

CONSCIOUS YOUTH BEHAVIOURS.
IN EMERGING REALITIES

Non-formal education practices: Social Media Challenges

R2 CYBER TOOLKIT



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

#10	Nebezpečné trendy: Odhaľovanie nebezpečenstva výziev sociálnych médií
hrozba(y)	Výzvy sociálnych médií
	Výzvy na sociálnych sieťach odkazujú na vírusové trendy, aktivity alebo odvahy, ktoré kolujú na internete a povzbudzujú jednotlivcov, aby sa podieľali na rôznych úlohách, často s cieľom získať pozornosť, uznanie alebo zábavu. Zatiaľ čo online výzvy môžu podporiť kreativitu, konektivitu a zapojenie komunity, predstavujú aj riziká a výzvy, ktoré si vyžadujú proaktívne opatrenia na ochranu bezpečnosti, súkromia a pohody jednotlivcov v online prostredí. Preto, zatiaľ čo niektoré online výzvy môžu byť neškodné alebo ľahké, iné predstavujú vážne riziko pre fyzickú, duševnú alebo emocionálnu pohodu účastníkov.
Typológia	Skupinová diskusia
Trvanie	45 minút
Modalita	V prítomnosti [prostredie v triede]
Cieľ	Cieľom tejto praxe je vybaviť účastníkov zručnosťami a znalosťami potrebnými na kritické vyhodnotenie bezpečnosti a dôsledkov trendov sociálnych médií a na bezpečné a informované rozhodnutia. Zameriava sa na zvyšovanie povedomia medzi študentmi o možných rizikách účasti na výzvach sociálnych médií a na podporu podporného prostredia, v ktorom sa študenti cítia pohodlne pri diskusii o tlaku rovesníkov a online bezpečnosti.
Vzdelávacie ciele	Identifikujte rôzne nebezpečné výzvy sociálnych médií a pochopte ich riziká. Vypracujte stratégie na odolanie tlaku rovesníkov a urobte informované rozhodnutia o účasti na online aktivitách. Uvedomte si dôležitosť nahlasovania nebezpečného obsahu a podpory kolegov pri prijímaní bezpečných rozhodnutí.
Profil stážistu	Účastníci vo veku 15 – 18 rokov so základnými zručnosťami digitálnej navigácie. Žiadne špecifické predpoklady, ale zvedavosť o digitálnych médiách a online interakciách je prospešná.
počet účastníkov	20-30
Materiály	Projektor pre videá a prezentácie. Prezentácia o výzvach sociálnych médií. Krátke videá o nedávnych nebezpečných výzvach sociálnych médií a ich dopadoch. Karty zobrazujúce rôzne výzvy sociálnych médií. [Pozri prílohu. Karty nebezpečných výziev na sociálnych sieťach] Diskusné karty na analýzu výziev sociálnych médií. [Pozri prílohu. Diskusné karty]

	Tabuľa a fixky.
Príprava	<p>Zhromaždite príklady nedávnych nebezpečných výziev sociálnych médií.</p> <p>Vyberte krátke videá o nedávnych nebezpečných výzvach sociálnych médií a ich dopadoch (pozri Zdroje) .</p> <p>Vytvorte prezentáciu o výzvach sociálnych médií.</p> <p>Pripravte si kartičky s príkladmi nebezpečných výziev na sociálnych sieťach.</p> <p>Pripravte si diskusné karty so scenármi a otázkami.</p> <p>Usporiadajte miesta v malých skupinách, aby ste uľahčili diskusiu.</p>
Implementácia	<p>1. Úvod (10 minút): stručne predstavte tému výziev sociálnych médií; ukážte videá a prezentáciu zdôrazňujúcu nedávne nebezpečné výzvy a ich dôsledky; vysvetliť cieľ a ciele lekcie.</p> <p>2. Skupinová aktivita: Diskusné karty (20 minút): rozdeľte študentov do malých skupín a každej skupine rozdajte dva rôzne typy kariet: karty zobrazujúce nebezpečné výzvy na sociálnych sieťach a karty so scenármi a otázkami. Nechajte každú skupinu diskutovať o svojej karte a potom sa podelte o svoje myšlienky s triedou.</p> <p>3. Diskusia v triede (10 minút): znovu sa stretnite ako celá trieda a prediskutujte kľúčové body z každej skupiny; písať dôležité body na tabuľu; povzbudzujte študentov, aby kriticky premýšľali o motiváciách účasti na výzvach a možných dôsledkoch.</p> <p>4. Otázky a odpovede a záver (5 minút): poskytnite študentom čas na kladenie otázok; zhrnúť hlavné body lekcie; zdôrazňujú dôležitosť bezpečných rozhodnutí a vzájomnej starostlivosti.</p>
Tipy a rady	<p>Použite príklady zo skutočného života, aby bola diskusia relevantná a pôsobivá.</p> <p>Podporovať otvorený dialóg a aktívne počúvanie medzi študentmi.</p> <p>Počas hodiny posilňujte pozitívne správanie a kritické myslenie.</p> <p>Buďte citliví k študentom, ktorí mohli mať osobné skúsenosti s výzvami na sociálnych sieťach.</p> <p>Obsah prispôbte veku a vyspelosti žiakov.</p>
Bezpečnostné opatrenia	<p>Zabezpečte podporné prostredie, kde sa študenti cítia bezpečne na vyjadrenie svojich myšlienok a obáv. To by mohlo zahŕňať monitorovanie skupinových diskusií, aby sa predišlo akýmkoľvek negatívnym alebo odmietavým komentárom. Buďte pripravení poskytnúť ďalšiu podporu alebo zdroje pre študentov, ktorí mohli zažiť tlak alebo účasť na nebezpečných výzvach.</p>
Pridaná hodnota	<p>Účastníci získajú vedomosti a zručnosti na bezpečnú navigáciu v sociálnych médiách a rozšíria svoje kritické myslenie a rozhodovacie schopnosti. Tento postup podporuje informované digitálne občianstvo a podporuje kultúru vzájomnej podpory a zodpovedného online správania.</p>

Spätná väzba a hodnotenie	<p>Urobte krátky prieskum alebo požiadajte o verbálnu spätnú väzbu, aby ste zhodnotili pochopenie a myšlienky študentov o lekcii.</p> <p>Použite rýchly kvíz na posúdenie schopnosti študentov identifikovať nebezpečné výzvy a vhodné reakcie.</p> <p>Zamyslite sa nad efektívnosťou aktivít a vykonajte úpravy pre budúce hodiny na základe spätnej väzby od študentov.</p>
Záver	<p>Zhrňte kľúčové závery: pochopenie rizík nebezpečných výziev sociálnych médií, rozpoznanie a odolanie tlaku rovesníkov a vedieť, ako robiť bezpečné rozhodnutia. Pripomeňte študentom, že ich bezpečnosť a pohoda sú prvoradé a že majú k dispozícii podporu, ak ju potrebujú. Povzbudzujte študentov, aby pokračovali v konverzácii s priateľmi a rodinou o online bezpečnosti a tlaku rovesníkov. Motivujte ich, aby boli vnímavými digitálnymi občanmi a pomáhali ostatným robiť bezpečné rozhodnutia online.</p> <p>Dodržiavaním tohto plánu lekcii môžu pedagógovia efektívne riešiť problém nebezpečných výziev na sociálnych sieťach a vybaviť študentov nástrojmi a znalosťami, aby zostali online v bezpečí.</p>
Vonkajšie referencie a zdroje	<p><i>Ako tínedžeri nachádzajú nebezpečné výzvy na sociálnych sieťach</i> . Prevzaté z https://www.youtube.com/watch?v=hd4r7FjBQ8g&pp=ygU0SG93IFRlZW5hZ2VycyBGaW5kIERhbmducmlmcyBTb2NpYWwgTWVkaWEgQ2hnbGxlbmdlcw%3D%3D</p> <p><i>Psychológia v pozadí nebezpečných výziev sociálnych médií</i> . Prevzaté z https://www.youtube.com/watch?v=nUUhMdmOcME</p> <p><i>Čo potrebujete vedieť o škodlivých výzvach TikTok</i> . Prevzaté z https://www.youtube.com/watch?v=OGTBhAW_AEY</p>
Partner/ Autor	Casa do Professor, Portugalsko

príloha. Karty s nebezpečnými výzvami na sociálnych sieťach

Vytlačte si informačné karty pre „Nebezpečné trendy: Odhaľovanie nebezpečenstva výziev na sociálnych sieťach“

Informatívna karta 1: Výzva v tehotenskom teste plánu B

Táto výzva si vyžaduje otvorenie základného tehotenského testu bez lekárskeho predpisu a prehltnutie tablety vnútri testu s presvedčením, že ide o liek Plan B®. Dúfame, že si kúpili kombinovaný produkt - test a núdzovú antikoncepciu predávanú spoločne. Jedným z dôvodov, prečo sa kombinovaný produkt nepredáva, je ten, že by nefungoval. Plán B® je potrebné vziať hneď po sexe, aby sa zabránilo otehotneniu, a tehotenský test nemôže zistiť tehotenstvo až po niekoľkých týždňoch, keď je príliš neskoro na plán B®.

Tableta nájdená v tehotenskom teste sa tam vloží, aby absorbovala vlhkosť a udržala obsah suchý. Tieto predmety absorbujúce vlhkosť sa dodávajú v rôznych veľkostiach a formách, ako sú tablety, balíčky a kanistre, a používajú sa pri balení vitamínov, liekov, elektroniky, obuvi a mnohých ďalších

produktov. Silikagél je najbežnejšou chemikáliou používanou na tento účel a vo väčšine prípadov nie je škodlivý. Pri požití však môže predstavovať nebezpečenstvo udusenía.

Informatívna karta 2: Výzva muškátový oriešok

Táto výzva je, keď človek prehltnie muškátový oriešok v snahe dostať sa vysoko. Často sú to ľudia, ktorí sú uväznení alebo mladí dospelí, ktorí používajú muškátový oriešok, keď nemôžu dostať iné preferované drogy. Muškátový oriešok a množstvo ďalších korenín a bylín obsahuje prirodzene sa vyskytujúcu chemikáliu nazývanú myristicín. Keď sa užíva vo väčších množstvách, môže spôsobiť bolesť žalúdka, nevoľnosť, vracanie, rozmazané videnie, zrýchlený tep, nepokoj a halucinácie. Môžu sa vyskytnúť ďalšie závažné účinky, ako sú záchvaty a smrť. Množstvo myristicínu v muškátovom oriešku sa medzi jednotlivými výrobkami líši, takže človek môže ľahko prijať príliš veľa. Niektorí ľudia boli z tohto trendu dokonca hospitalizovaní.

Informatívna karta 3: Výzva Tide Pod

Výzvou Tide Pod je, keď človek zje balíček pracieho prostriedku ako súčasť odvahy. Balíčky bielizne obsahujú čistiace prostriedky a chemikálie, ktoré sú vysoko koncentrované. Vďaka tomu je prací prostriedok v malých množstvách veľmi dráždivý. Pri jedení môžu spôsobiť nevoľnosť a zvracanie. Okrem toho, keď človeku „vyskočí“ do úst balíček, môže náhodne vdýchnuť časť čistiaceho prostriedku do pľúc, čo môže ovplyvniť jeho schopnosť normálne dýchať. Jedenie balíčkov bielizne spôsobilo hospitalizácie a úmrtia.

Informatívna karta 4: Solné výzvy

Existuje mnoho výziev sociálnych médií, ktoré sú spojené so soľou. Zahŕňajú schovávanie lyžice soli do jedla, aby ju niekto zo žartu zjedol, prehltnutie soli pred cvičením alebo nasypenie veľkého množstva soli do úst ako trest po prehre stávky.

Kuchynská soľ sa skladá z dvoch prvkov, sodíka a chloridu. Oboje je potrebné pre správne fungovanie tela, ale príliš veľa môže byť nebezpečné. Prehltnutie veľkého množstva soli môže rýchlo spôsobiť nevoľnosť, vracanie a hnačku. Keď sa soľ absorbuje v tele viac, môže sa vyskytnúť ospalosť, opuch mozgu a záchvaty. Keďže soľ používame v potravinách každý deň, veľa ľudí si neuvedomuje, aké nebezpečné to môže byť. Už len polievková lyžica u detí a dospievajúcich môže byť veľmi škodlivá.

Informatívna karta 5: Výzva Benadryl

Táto výzva nastáva, keď človek užíva viac ako normálne množstvo Benadrylu (difenhhydramínu), aby mal halucinácie. Difenhhydramín pomáha pri príznakoch alergií, ale ak sa užije príliš veľa, má vedľajšie účinky, ako sú halucinácie, vysoký krvný tlak, vysoká telesná teplota, nepokoj a záchvaty. Niekoľko tínedžerov potrebovalo hospitalizáciu a prinajmenšom jedno úmrtie v dôsledku tejto výzvy.

Informatívna karta 6: Škoricová výzva

Táto výzva povzbudzuje ľudí, aby zjedli lyžicu mletej škorice bez toho, aby pili vodu. To má za následok kašeľ, dusenie a podráždenie úst, nosa a hrdla. Niektorých ľudí to baví sledovať. Vážne účinky sa však môžu vyskytnúť, keď človek kašle a dusí sa práškovou škoricom a potom ju náhodne vdýchne do pľúc. Škorica môže dráždiť pľúca a dokonca spôsobiť zápal pľúc. Niektorí ľudia, ktorí sa zapojili do tejto výzvy, si vyžiadali hospitalizáciu, aby im pomohla dýchať.



príloha. Diskusné karty na analýzu nebezpečných výziev sociálnych médií

Vytlačte si diskusné karty na tému „Nebezpečné trendy: Odhaľovanie nebezpečenstva výziev na sociálnych sieťach“

Diskusná karta 1: Výzva tehotenského testu plánu B

1. Čo je to The Plan B Tehotenský test Challenge a prečo si myslíte, že sa stal populárnym na sociálnych sieťach?
2. Aké sú potenciálne zdravotné riziká a dôsledky účasti na tejto výzve?
3. Prečo je dôležité porozumieť správne mu užívaniu liekov, ako je plán B?
4. Ako môžete vzdelávať ostatných o nebezpečenstvách tejto výzvy a podporovať bezpečné postupy?

Diskusná karta 2: Výzva muškátový oriešok

1. Čo je to Muškátová výzva a ako sa zvyčajne vykonáva?
2. Aké sú potenciálne zdravotné riziká a vedľajšie účinky konzumácie veľkého množstva muškátového orieška?
3. Prečo si myslíte, že niektorí ľudia sa napriek nebezpečenstvu zúčastňujú tejto výzvy?
4. Ako môžete šíriť povedomie o rizikách spojených s Muškátovou výzvou a odrádzať od účasti?

Diskusná karta 3: Soľná výzva

1. Čo je to The Salt Challenge a čo zahŕňa?
2. Aké sú potenciálne zdravotné riziká a fyzické účinky účasti na tejto výzve?
3. Prečo je dôležité kriticky premýšľať pred zapojením sa do výziev sociálnych médií?
4. Aké kroky môžete podniknúť, aby ste zabránili ostatným vyskúšať The Salt Challenge a podobné nebezpečné aktivity?

Diskusná karta 4: Výzva Tide Pod

1. Čo je The Tide Pod Challenge a ako si získala pozornosť na sociálnych sieťach?
2. Aké sú vážne zdravotné riziká a následky požitia Tide Pods?
3. Ako môžu platformy sociálnych médií a používatelia spolupracovať, aby zabránili nebezpečným výzvam, ako je táto?
4. Aké kroky môžete podniknúť, ak uvidíte niekoho propagovať alebo skúšať The Tide Pod Challenge?

Diskusná karta 5: Benadryl Challenge

1. Čo je to The Benadryl Challenge a prečo je to nebezpečné?
2. Aké sú potenciálne zdravotné riziká a vedľajšie účinky konzumácie veľkého množstva Benadrylu?
3. Ako môžete pomôcť zvýšiť povedomie o nebezpečenstvách zneužívania liekov na výzvy sociálnych médií?
4. Čo by ste mali robiť, ak máte podozrenie, že sa niekto zúčastnil Benadryl Challenge?

Diskusná karta 6: Škoricová výzva

1. Čo je The Cinnamon Challenge a čo zahŕňa?
2. Aké sú potenciálne zdravotné riziká a bezprostredné nebezpečenstvá pri pokuse o túto výzvu?
3. Prečo môžu byť ľudia v pokušení zúčastniť sa Cinnamon Challenge napriek tomu, že poznajú riziká?
4. Ako môžete efektívne komunikovať o nebezpečenstvách The Cinnamon Challenge svojim rovesníkom?

príloha. Hodnotiaci kvíz na identifikáciu a reakciu na nebezpečné výzvy sociálnych médií.

Vytlačený kvíz na tému „Nebezpečné trendy: Odhaľovanie nebezpečenstva výziev na sociálnych sieťach“

Pravda alebo nepravda otázka

Kľúčovým ukazovateľom nebezpečnej výzvy na sociálnych sieťach je podpora aktivít, ktoré môžu účastníkom spôsobiť značnú fyzickú alebo psychickú ujmu.

- A) Pravda
- B) Nepravdivé

Odpoveď: Pravda

Pravda alebo nepravda otázka

Je správne tvrdiť, že výzvy sú klasifikované ako nebezpečné výlučne na základe prítomnosti fyzických rizík, s vylúčením iných faktorov, ako je psychická ujma, emocionálna tieseň alebo poškodenie reputácie.

- A) Pravda
- B) Nepravdivé

Odpoveď: Nepravda

Otázka s viacerými možnosťami

Keď ste svedkom toho, že sa priateľ alebo kolega zapája do nebezpečnej výzvy na sociálnych sieťach, ktorá predstavuje značné riziko pre ich bezpečnosť alebo pohodu, najzodpovednejším postupom je:

- A) Ignorovať situáciu za predpokladu, že si uvedomujú riziká.
- B) Povzbudzujte ich, aby pokračovali vo výzve, napriek rizikám, ktoré s tým súvisia.
- C) Upozorníte ich na potenciálne nebezpečenstvá a informujete dôveryhodnú dospelú osobu alebo úrad.
- D) Dokumentujete a šírite to na sociálnych médiách pre širšiu viditeľnosť.

odpoveď: C)

Otázka s viacerými možnosťami

Ak na sociálnych sieťach narazíte na video, ktoré aktívne propaguje nebezpečnú a potenciálne život ohrozujúcu výzvu, najlepším prístupom zohľadňujúcim bezpečnosť seba a ostatných je:

- A) Zapojte sa do videa tak, že sa mu páči a budete ho zdieľať v snahe rozšíriť povedomie.
- B) Nahláste video priamo na platforme sociálnych médií za porušenie bezpečnostných pokynov.
- C) Pokúste sa osobne zmerať úroveň nebezpečenstva.
- D) Uverejnite podrobný komentár varujúci divákov pred možnými rizikami spojenými s účasťou na výzve.

odpoveď: B)

Vyplňte prázdnu otázku

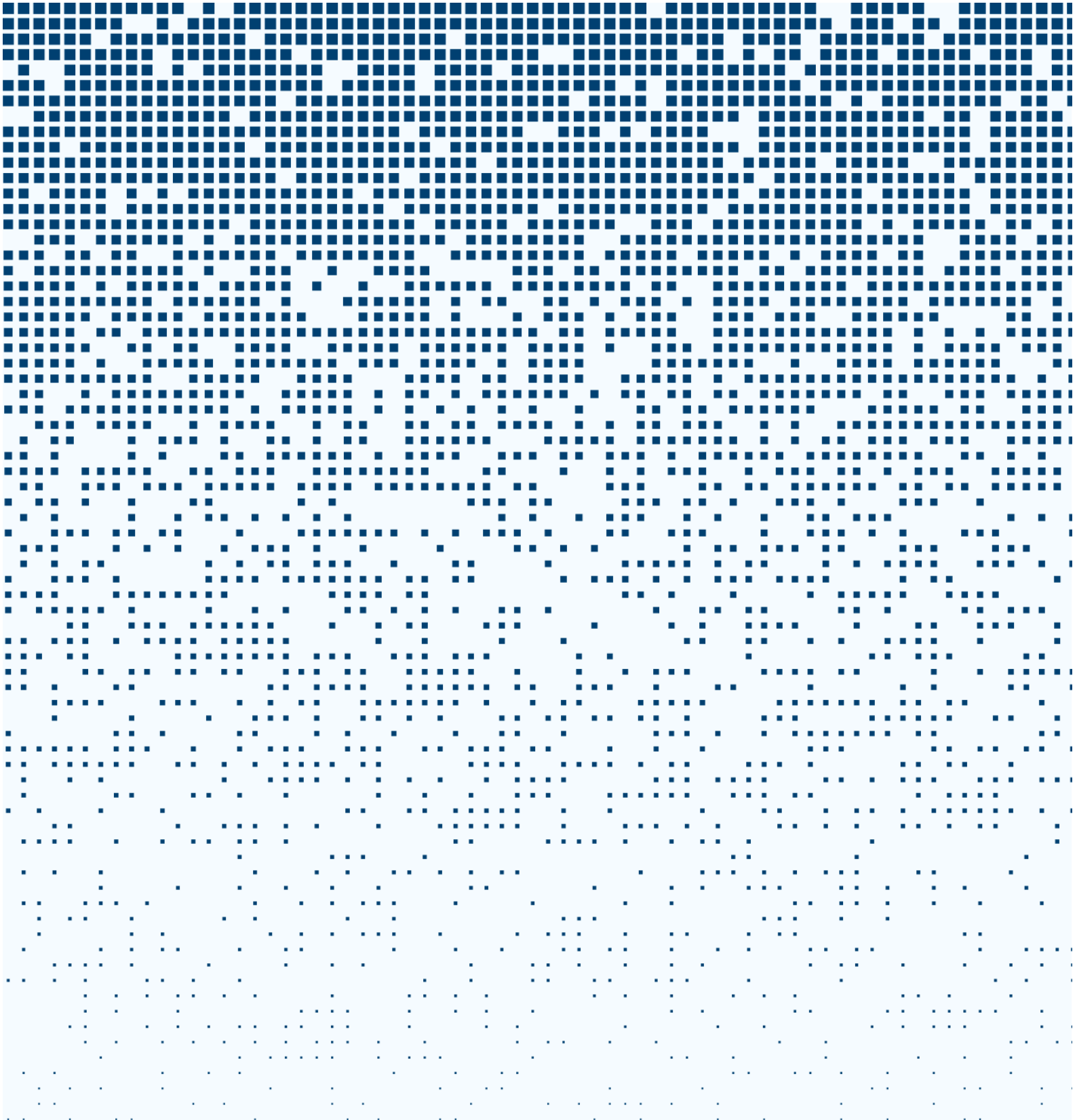
Zdieľanie nebezpečnej výzvy na sociálnych sieťach bez pochopenia súvisiacich rizík môže _____ zvýšiť pravdepodobnosť, že sa o to pokúsia iní, čím sa neúmyselne vystaví riziku viac jednotlivcov.

Odpoveď: zvýšiť



This Document is published under an [Attribution-NonCommercial 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) International license [CC BY-NC].





Conscious Youth Behaviours in Emerging Realities

Erasmus+ KA2 Cooperation Partnerships in School Education

[Reference n. 2023-1-EL01-KA220-SCH-000156982]



**Co-funded by
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.