



Diskussionsunderlag

Trygg på nätet - tips för elever

Detta diskussionsunderlag riktar sig till elever i åk 4-9 och kan användas som komplement till Maria Lingonblads filmklipp "Trygg på nätet- tips för elever.

Alla grupper/klasser är olika och filmklippet kan väcka olika tankar. I detta underlag finns några alternativ för frågeställningar man kan jobba vidare med tillsammans med klassen. Forma frågorna så att det passar gruppen. Till sist finns även några länkar för vidare information.

Lycka till!

Definiera:

- Skärm - vilka skärmar tänker vi på?
- Sociala medier- vad är det? Kan vi ge exempel?
- Online- vad betyder det?
- Vardagsbalans – vad betyder det?

Fundera på:

- Hur mycket tid tillbringar du vid en skärm? Vad gör du vid skärmen? Hur märker man om man har varit för länge vid skärmen? Vad ska man göra då?
- Hur många skärmar finns hemma hos dig?
- Vad brukar andra i din familj göra vid skärmen?
- Familjer kan ha olika regler kring spel och skärmtid, hur kan det kännas?
- Åldersgränser- varför finns de? Var kan man läsa om åldersgränser och vad betyder symbolerna?
- Vad får man göra /inte göra vid skärmen?
- Vad ska man göra om man ser något obehagligt på skärmen? Vad kan det vara? Vem skulle du vända dig till?
- Hur ska man vara en bra kompis online?
- Hur märker man om någon känner sig ensam eller utanför? Vad kan man göra då?

Material och litteraturtips

Hemsidor:

www.pegi.info

Ålderrekommendationer

www.ehyt.fi

Spelfostran

www.mediakasvatus.fi

Mediafostran

www.poliisi.fi

Lagen och nätet

www.mediataitokoulu.fi

www.pelastakaalapset.fi

Barn och digitala medier

www.raddabarnen.ax

Barnens internet

www.surfalugnt.se

www.statensmediarad.se

www.folkhalsan.fi

T.ex. Gällande sömn, fysisk aktivitet, mobbning

Litteratur

Hansen A. (2019) *Skärmhjärnan*

Hansen A. & Wänblad, M. (2020) *Hjärnstark Junior*

Ehyt (2020) *Spelfostrarens handbok 2*