11. klase

4. modulis: Uzplaukums digitālajā vidē

Tēma: Attīstība digitālajā pasaulē

1. nodarbība – Kāds es vēlos būt/kļūt digitālajā vidē?

**Nodarbības atsegums**

**Nodarbībā sasniedzamie rezultāti**

***Skolēnam veidojas izpratne par to,***

* kā ekrāna laiks saistās ar personīgo dzīves projektu un misiju;
* kā un cik jēgpilni skolēns izmanto ekrānus;
* ka ir noderīgi kontrolēt pie ekrāna pavadīto laiku, lai attīstītu savu brīvību un mieru;
* kāpēc ir grūti samazināt ekrāna laiku un kā to darīt;
* kādam ir jābūt jēgpilni pavadītam laikam tiešsaistē.

***Skolēnam pilnveidojas morālais ieradums***

* jēgpilni un atbildīgi izmantot internetu, lai kļūtu tāds, kāds vēlas būt;
* kontrolēt, savaldīt sevi, lai samazinātu ekrānā pavadīto laiku;
* apņēmīgi attīstīt vēlamās, paši izvēlētās prasmes, izmantojot internetu.

**Lielie jautājumi:**

1. *Kā interneta lietošana ietekmē manas dzīves projektu?*
2. *Kā es varu izmantot interneta vidi, lai kļūtu tāds, kāds es vēlos būt?*
3. *Kā ir iespējams mācīties, attīstīt prasmes internetā?*

***Ziņa skolēnam:***

- Internetā var viegli zaudēt laika izjūtu, bet var arī organizēt savu virtuālo dzīvi par labu savam dzīves projektam.

- Tas ir manos spēkos izmantot mācīšanās un attīstības iespējas, ko paver internets. Tikumi palīdz tā darīt.

**Atslēgvārdi:** ekrāna laiks; jēgpilna interneta izmantošana; dzīves projekts; paškontrole.

**Nodarbībā aplūkotās vērtības un tikumi**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | No Vidusskolas standarta | Papildus no programmas “e-TAP” |
| Vērtības | Brīvība | Miers, laiks, misija |
| Tikumi | Mērenība, savaldība, atbildība | Paškontrole, apņēmība, pašdisciplinētība |

**Mācību materiāli:**

* PowerPoint prezentācija
* 1. materiāls: Darba lapa - tiešsaistes aktivitātes; attīstāmās prasmes

Mācību aktivitātes

[Nodarbības pavediens. Ierosme: Ekrānlaiks. Klases dati; 1. aktivitāte: Ekrānlaiks. Diskusija par aptauju; 2. aktivitāte: Jēgpilns laiks internetā; 3. aktivitāte: Internets pašattīstībai; Refleksija. Ko es gribu mainīt?]

**Ierosme. Ekrānlaiks. Klases dati (Ieteicamais laiks 5 min.)**

**[2. slaids]** Aptauja.Skolotājs veido klases aptauju (piemēram, mentimeter vidē vai Google formā):

1. Kāds ir tavs *screentime/ekrānlaiks* (pie ekrāna pavadītais laiks)? [Cik stundas dienā vidēji]
2. Vai tu gribētu savu ekrānlaiku samazināt? [Jā / Nē]
3. Vai tev ir viegli pārtraukt savu laiku pie ekrāna, ja esi to izlēmis? [Grūti / Drīzāk grūti/ Drīzāk viegli / Viegli]
4. Kādas ir tavas trīs visvairāk izmantotās aplikācijas/mājaslapas? [Vārdu mākonis]
5. Vai tu laiku pie ekrāna pavadi drīzāk jēgpilni vai nē? [Jā / Nē]

Komentāri no kolēģiem

Būtu forši izveidot anketu Google Form rīkā, jo tur ir iespēja aplūkot sektora diagrammu, kas, manuprāt, ir ļoti viegli pārskatāms veids.

Tikpat labi varētu neizmantot mentimeter, bet veidot domu zirnekli, rakstot katrs pats uz tāfeles. Ja jau reiz tēma ir par ekrān laika noderīgumu, tad var mēģināt jau to samazināt dotajā momentā

Iepazīstoties ar plānu, ļoti vēlētos, ka stundas aktivitātēs par saviem paradumiem dalās arī skolotājs un kā skolotājam ir iespēja pilnveidoties, izmantojot telefonu, cik ļoti skolotājs to izmanto savā ikdienā. Tas atraisītu skolēnus būt drošiem un dalīties savā pieredzē, viedokļos!

**1. aktivitāte. Ekrānlaiks. Diskusija par aptauju. (ieteicamais laiks 5 min.)**

**[3.slaids]** Balstoties ierosmes aptaujas jautājumos, klase apspriež šādus padziļinātos jautājumus:

1. Vai ievadītais laiks ir tas, ko rāda tikai telefonā? Cik varētu būt, ja pieskaita datora laiku? Kā jūsu laiks salīdzinās ar klases vidējo? Vai klases vidējais šķiet augsts? Cik procentu no nomoda stundām (ja nomods ir aptuveni 16h) mēs pavadām pie ekrāna?
2. Cik liela daļa no klases gribētu samazināt savu ekrānlaiku? Tie, kas atbildējuši jā – kāpēc? Ar ko jūs gribētu to aizstāt? Kas ir tās lietas, ko jūs gribētu darīt savā dzīvē, bet nedarāt, jo esat pie ekrāna?
3. Kāpēc mēdz būt grūti pārtraukt vai samazināt savu ekrānlaiku? Ar kādām metodēm varētu samazināt savu ekrānlaiku? Kopā nosauciet 5! (Var izmantot Google dokumentu)
4. Kādi tikumi nepieciešami, lai samazinātu savu ekrānlaiku? Nosauciet trīs! [*skolotājam: piemēram, atbildība, savaldība, paškontrole, pašdisciplinētība*] (Var izmantot Google dokumentu)

**2. aktivitāte. Jēgpilns laiks internetā (ieteicamais laiks 10 min.)**

**[4. slaids].** Balstoties ierosmes aptaujas jautājumos 5. un 6. klase apspriež šādus padziļinātos jautājumus:

1. Pa kādām aplikācijām/nodarbēm sadalās mūsu laiks? Kur ir visvairāk? Kādi iemesli varētu būt tam, ka tieši pie šīs aplikācijas pavadām visvairāk laika? Ko mēs no tām iegūstam? Kā jūtamies tās lietojot?
2. Vai ir viegli nošķirt, kas ir jēgpilni pavadīts laiks tiešsaistē un kas – nav? Ko mēs saprotam, ar jēgpilnu laiku? Mēģiniet definēt, kādam ir jābūt jēgpilni pavadītam laikam tiešsaistē un pierakstiet savu definīciju/kritērijus.

Šo diskusiju var arī organizēt pāros, ja skolēni klasē nav ļoti atvērti par šiem jautājumiem.

**[5. slaids]** Izmantojot darba lapas 1. lpp. (1. materiāls), skolotājs aicina skolēnus aizpildīt tabulu ar tiešsaistes aktivitātēm (vispār, nevis tikai tās, kurās viņi iesaistās), izvērtējot un pamatojot, kā katra no tām var būt un var nebūt jēgpilna. Pēc dažām minūtēm skolotājs aicina dažus skolēnus dalīties ar savām pārdomām – kādas aktivitātes minētas un kā tās varbūt jēgpilnas vai ne. Var aktualizēt jautājumu: Kādas vērtības saskatāmas jēgpilnā izmantošanā? (*skolotājam: piemēram, brīvība, miers, laiks*)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Tiešsaistes aktivitāte/aplikācija* | *Kā tā var nebūt jēgpilna?* | *Kā tā var būt jēgpilna?* |
| *Skatīties Tiktok video* |  |  |
| *…* |  |  |

Komentāri no kolēģiem

Ļoti noderētu pastāstīt ar kurām programmām var mērīt savu internetā patērēto laiku, piemēram,  [**“App Usage – Manage/Track Usage”**](https://play.google.com/store/apps/details?id=com.a0soft.gphone.uninstaller&hl=lv)  , kā uzstādīt ierobežojumus praktiski. Paši skolēni varētu dalīties ar savu pieredzi.

Lai pilnveidotu nodarbību, būtu labi iekļaut arī praktisku uzdevumu – visiem kopīgi uzstādīt ekrānlaika mērķi ar kādu no programmām

**3. aktivitāte. Internets pašattīstībai. (Ieteicamais laiks 10 min.)**

**[6. slaids]** Skolotājs rāda ekrāna citātu:“Tas, kā mēs pavadām savas dienas ir tas, kā mēs pavadām savas dzīves. Tas, ko mēs darām šajā stundā un nākamajā arī ir tas, ko mēs darām savā dzīvē.” Rakstniece Annija Dilārda

Oriģinālais citāts: “How we spend our days is, of course, how we spend our lives. What we do with this hour, and that one, is what we are doing.” Annie Dillard

Veidojas diskusija klasē:

* Kādas pārdomas jums rodas saistībā ar šo citātu un laika pavadīšanu internetā?
* Kā jūs varat izmantot savu laiku internetā tā, lai tas palīdz jums dzīvot savu dzīvi tā, kā vēlaties? Būt tādiem, kā vēlaties?
* Vai ir prasmes, ko attīstīt var daudz vieglāk, kopš cilvēkiem ir pieejams internets? Vai ir tādas, ko var attīstīt tikai internetā?

[7. slaids] Izmantojot darba lapas 2. lpp. (1. materiāls), skolēni saraksta dažādas prasmes/īpašības, ko viņi vēlētos attīstīt, un reflektē, kā varētu tās attīstīt, izmantojot internetu (ja iespējams).

|  |  |
| --- | --- |
| **Prasme/īpašība, ko vēlos sevī attīstīt** | **Kā es varu to attīstīt, izmantojot internetu?** |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

Komentāri no kolēģiem

Atceroties savus vidusskolas laikus, nevienam nepatika neko gari rakstīt, tādēļ efektīvāk būtu, ka visa klase iesaistās un kopīgi šo uzdevumu veic uz tāfeles. Tas būtu gan daudz radošāk, gan arī daudz aktīvāka būtu iesaiste

**Refleksija. Ko es gribu mainīt? (ieteicamais laiks 10 min.)**

**[8. slaids]** Skolotājs aicina skolēniem padomāt šādus jautājumus:

* Kādu savu interneta lietošanas ieradumu tu gribētu mainīt? (Piemēram, mazāk laika pavadīt Instagramā vai katru dienu mācīties kādu valodu Duolingo)
* Kāpēc tev ir svarīgi to mainīt?
* Ar kādiem šķēršļiem tev varētu nākties saskarties, lai to mainītu?
* Kādus pirmos soļus tu spersi, lai to mainītu?
* Kādi tikumi Tev būs vajadzīgi, lai īstenotu šīs pārmaiņas savā dzīvē?

Pēc nedēļas var šo pārrunāt klasē – kā ir gājis?

**[9. slaids]** Papildu izaicinājums: Visa klase nedēļu skolā neizmanto telefonus!

Komentāri no kolēģiem

Par pirmspēdējo slaidu - manuprāt, izaicinājumā jāprecizē, ka drīkst izmantot telefonus tikai "jēgpilni", jo tomēr telefons ir neatņemama daļa no mūsu sadzīves un komunikācijas.

Manuprāt, mani ļoti ieinteresēja pēdējā slaida izaicinājums. Tas būtu arī noderīgi. Es varētu ieteikt to, lai skolēni iesaistītos šādā izaicinājumā, labi būtu, ja pedagogs izveidotu kaut kādu aktivitāšu plānu, ko varētu darīt starpbrīdī, lai nebūtu vēlmes 'sēdēt' telefona, kā arī varbūt kādu jauku apbalvojumu, ja klase šo izaicinājumu pārvarētu.

Ieteiktu izaicinājumu "pamīkstināt", jo vidusskolēniem (vai vispār visiem cilvēkiem) būtu ļoti grūti pēkšņi atteikties no telefona izmantošanas. Mans ieteikums izaicinājumam- samazināt telefona izmantošanas laiku katru dienu pa stundai, šo stundu aizpildot ar kādu interesantu aktivitāti, ko jaunieši pieraksta, lai vēlāk pārrunātu

Citi materiāli

Komentāri no kolēģiem

Jautājumi ir “kairinoši” , ir jā padomā pirms sniedz atbildi. Patiesām ir jāpadomā. Man šķiet, ka šāda klases stunda varētu būt veiksmīga, izaicinājums interesants.

Uzskatu, ka nodarbība ir veiksmīga. Jautājumi ir kutelīgi, var izveidoties plašas diskusijas, kas tad arī ir būtiskākais.

Man šķiet, ka vienmēr būs daļa skolēnu, kam šo nodarbība būs noderīga un kam ne ... Ja es būtu vidusskolēns, tad man šī nodarbība noteikti liktu vismaz aizdomāties par to, cik daudz laika pavadu pie ekrāna ikdienā.

Ļoti interesants materiāls, lai rosinātu domāt par to, cik daudz laika tiek pavadīts digitālajā vidē.

Interesanti būtu paskatīties kādus video par šo tēmu. Domāju, ka tādi ir pieejami daudz, it īpaši angļu valodu