Dobrobit učenika i nastavnika u digitalnom dobu



eTwinnig ambasadorica

Suzana Delić

Osnovna škola Horvati, Zagreb

AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

EUROPSKA UNIJA

Erasmus+ | Europske snage solidarnosti | Obzor Europa

O Agenciji

Pomažemo pretvoriti dobre ideje u uspješne projekte koji mijenjaju društvo nabolje.

MISIJA

Agencija omogućuje provedbu programa Europske unije u području znanosti, odgoja, obrazovanja i osposobljavanja te mladih i sporta u RH.

VIZIJA

Želimo da se što više korisnika iz Republike Hrvatske uključi u europski prostor obrazovanja, znanosti, mladih i sporta radi jačanja ljudskog i demokratskog potencijala, socijalne kohezije te konkurentnosti hrvatskog društva.

OPĆI PODACI

Javna ustanova osnovana 2007. Osnivač Vlada RH.
Nadležna tijela: MZO, SDUDM, EK
Naši programi: Erasmus+, Europske snage solidarnosti, Obzor Europa

Uvod u temu

- Digitalna dobrobit učenika i nastavnika
- Prednosti digitalnih tehnologija
- Izazovi digitalnog doba
- Etika umjetne inteligencije u nastavi
- Od teorije do prakse: kratka analiza primjera iz školskog okruženja
- Digitalna dobrobit u eTwinning projektima
- Završna refleksija



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Dobrobit učenika i nastavnika u digitalnom dobu

Što podrazumijeva dobrobit?

- Dobrobit obuhvaća fizičko, psihičko, emocionalno i socijalno zdravlje pojedinca.
- U školskom okruženju to znači da se učenici i nastavnici osjećaju sigurno, podržano, motivirano i zadovoljno te da mogu uspješno učiti i raditi.



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Prednosti digitalnih tehnologija

Za učenike

- Lakši pristup obrazovnim sadržajima i izvorima znanja
- Mogućnost učenja vlastitim tempom
- Razvoj digitalnih kompetencija važnih za buduće zanimanje
- Veća interaktivnost i zanimljivost nastave kroz multimedijske sadržaje
- Lakša suradnja s vršnjacima putem digitalnih alata



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Prednosti digitalnih tehnologija

Za učitelje/nastavnike

- Jednostavnija priprema i organizacija nastave
- Brža komunikacija s učenicima i roditeljima
- Veći izbor nastavnih materijala
- Mogućnost praćenja napretka učenika kroz digitalne alate
- Profesionalno usavršavanje putem online edukacija i zajednica



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Izazovi digitalnog doba



Kratko promišljanje sudionika
o vlastitim digitalnim navikama



EUROPSKA UNIJA

Erasmus+ | Europske snage solidarnosti | Obzor Europa

AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Izazovi digitalnog doba

- vrijeme pred ekranima
- digitalne distrakcije
- doomscrolling
- utjecaj na koncentraciju, san i odnose
- mentalno opterećenje

Prepoznavanje problematičnih obrazaca, pretjerano vrijeme pred ekranima, stalno provjeravanje obavijesti, teškoće s odvajanjem od digitalnih uređaja i doomscrolling.



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU



Vrijeme pred ekranima:

Istraživanje Poliklinike za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba na **1772 srednjoškolca** pokazalo je da:

- ***svaki treći*** *adolescent koristi društvene mreže* ***3 do 5 sati dnevno***
- ***svaki peti*** *adolescent koristi društvene mreže* ***više od 5 sati dnevno***
- ***gotovo polovica*** *mladih odmah provjerava društvene mreže čim stigne obavijest.*
- *Prema istraživanju Instituta za društvena istraživanja Zagreb: više od 50 % učenika 7. razreda OŠ i 3. razreda SŠ koristi digitalne uređaje* ***3 ili više sati dnevno izvan školskih obveza***
- ***61 %*** *srednjoškolaca navodi da danas provodi više vremena pred ekranima nego prije pandemije.*



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Digitalne distrakcije:

Kod srednjoškolaca:

- gotovo **svaki drugi** učenik **odmah reagira na notifikacije**
- **svaki peti** učenik provjerava društvene mreže **stalno**, čak i bez obavijesti.

[poliklinika-djeca.hr], [mentalnozd....zagreb.hr]

U istraživanju djece od 10 do 16 godina:

- **58,7 % djece pokušalo je smanjiti vrijeme** na internetu, ali bez uspjeha



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Doomscrolling označava kompulzivno i dugotrajno pregledavanje negativnih vijesti i sadržaja na internetu, pri čemu osoba nastavlja čitati uznemirujuće informacije iako joj one povećavaju stres, zabrinutost i mentalni umor.

Naziv dolazi od engleskih riječi:

- **doom** = propast, katastrofa, zla sudbina
- **scrolling** = pomicanje sadržaja na ekranu



"**Doomscrolling nas informira, ali često ne pomaže u rješavanju problema. Umjesto osjećaja kontrole, može povećati osjećaj tjeskobe i opterećenosti**."

AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Doomscrolling i prekomjerna izloženost sadržajima

Iako se pojam doomscrolling rijetko koristi u hrvatskim istraživanjima, rezultati pokazuju obrasce koji mu odgovaraju:

- **24,7 % djece zabrinuto** je jer previše vremena provodi pred ekranima
- **27,1 %** djece koristi digitalne uređaje **tijekom noći**
- 60,2 % djece smatra da se vrijeme provedeno online **odrazilo na njihove međuljudske odnose**



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Utjecaj na koncentraciju, san i odnose

Istraživanje Kids Online Hrvatska pokazalo je da:

- **27,1 %** djece koristi digitalne uređaje **tijekom noći** [dijete.hr]

Stručne analize upozoravaju da **večernje korištenje ekrana povećava rizik** za:

- **otežano uspavljivanje**
- **kraće trajanje sna**
- **lošiju kvalitetu sna** [journal.paedcro.com]

- **60,2 %** djece procjenjuje da je vrijeme provedeno online **utjecalo na njihove međuljudske odnose** [dijete.hr]
- **75 % učenika** navodi da **više uživa u druženju uživo** nego u virtualnoj komunikaciji [n1info.hr]
- **svaki deseti** adolescent smatra da ima **više prijatelja online** nego u stvarnom životu [poliklinika-djeca.hr], [mentalnozd....zagreb.hr]



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Mentalno opterećenje

Prema podacima Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo:

- **92 %** šesnaestogodišnjaka **svakodnevno** koristi internet
- **71,1 %** učenika provodi **više od 2 sata dnevno u online komunikaciji** radnim danom
- kod djevojaka taj udio raste na čak **80,5 %.** [hzjz.hr], [hzjz.hr]

Istraživanje Instituta za društvena istraživanja Zagreb pokazalo je da mladi koji koriste digitalne uređaje **više od 4 sata** dnevno **lošije procjenjuju vlastito mentalno stanje**. [n1info.hr]



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Što je još dobro znati?

Od svih društvenih mreža, najviše mladih koristi:
YouTube – 97.7%,
Instagram – 92.6%
WhatsApp – 88.7%
Snapchat – 63.2%
Facebook Messenger – 50.6%.

Instagram je društvena mreža na kojoj **polovina mladih provodi najviše vremena** – oko 50%
YouTube – 20%
WhatsApp -13.7%
Snapchat – 11.3%
Facebook messenger – 2.3%
Facebook - 0.6 % adolescenata.



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Trećini mladih prvi profil otvorio je netko drugi, u najvećem broju slučajeva (**47.2%**) su to bili **roditelji**, zatim **braća ili sestre (22.3%),** prijatelji (21.1%) te drugi članovi **šire obitelji (2.8%).**

CARNET-ovo istraživanje BrAIn:
AI alate (uglavnom chatbotove poput ChatGPT-a) za učenje koristi **gotovo svaki dan oko 26 % osnovnoškolaca**. [carnet.hr], [unicath.hr] Među srednjoškolcima AI za učenje gotovo svakodnevno koristi **40 do 50 % učenika**.

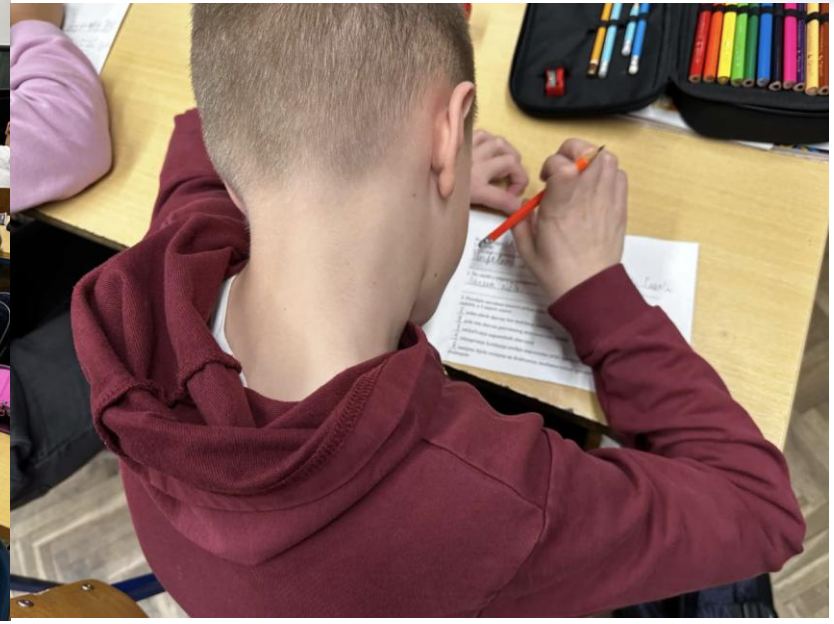


AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Što kažu učenici o umjetnoj inteligenciji?









AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Što kažu učenici o umjetnoj inteligenciji?
OŠ Horvati - anonimno

Pitanje: Što znaš o umjetnoj inteligenciji?

- Nije uvijek sve što kaže točno i naredbe joj stižu od ljudi.
- Pametna je, pomaže i može sve raditi.
- Pametna je.
- Znam da može lagati.
- Pomaže u nekim stvarima.
- To je robot koji odgovara na pitanja.
- Znam da nekada daje krive odgovore.



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Što kažu učenici o umjetnoj inteligenciji?
OŠ Horvati - anonimno

Pitanje: Što znaš o umjetnoj inteligenciji?

- Ne znam ništa o njoj.
- **Znam da nema odgovor na sva pitanja. Neki odgovori joj nisu točni. Treba ju ukinuti.**
- Ništa.
- Znam da ju možeš pitati neka pitanja.
- Znam da je štetna za zdravlje.
- Daje ti savjete i odgovore na neka pitanja.



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Što kažu učenici o umjetnoj inteligenciji?
OŠ Horvati - anonimno

Pitanje: Što misliš o umjetnoj inteligenciji?

- Mislim da je i štetna, a i korisna.
- **Pa korisna je, ali mi nije lijepo da može otrovati ljude.**
- Mislim da je korisna.
- Mislim da je korisna….pa je u redu.
- Mislim da je pametna.
- **Mislim da oštećuje ljude!**



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Što kažu učenici o umjetnoj inteligenciji?
OŠ Horvati - anonimno

Pitanje: Što misliš o umjetnoj inteligenciji?

- Mislim da je to glupost.
- Nekad ti pomaže, a nekada ne.
- Mislim da ju ne smijemo pitati pitanja koja može odgovoriti pogrešno.
- Mislim da nije baš točna i da je štetna.
- Štetna je i korisna.



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Što kažu odrasli o umjetnoj inteligenciji?





AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Etika umjetne inteligencije u nastavi

- mogućnosti i ograničenja AI alata
- privatnost
- pristranost
- provjera informacija
- akademski integritet
- odgovorna uporaba

Izrada jasnih pravila za korištenje umjetne inteligencije u školi, potreba poučavanja učenika kako UI koristiti kao pomoć u učenju, a ne kao zamjenu za vlastito promišljanje, istraživanje i stvaralaštvo.



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Što možemo učiniti?

- istraživanje digitalnih navika učenika anonimnim upitnicima i usporedba rezultata među partnerskim školama
- provođenje malih izazova koji potiču svjesnije korištenje uređaja
- boravak na otvorenom
- čitanje i druženje
- zajednička izrada međunarodnog kodeksa odgovorne i etične uporabe umjetne inteligencije u učenju
- izrada poruka i digitalnih sadržaja kojima učenici vršnjacima promiču kritičko mišljenje, sigurnost na internetu i odgovorno korištenje AI alata…



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

KAKO?

eTwinning projekti



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Digitalna dobrobit u eTwinning projektima

- moguće projektne aktivnosti
- međunarodna suradnja
- zajedničko stvaranje digitalnih sadržaja

Npr. Digitalni detoks – mali koraci za bolju dobrobit

Učenici partnerskih škola sudjeluju u zajedničkom izazovu tijekom kojeg istražuju kako male promjene digitalnih navika utječu na njihov svakodnevni život.

Primjeri izazova:

- jedan obrok dnevno bez mobilnog telefona
- pola sata dnevno posvećenog aktivnosti bez ekrana
- isključivanje nepotrebnih obavijesti
- izbjegavanje korištenja uređaja neposredno prije spavanja
- zamjena dijela vremena na društvenim mrežama čitanjem, sportom ili druženjem



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU



Anketa prije izazova u svakoj partnerskoj školi.
Što kažu učenici OŠ Horvati?
Anketa: Poredajte navedene izazove prema težini, od najlakše provedivog do najteže provedivog. 1 označava najlakši izazov, a 5 najteži.

- jedan obrok dnevno bez mobilnog telefona
- pola sata dnevno posvećenog aktivnosti bez ekrana
- isključivanje nepotrebnih obavijesti
- izbjegavanje korištenja uređaja neposredno prije spavanja
- zamjena dijela vremena na društvenim mrežama čitanjem, sportom ili druženjem



AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

ANALIZA:

- pola sata dnevno posvećenog aktivnosti bez ekrana
- jedan obrok dnevno bez mobilnog telefona
- izbjegavanje korištenja uređaja neposredno prije spavanja
- **zamjena dijela vremena na društvenim mrežama čitanjem, sportom ili druženjem**
- **isključivanje nepotrebnih obavijesti**



Nakon provedbe ankete u svakoj partnerskoj školi, može se pristupiti provedbi aktivnostima kroz eTwinning projekt. /TWINSPACE/

Digitalni detoks – mali koraci za bolju dobrobit





VAŠE IDEJE?

AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Završna refleksija



Sufinancirano sredstvima Europske unije

Hrvatska istraživanja pokazuju da djeca i mladi provode sve više vremena pred ekranima, često više od 3 sata dnevno. Posljedice uključuju smanjenu koncentraciju, lošiji san, slabiju kvalitetu odnosa, osjećaj mentalnog opterećenja te veći rizik za emocionalne poteškoće. Istodobno, većina mladih i dalje preferira stvarne društvene kontakte i prepoznaje potrebu za uravnoteženim korištenjem digitalnih tehnologija.

Osmišljavanje strategija za odgovorno korištenje tehnologije te aktivnosti kroz eTwinning projekte mogu biti jedan od načina rješavanja problema.

AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

PITANJA?



Ta fotografija korisnika Nepoznat autor: licenca CC BY-SA-

Sufinancirano sredstvima Europske unije

Erasmus+ | Europske snage solidarnosti | Obzor Europa

AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Pitanja i odgovori

- Na raspolaganju smo za sva vaša pitanja putem e-mail adrese: etwinning@ampeu.hr i telefona na broj +385 1 555 6498.

- https://www.etwinning.hr/hr/sadrzaj/europska-platforma-za-skolsko-obrazovanje-european-school-education-platform-pitanja-i-odgovori/



https://www.youtube.com/@etwinninghrvatska/videos



https://www.facebook.com/eplusetwinninghrvatska

Sufinancirano sredstvima Europske unije

Erasmus+ | Europske snage solidarnosti | Obzor Europa

AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

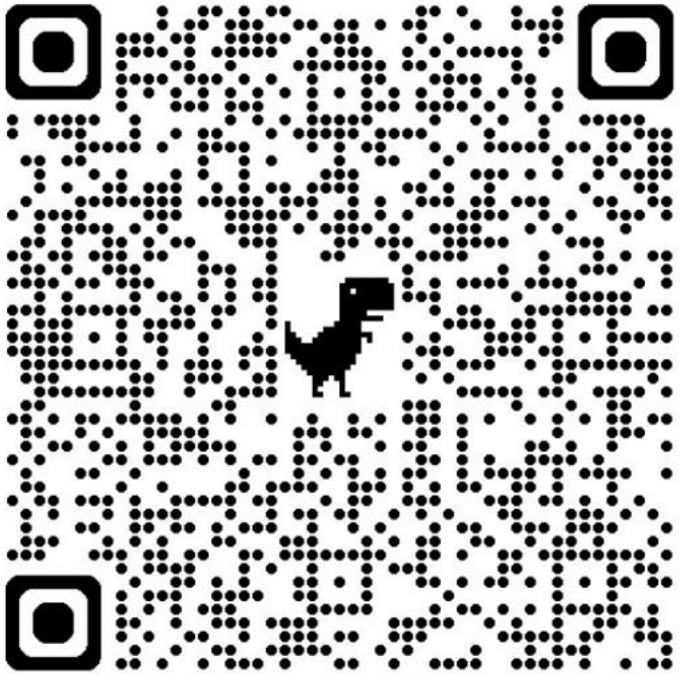
Evaluacija



Sufinancirano sredstvima Europske unije

AGENCIJA ZA MOBILNOST I PROGRAME EU

Hvala na pozornosti!



Dobrobit učenika i nastavnika u digitalnom dobu

Suzana Delić
Ambasadorica eTwinninga

Važno – *disclaimer*!
Ova je prezentacija *(ili mrežna stranica ili publikacija…)* ostvarena uz financijsku potporu Europske komisije. Ona izražava isključivo stajališta svojih autora i Komisija se ne može smatrati odgovornom pri uporabi informacija koje se u njoj nalaze.

Sufinancirano sredstvima Europske unije

eTwinning

Erasmus+ | Europske snage solidarnosti | Obzor Europa