

ODGOVORNO KORIŠTENJE SLOBODNOG VREMENA

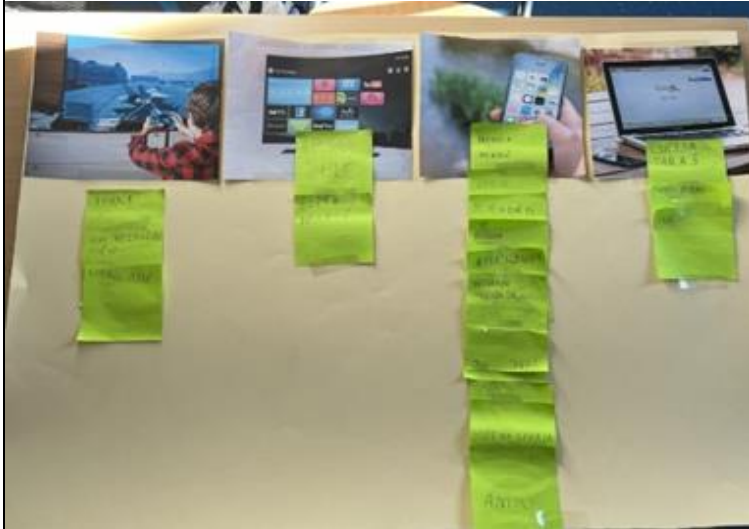
SLOBODNO VRIJEME BEZ EKRANA

Predmet (ili međupredmetna tema)	Sat razrednika
Međupredmetne teme:	Uporaba informacijske i komunikacijske tehnologije, Zdravlje
Razred	1.r
Odgojno-obrazovni ishodi	Spoznati negativni utjecaj prekomjerno provedenog vremena uz elektronske medije. Potaknuti i osvijestiti važnost preuzimanja odgovornosti za korištenje slobodnog vremena. Ponuditi učenicima alternativu, da vide koliko zanimljivih stvari mogu raditi bez elektronskih uređaja. Učenici usvajaju stav o važnosti kvalitetnog provođenja slobodnog vremena. ISHODI ikt A.1.4. Učenik prepoznaje utjecaj tehnologije na zdravlje i okoliš. Učenik je svjestan štetnosti dugotrajne i nepravilne upotrebe tehnologije. Zdr. B.1.3. A Prepoznaje igru kao važnu razvojnu i društvenu aktivnost. Zdr. B.1.3.B Opisuje i nabraja aktivnosti koje doprinose osobnome razvoju.
Tijek nastavnog sata	UVODNI DIO <i>Danas ćemo govoriti o tome kako provodimo svoje slobodno vrijeme. Provodimo li ga uglavnom za raznim ekranima ili bez njih? Saznat ćemo koliko zdravo (kvalitetno) provodimo svoje slobodno vrijeme i na koje sve zanimljive i zdrave načine ga možemo provesti.</i> MOTIVACIJA <i>Može li nam netko ispričati što najčešće radi nakon škole. Kako izgleda njegovo slobodno vrijeme nakon nastave?</i> GLAVNI DIO Gledamo plakat na kojem su fotografije TV-a, laptopa, Playstationa i mobitela.

Znate li koji su ovo uređaji. Koristimo li ih svi? Dobro promislite!

Što najviše od ovoga koristite?

Na post-it papirić napišite svoje ime i stavite ispod fotografije onog uređaja gdje najviše vremena provodite.



Fotografija br.1 Plakat s elektroničkim medijima gdje učenici lijepe post-it papiriće sa svojim imenima.

Je li dobro provoditi puno vremena pred ovim ekranima? Zašto nije dobro? Koje su posljedice kada puno sjedimo ispred kompjutera, mobitela, TV-a...

- malo se krećemo
- ne družimo se
- bole nas oči
- manje spavamo
- nemamo vremena za školske obaveze
- nismo na svježem zraku (virusi, bolesti)
- zaboravimo jesti
- postajemo nervozni

Koji su bolji načini korištenja slobodnog vremena a da niste za ekranima?

Sada ćemo se podijeliti u 4 grupe. Svaka grupa dobiti će 5 fotografija.
(Na fotografijama su razne društvene igre, kućni ljubimci, razni sportovi i rekviziti za fizičku aktivnost.)

Pogledajte dobro što prikazuju. Razgovarajte u grupi tko provodi na taj način slobodno vrijeme. Opišite drugima u grupi na koji način te aktivnosti ispunjavaju tvoje slobodno vrijeme. Sada uzmi jednu sličicu koja prikazuje tvoje najčešće korištenje slobodnog vremena. Ako često igraš društvene igre uzmi tu sličicu i stavi je u stupac na plakatu koji govori na koji način igraš društvene igre: sam, s prijateljima ili s obitelji.



Fotografija br.2 Plakat sa zdravijim načinima korištenja slobodnog vremena gdje učenici postavljaju fotografije raznih društvenih igara, kućnih ljubimaca i fizičkih aktivnosti kojim se mogu baviti.

Jeste li dobili ideju što bi još mogli raditi u svoje slobodno vrijeme a da nisu elektronski uređaji?

ZAVRŠNI DIO

Računalo, playstation, mobitel ne može zamijeniti obitelj i prijatelje u igri. Važno nam je da se što više krećemo, da smo na svježem zraku i da se družimo sa svojom obitelji i prijateljima.

Na kraju sata učenici dobivaju papirić na kojem pokazuju kako su se osjećali tijekom današnjeg sata (evaluacijski listić) i jesu li razumjeli današnje gradivo (izlazna kartica).

Aktivnosti učenika

Odgovaraju na pitanja učitelja.

Komentiraju s učiteljem svoje odgovore. Sudjeluju u grupnom radu.

Sudjeluju u izradi razrednih plakata korištenja elektroničkih medija i plakata korištenja slobodnog vremena. Odgovaraju na pitanja iz izlazne kartice.

Na listićima bilježe kako su se osjećali danas

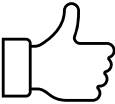
		
---	--	---

IZLAZNA KARTICA

1. Znam nabrojati 3 negativne posljedice dugotrajnog provođenja vremena pred ekranima?

	
---	---

2. Znam nabrojati 3 zdravija načina provođenja slobodnog vremena?

	
---	---