**AKCIJA „10 DANA BEZ EKRANA“**

Učenici 3. d razreda sudjelovali su u akciji „10 dana bez ekrana“ od 4.2.2019. do 14.2.2019.

**O utjecaju medija na razvoj djece puno je istraživanja. Većina studija pokazuju da je taj utjecaj negativan, a najnovija ide još dalje i tvrdi da previše vremena provedenog u gledanju televizije utječe na razvoj dječjeg mozga na način da mijenja moždanu strukturu.**

Što dijete više vremena provodi ispred televizijskog ekrana, promjene na mozgu su složenije, tvrde stručnjaci  s japanskog Sveučilišta Tohoku koji su proveli studiju koja je provedena nad 276 djece starosti od 5 do 18 godina, koja gledaju od 0 do 4 sata dnevno televiziju, odnosno prosječno 2 sata dnevno.

Iako ima i zagovornika kako suvremeni mediji idu u prilog razvoju djece i mladeži, u jednome se svi slažu: televizija stimulira djetetov mozak i plijeni mu pažnju, ali ga ne hrani i ne razvija.

Projekat „10 dana bez ekrana“ polazi od pretpostavke da je problematika pretjeranog konzumiranja i ovisnosti o medijima mladih već toliko uznapredovala i nadrasla mogućnosti „otpora“, da se oni više i ne mogu sami oduprijeti. Projekt nije negativno orijentiran prema postojećoj praksi mladih, niti objavljuje „rat“ medijima općenito i trima ekranima posebno. Namjera akcije je da se pridonese drugačijem korištenju ekrana, da se potakne na kritičku valorizaciju mladih u odnosu na ponudu globaliziranog, tehnologiziranog, atraktivnog svijeta. Projekat je niknuo u Zadru 2008. godine na pozitivnim iskustvima sličnih projekata u Francuskoj, Kanad, SAD.u i drugdje.

Cilj projekta je predložiti učenicima apstinenciju od neselektivnog korištenja medija, tj. od svih sadržaja medija koji nisu obrazovnog karaktera već, kako kažu pokretači, "manipulativnog", kao što su SMS poruke, blogovi, kompjutorske igre, facebook i ostali, preko kojih sve češće dolazi do nasilja među djecom.

Za vrijeme projekta „10 dana bez ekrana“ roditelji i djeca vode dnevnik u koji upisuju jesu li proveli vrijeme za nekim od uređaja, koliko dugo, što su radili umjesto vremena provedenog za ekranima i kako su se osjećali.

Preporuča se da cijela obitelj sudjeluje u projektu kako bi rezultati bili još bolji.

Tijekom projekta na nastavi su razgovarali o dobrim i lošim stranama suvremenih medija, o tome zašto je dobro koristiti medije i koje dobro nam one nose, do toga što se sve loše može pronaći na internetu. Učenici su vrlo rado sudjelovali u raspravama. Svaki dan su prepričavali kako im je bilo prethodni dan, na početku im je bilo malo teže, ali kako su dani odmicali bilo im je sve lakše. Svakodnevno su dogovarali zajedničko igranje u parku i razna međusobna druženja. Vrijedno su vodili svaki dan dnevnik u koji su upisivali svoje dojmove.

Roditelji su vrlo rado prihvatili sudjelovati i podržavali su djecu u tome. Po završetku projekta, izjasnili su se kakvi su bili dojmovi. Gotovo svi roditelji su bili oduševljeni akcijom, podržali su takve akcije i izrazili želju da se akcija provede ponovno. Rekli su da su djeca kod kuće provodila vrijeme igrajući se i smišljajući kako provesti vrijeme što kreativnije.

Po završetku akcije djeca su napisala svoje dojmove o tome što su naučili za vrijeme trajanja akcije.

Ovo su neki od dojmova djece:

„U ovih 10 dana bez ekrana sam naučila da kada ne buljim u ekrane imam više vremena za igru i zabavu“ M.P.

„Naučio sam da ne smijem dugo gledati u ekran jer ću propustiti igru sa drugima“ F.Š.

„U ovih deset dana naučio sam da se može izdržati deset dana bez ekrana i da je to u nekim situacijama dobro, u nekima ne.“ G.P.

„U ovih deset dana naučila sam da i nije tako teško bez ekrana.“ V.L.

„U ovih deset dana naučio sam da je zabavnije bez ekrana.“ V.E.G.

„U ovih deset dana naučio sam da je svijet puno veći i da zabava nije samo PS4.“ J.Š.

„U ovih 10 dana naučila sam da se može mnogo stvari raditi umjesto gledanja TV-a.“ M.D.

„U ovih deset dana naučila sam da ne buljim u ekran po cijele dane nego da izađem malo na zrak i da se više igram s prijateljima.“ T.K.

Ovo su neki od dojmova roditelja:

„Jako mi se svidio ovaj projekt jer smo svi manje vremena provodili za ekranom, a više vremena pričali i provodili na svježem zraku. Djeca su se više družila u parku. Bilo ih je divno vidjeti zajedno, kako skaču i izmišljaju razne igre. Ovaj projekt me je podsjetio kako smo mi djeca nekad provodili vrijeme igrajući se vani. Uz ovakve projekte djeca izvršavaju svoje zadatke, a mi roditelji više vremena posvećujemo njima i svi zajedno postajemo složna obitelj. Radujemo se idućem zajedničkom projektu!“

„Projekt mi se dopao. Bilo mi je zanimljivo biti opet bez svih tih uređaja i potrebno je mnogo truda da se drugačije ispuni vrijeme. Makar mislim da bi vrijeme projekta trebalo kraće trajati (cca 5 dana) i bilo bi bolje da je u vrijeme proljeća, kada su dani duži. Na drugu stranu, mislim da je to bio i baš projekt za roditelje koji trebaju ispuniti svom djetetu to vrijeme i to većinom igrom na kraju napornog dana.“

„Projekat odličan, šteta što je trajao samo 10 dana. Djeci je to bio velik izazov, a s druge strane poticaj da se drže nečega što je dogovoreno. Sve u svemu dobro i želimo još takvih projekata.“

„Projekat je T prihvatila odlično, ozbiljno je shvatila zadatak i pridržavala se. Više vremena provela je vani s prijateljima i shvatila da se može bez mobitela i TV-a. Ovaj projekat jako je dobar za djecu jer današnja djeca previše vremena provode za ekranima, a manje u druženju s prijateljima i igranju.“

„Moram priznati da smo od prvotnog šoka „Molim, deset dana???“ došli do pitanja „Zašto je TV stalno uključen?“. M me ugodno iznenadio, jako je ozbiljno pristupio projektu. Tata mu je bio najveća podrška. Seka i ja smo malo varale, čekale smo svaki trenutak da nekamo ode da upalimo TV. Seka je već deset dana bolesna pa smo joj morali popustiti. Kako su dani prolazili i ona je počela ozbiljno shvaćati projekat. Pogledala bi jedan crtić i isključila TV. Ne mog reći da smo puno drugačije provodili vrijeme. Imamo dva gola u kuhinji i po cijele dane se igra nogomet. Više se nema što razbiti u kući. Lice s osmijehom bez ispuneIgrali smo i šah, Čovječe ne ljuti se… Svi smo naučili predivne skladbe iz glazbenog. Bilo je trenutaka kad nam je bilo dosta, malo bi pogledali što ima na TV-u, ali brzo bi ga isključili. M je zaboravio da ima Playstation. Zaključili smo da TV uključujemo iz navike i stalno se žalimo da se nema što gledati, sli svejedno je stalno uključen. Zašto? Nadam se da nam je ovaj projekat otvorio oči i da ćemo ubuduće više vremena provoditi u zajedničkom druženju.“

„ Moj osobni dojam o samoj ideji je odličan. Pomogli smo jedni drugima koliko god smo mogli. Na početku nije bilo lako, ali smo se trudili. Kasnije smo shvatili koliko nam mobitel, televizor i kompjuter zapravo oduzima slobodnog vremena. Tako da smo za to vrijeme puno više razgovarali, čitali knjige ili časopise. Podržavam ovakve inicijative. Trebamo učiti djecu da pričaju, čitaju i pišu. Nedostatak komunikacije dovodi do mnogih problema. Treba pričati i družiti se.“

Primjer dnevnika roditelja:

