



MAP V – ORP Český Krumlov

Reg. č. CZ.02.02.XX/00/25_041/0018053

Aktivita 4.2.2. Offline je taky život

Interaktivní seminář pro 2. stupeň ZŠ „Časožrouti“

Anotace

Interaktivní seminář Časožrouti si klade za cíl ve spolupráci s účastníky identifikovat hlavní příčiny a důsledky závislosti na digitálních technologiích, ztráty kontroly nad vlastním volným časem a zároveň nabídnout konkrétní metody, jak se s těmito formami závislosti vypořádat. Problematiku médií pojímá komplexně a zasazuje ji do historického i sociálního kontextu současné společnosti.

Součástí semináře je také objasnění digitálních jevů, které ovlivňují naši pozornost, vedou ke ztrátě času a mohou přispívat ke vzniku stresu či napětí.

Popis semináře

Seminář Časožrouti volně navazuje na sérii přednášek Lajky nebo život, které Vít Filipovský realizoval v minulém školním pololetí. Na základě poznatků z této série nyní nabízí nový formát, který je více prakticky zaměřený a jde hlouběji k podstatě závislosti společnosti na médiích.

Seminář pro žáky se skládá ze dvou bloků, každý v rozsahu dvou vyučovacích hodin (celkem tedy 4 vyučovací hodiny). Třídní kolektiv absolvuje oba dva bloky. Součástí je nově i doplňkový třetí blok pro pedagogy, během něhož budou společně reflektovány průběh a závěry žákovských seminářů.

Mezi jednotlivými bloky je nutný časový odstup alespoň jeden den.

Vzhledem k časové a finanční kapacitě projektu může každá škola přihlásit POUZE dva třídní kolektivy.

Seminář je realizován v rámci projektu MAP V – ORP Český Krumlov a pro školy z ORP Český Krumlov je **BEZPLATNÝ**.

Místo konání

Přímo u vás ve škole

Termíny

Individuální po domluvě s lektorem v průběhu měsíců květen – červen 2026.

Kontakty

Lektor: Mgr. Vít Filipovský (vit@filipovsky.cz)

Koordinátorka aktivity: Ing. Mirka Machová (tel. 777 899 099, machova@masbln.cz)

Přihlášení: <https://forms.gle/fnANNtajTnT6yXUb9>



Témata jednotlivých bloků semináře

1. Časožrouti I: obchod s pozorností (2x45min) – pro žáky

- historie - vývoj médií a komunikace od středověku po současnost, první spamy, hoaxy a fake news
- biologie - funkce hormonů v lidském organismu, základy psychologie v kontextu prodeje a reklamy, vliv emocí na naše rozhodování
- moderní manipulační techniky o návykový design - králičí nory a echo chambers, dezinformace
- internet a společnost o formování osobnosti a názorů pomocí algoritmů - ztráta kontroly nad časem konzumace médií, digitální aktivita

2. Časožrouti II: ven z nory (2x45min) – pro žáky

- hormony pod kontrolou - spánek a relaxace, příroda a pohyb, vztahy a sebepoznání
- digitální hygiena a etiketa o kdy a proč odkládat mobilní telefon - jak nastavit digitální rovnováhu
- vědomá konzumace obsahu o aktivní vyhledávání - výukové materiály, hraní her, příklady obsahu

3. Časožrouti III: debata s učiteli (2x45min) – pro pedagogy

- *podmínkou je účast MINIMÁLNĚ třídních učitelů zapojených tříd, ideálně pak i např. vedení školy, výchovných poradců, metodiků primární prevence, asistentů pedagoga*
- analýza anonymizovaných dotazníků účastníků
- objasnění klíčových pojmů - echo chamber, rabbit hole, gamifikace, návykový design, FOMO, závislostní chování
- příčiny a důsledky nadužívání digitálních technologií
- metody, jak pracovat se žáky
- dotazy a volná diskuse