



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



LESSON PLAN

AGAINST ONLINE SLAVERY (2019-1-FI01-KA229-060725)

Country + School:	Finland, Pieksämäen lukio		
Teacher(-s)	Mia Pellinen		
Subject / Course:	Study counselling		
Topic:	The use of smart devices		
Age group:	15-18	Lesson Duration:	45 minutes

Lesson Objectives which the students acquire:

I dispositivi intelligenti stanno prendendo il sopravvento sulla tua vita? Lo scopo di questa lezione è sensibilizzare sulle ragioni della dipendenza dai media

(es. FOMO, cioè paura di perdersi, film o serie, giochi che creano dipendenza (infiniti o sequel), solitudine, agganciarsi ai social media - c'è sempre roba nuova da guardare, tenersi in contatto con gli amici, seguire gli amici, seguire persone interessanti, conoscere qualcosa di interessante, monitorare gli affari sociali e il dibattito pubblico)

e conseguenze

es: Psicologico: concentrazione ridotta, concentrazione alterata autoinflessa (ADT), risultati di apprendimento alterati, incapacità di seguire le istruzioni/insegnamento, problemi con la memoria, uso del tempo,

Fisico: i sintomi possono essere simili a quelli diagnosticati con le dipendenze, difficoltà a dormire: difficoltà ad addormentarsi, mancanza di sonno, aritmie, sintomi di astinenza; ansia, depressione, ecc. se devi stare lontano dal dispositivo per molto tempo

Sociale: contatto costante con gli amici - mai da solo, rischio di bullismo

Summary of Tasks / Actions:

Come usi il telefono o altri dispositivi? Visualizza l'app di monitoraggio del tuo telefono o valuta e registra i risultati. Quanto tempo della giornata usi (per telefono o altro dispositivo)

- su diverse piattaforme di social media?
- servizi di streaming come Netflix, HBO o simili?
- per il gioco?
- podcast, ecc.?
- per leggere,
- fare i compiti?

Confronta il tempo trascorso sui dispositivi con altro tempo libero. Quanto tempo trascorrono i dispositivi? Una discussione di gruppo su quando un giovane è dipendente dal cellulare o dai social media?

Alcuni test online rilevanti sulla dipendenza dai media possono essere eseguiti qui.

Quale potrebbe essere il potenziale di dipendenza? Discuti con un amico -> raccogli i risultati in una mappa mentale comune.

Gli studenti prima considerano da soli cosa potrebbe influenzare la dipendenza, ovvero l'uso costante di un dispositivo digitale. Questo è seguito da un lavoro di gruppo per formare una comprensione comune delle conseguenze della dipendenza.

Materials / Equipment:

Il cellulare dello studente.

References/ theories/ teaching methods used:

<https://www.youtube.com/watch?v=wducbUJmJng>

Evaluation of the objectives acquired:

Come ridurre la dipendenza e l'uso dei media? In gruppo, trova modi concreti per ridurre la tua dipendenza. (Se hai tempo, fai dei poster sul muro della scuola.)