



4.4. Računalo i zdravlje

Sažetak nastavne jedinice

U uvodnome dijelu sata ponovit će se kako računalo utječe na zdravlje, razlikovati i usporediti igranje u stvarnome i *online* svijetu, samoprocijeniti i pratiti vrijeme provedeno u igri, usporediti vrijeme provedeno u igrama u stvarnome i *online* svijetu.

Cilj i ishodi učenja

- odabrati i primijeniti zdrave navike ponašanja za vrijeme rada na računalu
- procijeniti količinu vremena provedenoga u virtualnome i stvarnome svijetu
- prihvatiti preporuke o količini vremena provedenoga pred računalom

Korelacija: Tjelesna i zdravstvena kultura, Matematika, sat razrednika

Nastavna sredstva i pomagala: crtani film *Kako Lena, Vid i Dara sjede pred računalom*, radni listić, računalo, projektor, tableti, društvene igre, interaktivna ploča ili kartice i crtež tablice

Preporuka za rad

Učiteljica bi trebala / učitelj bi trebao:

- s učenicima najprije praktično, a zatim uz crtani film, plakat ili udžbenik ponoviti kako se pravilno držati za vrijeme rada na računalu
- istaknuti važnost načina provođenja slobodnoga vremena, a posebice istaknuti potrebu uravnoteženosti rada na računalu i ostalih aktivnosti
- pripremiti radni listić, kartice ili sadržaj na interaktivnoj ploči
- pronaći računalne igre i pripremiti društvene igre.

Dodatne aktivnosti

Nakon praćenja igranja razgovarati o razrednim rezultatima i pokušati dogovoriti promjene.

Obiteljske aktivnosti

Sastaviti plan provođenja slobodnoga vremena, igranja; dogovoriti kućna pravila.

Prilozi

Radni listić, crtani film.