



Dzień z życia

Copyright © Fundacja Dajemy Dzieciom Się (dawniej Fundacja Dzieci Niczyje)



Tekst publikacji jest dostępny na licencji Creative Commons
Uznanie autorstwa-Użycie niekomercyjne-Bez utworów zależnych 3.0 Polska.
Tekst licencji dostępny jest na stronie <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/pl/>.
Pewne prawa zastrzeżone na rzecz Fundacji Dajemy Dzieciom Się.

Fundacja Dajemy Dzieciom Się
ul. Walecznych 59
03-926 Warszawa
tel. 22 616 16 69
e-mail: biuro@fdds.pl
fdds.pl

Koncepcja i opracowanie: Łukasz Wojtasik, Małgorzata Maryl-Wójcik, Katarzyna Topolewska
Wstęp: Szymon Wójcik
Konsultacje: Ewa Dziemidowicz, Marta Wojtas
Redakcja: Katarzyna Wojsław
Projekt graficzny i skład: Ewa Brejnakowska-Jończyk, www.ewa-bj.pl

Spis treści

1. Wstęp	2
2. Charakterystyka zajęć	4
3. Scenariusz zajęć	5
Część I	5
Wprowadzenie	
Część II	5
Quiz	
Część III	7
Moja doba na zegarze	
Część IV	8
„Dzień z życia” – analiza przypadku	
Część V	9
„Dzień z życia” – komentarz	
Część VI	9
Podsumowanie i zakończenie	
4. Załączniki	10

1. Wstęp

Używanie Internetu jest dla współczesnych nastolatków niemal równie naturalne jak picie czy jedzenie. W 2010 roku w Polsce aż 98% dzieci w wieku 9–16 lat przynajmniej raz w tygodniu korzystało z jego zasobów. Większość z nich robiła to codziennie lub prawie codziennie (Kirwil 2011). Także techniczna dostępność sieci stanowi coraz mniejszy problem. Jeszcze w 2007 roku tylko nieco ponad połowa gospodarstw domowych z dziećmi poniżej 16. roku życia miała dostęp do sieci. Według najnowszych badań w 2011 roku odsetek ten przekroczył 88% (GUS 2012). Co więcej, Internet przestaje być domeną komputerów osobistych. Obecnie oprogramowania niemal wszystkich urządzeń przenośnych (telefony komórkowe, smartfony, tablety itp.) rozwijane są w kierunku korzystania z usług online. Bezpłatne sieci bezprzewodowe coraz częściej dostępne są w szkołach, na uczelniach, w centrach handlowych, kawiarniach, a nawet w całych dzielnicach czy miastach.

Myśląc o użytkowaniu Internetu przez dzieci i młodzież, należy mieć na uwadze nie tylko to, że korzystają one z sieci dużo częściej i sprawniej niż ich rodzice. Zasadnicza różnica pomiędzy młodym a starszym pokoleniem tkwi bowiem w tym, że obecne dzieci i młodzież wychowały się już w towarzystwie nowych mediów, podczas gdy ich rodzice musieli się nauczyć ich użytkowania. Mark Prensky już w 2001 roku nazwał obecną młodzież mianem „cyfrowych tubylców” w przeciwieństwie do „cyfrowych imigrantów”. Choć „imigranci” mogą świetnie posługiwać się komputerem, Internet nie jest dla nich środowiskiem tak naturalnym jak dla „tubylców”. Młodzi w inny sposób zdobywają wiedzę, a ich uwaga jest nieustannie podzielona pomiędzy wiele zadań (Prensky 2001).

Sposób używania Internetu przez młodzież wzbudza niekiedy skrajne emocje – od zachwyty nad możliwościami, jakie dają młodym ludziom nowoczesna technologia, dostęp do globalnej wiedzy i szybka komunikacja po przerażenie tym, ile czasu dzieci potrafią spędzać przed komputerem. Do tego dochodzi często niewiedza rodziców i opiekunów na temat tego, co ich podopieczni robią godzinami w Internecie. Prowadzi to do pytania, czy i kiedy możemy powiedzieć, że nastolatki są uzależnione od Internetu, i jak powszechny jest to problem.

To, czy możemy mówić o uzależnieniu, czy jedynie o nadużywaniu Internetu, stanowi przedmiot ożywionej dyskusji naukowej i nie doczekało się jak dotąd rozstrzygającej odpowiedzi. Faktem jest natomiast, że zdarzają się przypadki, w których młodzi ludzie praktycznie całą swoją życiową aktywność przenoszą do sieci i stają się praktycznie niezdolni do funkcjonowania poza nią. Według różnych szacunków problem ten dotyczy bezpośrednio około 1–2% nastolatków, natomiast w grupie ryzyka może się znaleźć nawet do 20% młodzieży.

O nadużywaniu Internetu nie decyduje sama ilość czasu spędzanego w sieci. Według badań w 2010 roku piętnastolatki surfowały w Internecie średnio dwie godziny dziennie (Livingstone i in. 2011). Niektórzy mogą spędzać w Internecie wiele godzin i nie ma to negatywnego wpływu na ich życie. O tym, czy można mówić o nadużywaniu lub wręcz uzależnieniu, decyduje to, czy Internet jest dominującą i jedyną czynnością w życiu nastolatka, czy przyczynia się do zaniedbywania innych aspektów życia oraz czy czas i intensywność korzystania z sieci wymyka się spod kontroli. Występuje tu analogia do innych uzależnień od czynności. Bohdan Woronowicz, jeden z największych polskich ekspertów od uzależnień, wyróżnił m.in. następujące objawy „siecioholizmu” (Woronowicz 2009):

- spędzanie przy komputerze coraz większej ilości czasu kosztem innych zainteresowań,
- zaniedbywanie obowiązków rodzinnych i szkolnych z powodu aktywności w Internecie,
- pojawianie się konfliktów rodzinnych związanych z komputerem,
- kłamanie na temat ilości czasu spędzanego w Internecie,
- podejmowanie nieudanych prób ograniczenia aktywności w trybie online,
- reagowanie rozdrażnieniem lub nawet agresją, gdy korzystanie z komputera jest utrudnione lub niemożliwe.

Ważne jest, aby pamiętać, że nadmierne korzystanie z Internetu to zazwyczaj jedynie wierzchołek góry lodowej. Podobnie jak w przypadku innych uzależnień, u jego podłoża najczęściej leżą bardziej złożone i kompleksowe problemy. Specjaliści zajmujący się tą tematyką są zdania, że przyczynami zaburzeń mogą być niepowodzenia szkolne, odrzucenie przez grupę rówieśniczą, konflikty w rodzinie (Chocholska i Osipczuk 2009). Dodatkowo należy pamiętać, że w przypadku nastolatków problemy z komputerem splatają się z przechodzeniem trudnego wieku dorastania. Jest to dla każdego młodego człowieka okres pełen napięć, w którym kształtuje się jego indywidualna tożsamość, narasta bunt wobec rodziców, a ważną rolę odgrywa grupa rówieśnicza. Osobom, które nie radzą sobie z tymi wyzwaniami, Internet może zapewnić łatwe rozwiązania „zastępcze”. Tutaj łatwiej nawiązać kontakty, łatwiej określić swoją tożsamość, łatwiej wygrywać i mieć zauważalne osiągnięcia.

Na koniec warto podkreślić, że rozwiązaniem problemów nie może być izolowanie młodzieży od komputera. W dzisiejszym świecie odwrót od Internetu nie jest ani możliwy, ani pożądanym. Globalna sieć stanowi narzędzie pracy, komunikacji, rozrywki i zdobywania wiedzy. W przypadkach terapii nadużywania Internetu celem nie powinno być dążenie do internetowej „abstynencji”, lecz doprowadzenie do tego, by człowiek mógł w pełni kontrolować sposób korzystania z sieci i jego efekty – Internet powinien przynosić nam korzyści, a nie szkody.

Bibliografia

- Chocholska P., Osipczuk M., (2009), Uzależnienie od komputera i internetu u dzieci i młodzieży, Warszawa: Hachette GUS (2012), Społeczeństwo informacyjne w Polsce. Wyniki badań statystycznych z lat 2007–2011, Warszawa: Główny Urząd Statystyczny
- Kirwil L. (2011), Polskie dzieci w Internecie. Zagrożenia i bezpieczeństwo – część 2. Częściowy raport z badań EU Kids Online II, Warszawa: SWPS
- Livingstone S. et al. (2011), Risk and safety on the Internet. The perspective of European Children, London: EU Kids Online
- Prensky M. (2001), Digital Natives, Digital Immigrants, „On the Horizon” Vol. 9 No. 5
- Woronowicz B. (2009), Uzależnienia. Geneza, terapia, powrót do zdrowia, Poznań/Warszawa: Parpamedia

2. Charakterystyka zajęć

Odbiorcy Zajęcia przeznaczone są dla uczniów szkół gimnazjalnych. Mogą być realizowane podczas godziny wychowawczej, lekcji informatyki lub zajęć pozalekcyjnych.

Cel zajęć Przekazanie uczniom wiedzy na temat zagrożeń płynących z nadużywania Internetu i komputera (w tym również grania w gry, zarówno online, jak i offline). Zajęcia stanowią okazję do autorefleksji na temat czasu spędzanego w Internecie i jego wpływu na pozostałe codzienne czynności.

Zamierzony efekt zajęć

- Uczeń potrafi rozróżnić czas spędzony na rozrywce i nauce w Internecie.
- Uczeń potrafi wymienić zagrożenia wynikające z nadmiernego używania Internetu w komputerze i innych urządzeniach mobilnych.
- Uczeń wie, gdzie może się zgłosić w przypadku dostrzeżenia problemu związanego z nadużywaniem Internetu.

Czas trwania zajęć Zajęcia przewidziane są na jedną godzinę dydaktyczną (45 minut).

Prowadzenie zajęć Zajęcia zostały stworzone z myślą o nauczycielach, pedagogach, edukatorach, którzy w swojej codziennej pracy mają kontakt z młodzieżą gimnazjalną. Lekcje mogą być również prowadzone przez wcześniej do tego przygotowanych studentów pedagogiki lub psychologii.

Wymagana wiedza Prowadzący zajęcia powinien posiadać podstawowe informacje dotyczące korzystania z Internetu, portali społecznościowych i komunikatorów – zarówno w telefonach komórkowych, jak i komputerach. Scenariusz zawiera wszystkie niezbędne informacje uzupełniające dla prowadzącego zajęcia. Pomocne w przygotowaniu się do nich będą zapoznanie się z treścią broszury „Nadmierne korzystanie z komputera i Internetu przez dzieci i młodzież” dostępnej na stronie edukacja.fdds.pl.

Sprzęt i materiały niezbędne do przeprowadzenia zajęć Integralnym elementem zajęć jest projekcja materiału wideo. Do przeprowadzenia zajęć wymagany jest więc sprzęt umożliwiający odtworzenie filmu z płyty DVD lub pliku pobranego ze strony edukacja.fdds.pl. Mogą to być:

- odtwarzacz DVD podłączony do telewizora,
- komputer lub odtwarzacz DVD podłączony do projektora multimedialnego oraz głośników.

Potrzebne będą również:

1. tablica szkolna, duży papier lub flipchart, na którym przed zajęciami zostanie narysowana tarcza zegara (por. Załącznik 1);
2. flamastry;
3. Załącznik 1 wydrukowany w liczbie równej liczbie uczniów biorących udział w zajęciach;
4. Załącznik 3 wydrukowany w liczbie równej liczbie uczniów biorących udział w zajęciach.

Materiały do scenariusza niezbędne do prowadzenia zajęć

- Załącznik 1: Zegar 24-godzinny
- Załącznik 2: Ankieta ewaluacyjna dla uczniów
- Nagranie 1
- Nagranie 2

Załączniki do scenariusza dotyczącego nadużywania Internetu można również pobrać ze strony: edukacja.fdds.pl.

Uwagi Przed rozpoczęciem zajęć prowadzący powinien zapoznać się ze scenariuszem. Każdy jego element został wzbogacony o komentarz i uwagi skierowane do nauczyciela; mają one pomóc w przeprowadzeniu zajęć.

Zgłoszenie realizacji zajęć Po przeprowadzeniu wszystkich zajęć zaplanowanych na terenie szkoły lub innej placówki osoby odpowiedzialne za ich realizację są proszone o wypełnienie sprawozdania na stronie edukacja.fdds.pl. Na podstawie danych zawartych w sprawozdaniu generowane jest zaświadczenie o przeprowadzeniu zajęć, przydatne w dokumentowaniu rozwoju zawodowego.

I Wprowadzenie (1 min)

Prowadzący informuje uczniów, że zajęcia poświęcone będą korzystaniu z Internetu i problemom związanym z jego nadużywaniem.

II Quiz (5 min)

Opis zadania:

Zadaniem uczniów jest odpowiedzenie na 7 pytań dotyczących Internetu. Pytania skierowane są do całej klasy, wszyscy uczniowie wspólnie ustalają właściwą odpowiedź, zgłaszając się na przykład za pomocą podniesienia ręki. Nauczyciel wskazuje poprawne odpowiedzi i komentuje każde z pytań zgodnie ze wskazówkami zawartymi w scenariuszu.

Cel zadania:

Poznanie przez uczniów ciekawostek dotyczących Internetu. Wprowadzenie do tematu korzystania z sieci.

Polecenie dla uczniów:

Na początku naszego spotkania chciałbym/chciałabym Was zaprosić do krótkiej zabawy. Za chwilę przeczytam Wam kilka pytań dotyczących internetowych ciekawostek. Chciałbym/chciałabym Was prosić o to, żebyśmy po każdym pytaniu spróbowali wspólnie znaleźć na nie właściwą odpowiedź.

Uwagi dla nauczyciela

Prowadzący zadaje uczniom 7 pytań quizowych, zamieszczonych poniżej wraz z zaznaczonymi prawidłowymi odpowiedziami i komentarzami.

1. Ile czasu dziennie spędza średnio na Facebooku jego przeciętny użytkownik?

- a) ok. 5 minut
- b) ok. 30 minut
- c) ok. 1 godziny

Prawidłowa odpowiedź: b.

Przeciętnie użytkownicy Facebooka spędzają na portalu ok. 30 minut dziennie. Są jednak tacy, którzy zaglądają na stronę regularnie, poświęcając na to kilka godzin dziennie.

2. Ile zdjęć dziennie umieszczanych jest na Facebooku?

- a) ok. 100 tysięcy zdjęć
- b) ok. 10 milionów zdjęć
- c) ok. 250 milionów zdjęć

Prawidłowa odpowiedź: c.

Codziennie na Facebooku publikowanych jest ok. 250 milionów zdjęć. Do serwisu tego trafia 20% wszystkich wykonywanych na świecie zdjęć!

3. Ilu znajomych na Facebooku ma przeciętny użytkownik tego serwisu?

- a) ok. 40
- b) ok. 120
- c) ok. 300

Prawidłowa odpowiedź: b.

Średnia liczba znajomych wśród użytkowników Facebooka wynosi 120, są jednak rekordziści posiadający tysiące znajomych. Zdecydowanej większości z nich oczywiście zupełnie nie znają.

4. Ilu użytkowników ma obecnie Facebook?

- a) ok. 150 milionów
- b) ok. 340 milionów
- c) ponad miliard

Odpowiedź: c.

Populacja Facebooka przekroczyła już miliard użytkowników. Gdyby Facebook był krajem, byłby trzecim na świecie państwem pod względem ludności (zaraz za Chinami i Indiami).

5. Ile czasu trwa średnio jedna wizyta internauty na portalu YouTube?

- a) 5 minut
- b) 25 minut
- c) 1,5 godziny

Prawidłowa odpowiedź: b.

Przeciętny czas spędzony przez użytkownika na YouTube'ie to 25 minut. Użytkownicy odwiedzają portal średnio 14 razy miesięcznie.

6. Ile godzin wynosi rekord nieprzerwanego grania online?

- a) 40 godzin
- b) 15 godzin
- c) 30 godzin

Prawidłowa odpowiedź: a.

Najdłużej w grę „Diablo 3” grał osiemnastolatek z Tajwanu. Niestety, granie przez tak długi czas skończyło się dla niego tragicznie – chłopak zmarł chwilę po odejściu od komputera.

7. Ile czasu tygodniowo korzysta z Internetu przeciętny polski internauta?

- a) 18 godzin i 25 minut
- b) 5 godzin i 15 minut
- c) 12 godzin

Prawidłowa odpowiedź: a.

18 godzin i 25 minut to niemal 80 godzin w skali miesiąca i prawie 1000 godzin w ciągu roku, czyli aż 40 dni nieustannego przebywania w sieci.

III Moja doba na zegarze (10 min)

Opis zadania:

Zadaniem uczniów jest wypełnienie tarczy zegara (Załącznik 1). Prowadzący rysuje zegar na tablicy, prezentując, jak należy wykonać zadanie. Pod ilustracją zegara w załączniku zostały wypisane przykładowe czynności, które mogą zostać umieszczone przez uczniów w wycinkach na tarczy. Po wykonaniu zadania należy poprosić uczniów, by zastanowili się, przez ile czasu korzystają z Internetu, wykonując każdą z tych czynności i wyraźnie to przy niej zaznaczyli. Następnie prowadzący prosi uczestników zajęć, by na podstawie wcześniejszych odpowiedzi podliczyli łączny dzienny czas korzystania z sieci.

Obok: tarcza zegara wypełniana przez uczniów.

Cel zadania:

Uświadomienie uczniom, ile czasu w ciągu doby poświęcają na poszczególne czynności i które z nich wiążą się z używaniem Internetu.

Polecenie dla uczniów:

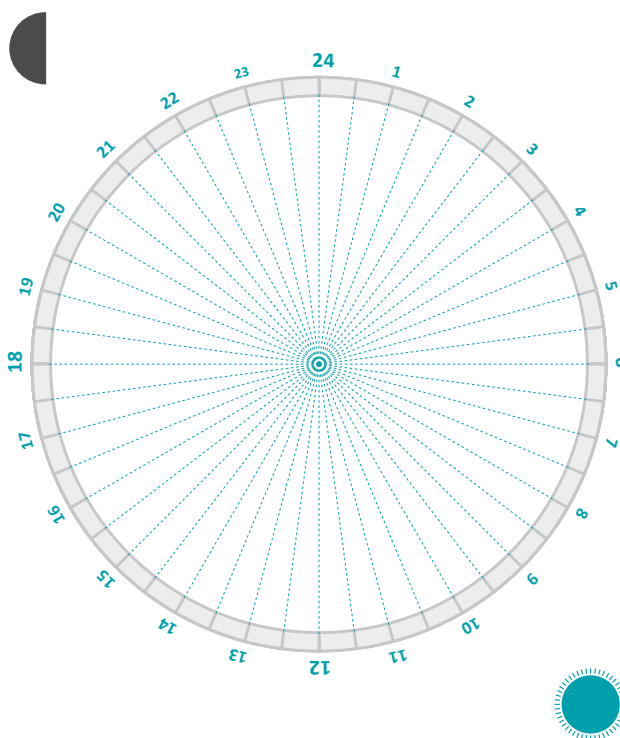
Internet jest częścią naszego życia, obecna niemal w każdym miejscu i czasie. Zapraszam Was do zadania, które pozwoli Wam zobaczyć, ile miejsca Internet zajmuje w Waszym życiu. Spójrzcie na leżący przed Wami rysunek zegara. Spróbujcie sobie przypomnieć, jak wyglądał Wasz miniony tydzień, dzień po dniu. Kiedy to zrobicie, oznaczcie – godzina po godzinie – rozkład Waszych przeciętnych, codziennych zajęć. Wyraźnie określcie, w jakim momencie zaczynacie daną czynność (posiłki, czas spędzony w szkole, korzystanie z komputera, odrabianie lekcji, rozmowy z rodzicami i bliskimi, spotkania z przyjaciółmi, hobby, zajęcia pozaszkolne, sen) i kiedy ją kończycie. Przykładowy zegar znajduje się przed Wami na tablicy. Wykonanie zadania jest indywidualną pracą każdego z Was. Nie można wykonać go ani „dobrze”, ani „źle”, nie będzie ono oceniane.

Polecenie po wpisaniu czynności na tarczy zegara:

Teraz w dowolny sposób (za pomocą kolorów, kreskowania itp.) zaznaczcie obszary, w których łączycie się z Internetem przy pomocy komputera, telefonu lub innych urządzeń.

Po wykonaniu zadania:

Dziękuję, że tak zaangażowaliście się w wykonanie zadania. A teraz chciałbym/chciałabym Was poprosić, żebyście policzyli, ile godzin w sumie spędzacie w Internecie w ciągu dnia. Powiedzcie, czy łatwo Wam było zsumować ten czas? U niektórych z Was były to pewnie godzina czy dwie, a u innych kilka godzin. Czasami nawet nie zdajemy sobie sprawy z tego, przez ile czasu jesteśmy podłączeni do sieci – warto było się o tym przekonać. Czy zaskoczyło Was coś w zegarach, które stworzyliście?



Uwagi dla nauczyciela

Wykonanie zadania „Zegar” powinno stanowić indywidualną pracę każdego z uczniów. Warto podkreślić znaczenie tej informacji. Świadomość tego, że zadanie nie może zostać wykonane ani „dobrze”, ani „źle”, oraz tego, że nie będzie ono oceniane ma kluczowe znaczenie dla szczerości udzielanych odpowiedzi.

Warto, by prowadzący zajęcia (w czasie gdy uczniowie będą zaznaczali rozkład zajęć na zegarach) również stworzył swój zegar dobowy. Uczestnictwo w wykonywanym zadaniu może wpłynąć na późniejszą otwartość wypowiedzi uczestników na temat ich zegarów – prowadzący będzie mógł podzielić się z resztą grupy swoimi refleksjami na temat własnej aktywności w sieci, tego, co go zaskoczyło, a co wiedział na swój temat już wcześniej.

Stworzone zegary mają na celu uświadomienie uczniom tego, jakie są proporcje różnych czynności wykonywanych przez nich w ciągu dnia. Wyniki uzyskane w trakcie ćwiczenia nie powinny zostać wykorzystane do komentowania pojedynczych przypadków.

IV „Dzień z życia” – 23 min (8 min – prezentacja historii, 15 min – dyskusja)

Opis zadania:

W pierwszej części zadania uczniowie zapoznają się z historią Piotrka, który nadmiernie korzysta z Internetu; jest ona relacjonowana przez samego chłopca oraz bliskie mu osoby. W drugiej części klasa wspólnie odpowiada na pytania problemowe dotyczące wypowiedzi bohaterów.

Cel zadania:

Uświadomienie uczniom, jakie problemy mogą wiązać się z nadmiernym korzystaniem z komputera i Internetu. Przekazanie wiedzy na temat tego, gdzie można szukać pomocy, jeżeli w otoczeniu zauważy się podobny problem.

Polecenie dla uczniów

Przed obejrzeniem historii:

Zobaczcie, jak bardzo Internet jest obecny w naszym życiu. Wymienialiście wiele różnych czynności, ale połączenie z Internetem było Wam potrzebne niemal na każdym kroku. Często zdarza się, że będąc offline, myślimy o tym, co się dzieje online. I nie ma w tym nic złego, dopóki to myślenie nie przeszkadza nam w prowadzeniu normalnego życia. Zapraszam Was do wystuchania historii Piotrka, który bardzo lubi korzystać z Internetu.

Po obejrzeniu historii:

1. Jak sądzicie, czy w życiu Piotrka dzieje się coś niepokojącego?
2. Co sądzicie o rezygnacji Piotrka z treningów piłkarskich? Z czego ona wynika?
Co sądzicie o rezygnacji z treningów na rzecz grania?
3. Czy Piotrek potrzebuje pomocy? Jeżeli tak, to kto i jak może mu pomóc?
4. Czy zgadzacie się ze stwierdzeniem, że od Internetu można się uzależnić?
5. Czy potrafilibyście wymienić, czym mogłoby się charakteryzować takie uzależnienie?

Uwagi dla nauczyciela

Rozwinięcie treści poruszanych w punkcie 3. znajduje się w broszurze „Nadmierne korzystanie z komputera i Internetu przez dzieci i młodzież” dostępnej na stronie edukacja.fdds.pl.

Jeżeli w trakcie rozmowy uczniowie uznają, że Piotrek nie ma żadnego problemu i korzysta z Internetu we właściwy sposób, należy dowiedzieć się, dlaczego tak uważają. Jeżeli podkreślają jego dobre samopoczucie, warto zapytać, czy uważają, że jest to prawdziwe zdanie Piotrka, czy może chłopak mówi tak tylko dlatego, że nie potrafi sobie poradzić ze swoim problemem. Z wypowiedzi Piotrka i jego bliskich wynika bowiem, że jego zaangażowanie w grę bardzo utrudnia mu życie (na przykład zrezygnował przez nią z treningów piłkarskich, które bardzo lubił, nie spotyka się ze znajomymi, kłóci się z siostrą i rodzicami). Warto odwoływać się do wypowiedzi z nagrania.

Przy okazji pytania 3. niezwykle istotne jest uświadomienie uczniom tego, że w przypadku nadużywania Internetu, gier i innych aplikacji warto zwrócić się z prośbą o pomoc do rodziców i specjalistów. Pomóc mogą psycholog i pedagog szkolny, a także różne organizacje i telefony zaufania, na przykład www.helpline.org.pl (dostępny również pod numerem telefonu 800-100-100).

Wykorzystywana tu historia powstała na podstawie doświadczeń konsultantów projektu Helpline.org – wydarzyła się naprawdę, jednak imiona bohaterów zostały zmienione. Wszelkie podobieństwo do konkretnych osób jest niezamierzone. W swoich działaniach Helpline.org gwarantuje pełną anonimowość.

Pliki z nagraniami dostępne są w formacie mp4.

V „Dzień z życia” – komentarz (3 min)



Opis zadania:

Uczniowie zapoznają się z drugą częścią historii Piotrka.

Cel zadania:

Ukazanie możliwych rozwiązań w sytuacji nadużywania Internetu przez młodą osobę. Zaprezentowanie zachowań pojawiających się w momencie nadużywania sieci.

Polecenie dla uczniów:

Przed chwilą poznaliśmy historię Piotrka. Zapraszam Was do obejrzenia komentarza konsultanta projektu Helpline.org.pl.

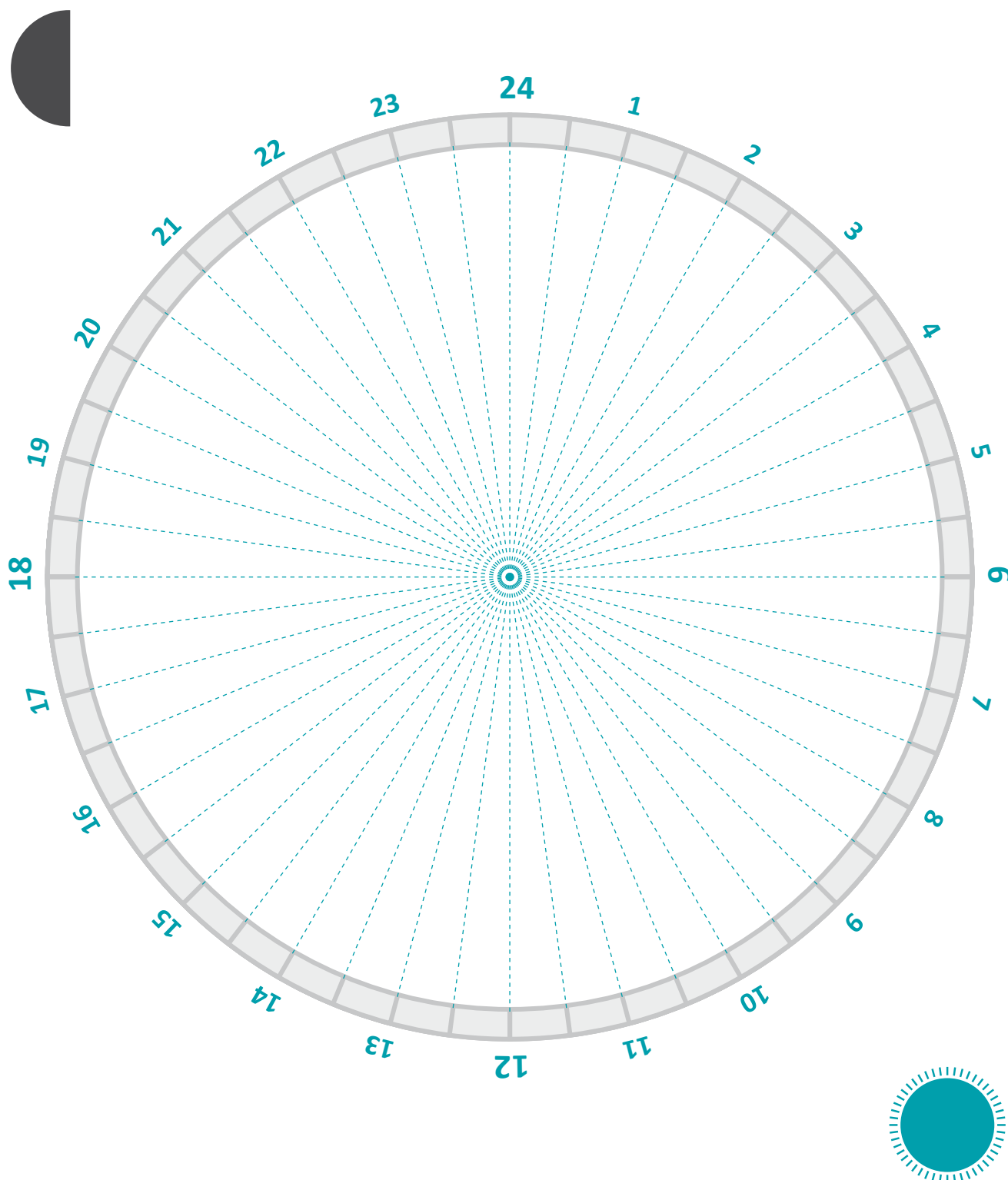
VI Podsumowanie i zakończenie (3 min)



Prowadzący prosi uczestników o odpowiedzenie na pytania z krótkiej ankiety (Załącznik 2) i dziękuje im za udział w zajęciach.

4. Załączniki

Na zegarze zaznacz swoje aktywności w trakcie dnia. Mogą to być między innymi: posiłki, czas spędzony w szkole, dojazd do i ze szkoły, korzystanie z komputera, odrabianie lekcji, rozmowy z rodzicami, rozmowy z bliskimi, spotkania z przyjaciółmi, hobby, zajęcia pozaszkolne, sen.



Zakreśl właściwą odpowiedź	tak	trochę	nie
Czy zajęcia Ci się podobały?			
Czy dowiedziałeś/-aś się czegoś nowego?			
Czy w przyszłości będziesz przywiązywał/a większą uwagę do tego, ile czasu spędzasz w sieci?			



Zakreśl właściwą odpowiedź	tak	trochę	nie
Czy zajęcia Ci się podobały?			
Czy dowiedziałeś/-aś się czegoś nowego?			
Czy w przyszłości będziesz przywiązywał/a większą uwagę do tego, ile czasu spędzasz w sieci?			

Scenariusz „Dzień z życia” poświęcony jest tematowi nadmiernego korzystania z Internetu. Przeznaczony jest dla uczniów szkół gimnazjalnych.

Głównym celem zajęć jest przekazanie wiedzy na temat zagrożeń płynących z nadużywania Internetu i komputera (w tym również grania w gry – zarówno online, jak i offline). Zajęcia stanowią okazję do autorefleksji na temat czasu spędzanego w Internecie. Uczestnicy mają okazję przyjrzeć się temu, jak korzystają z mediów oraz nauczyć się reagować na związane z nimi zagrożenia.

Projekt przygotowany jest w ramach kampanii „W którym świecie żyjesz” realizowanej przez Polskie Centrum Programu Safer Internet (PCPSI), w skład którego wchodzi Naukowa i Akademicka Sieć Komputerowa (NASK) – instytut badawczy oraz Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę. Akcję przygotowano w ramach programu Komisji Europejskiej Safer Internet, we współpracy z niemieckim projektem Klicksafe. Głównym partnerem akcji jest Fundacja Orange.