

VARNA RABA INTERNETA IN ŠOLANJE NA DALJAVO



Šolanje na daljavo nas je vse skupaj še bolj 'priklenilo' pred ekrane. Moderne tehnologije so se izkazale za koristne, uporabne 😊. S povečano uporabo pa se povečujejo tudi nekatera tveganja in nevarnosti. !

Pouk in učenje na daljavo

😊 Zaradi računalnikov in drugih tehnologij je šolanje na daljavo sploh mogoče.

- ❖ Upoštevajte pravila obnašanja in bonton.
- ! ❖ Uporabljajte le tista orodja in aplikacije, ki jih je šola podala za pouk na daljavo.
- ❖ Starše seznanite s programi, ki jih uporabljate in jim pokažite, kako znate uporabljati program.
- ❖ Če se s programom ne znajdete – prosite za pomoč v šoli.
- ❖ Poskrbite za nevtralno ali zamegljeno ozadje, naprav z zasloni ne nosite po stanovanju.
- ❖ Pri nalogah za pouk, ki vključujejo fotografije ali snemanje, bodite pozorni, da slike ali posnetki ne prikazujejo ničesar, za kar vi ali vaši domači ne želite, da vidijo drugi.
- ❖ Morebitne posnetke posredujte le na način, kot ste se dogovorili z učitelji.
- ❖ Snemanje pouka na daljavo, učiteljev in učencev ni dovoljeno.
- ❖ Kljub temu lahko še vseeno kdo snema ali naredi posnetek – zato pazite na svoje vedenje pred zaslonom.

Družabna omrežja

😊 Omogočajo nam, da si z znanci delimo izkušnje, doživetja, občutke, razmišljanja.

- ! ❖ Obstajajo možnosti zlorab in spletnega nasilja.
- ❖ Svojih osebnih podatkov ne zaupajte neznancem, prav tako ne sprejemajte neznancev za prijatelje.
- ❖ Uporabljajte varna gesla in jih ne zaupajte nikomur.
- ❖ Ne objavljajte svojih osebnih podatkov, kakšnih neprimernih fotografij in drugih posnetkov, ki lahko razkrijejo, kje ste doma, ali vam kako drugače škodijo.
- ❖ Ne širite govoric, neprijetnih zgodb ali fotografij o drugih – četudi se vam zdi smešno, je za druge to lahko zelo neprijetno.
- ❖ Ne pošiljajte sporočil, ko ste jezni – ko enkrat delite ali objavite, je to skoraj nemogoče izbrisati. Raje nekaj časa ne naredite ničesar, potem pa se s to osebo pogovorite.
- ❖ Če ste naleteli na neprijetno vsebino, lahko to prijavite (Spletno oko ali prek spletne strani Safe.si).
- ❖ Če ste doživeli neprijetno izkušnjo na spletu ali vas skrbi za vašo varnost, povejte odrasli osebi, ki ji zaupate.

Druženje na daljavo

☺ Telefoni in računalniki nam omogočajo stike na daljavo in lahko vsaj malo nadomestijo osebna druženja.



- ❖ Pazite na bonton.
- ❖ Ne govorite drug čez drugega.
- ❖ Pogovorov ne snemate (razen, če se strinjajo vsi udeleženci), posnetkov ali zaslonov ne objavljate na družabnih omrežjih.
- ❖ Ozadje naj bo nevtralnno ali zamegljeno, saj ne želite, da kakšen predmet izzove nepotrebna norčevanja.
- ❖ Telefonov in tablic ne prenašajte s seboj v druge prostore, sploh pa v kopalnico ali stranišče.

Preživljanje prostega časa

☺ Na spletu dobimo ogromno idej, kako lahko kreativno koristimo svoj prosti čas: ustvarjanje, športne vadbe, spletni kvizi, nova znanja ...



- ❖ Čas uporabe naprav z zasloni naj bo čim krajši.
- ❖ Čas, ki ni namenjen pouku, zapolnite z aktivnostmi, ki ne vključujejo naprav z zasloni (sprehod v naravo, športne aktivnosti, igre ...).
- ❖ Čas uporabe računalnika ali mobilnega telefona za zabavo naj bo omejen na največ eno uro pri mlajših ali dve uri pri najstnikih.
- ❖ Vsakih 10 minut dela z zaslonom za 1 minuto glejte v daljavo (npr. skozi okno), vsako uro pa naredite 10-minutni odmor, ki vključuje sprehod in razgibanje.
- ❖ Noč naj bo namenjena spanju.
- ❖ Naredite si dnevni in tedenski urnik, v katerega poleg šolskih obveznosti vključite tudi vsakdanja opravila: sprehajanje psa, pomivanje posode, pospravljanje ...
- ❖ Priporočljivi so dnevi brez televizije, računalnika, mobilnega telefona in tablice.
- ❖ Dejavnosti iz spleta prenesite v 'dejavnosti v živo':
 - Video igre → Družabne igre
 - Socialna omrežja → Pisanje dnevnika
 - Youtube → Knjiga
 - Spletne novice → Časopis in revije

In nenazadnje: **Koronavirus in naše naprave**

Telefon se pogosto uporablja v rokah in na obrazu med klici, s čimer je lahko idealni prenašalec virusa. Najbolje je, da naprave uporabljamo doma oz. takrat, ko imamo čiste roke.

Priporočene spletne strani:

- Safe.si: www.safe.si
- Varni na internetu: www.varninainternetu.si
- Logout: www.logout.si

Povzeto po:

- <https://safe.si/>
- <https://www.logout.si/>