



(Projekto logo)

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



PAMOKOS PLANAS

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

Šalis + Mokykla:	Suomija, Pieksämäen lukio		
Mokytojas(ai)	Mia Pellinen		
Mokomasis dalykas:	Dalyko konsultacijos		
Tema:	Išmaniųjų įrenginių naudojimas		
Mokinių amžius:	15-18	Pamokos trukmė:	45 min.

Pamokos tikslai ir uždaviniai (mokiniui):

Ar išmanieji įrenginiai užvaldo jūsų gyvenimą?

Šios pamokos tikslas – informuoti apie priklausomybės nuo socialinių tinklų priežastis (pvz., FOMO, t. y. baimė kažką praleisti, filmai ar serialai, priklausomybę sukeltantys žaidimai (begaliniai arba tęstiniai), vienatvė, išitraukimas į socialinius tinklus – ten visada galima pamatyti naujų dalykų, palaikyti ryšį su draugais, stebėti draugus, stebėti įdomius žmones, sužinoti ką nors įdomaus, stebėti socialinius reikalus ir viešas diskusijas)

ir pasekmes (pvz.: psichologines: susilpnėjusi koncentracija, sutrikusi koncentracija (ADT), suprastėję mokymosi rezultatai, nesugebėjimas sekti instrukcijų / mokymo, atminties problemos, laiko naudojimas,

fizines: simptomai gali būti panašūs į tuos, kuriems diagnozuota priklausomybė, miego sutrikimai: sunku užmigti, miego trūkumas, aritmija, abstinencijos simptomai; nerimas, depresija ir pan., jei turite ilgą laiką būti toli nuo įrenginio

socialines; nuolatinis bendravimas su draugais – niekada vienas?, patyčių rizika)

Veiklų ir užduočių santrauka:

Kaip naudojate telefoną ar kitais įrenginiais?

Peržiūrėti savo telefono stebėjimo programėlę, įvertinti ir užsirašyti rezultatus. Kiek laiko per parą naudojate (telefonu ar kitu įrenginiu).

- įvairiuose socialiniuose tinkluose?
- naudodami srautinio perdavimo paslaugas, tokias kaip „Netflix“, HBO ar panašiai?
- žaidimams?
- tinklalaidėms ir pan.?
- skaitymu?
- atlikti namų darbus?

Palyginti laiką, praleistą prie įrenginių, su laiku, skirtu kitiems laisvalaikio būdams. Kiek laiko praleidžia prie įrenginių?

Grupinė diskusija apie tai, kada jaunimas yra priklausomas nuo mobiliųjų telefonų ar socialinių tinklų?

Atlikti atitinkamą internetinį priklausomybės nuo socialinių tinklų testą. Kur slypi priklausomybės pavojai?

Aptarti su draugu, surinkti rezultatus į bendrą minčių žemėlapi.

Mokiniai pirmiausia patys apsversto, kaip ir ką gali paveikti priklausomybė, t. y. nuolatinis skaitmeninio įrenginio naudojimas.

Darbas grupėse. Suformuos bendrą supratimą apie priklausomybės pasekmes.

Priemonės / įranga:

Mokinių mobilieji telefonai.

Metodai:

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

Iškeltų tikslų į(si)vertinimas:

Kaip būtų galima sumažinti priklausomybę ir socialinių tinklų naudojimą?

Dirbdami grupėse, sugalvos konkrečių būdų, kaip sumažinti priklausomybę ir socialinių tinklų naudojimą? (Jeigu liks laiko, sukurs plakatus ir juos pakabins mokykloje.