

Používání mobilů ve škole a v rodině

19. 9. 2024



Současné „proudy“ ve výchovném působení

Používání technologií dle vůle dětí.

Omezené používání technologií dle vůle dospělých (příp. po dohodě).

Maximální omezování používání technologií.

Užitečnost technologií



Rozvoj konkrétních funkcí

Pozornost

Myšlení

Paměť

Prostorová představivost



Využití ve vzdělávání

Osvojení/ upevnění učiva

Digitální kompetence žáků

Vzdělávací komunity na sociálních sítích



Pomoc v respektování některých speciálních vzdělávacích potřeb

Psaní všemi 10

Přepis mluveného slova/

Četba psaného textu

Rozšiřování znalosti pojmů

AI - asistent při individualizaci výuky

Limity technologií

- ▶ Často trénink pouze úzkého rozsahu schopnosti/ dovednosti.
- ▶ Bez dostatečných zkušeností v reálném prostředí někdy problém přenosu do „3D“ světa.
- ▶ Nevede k rozvoji hlubokého myšlení ve všech jeho procesech
 - „Chrám myšlení x palačinka vědomostí“
- ▶ Lidé mají tendenci technologie nadužívat.

Rizika technologií (při nadužívání)

- ▶ Závislost
- ▶ Snižování schopností lidí
- ▶ Narušení mezilidských vztahů
- ▶ Snižování fyzického i duševního zdraví
- ▶ Neurologický vývoj
- ▶ Traumatizace vlivem vystavení neadekvátnímu obsahu



Pár informací z výzkumů

- ▶ Více času na sociálních sítích, u PC, u TV souvisí se zvyšujícím se skóre depresivních symptomů (Elroy, Mohammad et al. 2019)
- ▶ Adolescenti, kteří se věnují aktivitám "u obrazovky" vykazují vyšší známky depresivity a sebevražedného jednání než jejich vrstevníci věnující se aktivitám bez technologií (Twenge, Joiner 2017)
- ▶ Žáci 1. stupně nadměrně užívají technologie, což má negativní vliv na jejich pozornost (DP Jana Weishäuplová, 2023)
- ▶ Užívání technologií zvyšuje konflikty v rodině (Robb, Vennegaard, 2018)
- ▶ Omezením offline aktivit v důsledku užívání technologií do 5 let se omezuje rozvoj prefrontální kůry. (Greenfield, 2015)
- ▶ Dlouhodobé hraní her na internetu ovlivňuje oblasti mozku zodpovědné za kontrolu impulzů, reakci na odměnu a senzorio-motorickou koordinaci. (Weinstein, Lejoyeux, 2015)

Výzkum UP Olomouc 2019



52% českých dětí 7-12 let využívá soc sítě



59% českých dětí 7-17 let trvalý přístup na internet



36% českých dětí bez souhlasu focení, 23% bez souhlasu točeny



41% českých dětí zažily na sociálních sítích některou z kybernetických forem agrese (ponižování, urážky, šíření fotografií/videí)



Školy, kde povolený mobil o přestávkách, dominují aktivity spojené s jeho užíváním (hraní her, sociální sítě, sledování ostatních při hraní)



Školy, kde mobil o přestávkách zakázaný více čtení časopisů, čtení knih, hraní deskových nebo karetních her, sportovní aktivity

A photograph on the left side of the slide shows a man and a young child. The man is smiling and looking towards the child, who is laughing joyfully. The image is partially obscured by a blue geometric graphic on the left edge of the slide.

Doporučovaná pravidla pro rodiny

- ▶ Do 2 let bez technologií/ předškolní max 1h/ školní věk max 2 h/ dospívající postupně dohoda a předání kompetencí jim samotným
- ▶ Zóny bez technologií nebo časy bez technologií (společná jídla, 1-2 h před spánkem, jednoúčelové budíky...).
- ▶ Užívání technologií s dětmi plánovat - kolik mají času/ kolik dílů seriálu/ do kolika hodin...
- ▶ Mít přehled o užívání technologií dětmi, společná diskuze nad užíváním technologií, konzumovaným obsahem...
- ▶ Společné rodinné aktivity bez mobilu (deskové hry, výlety, výzva digi detox..)
- ▶ Povzbuzovat děti v aktivitách budujících fyzické zdraví, rozvoj myšlení mimo technologie (sportovní kroužky, hudební nástroje, konstrukční hračky, reálný sociální kontakt s vrstevníky...)
- ▶ Jít sami příkladem

Tipy

- ▶ [Digitalnizdravi.cz](https://digitalnizdravi.cz) (test)
- ▶ [E-bezpeci.cz](https://e-bezpeci.cz)
- ▶ www.replug.me
- ▶ Organizace pomáhají s nastavením digi rovnováhy (např. digidetox.me)
- ▶ [Commonsensemedia.org](https://commonsensemedia.org)
- ▶ Aplikace: OneSec, AppBlock...

