

Szablon 3

Karta autorskiego programu instytucji kultury

Data	
Tytuł	
Autor	
Instytucja	
Hasło przewodnie	Zadbaj o cyfrową równowagę
Cel dydaktyczny	10 ZASAD HIGIENY CYFROWEJ. JAK UŁOŻYĆ ZDROWE RELACJE Z TELEFONEM  ☐ Kontroluj czas przed ekranem  ☐ Odkładaj smartfon  ☐ Wyłącz powiadomienia  ☐ Nie rób wielu rzeczy naraz  ☐ Trenuj swój mózg w sposób analogowy  ☐ Odpoczywaj bez urządzeń elektronicznych  ☐ Szukaj zainteresowań poza siecią  ☐ Planuj czas bez internetu  ☐ Zadbaj o swój sen  ☐ Dbaj o relacje
Grupa docelowa	☐ 6 – 12 lat ☐ 13 – 18 lat ☐ – lat
Czas	 min



Szablon 3

Karta autorskiego programu instytucji kultury

Scenariusz	
Materiały dydaktyczne	
Efekty/Spodziewane rezultaty	

