

WELLBEING KARTA

DEN BEZ DISPLEJE

digitální wellbeing



„Co vše můžu dělat bez obrazovky?“



**ŠKOLA
PODPORUJÍCÍ
ZDRAVÍ**

Jak na to

„Co bych mohl/a dělat, kdybych dnes neměl/a mobil / počítač / tablet / TV?“

Děti si představují nebo nahlas sdílejí nápady.

Inspirace:

- Čtení knihy
- Hraní her s rodinou
- Sport venku
- Kreslení, tvoření
- Povídání s kamarády

Smysl:

Čas bez displeje dává prostor novým zážitkům.

Tip pro učitele:

Je možné téma uchopit jako třídní výzvu a pak sdílet dojmy.