



Kā bērniem kļūt par aktīviem digitālajiem pilsoņiem?



ZIŅU IZDEVUMS #48

ŠAJĀ IZDEVUMĀ

- Uzdevumi bērnam ekrāna laika iegūšanai
- Latvijā norisināsies Digitālā nedēļa
- Tiešsaistes seminārs "Nepieciešamās prasmes informācijas pārbagātības laikā"
- Padomi, kā bērniem kļūt par aktīviem digitālajiem pilsoņiem
- LNB organizēta tiešsaistes lekcija "Informācijas karš medijos: Kā nekļūt par tā upuri?"
- Padomi dezinformācijas ierobežošanai par karu Ukrainā

UZDEVUMI BĒRĒM EKRĀNA LAIKA IEGŪŠANAI

Laiks, ko bērns pavada internetā, skatoties video un filmas, sazinoties ar draugiem, spēlējot tiešsaistes spēles, izmantojot datoru, planšetdatoru un viedtālruni, nereti aizņem lielu daļu no bērna ikdienas aktivitātēm. Vecākiem ir liels izaicinājums sekot līdzi, lai bērns pārāk neaizraujas ar interneta lietošanu un pietiekami daudz laika velta svarīgām ikdienas pamata aktivitātēm un pienākumiem viņa dzīvē.

Kā palīdzēt bērnam pavadīt savu brīvo laiku jēgpilni? Atbilde uz šo jautājumu skolas brīvlaikos un nedēļas nogalēs kļūst aktuāla daudziem vecākiem. Tāpēc Drossinternets.lv sagatavojis **ieteikumus vecākiem uzdevumiem bērnam ekrānlaika iegūšanai**.

Aicinām vecākus tos izdrukāt un izvietot mājās redzamā vietā uzdevumu pildīšanai. Sarakstu iespējams papildināt ar citiem ģimenē ierastiem uzdevumiem, to var izmantot darba dienās, brīvlaikā un nedēļas nogalēs.

✓ Lai mudinātu bērnu lietot internetu jēgpilni un laicīgi radinātu izmantot to savu mērķu sasniegšanai un prasmju pilnveidošanai, **vecākiem ir jāparāda bērniem, ko vērtīgu tur var darīt** un kā pavadīt laiku internetā kvalitatīvi.

✓ Katram bērnam ģimenē ekrāna laiks jānosaka individuāli, atkarībā no vairākiem faktoriem, piemēram: bērna

UZDEVUMI BĒRĒM EKRĀNA LAIKA IEGŪŠANAI

SKOLĒNU BRĪVLAIKAM
NEDĒĻAS NOGALĒM

DARBA DIENĀM

VAI TU:

Apmeklēji sporta treniņus
un/vai pulciņus?

Izmācījies un sakārtoji
skolas somu rītdienai?

Iznesi miskasti?



vecuma un brieduma; patērētā satura — ko viņš visbiežāk dara un skatās; mācīšanās vajadzībām; ģimenes ikdienas un rutīnas.

kā balva par ikdienas ierobežojumu ievērošanu un jautrs veids, kā padarīt šo procesu un noteikumus pēc iespējas "nesāpīgākus", kā arī balstās uz abpusēju sapratni un uzticēšanos.

✓ **Tikpat svarīga ir abpusēja vienošanās par ekrāna izmantošanas noteikumiem.** Vecākiem ar bērnu ir lielāka iespēja sadarboties, ja bērns pats piedalās lēmumu pieņemšanas procesā. Ja bērni vēl ir mazi, tad krāsainas uzlīmes un emocijzīmes var būt

✓ **Jāievēro arī rīcības konsekvence** — bērnam ir jāzina, kādas sekas viņam būs, ja viņš neievēros noteikumus. Svarīgi, ka bērns apzinās savas rīcības sekas un to, ka, pārkāpjot noteikumus, bērnam ierīce uz laiku tiks atņemta pavisam, un viņš netiks pie kārotā ekrāna laika un satura, kas tik ļoti aizrauj.

UZDEVUMI ŠEIT >

KONTROLES RĪKI EKRĀNLAIKA IEROBEŽOŠANAI ŠEIT >



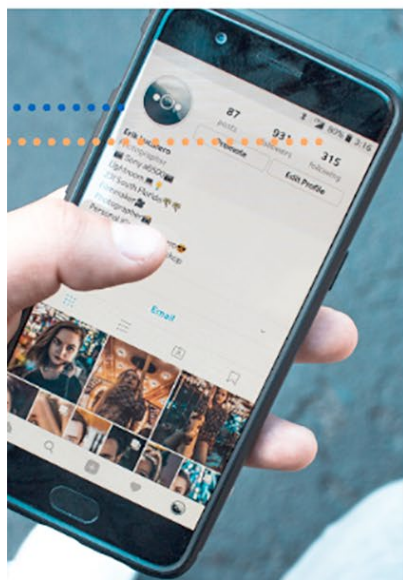
[LATVIJĀ NORISINĀSIES DIGITĀLĀ NEDĒĻA]

No š.g. 21. līdz 25. martam Latvijā norisināsies Eiropas Digitālā nedēļa, kura tiek organizēta Eiropas kampaņas All Digital Weeks 2022 ietvaros un šogad notiks Latvijā jau 13. reizi! Latvijas Drošāka interneta centrs (Drossinternets.lv) ir viens no sadarbības partneriem, iesaistoties organizētajos pasākumos.

Papildu informācija pieejama www.digitalanedela.lv.

Digitālās nedēļas ietvaros aicinām ikvienu domāt un rūpēties par savu drošību internetā.

Esi gudrs digitālais pilsonis !
Rūpējies par savu drošību internetā
katru dienu



#DrošāksInternetsSākasArTevī

- Esi jauks un neveic prettiesiskas darbības
- Sargā savas paroles, uzliec 2FA
- Lieto privātuma iestatījumus
- Pārskati, kas Tev seko sociālajos tīklos
- Es uzmanīgs ar aizdomīgām ziņām, vēstulēm un paziņojumiem! Nespied uz saitēm un neatbilde
- Veicot pirkumus internetā, pārliedzinies, ka vietnes adrese sākas ar "https:"
- Lieto jaunākos drošības iestatījumus - uzliec jaunākos programmu atjauninājumus



DROSSINTERNETS.LV



TIEŠSAISTES SEMINĀRS "NEPIECIEŠAMĀS PRASMES INFORMĀCIJAS PĀRBAGĀTĪBAS LAIKĀ"

Digitālās nedēļas 2022 ietvaros viena no dienām tiks veltīta digitālo prasmju pilnveidei un infrastruktūras jautājumiem. Viens no centrālajiem pasākumiem būs **tiešsaistes seminārs "Nepieciešamās prasmes informācijas pārbagātības laikā"**, kurā tiks sniegti ieteikumi, kā neapjukt informācijas piedāvājumā un aktualizēta medijpratības nozīme.

Seminārs notiks **25. martā no plkst. 13:00 līdz 15:00**, kuru varēs vērot tiešraidē [Facebook šeit >](#)

Semināra mērķauditorija: bērni, jaunieši un viņu vecāki, pedagogi, citi interesenti, kuri vēlas pilnveidot savas zināšanas par medijpratību. Semināru Drossinternets.lv organizē sadarbībā ar Latvijas Informācijas un Komunikācijas tehnoloģijas asociāciju (LIKTA).



Nepieciešamās prasmes informācijas pārbagātības laikā

2022. gada 25. martā
plkst. 13.00 – 15.00

Programma:

13:00 – 13:10 — Semināra atklāšana

13:10 – 13:50 — Vai izprotam nozīmīgus 2022. gada medijpratības terminus — skaidrojumi un piemēri Anita Priede, Latvijas Drošāka interneta centra medijpratības nodarbību vadītāja

13:50 – 15:00 — Kā mediju vēstījumi ietekmē mūsu dienaskārtību? Liene Valdmāne, Latvijas Drošāka interneta centra Izglītības darba vadītāja

[SKATIES ŠEIT >](#)

[CITI DIGITĀLĀS NEDĒĻAS PASĀKUMI >](#)

PADOMI, KĀ BĒRNIEM KĻŪT PAR AKTĪVIEM DIGITĀLAJEM PILSONIEM

Eiropas Padome ar Drossinternets.lv atbalstu sagatavojusi informatīvus materiālus ar padomiem latviešu valodā. Publicētās digitālās brošūras skolotājiem un vecākiem ir **ar mērķi, lai sniegtu ģimenēm un skolotājiem viegli saprotamus padomus, kas palīdzētu bērniem veidot prasmes un kompetences, kas ir būtiskas ikvienam digitālajam iedzīvotājam.** Brošūrās apkopoti padomi, kā attīstīt bērnos dažādas prasmes, kas nepieciešamas, lai viņi būtu gatavi dažādiem tiešsaistes pasaules izaicinājumiem. Brošūrās iekļautas šādas tēmas, kas vērstas uz tiešsaistes vidi:

- Labklājība;
- Tiesības un pienākumi;
- Ētika un līdzcietība;
- Aktīva līdzdalība;
- Privātums un drošība u.c.

[BROŠŪRA VECĀKIEM ŠEIT >](#)

[BROŠŪRA SKOLOTĀJIEM ŠEIT >](#)



Pienācis laiks palīdzēt bērniem kļūt par aktīviem digitālajiem pilsoņiem



TIEŠSAISTES LEKCIJA "INFORMĀCIJAS KARŠ MEDIJOS: KĀ NEKĻŪT PAR TĀ UPURI?"

Latvijas Nacionālā bibliotēka aicina uz Rīgas Stradiņa Universitātes Komunikācijas fakultātes studiju programmas "Žurnālistika" vadītājas Annas Peipiņas tiešsaistes vieslekciju par informācijas karu medijos
š.g. 23. martā plkst. 16:00 tiešraidē
[Facebook šeit >](#)

Mediji šobrīd kļuvuši ne tikai par informācijas ieguves un apmaiņas vietu, bet arī par informatīvo karalauku. Ne velti mēdz teikt, ka galvenās kaujas šobrīd tiek izcīnītas cilvēku prātos.

Kā neapjukt informācijas plūsmā? Pēc kādām pazīmēm iespējami ātri atšķirt patiesas un viltus ziņas? Un arī — kā pašam neviļus neklūt par viltus ziņu izplatītāju? Aktuāli stāsti, spilgti piemēri, pamācoši gadījumi.



23. martā plkst. 16:00

LNB Facebook lapā

SKATIES ŠEIT >

#BrīvībuUkrainai

#SlavaUkraine

#StandWithUkraine

**Ieskaties arī šajos
Drossinternets.lv padomu
materiālos:**

**IETEIKUMI INFORMĀCIJAS
PĀRBAUDEI ŠEIT >>>**

**IZDOMĀTS VAI PATIESS?
PĀRBAUDI, PIRMS SPIED "LIKE"
UN "SHARE" ŠEIT >**

PADOMI DEZINFORMĀCIJAS IEROBEŽOŠANAI PAR KARU UKRAINĀ



VAI VIRSRAKSTS IZKLAUSĀS TICAMS?

VILTUS ZIŅAS PARASTI PIESAISTA UZMANĪBU AR "SKAĻIEM UN ŠOKĒJOŠIEM" VIRSRAKSTIEM, LAI PANĀKTU, KA CILVĒKI TĀS PAMANA UN REAGĒ. JA VIRSRAKSTĀ IR IZMANTOTI PĀRSPĪLĒTI APGALVOJUMI AR MĒRĶI ŠOKĒT, PĀRBAUDI INFORMĀCIJU, PIRMS NOTICI UN DALIES AR TO.

1

PĀRBAUDI ZIŅAS AVOTU/AUTORU!

KAS IR INFORMĀCIJAS AVOTS? VAI TAS IR UZTICAMS? ESI ĪPAŠI SKEPTISKS, JA ZIŅAS AVOTS VISPĀR NAV ATRODAMS!

2

MEKLĒ FAKTUS!

VAI INFORMĀCIJA TIEŠĀM IR PATIESA? NEDALIES AR ZIŅU, PIRMS NEESI PATS SALĪDZINĀJIS TAJĀ PAUSTOS FAKTUS AR CITUR MEDIJOS PUBLICĒTO.

3

BRĪDINI DRAUGU VAI PAZINU, KA VIŅŠ DALĀS AR VILTUS ZINĀM!

KĀDS DALĪJĀS AR VILTUS ZIŅU, PROPAGANDU, DEZINFORMĀCIJU VAI SAZVĒRESTĪBAS TEORIJU? INFORMĒ VIŅU UN VIŅA SEKOTĀJUS PAR TO!

4

ZIŅO!

- ZIŅO SOCIĀLO TĪKLU ADMINISTRĀCIJAI, IZMANTOJOT REPORT/ZIŅOT RĪKU
- ZIŅO DROSSINTERNETS.LV MĀJAS LAPĀ
- PAR PROPAGANDAS SATURU UN DEZINFORMĀCIJU ZIŅO RE:BALTICA
- PAR NAIDA RUNU ZIŅO CILVĒKTIESĪBU CENTRAM

5



DROSSINTERNETS.LV