

JAK NA DIGI V OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVĚ

UČITEL



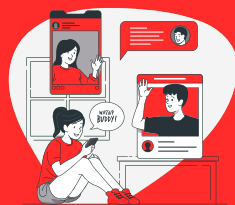
Pomáhám žákům účelně, bezpečně a efektivně využívat digitální technologie při práci, při učení, ve volném čase i při zapojování do společnosti a občanského života, aktivně a respektujícím způsobem se podílet na utváření digitálního světa a nacházet rovnováhu mezi světem digitálním a fyzickým.



- ✓ Zařazuji digitální nástroje tam, kde pomáhají sebepoznání a sebereflexi: vedu žáky k jednoduchému vedení portfolia/deníku a k bezpečnému sdílení toho, co chtějí sdílet.
- ✓ Vedu žáky k bezpečnému a vyváženému používání technologií, společně nastavujeme pravidla ochrany dat, času u obrazovek a digitální pohody (wellbeingu).
- ✓ Pracuji s modelovými situacemi z digitálního prostředí, učím žáky rozpoznat stresující či ohrožující situace a vědět, kde hledat pomoc.
- ✓ Seznamuji žáky s digitálními zdroji k poznávání povolání, podporuji jejich zájem o svět práce a pomáhám jim pojmenovat, co je na různých profesích láká.
- ✓ Nastavuji a s žáky udržuji pravidla bezpečného online chování: společně tvoříme pravidla pro komunikaci, soukromí a digitální wellbeing a průběžně je používáme v reálných situacích.
- ✓ Zařazuji sebereflexi s využitím jednoduchých digitálních nástrojů, ve kterých si žáci zaznamenávají pocity, silné stránky a vlastní pokrok.
- ✓ Podporuji spolupráci v online prostředí, při skupinové práci vedu žáky k odpovědnému zapojení, plnění dohodnutých rolí a respektující komunikaci.

JAK NA DIGI V OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVĚ

ŽÁK



Používám digitální technologie tak, aby mi pomáhaly při učení, při práci ve škole i ve volném čase. Používám je bezpečně, dávám pozor na sebe i na ostatní. Chovám se v digitálním světě slušně a s respektem, zapojuji se do společných aktivit a přemýšlím o tom, co sdílím. Hlídám si rovnováhu mezi časem, který trávím u obrazovky, a časem, který trávím jinými činnostmi.



- ✓ Když pracujeme online jako skupina (např. ve sdílených dokumentech nebo online nástěnkách), přispívám svými nápady, plním domluvené úkoly.
- ✓ Umím si pomoci jednoduchých digitálních nástrojů (např. deník, portfolio) zaznamenat své silné stránky, pocity nebo pokrok a přemýšlet nad tím, co mi jde a co chci zlepšit.
- ✓ Zacházím s technikou tak, aby to bylo bezpečné pro mě i pro moje data, a hlídám si čas u obrazovek a pohodu při práci online.
- ✓ Najdu v doporučených zdrojích informace o různých povoláních, která vidím kolem sebe i online, a dokážu říct, co mě na nich láká.
- ✓ Rozpoznám nevhodné a nerespektující chování v digitálním prostředí a adekvátně na něj reaguji.
- ✓ Víím, co dělat, když mě něco v digitálním světě stresuje nebo rozruší, a dokážu říct, kde můžu získat pomoc.