|  |  |
| --- | --- |
|  | **Slide 1**  Dit is les 8 van de lessenserie Digitaal Burgerschap.  Bestudeer iedere slide en controleer of de lesstof passend is voor jouw les. De meeste slides bevatten instructies of extra informatie, te vinden in de notities. Wanneer je de PowerPoint presenteert, is het mogelijk om de notities te lezen per slide. Presenteer als diavoorstelling, klik met rechtermuisknop op de presentatie en klik op ‘weergave voor presentator’. Je ziet dan de slides + notities op je eigen scherm.  Deze les valt onder de Creative Commons regelgeving. De les mag worden gedeeld en aangepast voor non-commerciële doeleinden (zie laatste slide). |
|  | **Slide 2** |
|  | **Slide 3**  De terugblik betreft hier de laatst gemaakte portfolio-opdracht. Je kunt kijken of de studenten ook daadwerkelijk alle kenmerken van phishing hebben gevonden. Op de volgende slide staan de antwoorden. |
|  | **Slide 4**  Bekijk samen met de studenten de phishingmail. |
|  | **Slide 5**  Maak de studenten bewust van de lesdoelen. |
|  | **Slide 6**  Video van de NOS over apps en hoe deze ons verslaafd maken.  Ga de discussie aan met de klas. |
|  | **Slide 7**  Studenten pakken de telefoon. Ga naar instellingen-schermtijd. Hier vind je een overzicht van je apparaat gebruik voor vandaag of voor de afgelopen week.  De richtlijn is om maximaal 3 uur per dag op je telefoonscherm te kijken en maximaal 6 uur per dag naar een computerscherm. |
|  | **Slide 8**  Al die prikkels zorgen voor verhoogde hersenactiviteit. Meerdere gebieden in ons brein worden actiever bij het waarnemen van prikkels, zoals een WhatsApp-pingel. Bij prettige prikkels is vooral in de nucleus accumbens verschil te zien: het hart van ons biologische beloningssysteem.  De wetenschap vermoedt dat dat ook gebeurt bij de melding van een appje: niet de inhoud, maar de gedachte eraan activeert je beloningssysteem. En dat laat je grijpen naar je telefoon.  Je brein went aan die ‘shotjes’ dopamine en reageert er amper nog op. De reactie op een prikkel blijft, maar voor een voldaan gevoel is meer nodig. Omdat we onze telefoon daardoor maar blijven checken, creëren we onbewust dwangmatig gedrag. Al die keren dat je gedachteloos naar je telefoon greep, was je onbewust op zoek naar iets ‘lekkers’ voor je brein.  Niet iedere melding is lekker. Gemiddeld reageer je bij één op de drie vijandig, geïrriteerd, nerveus of benauwd. Vaak omdat ‘ie onpersoonlijk is, bijvoorbeeld een update-melding. |
|  | **Slide 9**  Op de volgende slide staan de stellingen. |
|  | **Slide 10**  De afbeelding leidt naar een Forms die je kunt dupliceren naar je eigen account. Zo kun je zelf de antwoorden inzien.  **Voeg je eigen link en/of QR-code toe aan de slide zodat de studenten makkelijk toegang krijgen tot de Forms.**  Bekijk samen met de studenten of de studenten dit doen of niet. Antwoorden met ‘ja’ of ‘nee’. Je kan dit ook verwerken in een mentimeter, nearpod of andere vorm van digitale ondersteuning. |
|  | **Slide 11**  We kijken er niet van op als je jezelf herkent in alle zes. We herkennen onszelf er namelijk ook in. Maar dat heeft gevolgen: op hoe je brein presteert, op je lichaam en op je relaties.  <https://lab.nos.nl/projects/telefoonverslaving/index.html> |
|  | **Slide 12**  Antwoord is A: Juist, hoe aanweziger de telefoon, hoe slechter de score. De groep met hun telefoons in zicht, scoorde het slechtst. |
|  | **Slide 13**  Tegenwoordig hebben veel smartphones de optie 'digitaal welzijn'. Hier kunnen timers op apps gezet worden of een avondklok ingesteld worden.  <https://support.google.com/android/answer/9346420?hl=nl> |
|  | **Slide 14**  Laat de studenten werken aan hun portfolio-opdrachten. |
|  | **Slide 15**  De studenten hebben aan het begin van de lessenserie een vragenlijst ingevuld en wij willen meten in hoeverre hun kennis is vergroot. Mochten zij de 0-meting niet hebben ingevuld, dan is dat geen probleem. Graag alsnog laten invullen.  Alvast bedankt! |
|  | **Slide 16**  Ga na of iedereen de opdrachten heeft gemaakt. |
|  | Zijn de lesdoelen behaald?  Kijk of de studenten de lesdoelen behaald hebben. Vraag studenten of zij weten: hoe apps je aandacht trekken, waarom apps je aandacht willen behouden & hoeveel schermtijd goed voor je is. |
|  | **EINDE LES**  Deze les valt onder de Creative Commons regelgeving. De les mag worden gedeeld en aangepast voor non-commerciële doeleinden.  <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/legalcode.nl> |