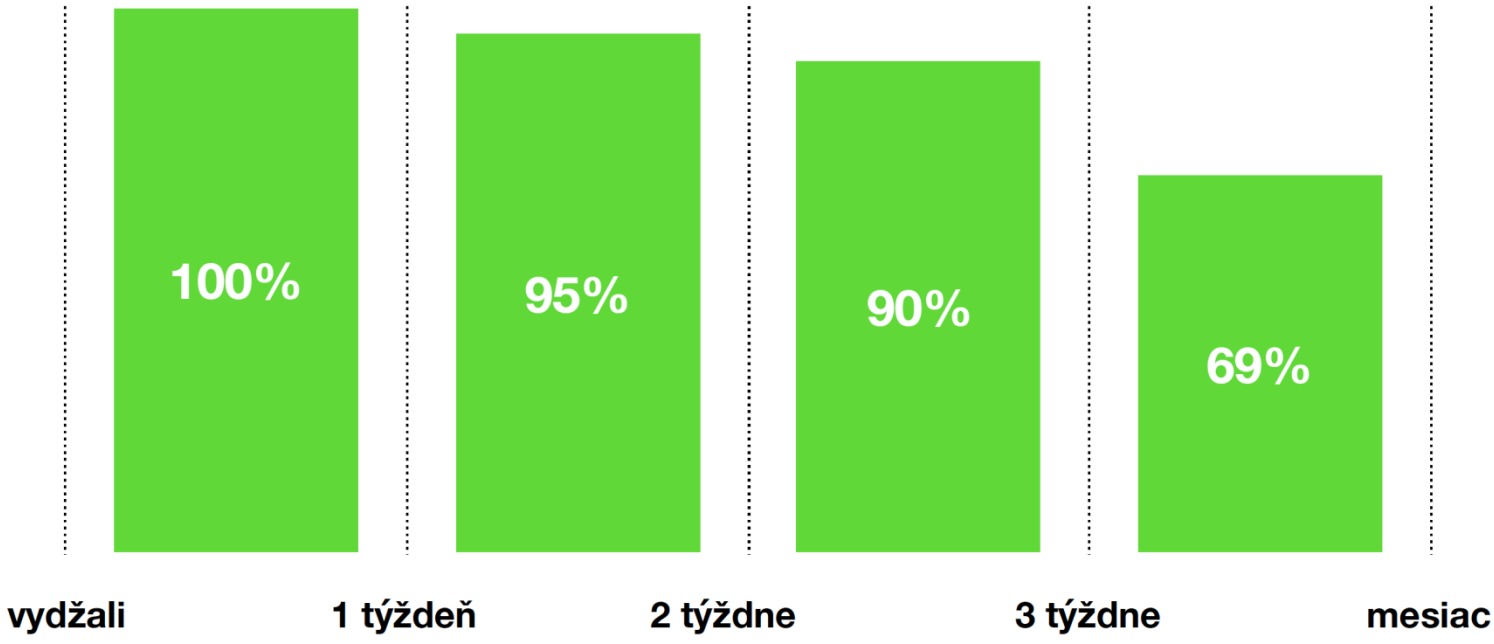
(ZŠ Kráľová pri Senci 5.11. - 5. 12. 2018)

Ako dlho deti pred vstupom do projektu využívali IKT ?

- **v priemere denne 40% uviedlo , že menej ako hodinu**
- **26% detí uviedlo, že využívalo dve hodiny,**
- **22% tri hodiny.**
- **Čas trávený cez víkend sa v priemere zvýšil pri troch hodinách až na 30% detí. Alarmujúce je používanie IKT štyri hodiny a viac, kde nárast bol zo 4 % cez týždeň na 26% cez víkend.**
- **Digitálny detox vydržalo mesiac 69 % žiakov, 21% žiakov tri týždne, 5% dva týždne a 5% jeden týždeň.**

Zotrvanie žiakov bez IKT

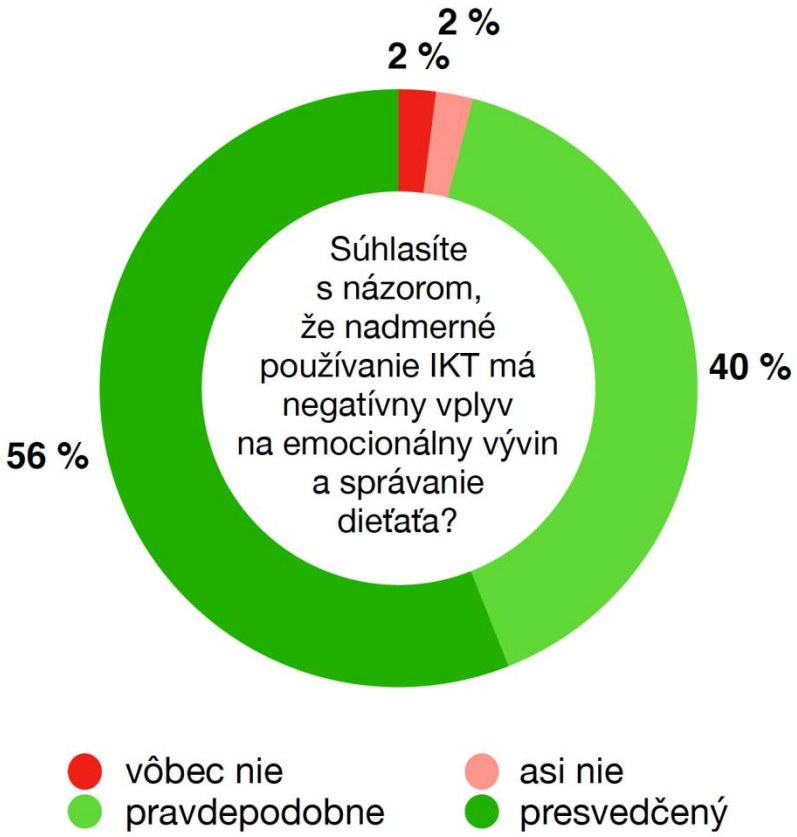
výsledky z pilotnej školy zapojenej do projektu Bezinternetu.sk



(ZŠ Kráľová pri Senci 5.11. - 5. 12. 2018)

Názor na nadmerné používanie IKT

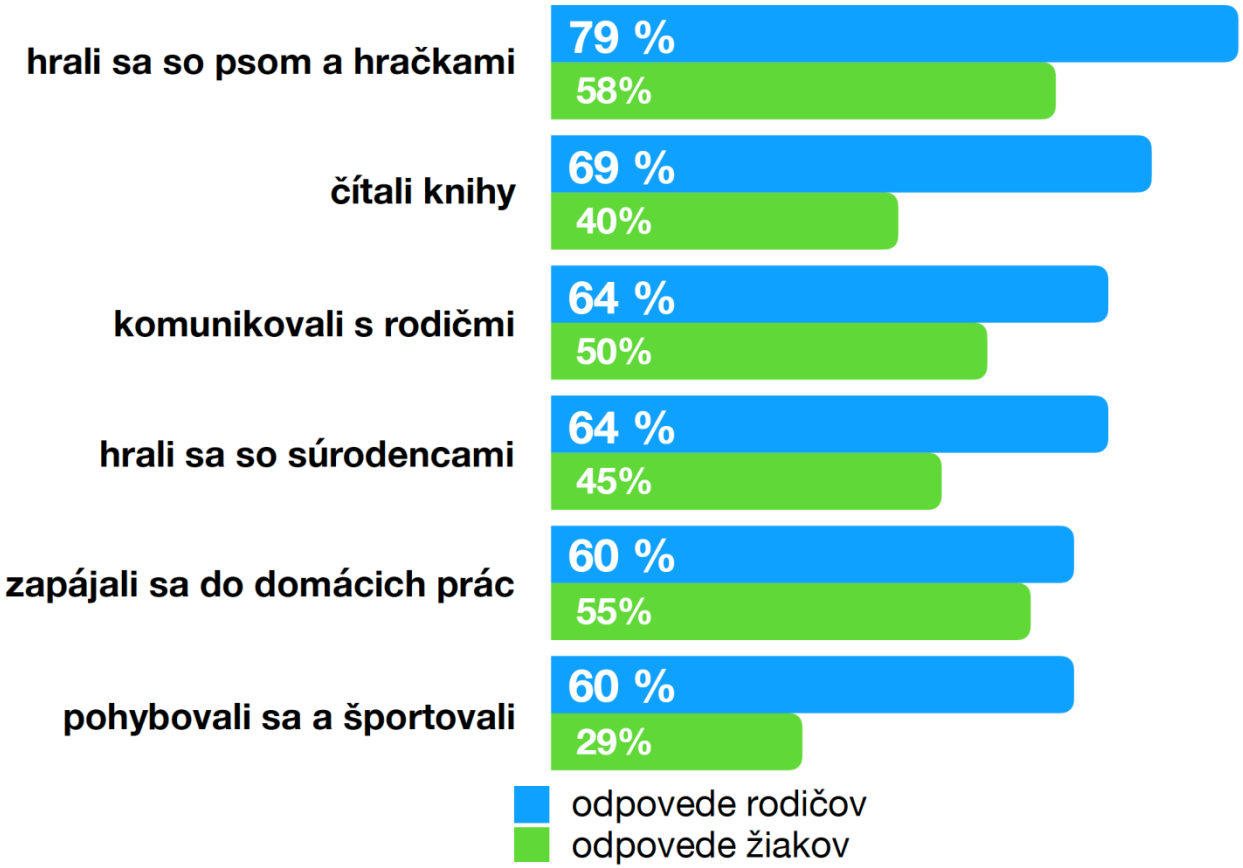
odpovede rodičov z pilotnej školy zapojenej do projektu Bezinternetu.sk



(ZŠ Kráľová pri Senci 5.11. - 5. 12. 2018)

Zmena správania detí

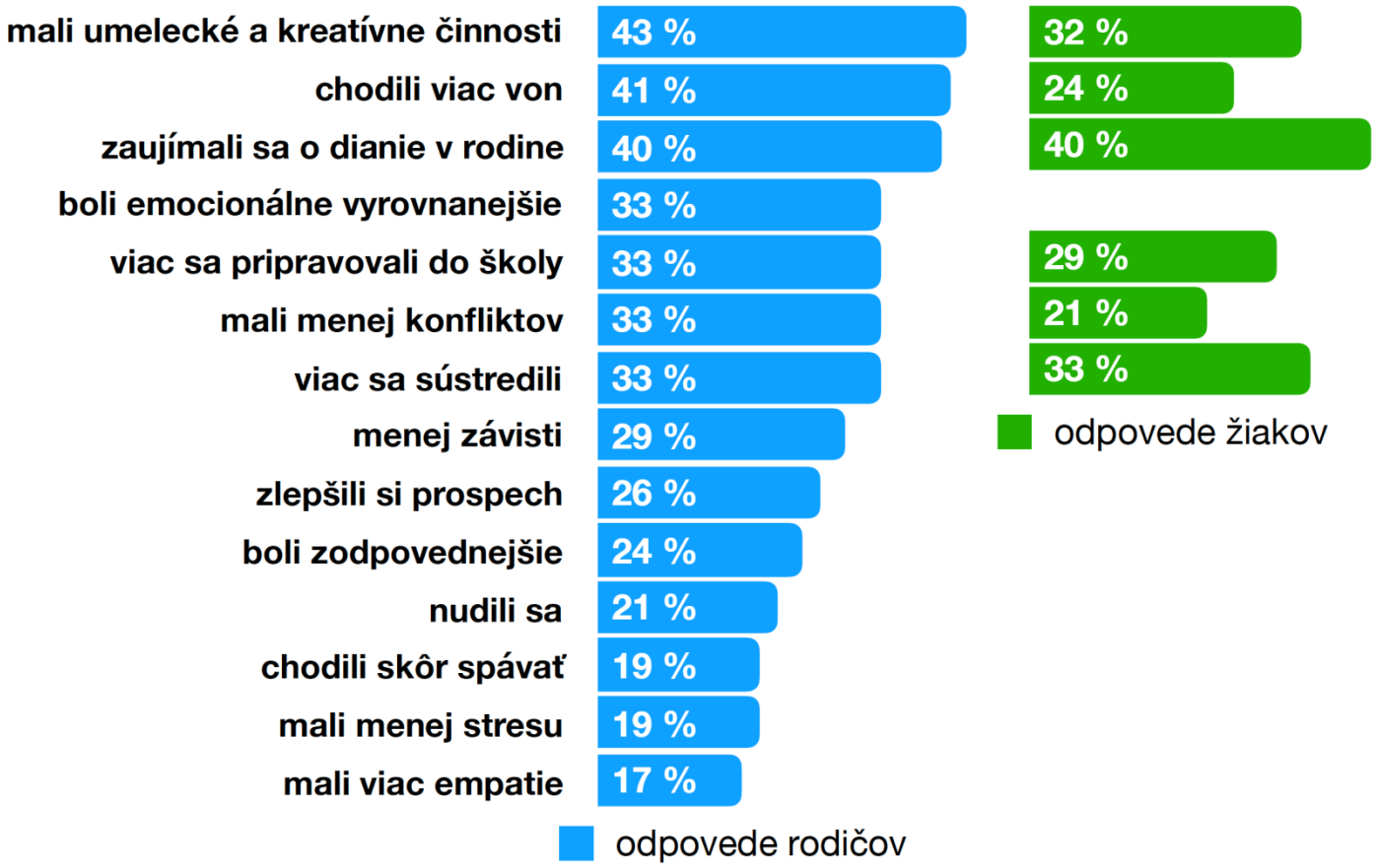
odpovede rodičov z pilotnej školy zapojenej do projektu Bezinternetu.sk



(ZŠ Kráľová pri Senci 5.11. - 5. 12. 2018)

Zmena správania detí

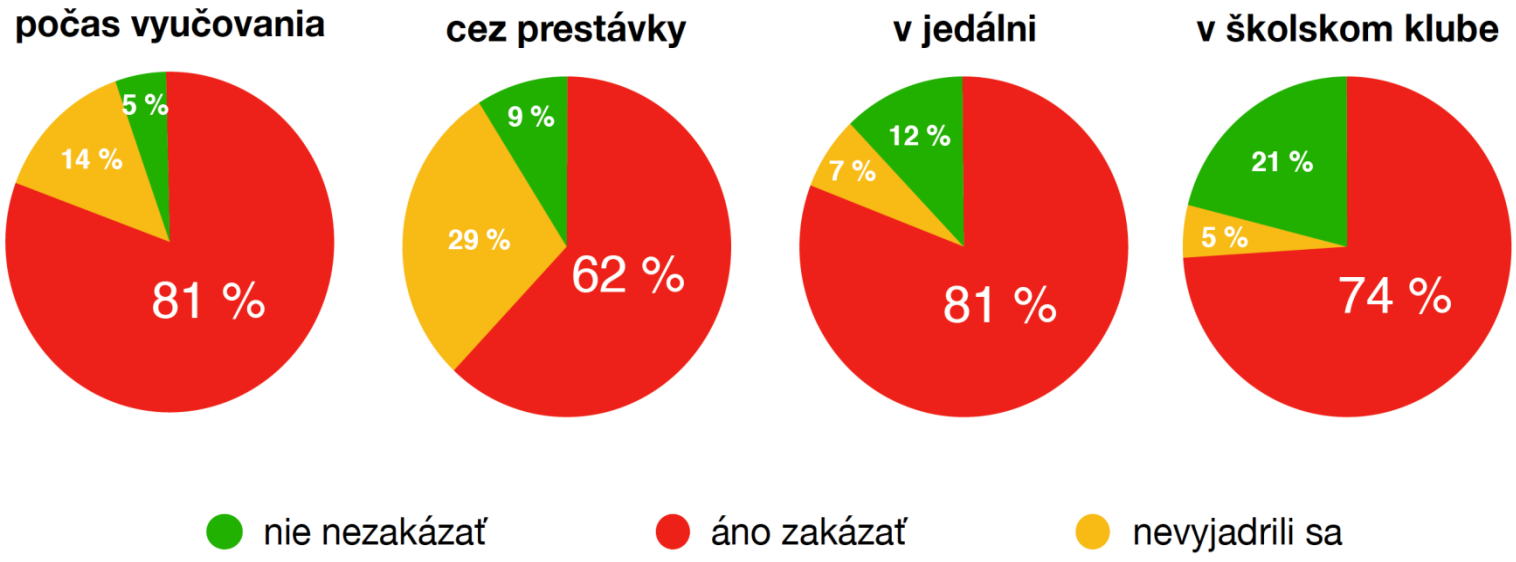
odpovede rodičov a žiakov z pilotnej školy zapojenej do projektu Bezinternetu.sk



(ZŠ Kráľová pri Senci 5.11. - 5. 12. 2018)

Názor na zákaz používania mobilu v škole

odpovede rodičov z pilotnej školy zapojenej do projektu Bezinternetu.sk



(ZŠ Kráľová pri Senci 5.11. - 5. 12. 2018)

Vyhláška ministerstva školstva (č. 320/2008 Z. z. o základných školách, §20, ods. 7)

Žiak nesmie používať mobilný telefón počas vyučovania.

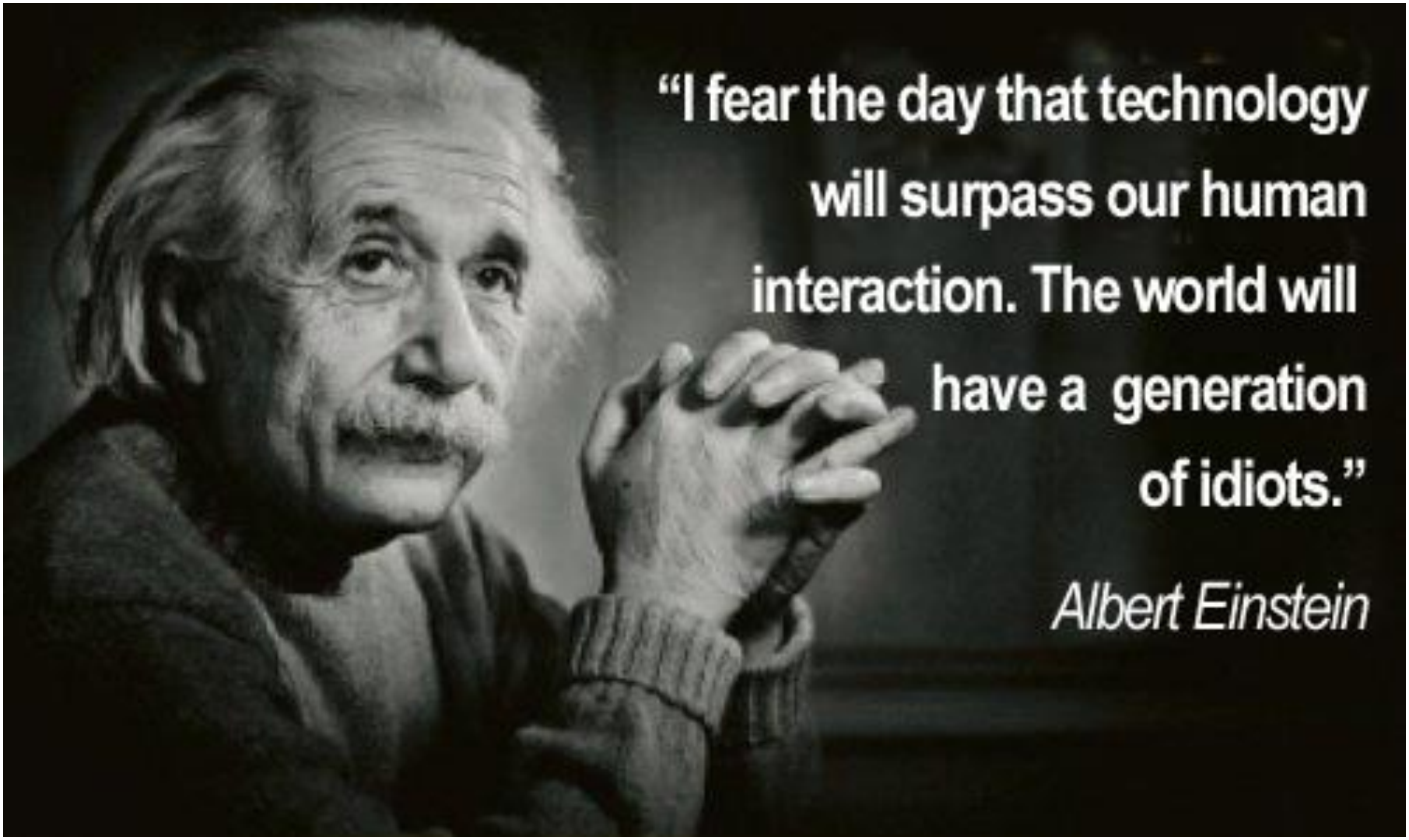
Školy to riešia prostredníctvom školských poriadkov.

Jednotná a prísnejšia regulácia používania mobilov v školách,

by mala výrazne skvalitniť výchovno-vzdelávací proces.

Pilotný projekt pozitívne prispel

- **k prevencii pred nadmerným používaním IKT,**
- **k emocionálnej pohode a k zdravému vývinu detí,**
- **k pozitívnej zmene správania, k zvýšeniu zodpovednosti, psychickej odolnosti , empatie a pod.**
- **k pozitívnej zmene životného štýlu / viac offline komunikácie, čítania, hrania, zapájanie sa do domácich prác, viac pohybu, športu a pod.**
- **k uvedomenia si potreby regulácie používania IKT**
- **k motivácii ďalších**
- **k podpore kultúry využívania IKT**



"Obávam sa dňa, keď vývoj technológie predbehne vzájomné ľudské vzťahy. To potom svet bude mať GENERÁCIU IDIOTOV" - Albert Einstein

Máte dojem, že deti trávia s IKT veľa času?

- **Ak áno, zapojte sa do celoslovenského projektu Bezinternetu.sk**
- **Podporíte tým nielen zdravý spôsob života detí , ale aj zvýšenie úrovne mediálnej gramotnosti na Slovensku.**
- **Viac informácií o projekte nájdete na www.Bezinternetu.sk**

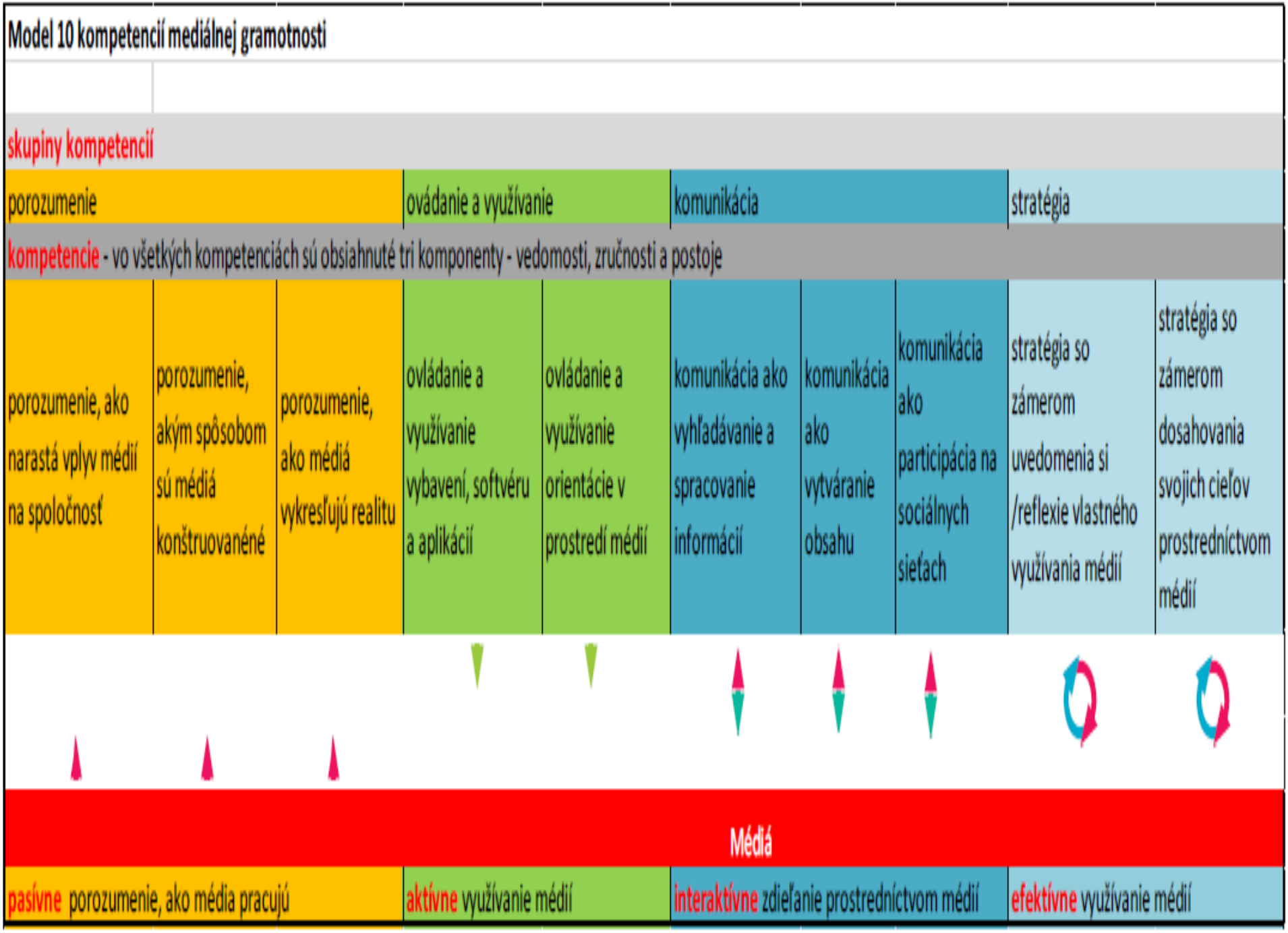
Zapojiť sa môžete zaslaním registračného emailu

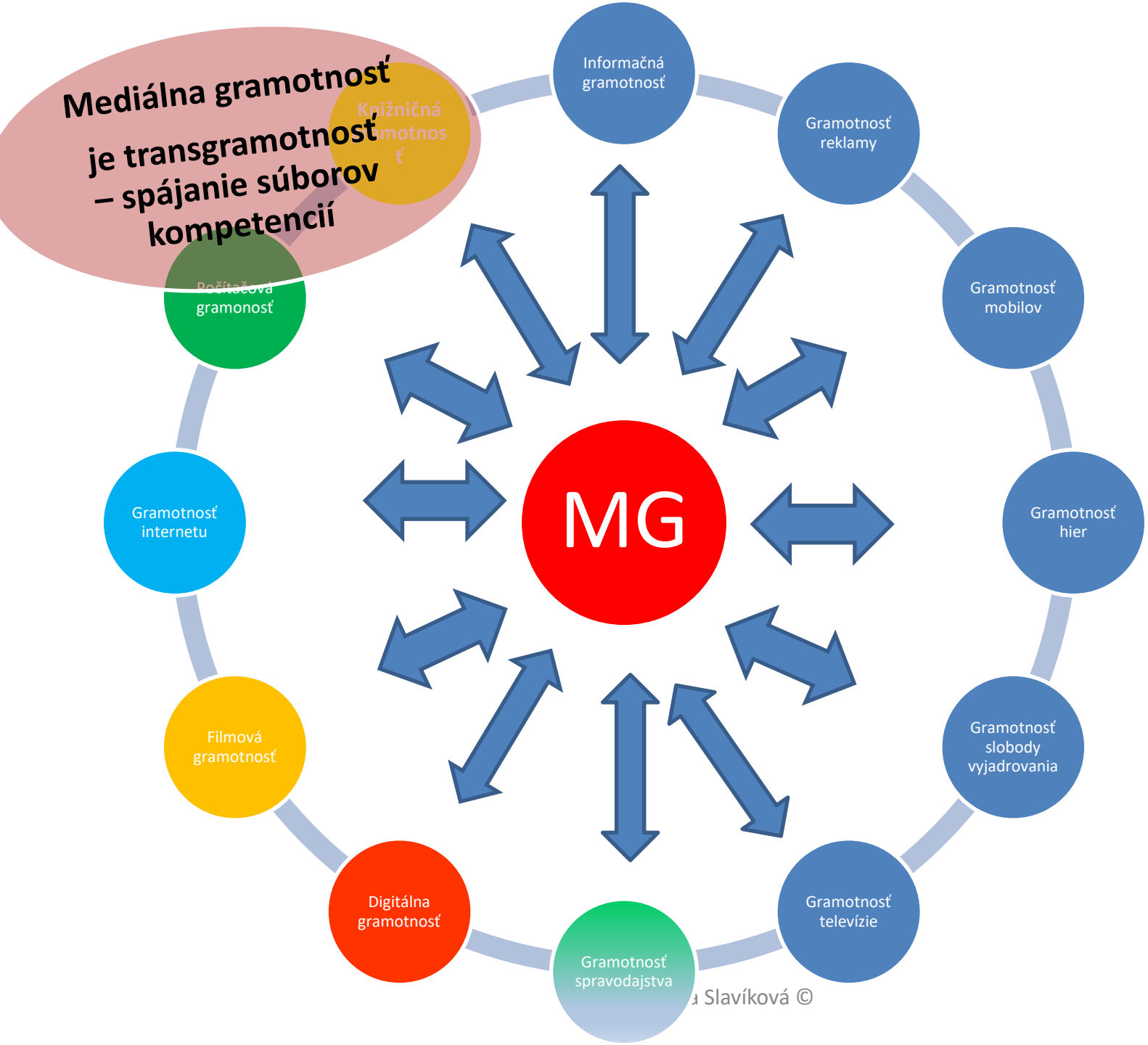
na mesiac@bezinternetu.sk

skúsme chvíľu žiť

BEZINTERNETU.SK

telky a mobilu


Model 10 kompetencií mediálnej gramotnosti
skupiny kompetencií
porozumenie
ovádanie a využívanie
komunikácia
stratégia
kompetencie - vo všetkých kompetenciách sú obsiahnuté tri komponenty - vedomosti, zručnosti a postoje
porozumenie, ako narastá vplyv médií na spoločnosť
porozumenie, akým spôsobom sú médiá konštruované
porozumenie, ako médiá vykresľujú realitu
ovládanie a využívanie vybavení, softvéru a aplikácií
ovládanie a využívanie orientácie v prostredí médií
komunikácia ako vyhľadávanie a spracovanie informácií
komunikácia ako vytváranie obsahu
komunikácia ako participácia na sociálnych sieťach
stratégia so zámerom uvedomenia si /reflexie vlastného využívania médií
stratégia so zámerom dosahovania svojich cieľov prostredníctvom médií
Médiá
pasívne porozumenie, ako média pracujú
aktívne využívanie médií
interaktívne zdieľanie prostredníctvom médií
efektívne využívanie médií


Mediálna gramotnosť
je transgramotnosť
– spájanie súborov
kompetencií
Knižničná gramotnosť
Počítačová gramonosť
Informačná gramotnosť
Gramotnosť reklamy
Gramotnosť mobilov
Gramotnosť hier
Gramotnosť slobody vyjadrovania
Gramotnosť televízie
Gramotnosť spravodajstva
Digitálna gramotnosť
Filmová gramotnosť
Gramotnosť internetu
MG

a Slavíková ©