**KLIK GENERACIJA – KLIK KOMUNIKACIJA**

**Radionica „Računalo i zdravlje“**

U radionici „Računalo i zdravlje“ učenici će uočiti da se djeca danas vrlo malo igraju zajedno, da rijetko nešto izrađuju sami, a igračke su im uglavnom računala i mobiteli. Često zaboravljaju ili čak ne znaju lijepo razgovarati, lijepo se družiti, lijepo se izražavati. Jezik i rječnik iskrivljuju kraticama ili engleskim izrazima.

Nadalje, upoznat će utjecaj računala na njihovo osobno zdravlje, na držanje tijela i vid. Igrom „Pokaži što znaš“ učenici će pokazivati kako pravilno sjede dok rade na računalu (koji im je položaj ruku, u kojem su položaju leđa, koliko su udaljeni od zaslona, u kojem su položaju noge), kako postave računalo u odnosu na izvor svjetlosti. Pogledat će animirane filmove „Kako Lana, Vid i Dara sjede pred računalom“, „Računalo i izvor svjetlosti“, „Sigurnost očiju i računalo“.

Usporedit će utjecaj računalne igre i utjecaj igre na otvorenome na osobno zdravlje. Uočit će koji su dijelovi tijela aktivni u navedenim igrama te će zaključiti da svi dijelovi tijela moraju biti aktivni pa ih treba kombinirati. Igranje računalnih igrica ne bi trebalo biti duže od pola sata dnevno. Upoznat će se s posljedicama prekomjerne uporabe računala. Takva su djeca često sama, nemaju prijatelje, neuredni su, nemarni i neispavani, umorni, imaju poremećaj sna i prehrane, loše ocjene, zanemaruju druge obaveze, često su agresivni i imaju ispade bijesa i nasilja, osjećaju bol u leđima, rukama i nogama, suze im oči i imaju zamagljen vid, skloni su debljanju zbog premalo kretanja.

Učenici će voditi dnevnik svoga igranja tijekom jednog tjedna i ispunit će radni listić „Kako provodim vrijeme u igri“ . Procijenit će koliko vremena dnevno provode u igri općenito, a zatim će to vrijeme raščlaniti na igre na otvorenom, društvene igre i računalne igre.

Pisat će poruke drugima kako treba komunicirati preko računala (kakve trebaju biti te poruke, na što treba pripaziti, mogu li riječi povrijediti, o čemu treba s drugima pričati, na koji način, što će o drugima pisati, što ne bi trebalo pisati, na koje poruke neće odgovarati, kada će zatražiti pomoć i zaštitu roditelja).