

Osasun digital hobea izateko ikastaroak

Diario

Noticias de Alava

GASTEIZKO MARIANISTAS IKASTETXEAN IKASLEEN ETA SENIDEEN ARTEAN OSASUN DIGITALA HOBETZEKO SAIOAK EMATEN ARI DA

EUNATE F. DOMÍNGUEZ-EN | 30.01.2021 | 00:36



Lerro hauekin batera doan irudian, Santa Maria Marianistas ikastetxeko zenbait ikasle atzoko saio batean. Argazkia: Josu Chavarri

Fotos de la noticia

Teknologiaren helburua giza ingurunea eraldatzea dela esaten da, haren behar eta nahietara hobeto egokitzeko. Baina teknologia gaizki erabiltzeak Interneten aurpegi negatiboena eskain dezake. Hori dela eta, Gasteizko Marianistas ikastetxeak prestakuntza-saio batzuk hasi zituen atzo bere ikasleekin, irakasleekin eta ikasleen senideekin, teknologien erabilera osasungarria, segurua eta arduratsua lantzeko.

Lehen hezkuntzako laugarren mailatik aurrera eta batxilergoko bigarren mailara arte, ikasle guztientzat zuzenduta, ikastaro horiek telematikoki egiten ari dira Guillermo Canovas Hezkuntza Teknologiararen Erabilera Osasungarria Sustatzeko Behatoki zuzendariarekin. Ez da lehen aldia ikastetxe honek ikasleak osasun digitalean trebatzen eta horren garrantzian jartzen dituela, baina bai estres digitalari aurre egiteko mugikorrek eta ordenagailuak itzaltzen ere ikasten duen lehen aldia. Izan ere, eskolako hezkuntza-teknologiaren arloko arduradun Diego Vazquezek DIARIO DE NOTICIAS DE ALAVA egunkari honetan azaldu zuenez, aurten estres digitalean bertan jarri dute garrantzia.

"Lauzpabost urte daramatzagu gure ikasleak osasun digitalean trebatzen. Osagai garrantzitsua iruditzen zaigu, ordenagailuak eta mugikorrek gero eta gehiago erabiltzen direlako", azaldu eta gehitu du: "Batez ere orain, pandemiak eta egungo testuinguruak egoera hori zaildu dute, eta garrantzitsua da estres digitalari aurre egitea". Horregatik, saio horiek txikienei eta helduenei eskaintzen zaizkie, nahiz eta adinetara egokituta egon.

Adibidez, Lehen Hezkuntzako laugarren mailako ikasleek Interneteko segurtasunari eta pribatutasunari buruzko gai irekiari helduko diote. Lehen Hezkuntzako bosgarren mailan, ordea, adituak eskainitako saioa Interneti eta konektagarritasun mugikorrari buruzkoa izango da. Arreta berezia jartzen da telefono mugikorretan, adin horietan maizago erabiltzen baita. Horregatik, prestakuntza saioan azalduko zaie nola erabili behar diren telefono mugikorrek eta tabletak, modu seguru eta arduraz.

Lehen Hezkuntzako seigarren mailan gaia aldatu egiten da. Izan ere, adin hauetan zerbait nagusitzen bada edo egiten hasten bada, sare sozialen erabilera bera da. Facebook, Instagram, Twitter edota Tik Tok gero eta garrantzitsuagoak dira gazteen artean, eta, horregatik, sare sozial horietan eskaini behar den pribatutasuna ezagutzeak garrantzi handiagoa du. Eta, hain zuzen, haientzat da nortasun digitala, aztarna digitala eta Interneteko ospea saioa.

Beraz, gaiak aldatu egiten dira adinaren arabera, baina guztietan eztabaidatzen da beharrezkoa dela ulertzea sare sozialak eta Internet lagungarriak izan daitezkeela, baina kontuz eta arretaz erabiliz. Adibidez, DBHko laugarren mailako ikasleentzat, prestakuntza-saioa informazio faltuan, datu-lapurretan eta Interneten egindako manipulazioan oinarritzen da. Batxilergoan, estres digitalari eta teknologia eta mugikorrek eta ordenagailuak ere itzaltzen jakiteko beharri erreparatzen dio.

SAIOAK Ikasle-talde bakoitzean saio bat emango dute, eta Guillermo Canovasek hiru egunetan emango ditu saioak guztira. Lehen eguna atzo izan zen, eta datorren astelehenean eta 10ean egingo dira berririo besteak. Ordu eta erdi inguru irauten dute, eta ikasleen gurasoek ere osasun digitalari buruz eta sor dezakeen estresari buruz ikasteko aukera izango dute. "Nahi duguna da denok ohartzera teknologia asko erabiltzen dugula, eta deskonektatzen ere ikastea. Aspalditik gertatzen da hori, baina orain larriagotu egin da", dio Diego Vazquezek.

"Horrekin ez dugu esan nahi teknologia txarra denik edo estresa eragiten duenik. Baina ulertu behar da bi aurpegi dituela, eta erabiltzen jakin behar dela eta erantzukizunez jokatu", dio. Izan ere, ikastetxe honetan ikasleak ere hasten dira txikitatik teknologiaren onurak erabiltzen. "Duela bost urtetik, Lehen Hezkuntzako bosgarren mailatik aurrera, ikasle bakoitzak gailu taktik bat du. Zehazki, ukipen-ordenagailu baten. Ordenagailu honek ez du irakaskuntza tradizionala ordezkatzen, baina osatu egiten du", esan du. Hori dela eta, sare sozialetan izan beharreko prebentzioa, pribatutasuna eta sarearen beraren atsedena ere beharrezkoak dira ikaskuntza gisa, Diego Vazquezek berak adierazi duenez.