

Metodické členění vzdělávacího programu Telekomunikační akademie ČTÚ podle cílových skupin

Metodické členění podle cílových skupin

Vzdělávací program Telekomunikační akademie ČTÚ je průběžně zpracováván, aktualizován a doplňován podle aktuálního vývoje v digitálním prostředí, nových trendů mezi dětmi a dospívajícími a podle zjištění dalších negativních vlivů moderních technologií na nezletilé děti, dospívající i jejich rodiče.

Program je koncipován jako preventivně-vzdělávací aktivita, jejímž cílem je zvyšovat povědomí o rizicích online prostředí, posilovat bezpečné chování dětí v digitálním světě a současně podporovat rodiče, pedagogy a další dospělé v tom, aby lépe rozuměli prostředí, ve kterém se děti každodenně pohybují.

V současné době je vzdělávací koncept a didaktický přístup zpracován pro tyto cílové skupiny:

1. děti v mateřských školách,
2. děti v 1. a 2. třídě základní školy,
3. děti ve 3., 4. a 5. třídě základní školy,
4. žáci 2. stupně základní školy,
5. rodiče a široká veřejnost.

Z uvedeného vyplývá, že samostatná metodika pro žáky středních škol v současné době zpracována není. Program se sice v praxi dokáže přizpůsobit i starším žákům a studentům, avšak hlavní preventivní zaměření Telekomunikační akademie ČTÚ směřuje zejména na děti v mateřských školách a na žáky základních škol, především na první stupeň. Tento věk považujeme z hlediska prevence za klíčový, protože právě zde lze nejúčinněji nastavovat základní návyky bezpečného a zdravého používání digitálních technologií.

1. Metodika pro děti v mateřských školách

Téma

Hraní a zábava venku vs. digitální svět

Cílová skupina

Děti ve věku přibližně 4–6 let.

Časová dotace

Délka programu je přibližně 30–45 minut. Časová dotace je přizpůsobena věku dětí, jejich pozornosti, počtu účastníků a možnostem mateřské školy.

Charakteristika cílové skupiny

Děti v mateřské škole se s digitálními technologiemi často setkávají již v útlém věku, a to zejména prostřednictvím mobilních telefonů rodičů, tabletů, chytrých televizí, YouTube nebo jednoduchých her. Ve věku 4–6 let však děti ještě nejsou schopny samostatně rozlišovat vhodný a nevhodný obsah, chápat souvislosti digitálního prostředí ani bezpečně vyhodnocovat význam slov, trendů, obrázků nebo postav, které se k nim z online prostředí dostávají.

Z tohoto důvodu je program pro mateřské školy veden zcela odlišnou formou než programy pro starší děti. Nejde o technické vzdělávání ani o detailní popis rizik, ale o hravou, pozitivní a věkově přiměřenou podporu reálného světa, pohybu, kamarádství, tvoření a bezpečného vztahu k dospělým.

Hlavní cíl programu

Cílem programu je ukázat dětem, že svět kolem nich je plný dobrodružství, hry, pohybu, tvoření a skutečných kamarádů. Digitální svět není dětem představován jako něco zakázaného nebo strašidelného, ale jako prostředí, které má být používáno s rozumem, krátce a především společně s rodiči nebo jinými bezpečnými dospělými.

Hlavním sdělením programu je, že tablet, telefon nebo počítač mohou někdy pomoci něco zjistit nebo se něco naučit, ale nemají nahrazovat hru venku, pohyb, kamarády, tvoření a skutečné zážitky.

Didaktický přístup

Program je veden hravou, interaktivní a radostnou formou. Děti se učí především pohybem, kreslením, modelováním, rozhovorem a jednoduchou hrou. Instrukce musí být krátké, jasné a srozumitelné.

Důraz je kladen na:

- podporu reálného světa,
- pohyb a tělesnou aktivitu,
- spolupráci s ostatními dětmi,
- sdílení vlastních zážitků,
- rozvoj slovní zásoby,
- bezpečné používání digitálních médií pouze s rodiči,
- rozlišování mezi skutečným zážitkem a sledováním obrazovky.

U této věkové skupiny se nepoužívají nevhodné, děsivé ani zneklidňující ukázky digitálního obsahu. Program nemá děti strašit, ale vést je k tomu, že reálný svět je přirozeně zajímavější, zdravější a důležitější než pasivní sledování obrazovky.

Struktura programu pro mateřské školy

1. Úvod – přivítání a otevření tématu

Časová dotace: cca 5 minut

Lektor děti přivítá a velmi jednoduše představí téma:

„Dnes si povíme, proč je zábava venku a s kamarády lepší než jen hraní na tabletu nebo telefonu.“

Následují jednoduché otázky pro děti:

- „Co rádi děláte doma s tabletem nebo telefonem?“
- „Co rádi děláte venku?“
- „S kým si nejraději hrajete?“
- „Co umíte venku dělat, ale tablet to neumí?“

Cílem úvodu není děti hodnotit, ale nechat je přirozeně mluvit o jejich zkušenostech.

2. Diskuse formou hry – míček v kruhu

Časová dotace: cca 5 minut

Děti sedí nebo stojí v kruhu. Lektor používá míček jako jednoduchou pomůcku. Dítě, které drží míček, doplní jednu z vět:

- „Moje oblíbená věc venku je...“
- „Moje oblíbená věc u tabletu je...“

Lektor dětem pomáhá rozlišit, že obě aktivity mohou být zábavné, ale venku se dítě hýbe, používá celé tělo, setkává se s opravdovými kamarády a prožívá skutečné zážitky.

Možné shrnutí lektora:

„Tablet může být někdy zábavný, ale venku běháme, skáčeme, smějeme se a jsme spolu doopravdy.“

3. Aktivita: kreslení nebo modelování

Časová dotace: cca 10 minut

Děti kreslí nebo modelují svoji oblíbenou venkovní hru, dobrodružství nebo činnost s kamarády.

Instrukce pro děti:

„Nakresli, co nejraději děláš venku s kamarády. Můžeš nakreslit hřiště, zahradu, les, kolo, míč, zvířátko nebo cokoli, co tě venku baví.“

Lektor prochází mezi dětmi, povzbuzuje je a klade jednoduché otázky:

- „Kdo je na obrázku?“
- „Co tam děláte?“
- „S kým si hraješ?“
- „Co tě na tom baví?“
- „Jak se u toho cítíš?“

Cílem aktivity je, aby dítě samo pojmenovalo hodnotu reálného zážitku, pohybu, kamarádství a tvoření.

4. Pohybové hry

Časová dotace: cca 10–15 minut

Pohybová část je důležitá proto, aby děti nejen slyšely, že reálný svět je důležitý, ale aby ho přímo prožily. Pohybové hry mají být jednoduché, krátké, radostné a bezpečné.

Použitelné pomůcky:

- papír,
- klobouk nebo nádoba na losování úkolů,
- nafukovací balónky,
- plyšová hračka,
- případně jednoduchá rekvizita symbolizující „digitální příšerku“.

Hra 1: Rychlé nožičky vs. spící nožičky

Pomůcky: žádné

Prostor: místnost, třída, chodba nebo herna

Lektor říká pokyny:

- „Rychlé nožičky!“ – děti běží na místě.
- „Tiché nožičky!“ – děti chodí pomalu a potichu.
- „Spící nožičky!“ – děti se zastaví.
- „Veselé ručičky!“ – děti mávají rukama.
- „Skákačí nožičky!“ – děti několikrát vyskočí.

Vysvětlení pro děti:

„Když dlouho koukáme na obrazovku, nožičky jsou pořád spící. Když si hrajeme spolu, probudíme celé tělo.“

Hra 2: Hon na Skibidiho

Pomůcky: malá plyšová hračka nebo jiná bezpečná rekvizita

Prostor: místnost nebo herna

Lektor schová plyšovou příšerku v místnosti tak, aby byla částečně vidět. Děti ji hledají. Hra může mít více krátkých kol, každé v délce 1–2 minut.

Vysvětlení pro děti:

„V tabletu se příšerky jen ukazují, ale tady je můžete opravdu najít. Vaše oči, nohy a hlava spolupracují.“

U této aktivity je důležité nepodporovat strašení dětí. Postava je používána pouze jako hravá rekvizita, nikoli jako hororový motiv.

Hra 3: Balónková planeta

Pomůcky: nafukovací balónky

Prostor: místnost nebo herna

Děti mají za úkol udržet balón co nejdéle ve vzduchu. Balón nesmí spadnout na zem. Děti se při doteku střídají. Lektor může postupně přidat více balónků.

Vysvětlení pro děti:

„V tabletu létají planety jen na obrazovce. Vy umíte rozhýbat opravdovou planetu. To umí děti, které se hýbou.“

5. Krátké úkoly z klobouku

Součástí pohybové části mohou být také krátké úkoly losované z klobouku nebo nádoby. Úkoly musí být jednoduché, bezpečné a přiměřené věku dětí.

Příklady úkolů:

- Udělej 10 dřepů.
- Zahraj si kámen, nůžky, papír.
- Udělej 10 panáků.
- Pláčni si s kamarádem nebo kamarádkou.
- Udělej kouli z papíru a hoď ji na určený bezpečný cíl.
- Řekni svoji oblíbenou květinu.
- Řekni svoje oblíbené zvíře.
- Zahraj si na zvířátko a ostatní hádají, co jsi.
- Řekni, co jsi naposledy dělal venku.
- Desetkrát vyskoč na pravé noze.
- Desetkrát vyskoč na levé noze.

Poznámka k bezpečnosti: Úkoly typu házení papírové koule je vhodné směřovat na bezpečný cíl, například koš, obrázek nebo předem určené místo. Pokud je úkol formulován hravě vůči lektorovi, musí být jasné, že jde pouze o bezpečnou papírovou kouli a kontrolovanou situaci.

6. Digitální svět s rozumem

Časová dotace: cca 5 minut

Lektor dětem velmi jednoduše vysvětlí zásadu:

„Není dobré jen tak opakovat slova jako ‚skibidi‘ nebo ‚six seven‘, když nevíme, co znamenají. Když něco neznáme, můžeme se zeptat rodičů, paní učitelky nebo pana učitele. Tablet nebo počítač můžeme použít s rodiči, abychom zjistili, co to znamená, ale nemáme všechno jen opakovat.“

Smyslem této části je vysvětlit, že digitální svět může být někdy zdrojem informací, ale dítě ho nemá používat samo a bez dospělého. Dítě se má učit ptát, ověřovat a mluvit s bezpečnými dospělými.

Možná aktivita:

Děti si vzpomenou na jedno „tajemné slovo“ z pohádky, hry, písničky, videa nebo kresby. Společně s lektorem a pedagogem si řeknou, že když něčemu nerozumíme, je správné se zeptat dospělého.

Důraz je kladen na spolupráci a bezpečné používání digitálních zdrojů. Digitální svět má doplňovat reálné zážitky, nikoli je nahrazovat.

7. Sdílení a reflexe

Časová dotace: cca 5 minut

Děti ukazují, co nakreslily nebo vytvořily, a krátce odpovídají na otázky:

- „Co tě dnes bavilo nejvíc?“
- „Co bys chtěl dělat venku?“
- „S kým si chceš hrát?“
- „Kdybys měl vybrat jednu věc, kterou budeš dělat venku, co by to bylo?“

Lektor shrne:

„Vidíte, kolik zábavy můžeme mít bez tabletu a telefonu?“

8. Závěr

Časová dotace: cca 2–3 minuty

Lektor dětem připomene hlavní myšlenku:

„Svět kolem nás je plný dobrodružství, hry a kamarádů.“

Možná domácí aktivita:

„Zítra nebo o víkendu nakresli nebo přines fotku něčeho, co jsi dělal venku.“

Domácí aktivita je dobrovolná a má podpořit propojení programu s rodinou a reálným zážitkem dítěte.

Přehledová struktura programu pro mateřské školy

Čas	Aktivita	Popis
0–5 min	Úvod	Přivítání dětí, představení tématu, jednoduché otázky k tabletu a venkovním aktivitám.
5–10 min	Diskuse formou hry	Děti v kruhu říkají, co mají rády venku a co u tabletu. Lektor pomáhá rozlišit reálnou a digitální aktivitu.
10–20 min	Kreslení / modelování	Děti kreslí nebo modelují oblíbenou venkovní hru nebo dobrodružství.
20–35 min	Pohybové hry	Krátké pohybové hry, úkoly z klobouku, práce s balónky nebo plyšovou

		rekvizitou.
35–40 min	Digitální svět s rozumem	Vysvětlení, že neznámá slova a trendy nemáme jen opakovat, ale ptát se dospělých.
40–45 min	Sdílení, reflexe a závěr	Děti ukazují kresby, říkají, co je bavilo, a lektor připomene hlavní myšlenku programu.

Poznámky pro lektora

- Používat krátké a jasné instrukce.
- Vést hodinu hravě, interaktivně a pozitivně.
- Nepoužívat děsivé nebo nevhodné digitální ukázky.
- Nepodporovat strach z technologií, ale zdravý vztah k reálnému světu.
- Podporovat děti, aby mluvily o svých zážitcích.
- Chválit pohyb, spolupráci, tvoření a sdílení.
- Zdůrazňovat, že neznámé věci z internetu je správné řešit s rodiči nebo pedagogem.
- Digitální svět představovat jako doplněk, nikoli náhradu reálného života.
- Vždy dbát na bezpečnost pohybových aktivit a přizpůsobit je prostoru i možnostem dětí.

2. Metodika pro děti v 1. a 2. třídě základní školy

Charakteristika cílové skupiny

Děti v 1. a 2. třídě základní školy jsou na začátku školní docházky. V tomto věku se teprve učí základní pravidla školního prostředí, práce ve skupině, naslouchání, vyjadřování vlastních pocitů a rozlišování mezi bezpečným a rizikovým chováním.

Zároveň se již mnoho z nich setkává s digitálními technologiemi, ať už prostřednictvím mobilních telefonů rodičů, tabletů, chytrých televizí, YouTube, jednoduchých her nebo obsahu, který jim zprostředkovávají starší sourozenci. Program proto vychází z předpokladu, že i velmi malé děti již mají určitou zkušenost s virtuálním prostředím, i když mu často nerozumějí a neumějí vyhodnotit jeho rizika.

Cíl programu

Cílem programu pro děti v 1. a 2. třídě není děti technologicky vzdělávat, ale pomoci jim pochopit základní rozdíl mezi reálným a virtuálním světem. Důraz je kladen na to, že skutečný život, osobní vztahy, pohyb, hra, dovednosti, příroda, rodina a bezpeční dospělí mají pro dítě zásadní význam.

Jednou ze stěžejních myšlenek programu je sdělení, že to, co se dítě naučí v reálném světě, mu už nikdo nevezme. Dovednost, kterou si dítě osvojí vlastním úsilím, pohybem, tvořením, čtením, kreslením, sportem nebo komunikací s ostatními, nelze nahradit pasivním sledováním virtuálního obsahu. Virtuální svět může být lákavý, ale pokud dítě pouze sleduje obrazovku, skutečnou dovednost tím nezískává. Naopak při nadměrném a nevhodném používání technologií může docházet k oslabování pozornosti, trpělivosti, fantazie, pohybu a schopnosti prožívat běžný reálný svět.

Tato myšlenka je v programu opakována u všech cílových skupin, tedy nejen u malých dětí, ale i u starších žáků, dospívajících a rodičů.

Forma výuky

Program pro děti v 1. a 2. třídě je veden formou kombinace hry, rozhovoru, četby, kreslení a společného přemýšlení. Záměrně nejsou používány digitální technologie. Děti nejsou vystavovány živým ukázkám online

prostředí ani videím ze sociálních sítí. Důvodem je věková přiměřenost a snaha nevnášet do této věkové skupiny obsah, který by mohl být pro děti zbytečně zatěžující nebo by je mohl naopak motivovat k vyhledávání nevhodných digitálních podnětů.

Práce s dětmi je založena především na jednoduchých příbězích, otázkách, kresbě, modelových situacích a rozhovoru o tom, co je bezpečné a co už bezpečné být nemusí.

Tematické okruhy

Program se zaměřuje zejména na:

- rozlišení reálného a virtuálního světa,
- význam hry, pohybu, kamarádství a rodiny v reálném světě,
- základní pravidlo: když se mi něco nelíbí, bojím se nebo si nevím rady, řeknu to dospělému,
- bezpečné a nebezpečné chování při používání mobilu, tabletu nebo internetu,
- důležitost důvěryhodných dospělých osob,
- jednoduché vysvětlení, že ne každý člověk na internetu musí být tím, za koho se vydává,
- posilování zdravého vztahu k reálným dovednostem a vlastní aktivitě.

Časová dotace

Celková časová dotace programu pro děti v 1. a 2. třídě základní školy činí 3 hodiny čistého času, tedy školní terminologií 4 vyučovací hodiny po 45 minutách.

Program je rozdělen do dvou bloků:

První blok:

2 vyučovací hodiny.

Druhý blok:

2 vyučovací hodiny.

Druhý blok probíhá s časovým odstupem, ideálně nejdříve po jednom měsíci. Tento odstup umožňuje dětem téma zpracovat, vrátit se k němu v běžném životě a následně na něj navázat při druhém setkání.

Didaktický přístup

Didaktický přístup je u této věkové skupiny založen na pomalém tempu, jednoduchém jazyce, opakování základních sdělení a pozitivním posilování reálného světa. Dítě nemá z programu odcházet se strachem z internetu, ale s jasným vědomím, že pokud něčemu nerozumí, něco se mu nelíbí nebo se setká s něčím nepříjemným, má se obrátit na rodiče, učitele nebo jiného bezpečného dospělého.

3. Metodika pro děti ve 3., 4. a 5. třídě základní školy

Charakteristika cílové skupiny

Žáci 3., 4. a 5. tříd základní školy představují z hlediska prevence jednu z nejdůležitějších cílových skupin. V tomto věku se děti často začínají samostatněji pohybovat v digitálním prostředí, získávají první vlastní zařízení nebo k nim mají pravidelný přístup, sledují YouTube, hrají online hry, komunikují přes chaty a začínají vnímat sociální tlak vrstevníků.

Zároveň se stále jedná o děti, které ještě nemají dostatečně rozvinutou schopnost kriticky vyhodnocovat obsah, komunikaci s neznámými osobami, reklamní a manipulační prvky, algoritmické doporučování nebo dlouhodobé důsledky vlastního online chování.

Tato skupina je proto z hlediska prevence v současné době nejpreferovanější.

Organizační možnosti

U menších škol je možné spojovat žáky 3., 4. a 5. tříd do jedné skupiny, pokud to odpovídá jejich kognitivní a emoční vyspělosti a organizačním možnostem školy. Zkušenosti z praxe zahrnují malé obecní školy, soukromé školy, velké státní základní školy i školy s prvky Montessori výuky.

Program je možné přizpůsobit velikosti školy, věku žáků a jejich předchozí zkušenosti s digitálním prostředím.

Hlavní tematické oblasti

Program pro tuto věkovou skupinu je zaměřen zejména na:

- bezpečí na internetu,
- online videohry,
- sociální sítě,
- nevhodná a děsivá videa na YouTube,
- fenomén ElsaGate a obdobné typy závadného obsahu,
- kyberšikanu,
- kybergrooming,
- digitální stopy,
- sharenting,
- online komunikaci,
- závislostní chování ve vztahu k online hrám, videím a sociálním sítím,
- využívání umělé inteligence ve škole i v běžném životě.

Struktura programu

Program je rozdělen do tří samostatných setkání. Každé setkání trvá přibližně 90 minut, tedy 2 vyučovací hodiny po 45 minutách s přestávkou. Jednotlivá setkání jsou realizována s časovým odstupem, ideálně přibližně jeden měsíc.

Tento odstup umožňuje postupné zpracování témat, opakování, návrat k předchozím sdělením a lepší návaznost preventivního působení.

První setkání: Bezpečí ve virtuálním světě

První setkání je zaměřeno na základní bezpečnost v online prostředí.

Probíraná témata:

- bezpečné a rizikové chování na internetu,
- phishing,
- spoofing,
- vishing,
- deepfake videa,
- slabá a silná hesla,
- bezpečné zacházení s účty,
- sharenting a digitální rodičovství,

- digitální stopy,
- digitální krádež,
- veřejné a soukromé informace,
- základní pravidla při komunikaci online.

Cílem prvního setkání je, aby děti pochopily, že internet není pouze prostor zábavy, ale také prostor, kde se mohou setkat s podvodem, manipulací, krádeží identity nebo rizikovou komunikací.

Druhé setkání: Kybergrooming a kyberšikana

Druhé setkání je věnováno zejména kybergroomingu a kyberšikaně.

Probíraná témata:

- co je kybergrooming,
- jak může cizí osoba navazovat kontakt s dítětem,
- proč není bezpečné posílat osobní informace, fotografie nebo videa,
- jak poznat nátlak nebo manipulaci,
- jak se zachovat při nepříjemné komunikaci,
- co je kyberšikana,
- jak může vypadat v chatu, skupině, online hře nebo na sociální síti,
- proč se nepřidávat k ubližování druhým,
- jak pomoci kamarádovi,
- komu se svěřit.

Cílem druhého je naučit děti rozpoznat rizikové situace a ukázat jim jednoduchý a bezpečný postup: zastavit komunikaci, nic neposílat, nereagovat pod tlakem, uložit důkazy a svěřit se dospělému.

Třetí setkání: Nevhodný obsah, závislostní prvky, online hry, sociální sítě a AI

Třetí setkání slouží k opakování již probraných témat a současně k rozšíření o další oblasti.

Probíraná témata:

- opakování zásad bezpečného chování online,
- nevhodná a děsivá videa na YouTube,
- fenomén děsivého obsahu mířeného na děti,
- online videohry,
- závislostní mechanismy ve hrách,
- mikrotransakce a nákupy ve hrách,
- sociální sítě,
- algoritmické doporučování obsahu,
- závislost na sledování videí a sociálních sítích,
- využívání AI ve škole a později v zaměstnání,
- limity AI jako zdroje informací.

Cílem třetího setkání je propojit předchozí témata a ukázat dětem, že digitální svět je třeba používat aktivně, vědomě a bezpečně, nikoli pasivně a bez kontroly.

Forma výuky

Výuka probíhá dynamickou formou kombinující přednes, rozhovor, otázky, reakce dětí, prezentaci, živý náhled do sociálních sítí, živý vstup na internet a ukázky aktuálního online obsahu. Lektoři zároveň využívají také předem připravený multimediální obsah, který je uložen offline a není závislý na internetovém připojení.

Přímé ukázky z online prostředí jsou důležitým didaktickým prvkem, protože dětem i dospělým umožňují vidět skutečné prostředí, se kterým se děti setkávají. U této věkové skupiny jsou však ukázky vždy vybírány citlivě, přiměřeně věku a s jasným vysvětlením.

Časová dotace

Základní časová dotace jedné přednášky pro žáky I. stupně je zpravidla 90 minut, tedy 2 vyučovací hodiny. Podle potřeb školy je možné program tematicky rozšířit nebo rozdělit do více návazných setkání.

4. Metodika pro žáky 2. stupně základní školy

Charakteristika cílové skupiny

Žáci 2. stupně základní školy se již v digitálním světě často pohybují samostatně, mají vlastní mobilní telefon, používají sociální sítě, komunikují v online skupinách, hrají online hry, sledují influencery a vytvářejí nebo sdílejí vlastní obsah.

Zároveň se jedná o období dospívání, kdy roste význam vrstevnické skupiny, potřeba přijetí, tlak na vzhled, výkon, popularitu a sociální začlenění. Digitální prostředí se proto výrazně prolíná s psychikou, vztahy, sebepojetím, sexualitou, rizikovým chováním i školním klimatem.

Cíl programu

Cílem programu pro žáky 2. stupně je rozvíjet bezpečnější a zodpovědnější chování v online prostředí, posilovat kritické myšlení a otevřeně pojmenovat rizika, se kterými se dospívající v digitálním světě setkávají.

Program navazuje na tematické oblasti určené pro starší žáky 1. stupně, ale forma, jazyk i hloubka výkladu jsou přizpůsobeny vyšší kognitivní a emoční vyspělosti této skupiny.

Tematické oblasti

Program zahrnuje zejména:

- bezpečnější chování na internetu,
- silná hesla a ochranu účtů,
- phishing,
- vishing,
- spoofing,
- deepfake videa,
- manipulaci s obrazem, hlasem a identitou,
- sexting,
- sdílení intimního obsahu,
- online seznamování,
- rizikovou komunikaci ve videohrách i mimo videohry,
- kyberšikanu,
- kybergrooming,
- děsivá a zavádějící videa na YouTube,
- algoritmy sociálních sítí,
- závislost na virtuálním světě,
- online hry a jejich závislostní a ekonomické mechanismy,
- AI technologie, jejich využití, přínosy a limity.

Didaktický přístup

Hodiny jsou vedeny dynamickou formou v kombinaci přednesu, rozhovoru, prezentace, živého náhledu do digitálního prostředí a přehrávání edukativních videí vhodných pro tuto věkovou skupinu.

U žáků 2. stupně je možné pracovat s náročnějšími tématy a s větší mírou otevřenosti než u mladších dětí. Přesto je vždy nutné dbát na věkovou přiměřenost, bezpečné rámování a citlivé zacházení s tématy, která se mohou dotýkat sexuality, ponižování, šikany, sebepoškozování, závislostního chování nebo vztahů.

Jako jeden z příkladů pomůcky pro starší žáky lze uvést edukativní film Na hory, který je využíván právě u této věkové skupiny, nikoli u mladších dětí.

Práce s AI

Součástí programu je také vysvětlení možností a limitů umělé inteligence. Žákům je ukazováno, že AI může být užitečným nástrojem pro učení, práci a kreativitu, ale zároveň není neomylným zdrojem informací. Důraz je kladen na ověřování, kritické myšlení, práci se zdroji a uvědomění, že technologie nemá nahrazovat vlastní přemýšlení.

Časová dotace

Základní časová dotace programu pro žáky 2. stupně je zpravidla 90 minut, tedy 2 vyučovací hodiny. Podle potřeb školy je možné program tematicky rozšířit nebo rozdělit do více návazných setkání.

5. Metodika pro rodiče a širokou veřejnost

Charakteristika cílové skupiny

Rodiče, pedagogové a široká veřejnost představují zcela odlišnou cílovou skupinu než děti. U dospělých je možné pracovat otevřeněji, detailněji a s větší mírou konkrétních ukázek. Zároveň však platí, že mnoho dospělých nemá reálnou představu o tom, jak digitální prostředí dětí skutečně vypadá.

Často znají pouze obecné pojmy jako YouTube, TikTok, Roblox, Minecraft, sociální sítě nebo online hry, ale netuší, jaké konkrétní obsahy, komunity, komentáře, algoritmy, skryté mechanismy, mikrotransakce, rizikové chaty nebo závadné trendy se v těchto prostředích mohou vyskytovat.

Cíl programu

Cílem programu pro rodiče a veřejnost je ukázat reálné dopady moderních technologií na děti a dospívající od nejútlejšího věku až po adolescenci a mladou dospělost.

Program se zaměřuje zejména na:

- porozumění digitálnímu prostředí dětí,
- rozpoznání rizikových trendů,
- vysvětlení dopadů nadměrného a nevhodného používání technologií,
- praktická doporučení pro rodiče,
- nastavení hranic,
- komunikaci s dítětem,
- prevenci závislostního chování,
- bezpečnost v online hrách a na sociálních sítích,
- vztah dítěte k reálnému světu,
- význam rodičovské přítomnosti, zájmu a důslednosti.

Časová dotace

Besedy s rodiči trvají nejméně přes tři hodiny čistého času. V praxi však většina besed trvá přibližně čtyři hodiny, a to bez následné diskuse, která často pokračuje ještě po skončení hlavní části programu.

Délka besed se odvíjí od rozsahu témat, zájmu rodičů, počtu dotazů a potřeby reagovat na konkrétní situace z praxe.

Obsah programu

Na besedách s rodiči lektori detailně popisují a předvádějí negativní dopady moderních technologií napříč vývojovými obdobími dítěte:

- novorozenec a malé dítě,
- dítě v mateřské škole,
- žák 1. stupně základní školy,
- žák 2. stupně základní školy,
- středoškolák,
- adolescent,
- mladý dospělý člověk.

Program je vždy aktualizován podle aktuálních negativních trendů tak, aby měl pro rodiče a dospělé okamžitý preventivní dopad.

Jako příklady aktuálních trendů lze uvést například postavu Skibidi Toilet, tedy hlavu v záchodě, nebo postavu CatNap, hororovou postavu z únikové hry, která je mezi dětmi známá a prodává se i jako plyšová hračka, nesmyslný trend Italian brainrot, či trend Six - Seven. U těchto příkladů je pro rodiče důležité pochopit, že dětská popularita určité postavy nebo hračky nemusí znamenat, že její původní digitální kontext je pro děti vhodný.

Forma programu

Besedy probíhají formou předem aktualizované prezentace, živých vstupů do digitálního prostředí, ukázek z veřejně dostupných platforem a sociálních sítí a pomocí sestříhaných a uložených multimediálních pomůcek.

U dospělého publika jsou přímé ukázky zvláště důležité. Rodiče často až při jejich zhlédnutí pochopí, jaký obsah se dětem reálně zobrazuje, jak snadno se k němu dostanou a jak výrazně se liší od běžné rodičovské představy o internetu.

Přímé ukázky veřejně dostupného obsahu nejsou používány samoúčelně. Slouží jako vzdělávací nástroj, který umožňuje realisticky popsat digitální prostředí, nikoli o něm pouze teoreticky hovořit.

Zpětná vazba

Z dosavadní praxe vyplývá, že besedy pro rodiče jsou velmi přínosné. Rodiče prezentovanou problematiku zpravidla nerozporují, naopak často po skončení besed děkují, sdílejí vlastní zkušenosti a přiznávají větší či menší selhání při nastavování digitálních hranic v rodině.

Častou zpětnou vazbou je sdělení, že jim přednáška „otevřela oči“. Velmi oceňované jsou zejména závěrečné části prezentace, ve kterých jsou rodičům na základě odborné literatury a zkušeností z praxe předkládána konkrétní doporučení pro ně i pro jejich děti.

Organizační specifika

Besedy pro rodiče jsou zásadně odlišné od programů pro děti. Počet účastníků nelze často předem přesně odhadnout. V praxi se lektori setkali jak s besedou pro jednoho rodiče a několik pedagogů, tak s akcemi, kde se účast pohybovala ve stovkách.

Rodičovské besedy jsou časově, psychicky i fyzicky velmi náročné. Lektorování vážné problematiky, která je vůči rodičům často kritická, vyžaduje vysokou soustředěnost, citlivost, odbornou připravenost a schopnost okamžitě reagovat na dotazy. Z tohoto důvodu je velmi vhodné vedení programu ve dvojici, tedy v tandemu dvou lektorů.

Protože se rodičovské besedy zpravidla konají v odpoledních hodinách po návratu rodičů ze zaměstnání, končí často ve večerních hodinách. V některých případech je proto nutné řešit i služební cestu s přespáním v místě konání.

6. Průběžná aktualizace metodiky

Metodika programu není statickým dokumentem. Vzhledem k rychlému vývoji digitálního prostředí je průběžně aktualizována podle:

- nových trendů mezi dětmi,
- změn na sociálních sítích,
- změn v online hrách,
- nových typů rizikového obsahu,
- poznatků ze škol,
- dotazů dětí,
- zpětné vazby rodičů,
- poznatků pedagogů a preventistů,
- odborných podnětů z pediatrické, školské a bezpečnostní praxe.

Aktualizace obsahu je nezbytná, protože digitální svět, ve kterém se děti pohybují, se mění velmi rychle. Program proto nemůže být založen pouze na obecných poučkách, ale musí reagovat na konkrétní prostředí, které děti skutečně používají.

7. Závěrečné metodické východisko

Společným metodickým základem všech cílových skupin je důraz na reálný život, bezpečné vztahy, zdravé hranice a schopnost dítěte rozpoznat rizikovou situaci a obrátit se na důvěryhodného dospělého.

Program neusiluje o strašení dětí ani o odmítání moderních technologií jako takových. Jeho smyslem je ukázat, že technologie mohou být užitečným nástrojem, ale pouze tehdy, pokud jsou používány přiměřeně, bezpečně, vědomě a s ohledem na věk dítěte.

Klíčovým sdělením programu zůstává, že dovednosti, vztahy, zkušenosti a schopnosti získané v reálném světě mají pro dítě nenahraditelnou hodnotu. Virtuální svět je nemůže nahradit. Pokud dítě pouze sleduje digitální obsah, nezískává skutečnou životní dovednost. Právě proto je nutné děti od nejútlejšího věku vést k tomu, aby digitální technologie nebyly středem jejich života, ale pouze jedním z nástrojů, které se učí bezpečně a rozumně používat.