

# Praktická príručka

## Rast digitálnej inteligencie prostredníctvom emocionálnej kvality mládeže



Vytvorené

DIGEQ konzorcium

2021-1-SK02-KA210-YOU-000033913



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Tento dokument bol pripravený s podporou Európskej komisie v rámci programu ERASMUS+, partnerstva malého rozsahu.

## Partneri



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



European  
Commission

## Odvolanie

Podpora Európskej komisie na vydanie tejto publikácie neznamená schválenie jej obsahu, ktorý vyjadruje len názory autorov, a Komisia nenesie zodpovednosť za akékoľvek použitie informácií v nej obsiahnutých.

# Obsah



Úvod	4
Bezpečne na internete	6
Internet Highway	7
Be Internet Awesome	8
O2 Chytrá škola /Múdra škola/	9
Tablexia	10
FACE	11
ZODPOVEDNE.sk	12
Bezinternetu.sk	13
Ovce.sk	14
Kid on the net	15
ProSuli	16
Precobias	17
Médiatudor	18
S deťmi v digitálnom svete	19

# Úvod

Cieľom projektu DIGEQ (Digital Intelligence growth via Emotional Quality of Youth) je podporiť digitálne znalosti mládeže, rast digitálnej inteligencie a tzv. výučbu emocionálnych zručností mladých ľudí.

Ide o spôsob prevencie šikanovania a kyberšikanovania prostredníctvom výmeny skúseností, osvedčených postupov, odbornej prípravy mladých školiteľov prostredníctvom participácie a vypracovania učebných osnov pre neformálne vzdelávanie mladých ľudí v oblasti digitálnej odolnosti. Prioritami projektu sú digitálna transformácia a rast digitálnej inteligencie s využitím emocionálnych vlastností mladých ľudí.

Partneri projektu sa cítia byť zodpovední za primerané poskytovanie digitálnych vedomostí a online vzdelávania mladých ľudí v rámci členských štátov EÚ.

Projekt DIGEQ je spoločnou koncepciou mládeže, ktorá podporuje bezpečnosť detí a mladých ľudí v online prostredí, a to z dôvodu digitálnej transformácie našej súčasnej doby.

V marci 2020 sa deti a mládež zrazu ocitli v nečakanej situácii, ktorá všetkých núti využívať profesionálne digitálne znalosti. Ak mladí ľudia, deti a ich okolie včas nezareagujú a nezvýšia svoju informovanosť, potom budú problémy, ako sú online šikanovanie a obťažovanie, falošné správy a digitálna negramotnosť, na internete naďalej narastať.



Hoci sa kyberšikanovanie stáva čoraz väčším problémom medzi mládežou a deťmi, rodičia, učitelia a pracovníci s mládežou často nemajú dostatočné vedomosti ani potrebné nástroje a metódy na jeho riešenie. To je dôvod, prečo konzorcium DIGEQ zhromaždilo osvedčené postupy, ktoré majú pomôcť rodičom, učiteľom, vychovávateľom a pracovníkom s mládežou pri riešení tejto situácie.

Dokument obsahuje zoznam vzdelávacích blogov a aplikácií, súborov nástrojov, interaktívnych hier, článkov, videí, kvízov venovaných bezpečnému používaniu internetu (sociálne médiá, prevencia kyberšikany) a aktívnemu digitálnemu občianstvu.

Obsah príručky vychádza zo skúseností a odborných znalostí partnerov projektu z Českej republiky (GLAFKA s.r.o.), Maďarska (FAŽEKAS) a Slovenska (FutuReg), ktorí zozbierali osvedčené postupy.

Niektoré z osvedčených postupov sú medzinárodné a sú k dispozícii vo viacerých jazykoch, takže môžu osloviť širšiu cieľovú skupinu.

Táto príručka môže slúžiť aj na porovnanie nástrojov, aplikácií a metód v oblasti online bezpečnosti, prevencie kyberšikanovania a digitálneho občianstva, ktoré sú k dispozícii v krajinách zapojených do projektu DIGEQ.



# Bezpečne na Internete

## Misia a Vízia

Bezpečne na nete vás naučí spoznať základné riziká digitálneho sveta, poskytne praktické rady, ako sa pred nimi chrániť a prinesie aktuálne novinky zo sveta digitálnych technológií.

## Metódy

Vzdelávací blog

## Hlavné aktivity

Cielom iniciatívy je zvýšiť povedomie o hrozbách, ktoré pre deti predstavuje internet, ale aj ukázať príležitosti a pozitíva, ktoré môžu moderné technológie deťom ponúknuť. Tento program prináša informácie a zhromažďuje odborné rady pre rodičov, deti a ich učiteľov a poskytuje im techniky, ako spoločne predchádzať hrozbám ešte predtým, ako niekto vstúpi do nekonečného sveta internetu. Na vývoji programu sa podieľali aj štúdie kultúrnych antropológov.

## Cieľová skupina

Deti, Rodičia

## Získané zručnosti

Kybernetická bezpečnosť, internetová bezpečnosť, digitálna zodpovednosť, kybernetická terminológia.

## Miesto

Online, Bratislava

## Zúčastnené strany

IT špecialisti  
Pedagogickí pracovníci

## Kontakt Webová stránka

<https://bezpecnenanete.eset.com/sk/rodičia-a-deti/>

# Internet Highway

## Misia a Vízia

Zábavnou a atraktívnou formou naučte žiakov zásady bezpečnosti na internete.

## Metódy

Interaktívna vzdelávacia hra

## Hlavné aktivity

V prostredí hry sa deti prostredníctvom virtuálnych sprievodcov dozvedia o kľúčových témach internetovej bezpečnosti, prekonávajú prekážky a odhalujú skryté tajomstvá herného prostredia.

Vedomosti a zručnosti, ktoré žiaci na svojej ceste získajú, sú potrebné na vstup do ďalších herných zón. V hre sa nachádza aj množstvo skrytých predmetov a aktivít, s ktorými si žiaci určite užijú zábavu a poučenie.

## Cieľová skupina

Študenti základných škôl

## Získané zručnosti

Pravidlá bezpečného správania na internete

## Mesto

Online, Česká republika

## Zúčastnené strany

Ministerstvo školstva, mládeže a športu, E-bezpečí

## Kontakt Webová stránka

<http://www.internethighway.cz/>



# Be Internet Awesome

## Misia a Vízia

Program prináša komplexnú metodiku pre pedagógov. Jeho cieľom je naučiť deti, ako sa vysporiadať s hackermi, obťažovaním, kyberšikanou alebo neopatrným zdieľaním na sociálnych sieťach. Dôraz kladie aj na rozvoj sociálnych zručností, ako je láskavosť a schopnosť zastať sa druhých.

## Metódy

Interaktívna vzdelávacia hra

## Hlavné aktivity

Aktivity sa dajú použiť bez predchádzajúcej odbornej prípravy, s minimálnou prípravou triedy a bez potreby špeciálneho vybavenia alebo zdrojov na ich výučbu. Aktivity sa posilňujú prostredníctvom hry s Interlandom.

Základné témy princípov "úžasnosti" internetu:

- Premýšľaj, než sa podelíš (Buď internetovo ostrý)
- Overtvorte si, či je to skutočné (Buďte internetovo ostražití)
- Chráň si svoje veci (Buď na internete bezpečný)
- Rešpektujte sa navzájom (Buďte na internete láskaví)
- Keď máš pochybnosti, diskutuj (Buď odvážny na internete)

## Cieľová skupina

Učitelia základných škôl, Školskí metodici prevencie a ďalší pracovníci v oblasti vzdelávania detí

## Získané zručnosti

Digitálne občianstvo a bezpečnosť na internete

## Miesto

Online, Česká republika a ostatné krajiny

## Zúčastnené strany

Google v spolupráci s odborníkmi na internetovú bezpečnosť (KeepSafe, Online Family Safety Institute)

## Kontakt Webová stránka

<http://www.internethighway.cz/>



# 02 Chytrá škola

## Misia a Vízia

Cieľom projektu je naučiť deti, rodičov a učiteľov, ako správne používať technológie a zároveň byť na internete v bezpečí.

## Metódy

Užitočné tipy, články, kvízy, videá

## Hlavné aktivity

Online vzdelávací program pokrýva 4 hlavné oblasti: online bezpečnosť, mediálna a počítačová gramotnosť, technológie vo vzdelávaní. Cieľom vzdelávacieho programu je získanie vedomostí a zručností účastníkov vzdelávania v:

- sebaochrane pred možnými hrozbami na internete.
- inteligentnom a kritickom vytváraní, prijímaní a zdieľaní obsahu na internete,
- správne používanie počítača a internetu,
- používanie technológií moderným spôsobom.

## Cieľová skupina

Deti (študenti/žiaci), učitelia, verejnosť

## Získané zručnosti

Online bezpečnosť, digitálna, počítačová a mediálna gramotnosť

## Miesto

Online, Česká republika

## Zúčastnené strany

Nadácia O2

## Kontakt Webová stránka

<https://o2chytraskola.cz>

# Tablexia

## Misia a Vízia

Moderná vzdelávacia aplikácia zameraná na podporu rozvoja kognitívnych schopností detí s dyslexiou na stredných školách. Svoje využitie by mala nájsť v školách ako doplnok štandardného vyučovania.

## Metódy

Vzdelávacia aplikácia

## Hlavné aktivity

Zábavná aplikácia pre deti s dyslexiou  
Tablexia pozostáva z desiatich hier, z ktorých každá je zameraná na tréning jednej kognitívnej schopnosti. Hry sú navzájom prepojené atraktívnym tajomným motívom a prostredie aplikácie navodzuje atmosféru 30. rokov minulého storočia. Hráč hrá úlohu mladého detektíva, ktorý si pod dohľadom svojich starších kolegov precvičuje zručnosti potrebné pre toto náročné povolanie.

## Cieľová skupina

Deti s dyslexiou na strednej škole

## Získané zručnosti

Rozvoj kognitívnych schopností

## Miesto

Online (dostupné v Česku, Nemecku, Aglicku a na Slovensku).

## Zúčastnené strany

CZ.NIC, z. s. p. o.

## Kontakt Webová stránka

<https://www.tablexia.cz>



# FACE

## Misia a Vízia

Vypracovať novú metodiku a pedagogiku na prevenciu kyberšikany založenú na inovatívnych umeleckých postupoch.

## Metódy

Umelecké metodiky: film, dráma, vizuálne a pouličné umenie.

## Hlavné aktivity

FACE (Fighting Cyberbullying and Exclusion - Boj proti kyberšikane a vylúčeniu) vyvíja usmernenia, materiály, siete a inovatívne metodiky kombinujúce multidisciplinárne umelecké prístupy na riešenie rastúceho fenoménu kyberšikany medzi dospelými a deťmi.

## Cieľová skupina

Mládež, pracovníci s mládežou, rodičia, miestne orgány

## Získané zručnosti

Bezpečnosť a ochrana, prevencia kyberšikany, aktívne občianstvo, sebadôvera, kritické myslenie.

## Miesto

K dispozícii v češtine, taliančine, francúzštine, angličtine, španielčine, dánčine, nemčine, marockom jazyku)

## Zúčastnené strany

ERASMUS+, ALDA, Cittadini Digitali, MDIG, EMESSE, INFODEF, SOS Malta, Vejle Municipality, Kiteev, GLAFKA

## Kontakt Webová stránka

<https://face.oonion.eu>  
[info@glafka.cz](mailto:info@glafka.cz)

# ZODPOVEDNE.sk

## Misia a Vízia

Bezpečne na sieti naučí používateľov rozpoznať základné riziká digitálneho sveta, poskytne praktické rady, ako sa chrániť, a prinesie aktuálne novinky zo sveta digitálnych technológií.

## Metódy

Vzdelávací blog

## Hlavné aktivity

Cielom je zapojiť čo najviac žiakov, rodičov a škôl do celoštátneho projektu prevencie a regulácie nadmerného používania internetu. Medzi hlavné aktivity projektu patria techniky neformálneho vzdelávania, zvyšovanie povedomia prostredníctvom kampaní a výmena dialógov s kľúčovými aktérmi na národnej úrovni. Konkrétne aktivity - analógia semaforov:  
**ZELENÁ** - zodpovedné používanie internetu a technológií  
**ORANŽOVÁ** - pomocná ruka.  
**ČERVENÁ** - stopka pre nezákonný obsah vo virtuálnom priestore.

## Cieľová skupina

Deti, mládež, dospelí

## Získané zručnosti

Positívne online správanie, online komunikácia, zdravé návyky, kybernetická bezpečnosť, online bezpečnosť, digitálne zručnosti.

## Miesto

Online

## Zúčastnené strany

Pedagogickí pracovníci

## Kontakt Webová stránka

[www.zodpovedne.sk](http://www.zodpovedne.sk)

# Bezinternetu.sk

## Misia a Vízia

Cieľom je dobrovoľne obmedziť, zredukovať alebo sa dokonca vzdať všadeprítomných displejov na určitý čas, aby sa zvýšila pozitívna zmena správania detí a ich okolia.

Zaviest' určité zásady, ktoré trvalo znížia vplyv digitálnych technológií.

Naučiť vyberať si medzi zdravým a nezdravým jedlom.

## Metódy

Vzdelávací blog

## Hlavné aktivity

Cieľom projektu je zaviesť zásady, ktoré trvalo znížia vplyv digitálnych technológií a internetu. Aktivity sú zamerané na nájdenie zdravej rovnováhy medzi online a offline svetom. Spočíva v stanovení hraníc, priorít, podporujú offline aktivity bez využívania online priestoru, ako je čítanie kníh, trávenie času s členmi rodiny a priateľmi, hranie sa s hračkami, športovanie atď.

## Cieľová skupina

Deti, rodičia a učitelia

## Získané zručnosti

Bezpečnejšie používanie internetu, zdravé návyky, zdravý vývoj

## Miesto

Online

## Zúčastnené strany

## Kontakt Webová stránka

<https://bezpecnenanete.eset.com/sk/rodicia-a-deti/>

# Ovce.sk

## Misia a Vízia

Hlavným cieľom je vytvoriť sériu kreslených filmov pre deti a medzinárodný internetový portál. Služi ako nástroj prevencie pre deti, vtipne ukazuje tínedžerom zrkadlo ich nevhodného správania a dospelým dáva príležitosť poučiť sa.

## Metódy

Vzdelávací blog

## Hlavné aktivity

Kreslený seriál pre deti, ktorý sa zaoberá rôznymi témami bezpečnosti online, ako je grooming, kybernetické prenasledovanie, phishing, virtuálne priateľstvá, sociálna rovnosť atď. Internetový portál bol spustený 8. októbra 2009 v slovenskej verzii a vo verziách pre menšiny žijúce na Slovensku (maďarská, rómska). Portál je navrhnutý tak, aby bol užívateľsky prívetivý pre zrakovo postihnutých a jeho pravidlá akceptujú aj iné hendikepované skupiny..

## Cieľová skupina

Deti, rodičia a učitelia

## Získané zručnosti

Online bezpečnosť a kritické myslenie, falošné správy, mediálne povedomie, digitálna gramotnosť.

## Miesto

Online

## Zúčastnené strany

Ministerstvo vnútra SR a Slovenský výbor pre UNICEF

## Kontakt Webová stránka

[www.ovce.sk](http://www.ovce.sk)

# Kid on the net

## Misia a Vízia

Internetová horúca linka NMHH je zbierkou jej internetových informácií a asistenčnou službou na pochopenie digitálnych návykov mladých ľudí. Stránku prevádzkuje a spravuje Národný úrad pre médiá a infokomunikácie. (<https://gyerekaneten.hu>)

## Hlavné aktivity a Metódy

Obsah stránky: slovník, recenzie textov, kvízy. So svojou zbierkou Internet Hotline informačná a asistenčná služba NMHH (Národný úrad pre médiá a komunikáciu) poskytuje novinky, slovník digitálnej problematiky, kvízy na rôzne témy - napr: Anonymita, Vplyvné osoby, Je to naozaj všetko o sexe?, Emoji, Vplyvné osoby, Na temnej strane, "Aj vy môžete byť dobrou tvárou online!", Svet hier a hráčov má tiež svoj vlastný slovník", V jazyku siete je veľa pojmov vzťahujúcich sa na technológie, Sieťové pojmy, ktoré by sme mali poznať, Slová z digitálneho slovníka vzťahov, Ste doma s digitálnymi vecami svojich detí? atď.

## Cieľová skupina

Partneri

## Získané zručnosti

Bezpečnosť a ochrana, aktívne občianstvo, kritické myslenie

## Zúčastnené strany

Národný úrad pre médiá a komunikáciu

## Kontakt Webová stránka

<https://gyerekaneten.hu/>

# ProSuli

## Misia a Vízia

Projekt HiperSuli spája školy a podporuje prácu učiteľov otvorených digitálnym inováciám, buduje učiteľskú komunitu a pomáha školám digitalizovať sa vďaka superrýchlemu mobilnému internetu. Program sa zameriava aj na uvedoméle používanie internetu rodičmi a deťmi.

## Hlavné aktivity a Metódy

Ide o kurz samoštúdia založený na vzdelávacích kvízoch. Návštevníci môžu odpovedať na otázky a dozvedieť sa viac o viacerých témach. Pre rodičov je to čas strávený pri obrazovke, digitálna prítomnosť, digitálna pohoda, digitálne občianstvo, mediálna gramotnosť, heslo, dvojfázové overovanie, ochrana zariadenia, digitálna stopa, digitálne more údajov, osobné údaje, povolenia, rodinný účet. Pre žiakov je to heslo, falošné správy, dvojstupňové overovanie, ochrana zariadenia, digitálna stopa, digitálny odpad, osobné údaje, oprávnenia, čas na obrazovke, phishing, digitálna prítomnosť, digitálna pohoda, kategória digitálnej gramotnosti.

## Cieľová skupina

Študenti stredných škôl, učitelia a rodičia

## Získané zručnosti

Bezpečnosť a ochrana, aktívne občianstvo, sebadôvera, kritické myslenie.

## Zúčastnené strany

Yettel ProSuli

## Kontakt Webová stránka

[hipersuli@yettel.hu](mailto:hipersuli@yettel.hu)  
<https://hipersuli.hu/tudatosnet/tananyag/roles>



# Precobias

## Misia a Vízia

Projekt PRECOBIAS sa zameriava na odpor a kritické myslenie v digitálnom svete. Zameriava sa na mentálne procesy a predsudky, ktoré vznikajú, keď sú mladí ľudia konfrontovaní s extrémistickým obsahom online.

## Hlavné aktivity a Metódy

Poskytuje bohatý súbor nástrojov pre učiteľov stredných škôl s pripravenými plánmi vyučovacích hodín. Kľúčové otázky aktivít: Ako môžeme zvýšiť odolnosť študentov voči extrémistickému obsahu na internete? Aktivity so silným zameraním na kritické myslenie a uvedomovanie si predsudkov. Obsah vedie k online kurzu s materiálmi pripravenými na použitie a prispôbitelnými verziami. Materiál sa zaoberá aj problematikou vedomého pedagogického prístupu ku kognitívnym skresleniam a ich úlohe pri radikalizácii. Zameriava sa na desať vybraných kognitívnych skreslení, pričom ponúka širokú škálu aktivít s pracovnými listami na vytlačenie, ktoré vychádzajú z reálnych príkladov z reklamy, (sociálnych) médií, politickej a spoločenskej sféry a obsahu vytvoreného extrémistami.

## Cieľová skupina

Študenti stredných škôl, učitelia

## Získané zručnosti

Kritické myslenie, bezpečnosť a ochrana, aktívne občianstvo, sebadôvera, mediálne povedomie, sebadôvera.

## Zúčastnené strany

PMF Research

## Kontakt Webová stránka

<https://www.precobias.eu/hu/>

# Médiatutor

## Misia a Vízia

Vďaka viacerým vzdelávacím programom a bohatej zbierke užitočných informácií a poznatkov pomáha návštevníkom orientovať sa vo svete, v ktorom sa prostredie digitálnych médií, online komunikácia a online reklama stali súčasťou nášho každodenného života.

## Hlavné aktivity a Metódy

Na stránke sú k dispozícii plány hodín, vzdelávacie materiály (pdf, prezentácie atď.) pre učiteľov, ktoré možno použiť na hodinách a ktoré môžu byť východiskom pre diskusiu v triede s cieľom objasniť pojmy a javy. Po pozretí krátkych filmov sa skupiny mladých ľudí vyzývajú, aby diskutovali, rozprávali svoje vlastné príbehy a hrali situácie, ktoré sú im podobné.

## Cieľová skupina

Študenti (niekoľko vekových kategórií a tried).

## Získané zručnosti

Bezpečnosť a ochrana, online komunikácia, aktívne občianstvo, kritické myslenie.

## Zúčastnené strany

MediaSmart Hungary Oktatási Közhasznú Nonprofit Szervezet

## Kontakt Webová stránka

<https://digitalisvilag.hu/digitalis-veszelyekrol-kisfilmek>

# S deťmi v digitálnom svete

## Misia a Vízia

Cielom maďarskej stratégie digitálnej ochrany detí (DCPS), ktorá bola pripravená v úzkej spolupráci s odbornými a spoločenskými organizáciami v rámci Programu digitálnej prosperity (DPP), je chrániť naše deti pred škodlivým obsahom, metódami a rizikami internetu a koordinovanými krokmi pripraviť deti, ich rodičov a učiteľov na uvedomelé a hodnotové používanie internetu.

## Hlavné aktivity a Metódy

Ide o interaktívny e-learningový program na samoštúdium (program obsahuje videá a ich textové prepisy, reflexné/praktické cvičenia a odkazy na ďalšiu orientáciu).

## Cieľová skupina

Partneri

## Získané zručnosti

Bezpečnosť a ochrana, online komunikácia, aktívne občianstvo, kritické myslenie.

## Zúčastnené strany

Digitális Jólét Program

## Kontakt Webová stránka

<https://digitalisgyermekvedelem.hu/gyerkekonline>



## PROJEKT:

DIGEQ – Digital Intelligence growth via Emotional Quality of Youth  
 No.: 2021-1-SK02-KA210-YOU-000033913

## PARTNERI:

FUTUREG, Slovakia (koordinátor)  
 GLAFKA s.r.o., Česká republika  
 FAZEKAS, Maďarsko

## KONTAKT:

oz@futureg.sk, www.futureg.sk  
 info@glafka.cz, www.glafka.cz  
 fazekas@fazekas.hu, www.fazekas.hu