

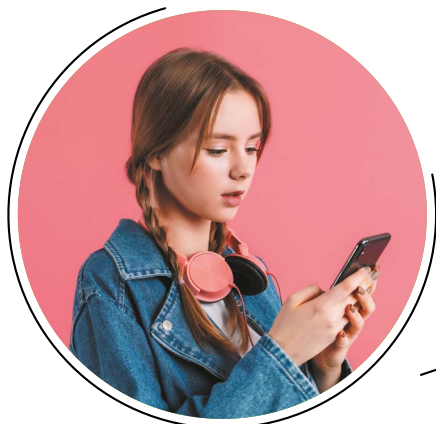


DROSS
INTERNETS.LV



Esmu digitālā līmenī!

Speru soļus medijpratības un
digitālās pratības pilnveidei.



10–15 gadus
veciem
jauniešiem



Līdzfinansē
Eiropas Savienība

Kur var uzzināt vairāk par drošību internetā,
pildīt testus, iegūt uzticamu informāciju?

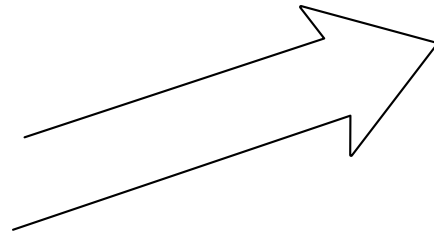
Latvijas Drošāka interneta centra tīmekļvietnē
www.drossinternets.lv.



Kad zvanīt pa uzticības tālruni 116111?

Zvani pa bezmaksas uzticības tālruni
jebkurā diennakts laikā!

Ja tu saņem satraucošas vēstules internetā, saskaries ar nepatīkamu materiālu, aizdomīgām darbībām, draudiem drošībai vai jūti, ka kļūsti atkarīgs no interneta, zvani!



Kur ziņot par pārkāpumu internetā?

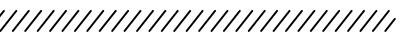
Ja esi saskāries ar pretlikumīgu informāciju vai darbībām internetā (pazemošanu, bērnu kailfoto izplatīšanu, vardarbību, krāpniecību, pornogrāfiska rakstura materiāli pieejamību bez zīmes 18+ u.c.),
ziņo www.drossinternets.lv sadaļā Ziņot! vai mobilajā lietotnē Drošs internets!

Kas ir digitālā pratība?

Digitālā pratība ir prasme lietot digitālās tehnoloģijas un komunikācijas līdzekļus, lai atrastu, izvērtētu, lietotu un radītu informāciju.

Kas ir medijpratība?

Medijpratība ir zināšanu un prasmju kopums, kas nepieciešams darbam ar informācijas avotiem – informācijas atrašanai un analīzei, informācijas satura kritiskam izvērtējumam, dažādos avotos pieejamās informācijas salīdzinājumam, lai veidotu savu pamatotu viedokli.



1.

Uzraksti trīs lietas, ko tu šodien darīji viedierīcēs! Apvelc simbolu, kas visprecīzāk izsaka tavas emocijas, izjūtas šo darbību laikā!

1. _____



2. _____



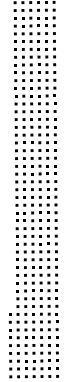
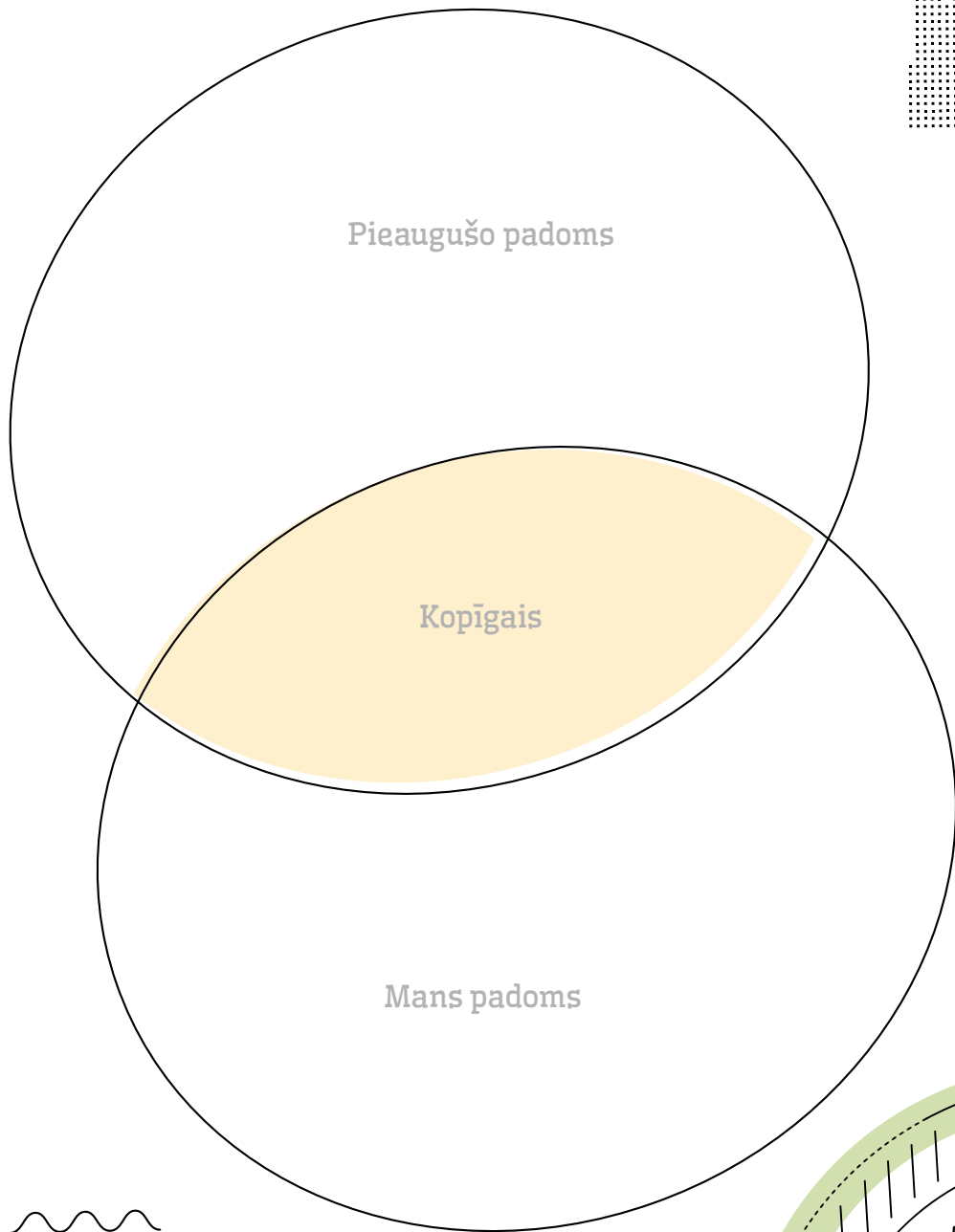
3. _____



Izskatās, ka es _____

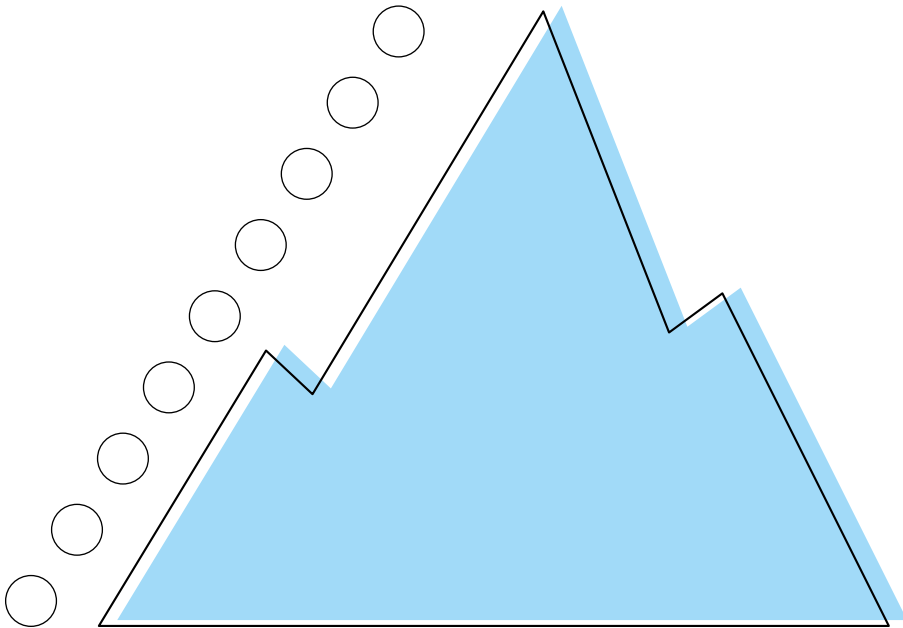
2.

Uzraksti padomu, ko visbiežāk dzirdi no vecākiem, citiem pieaugušajiem par viedierīču lietošanu! Uzraksti pats sev padomu par saviem viedierīču lietošanas paradumiem! Salīdzini padomus!



3.

Mācīšanās ir kā kāpšana kalnā. Lasi prasmju aprakstus un atzīmē, cik augstu esi ticis katrā no tām! Virsotne – esmu izcils, kalna pakāje – šī prasme man ir ļoti zemā līmenī.



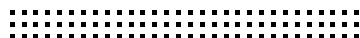
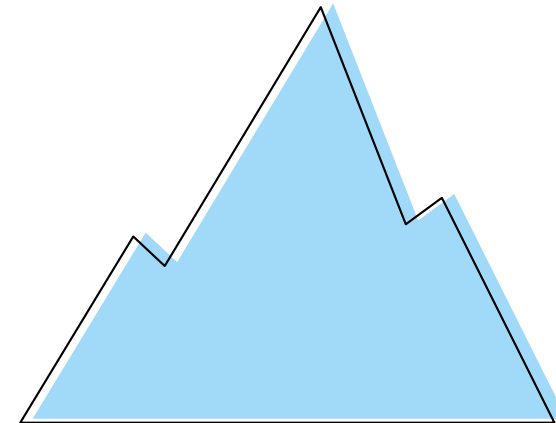
1. Es zinu, kā kopēt, pārvietot un uzglabāt failus (piemēram, dokumentus, attēlus, video) mapēs, ierīcēs vai mākonī.
2. Es zinu, kā kopīgota dokumenta izstrādē pieaicināt citus dalībniekus un dot viņiem atļauju strādāt ar dokumentu.
3. Es zinu, kā apvienot dažādu veidu informāciju (piemēram, tekstu un attēlus).
4. Es zinu, kā sevi pasargāt no nevēlamas un ļaunprātīgas saskarsmes internetā.
5. Es zinu, kā pārbaudīt, vai tīmekļvietne, kurā jāsniiedz mani personas dati, ir droša.
6. Saskaņoties ar tehnisku problēmu, es varu atrast risinājumu internetā.
7. Es protu izveidot un droši uzglabāt paroles.
8. Es zinu noteikumus un atpazīstu simbolus, kas tiek lietoti noteikta satura ierobežošanai.
9. Es protu atrast ticamu un noderīgu informāciju internetā.

4.

Paskaties uz 3. uzdevumā paveikto ar sveša cilvēka acīm! Kā tu vērtē redzamo?

5.

Veido prasmju kalnu par kādu citu jomu, piemēram, par saviem sasniegumiem sportā, mūzikā vai matemātikā! Pieraksti un izvērtē prasmes, kas nepieciešamas šajā jomā!



6.

Izpildi testu un uzzini, vai neesi pārāk aizrāvies ar viedierīcēm!

1. Vai tu kļūsti dusmīgs, bēdīgs, apjucis, kad tev nav pieejams internets, telefons, dators?

- a) nekad
- b) ļoti reti
- c) reizēm
- d) bieži
- e) vienmēr

2. Vai tev ir grūti atrauties no viedierīces, kad sākas mācību stunda, treniņš, pusdienas, saruna ar draugiem, vecākiem?

- a) nekad
- b) ļoti reti
- c) reizēm
- d) bieži
- e) vienmēr

3. Ja tev piedāvā spēlēt futbolu vai galda spēles ar draugiem, doties ciemos vai pārgājienā, tu atsaki, jo labāk pavadi laiku internetā.

- a) nekad
- b) ļoti reti
- c) reizēm
- d) bieži
- e) vienmēr

4. Vai tu gaidi brīdi, skaiti laiku līdz tam, kad varēsi atkal paņemt viedierīci?

- a) nekad
- b) ļoti reti
- c) reizēm
- d) bieži
- e) vienmēr

5. Vai tu ar saviem draugiem bieži runā par to, ko darīji, lasīji, redzēji viedierīcēs?

- a) nekad
- b) ļoti reti
- c) reizēm
- d) bieži
- e) vienmēr

6. Vai tu vakarā mierīgi vari aizmigt, nelietojot viedierīces?

- a) nekad
- b) ļoti reti
- c) reizēm
- d) bieži
- e) vienmēr

7. Vai tu kādreiz esi domājis, ka par daudz lieto viedierīces?

- a) nekad
- b) ļoti reti
- c) reizēm
- d) bieži
- e) vienmēr

Apskati savas atbildes! Apvelc atbilstošo vārdu!

AK!

TRAKI
GAN!

URRĀ!

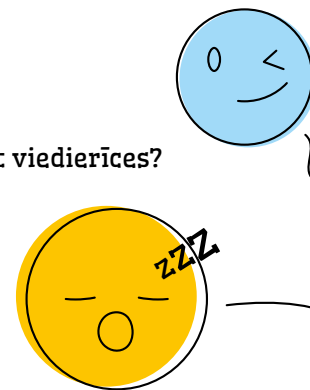
HMMM...

SUPER!

INTERESANTI!

BŪS,
PAR KO
PADOMĀT!

Jāsecina, ka _____



7.

Laiks eksperimentam "Diena bez sociālajiem tīkliem – *TikTok, Snapchat, Instagram* u.c.". Vēro un atzīmē savas sajūtas!

DIENAS PIRMĀ PUSE

- Jutos labi, ne reizi neiedomājos, ka vēlos atvērt savu profilu.
- Jutos nemierīgs(a), vairāk nekā trīs reizes gribēju atvērt savu profilu, bet neizdarīju to.
- Jutos ļoti satraukts(a), vairāk nekā piecas reizes gribēju atvērt savu profilu, bet neizdarīju to.
- Jutos neizturami satraukts(a), neievēroju eksperimenta noteikumus un atvēru kādu no sociālajiem tīkliem.

DIENAS OTRĀ PUSE

- Jutos labi, ne reizi neiedomājos, ka vēlos atvērt savu profilu.
- Jutos nemierīgs(a), vairāk nekā trīs reizes gribēju atvērt savu profilu, bet neizdarīju to.
- Jutos ļoti satraukts(a), vairāk nekā piecas reizes gribēju atvērt savu profilu, bet neizdarīju to.
- Jutos neizturami satraukts(a), neievēroju eksperimenta noteikumus un atvēru kādu no sociālajiem tīkliem.

Iedomājies, ka esi žurnālists, kurš raksta par tevis veikto eksperimentu!

Kāds būtu šā raksta virsraksts?

Kāds būtu šā raksta galvenais vēstījums?

Kā tu justos pēc šā raksta izlasīšanas?

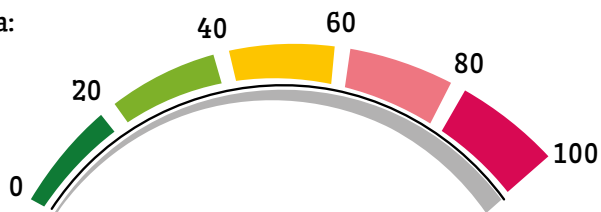
8.

Laiks eksperimentam "Nepūt pīlītes!"

Šodien tu esi detektīvs. Atceries 3 vēstījumus, ko pēdējo dienu laikā esi dzirdējis no draugiem, paziņām, ģimenē vai lasījis internetā.

1. (Kas?) _____ man pastāstīja, ka _____

Šā vēstījuma ticamība:

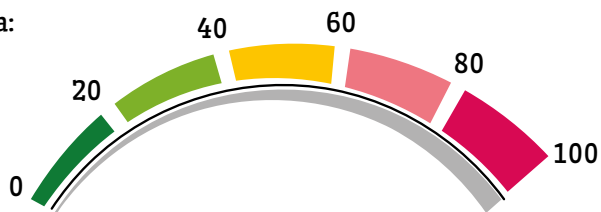


Šī ziņa tev ir svarīga / nav svarīga. Kāpēc?

Cilvēkam, kurš to pavēstīja, vēstījums bija svarīgs / nebija svarīgs. Kāpēc?

2. (Kas?) _____ man pastāstīja, ka _____

Šā vēstījuma ticamība:

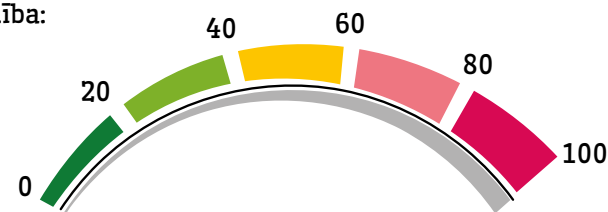


Šī ziņa tev ir svarīga / nav svarīga. Kāpēc?

Cilvēkam, kurš to pavēstīja, vēstījums bija svarīgs / nebija svarīgs. Kāpēc?

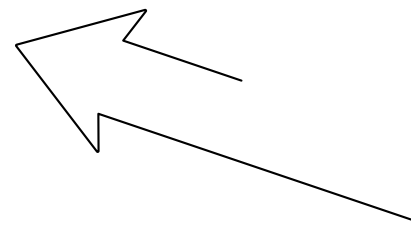
3. (Kas?) _____ man pastāstīja, ka _____

Šā vēstījuma ticamība:



Šī ziņa tev ir svarīga / nav svarīga. Kāpēc?

Cilvēkam, kurš to pavēstīja, vēstījums bija svarīgs / nebija svarīgs. Kāpēc?



9.

Laiks eksperimentam "Runā eksperts!".

Šodien tu teiksi citiem tikai tās lietas, par kurām esi 100% pārliecināts(a).
Pirms saki ko citiem, padomā!

Kur tu
uzzināji šo
lietu?

Vai citi
informācijas
avoti apstiprina
šo informāciju?
Atrodi pats un izlasi
informāciju citos
avotos!

Kā cilvēks,
žurnālists, skolotājs
vai cits cilvēks,
portāls (informācijas
avots), no kura tu
uzzināji šo lietu,
to zina?



Vai šis
informācijas
avots ir
uzticams?

Uzraksti, kādas lietas tu šodien teici citiem!

Iedomājies, ka esi žurnālists, kurš raksta par tevis veikto eksperimentu!

Kas šajā eksperimentā bija grūtākais?

Vai tu šodien komunicēji citādi, runāji mazāk vai vairāk nekā parasti?

Kāds ir tavš secinājums pēc eksperimenta veikšanas?



10.

Šodien tu esi spēju eksperts.

Šodien es spēlēju / nespēlēju spēli.

Ja apvilki "nespēlēju", atceries dienu, kad spēlēji, un atbildi uz nākamajiem jautājumiem par šo dienu.

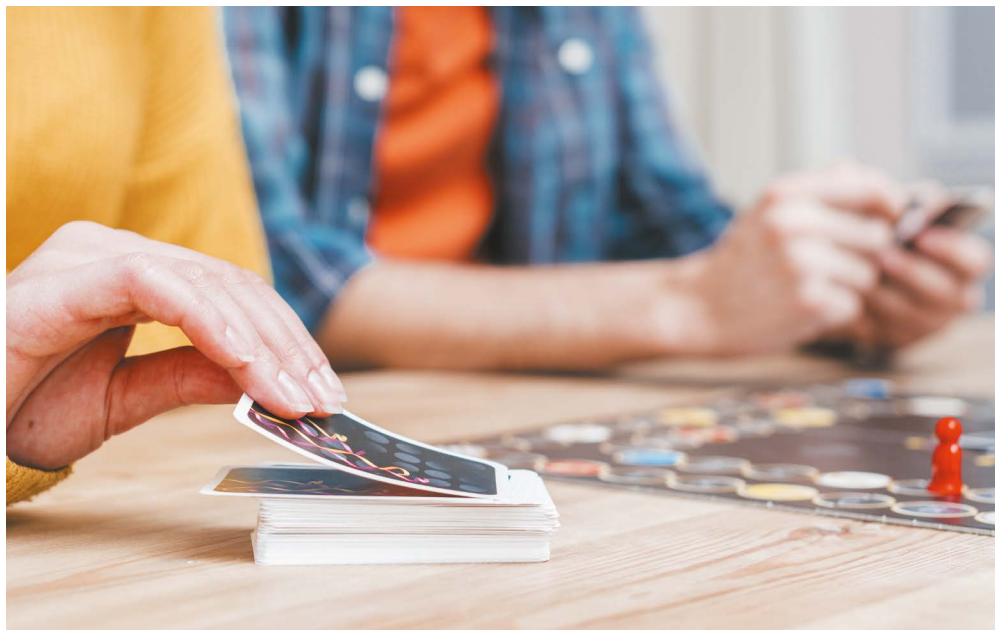
Spēles nosaukums _____

Cik ilgi es spēlēju? _____

Es spēlēju viens / divatā / grupā.

Ko es apguvu šajā spēlē?

- | | |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> svešvalodu | <input type="checkbox"/> mācījos sasniegt izvirzīto mērķi |
| <input type="checkbox"/> koncentrēšanās prasmi | <input type="checkbox"/> mācījos plānot resursus |
| <input type="checkbox"/> pacietību | <input type="checkbox"/> komunikācijas prasmes |
| <input type="checkbox"/> precizitāti | <input type="checkbox"/> pilnveidoju zināšanas |



Pēc spēles es jutos



Ja varētu, šajā spēlē es uzlabotu

Šī spēle man patīk / ir svarīga, jo



	Tēma, par ko šodien runāja mani skolasbiedri, draugi.	Iemesls, kāpēc šī tēma viņiem ir svarīga.
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

Kā novērotājs es secinu, ka

	Viņi runāja par šo tēmu, jo bija	Tēma ir svarīga
1.	dusmīgi / nobijušies / vēlējās iesaistīties un risināt / vēlējās izteikt savu viedokli / vienkārši plāpāja	mūsu skolā / mūsu pilsētā / Latvijā / Eiropā / pasaulē
2.	dusmīgi / nobijušies / vēlējās iesaistīties un risināt / vēlējās izteikt savu viedokli / vienkārši plāpāja	mūsu skolā / mūsu pilsētā / Latvijā / Eiropā / pasaulē
3.	dusmīgi / nobijušies / vēlējās iesaistīties un risināt / vēlējās izteikt savu viedokli / vienkārši plāpāja	mūsu skolā / mūsu pilsētā / Latvijā / Eiropā / pasaulē
4.	dusmīgi / nobijušies / vēlējās iesaistīties un risināt / vēlējās izteikt savu viedokli / vienkārši plāpāja	mūsu skolā / mūsu pilsētā / Latvijā / Eiropā / pasaulē
5.	dusmīgi / nobijušies / vēlējās iesaistīties un risināt / vēlējās izteikt savu viedokli / vienkārši plāpāja	mūsu skolā / mūsu pilsētā / Latvijā / Eiropā / pasaulē

12.

Padomā par šo dienu vai šo nedēļu un uzraksti, kura medijos izskanējusi informācija tev radīja šīs emocijas, sajūtas:

Pārsteigums _____

Bailes _____

Interese _____

Uztraukums _____

Iedvesma _____

Zinātkāre _____

Bezspēcība _____

Dusmas _____

Kauns _____

Izvērtē, kuros medijos tu parasti sastopies ar tādu informāciju, kas raisa negatīvas emocijas?

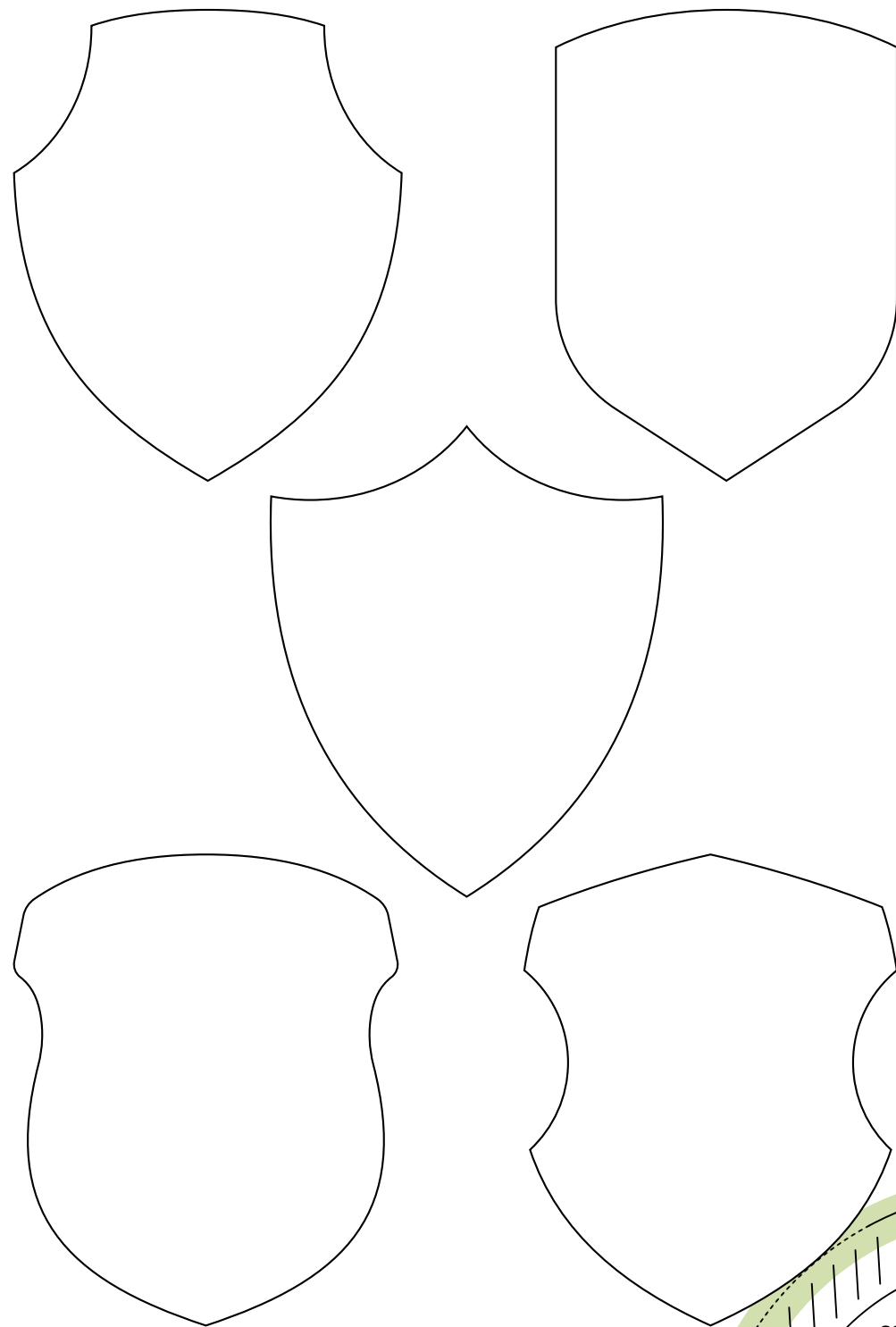
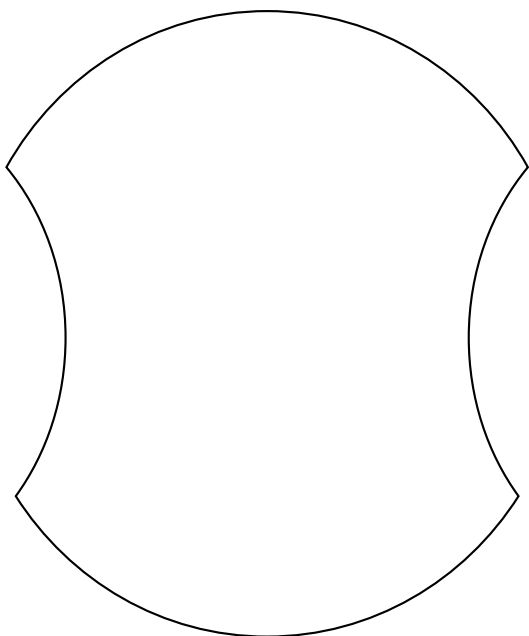
Vai informācija, kas tev izraisīja negatīvas emocijas, bija patiesa un nozīmīga vai drīzāk radīta, lai uz tās klikšķinātu?

Mans padoms sev un maniem draugiem

13.

Vienu minūti neapstājoties raksti vārdus, kas tev nāk prātā, domājot par internetu!

Pārlasi uzrakstīto un izveido interneta ģerboni / ģerboņus! Atceries, ka ģerbonis pauž vēstījumu par vērtībām, mērķiem, citām nozīmīgām lietām.



14.

Apskati fotogrāfijas, kas uzņemtas, ienākot jauniešu istabā! Raksti pirmo vārdu, kas nāk prātā, katru aplūkojot!







Iztēlojies, ko visbiežāk redzētu cilvēks, kurš ienāktu tavā istabā! Raksti vai zīmē!

Izmaini savus paradumus! Šodien izdari savā istabā ko tādu, ko parasti nedari vai dari reti!

Izmaini atrašanās vietu! Šodien uzturies (mācies, klausies mūziku, ēd u.c.) tajā istabas vietā, kur parasti neuzturies!

Vēro savas sajūtas un pabeidz teikumu!

Interesanti _____

15.

Pārskati uzdevumus, ko veici šajā burtnīcā! Izvērtē paveikto!

Es pasniedzu sev zelta medaļu par

Man vajadzētu vairāk

Atklāju, ka esmu

Visgrūtākais uzdevums bija

Svarīgākais, ko esmu sapratis/usi, uzzinājis/usi

Kādas prasmes esi sevī pilnveidojis/usi?



Iesaka Niklāvs un EdgarFresh!







**Sakām paldies Drošāka interneta vēstnešiem,
kuri palīdzēja šī materiāla tapšanā.**

Latvijā kopš 2017. gada darbojas vairāk nekā 30 brīvprātīgie Drošāka interneta vēstneši, ikdienā vadot nodarbības gan bērniem un skolēniem, gan pieaugušajiem. Pateicoties Drošāka interneta vēstnešu aktivitātei, katru gadu Latvijā nodarbībās, semināros, lekcijās par drošāku interneta lietošanu piedalās vairāk nekā 7000 cilvēki.

Sīkāka informācija www.drossinternets.lv

