

## DAN VARNE RABE INTERNETA 2021:

### AKTIVNOST: KVIZ O DOBREM POČUTJU NA INTERNETU

- **Ciljna publika:** učenci 2. triade OŠ
- **Trajanje aktivnosti:** 45 min
- **Potrebni pripomočki:** Kviz Dobro počutje na internetu za 2. triado (v PowerPoint prezentaciji ali v orodju 1ka), za izvedbo na daljavo naj vsak učenec pripravi 3 liste papirja – enega z napisano črko »A«, drugega z napisano črko »B« in tretjega z napisano črko »C«

#### NAMEN UČNE URE:

Učenci se učijo tehnologijo uporabljati tako, da pri tem pazijo na svoje mentalno, fizično in emocionalno zdravje in tudi za dobrobit drugih.

#### POTEK URE:

<b>Uvod v tematiko – zbiranje idej (5 minut)</b>	Na začetku učence vprašajte, kaj si sami predstavljajo pod temo dobro počutje na internetu. Zberite čim več različnih odgovorov.
<b>Pogovor o dobrem počutju pri uporabi interneta (15 min)</b>	<p>Vprašajte, kakšno je njihovo fizično počutje, ko predolgo uporabljajo naprave z zasloni (v času epidemije je to še posebej aktualno). Predstavite jim posledice prekomerne rabe naprav z zasloni na fizično počutje in zdravje:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Na kratek rok: boleč hrbet, boleč vrat, bolečine v roki, zapestju ipd.</li><li>- Na dolgi rok: poslabšan vid, zasedenost, slabo počutje in prekomerna teža, razvoj različnih bolezni zaradi premalo gibanja.</li></ul> <p>Skupaj razmišljajte, kako lahko sami poskrbimo, da ne pride do vseh teh težav (gibanje na prostem, aktivni odmori med uporabo naprav ipd.).</p> <p>Nato se osredotočite še na psihično in čustveno dobro počutje pri uporabi interneta. Učenci naj razmišljajo, kdaj se pri uporabi tehnologije počutijo dobro, veselo, srečno, povezano, sprejeto, sproščeno, pozitivno vznemirjeno, igrivo, radovedno ipd. Kdaj pa nasprotno uporaba tehnologije slabša njihovo počutje in čustveno stanje (žalost, potrnost, z dolgočasnost, utrujenost, obremenjenost, zavist, privoščljivost, občutek drugačnosti in nesprejetosti, strah, jeza, sram ...).</p>

	<p>Ob vsem tem razmišljajte tudi o idejah, kako bi lahko sami najbolje poskrbeli za svoje dobro počutje pri uporabi interneta in tudi počutje drugih.</p>
<p><b>Kviz o dobrem počutju na internetu (25 minut)</b></p>	<p><b>IZVEDBA NA DALJAVO:</b></p> <p>a. <b>Izvedba prek videokonference:</b> Učencem prek videokonferenčnega sistema, ki ga uporabljate, prikazujte Power Point prosojnice s kvizom Dobro počutje na internetu. Z dvigom listov s črkami naj pri vsakem vprašanju ponazorijo, kateri odgovor A, B ali C je po njihovem mnenju pravilen. Nekatere lahko povprašate, zakaj so se odločili za ta odgovor. Nato na prosojnici pokažite pravilen odgovor in podajte razlago, ki vam je na voljo pod vsako prosojnico s pravilnim odgovorom.</p> <p>b. <b>Samostojno delo učencev doma:</b> učencem posredujte povezavo do spletnega kviza v orodju 1ka Dobro počutje na internet, ki je zasnovan kot e-učenje. Učenci odgovarjajo na vprašanja: ko izberejo po svojem mnenju pravilen odgovor, se jim prikaže pravilen odgovor in razlaga, zakaj je to pravilen odgovor.</p> <p>Povezava do kviza: <a href="https://izobrazevanja.safe.si/KVIZpocutje2">https://izobrazevanja.safe.si/KVIZpocutje2</a></p> <p><b>IZVEDBA V UČILNICI:</b></p> <p>Učencem na tablo prikazujte Power Point prosojnice s kvizom Dobro počutje na internetu. Z dvigom rok (ali z gibanjem v določen predel prostora) naj pri vsakem vprašanju ponazorijo, kateri odgovor A, B ali C je po njihovem mnenju pravilen. Nekatere lahko povprašate, zakaj so se odločili za ta odgovor. Nato na prosojnici pokažite pravilen odgovor in podajte razlago, ki vam je na voljo pod vsako prosojnico s pravilnim odgovorom.</p>