Pályázati felhívás gyerekeknek

7 DAY CHALLENGE – 7 nap, 7 kihívás

A Nemzetközi Gyermekmentő Szolgálat, mint Magyarország Safer Internet Centere (SIC), a 2027-es Biztonságos Internet Nap (Safer Internet Day – SID) alkalmából pályázatot hirdet gyermekek és fiatalok számára.

A pályázat lényege

Gondolkodtál már azon, hogy mennyi időt töltesz a digitális világban? Vajon mennyi mindenre jutna időd, ha egy kicsit kevesebbet néznéd a telefonodat? Hogyan használhatod az internetet úgy, hogy az ne csak szórakoztató, hanem hasznos és biztonságos is legyen?

Most itt a lehetőség, hogy próbára tedd magad! Hét napon keresztül hét különböző kihívást kell teljesítened, amelyek segítségével megtapasztalhatod az offline világ élményeit, miközben a tudatos és biztonságos internethasználatról is tanulhatsz.

Mit kell csinálnod?

1. Regisztrálj a kihívásra! Postai úton megkapsz mindent, ami a feladathoz szükséges.

   Regisztrációs link:

   Biztonságos Internet Nap-7 DAY CHALLENGE regisztráció

   Regisztrálni 2027. január 6-ig tudsz!

2. Válassz ki hét egymást követő napot, amikor teljesíteni tudod a kihívásokat!
3. Minden nap végezd el az adott naphoz tartozó feladatot!
4. Dokumentáld a kihívások teljesítését a megadott módon, például fényképpel, képernyőképpel vagy saját készítésű alkotással!
5. Töltsd ki a kapott táblázatot, és illeszd be a megfelelő helyre a feladatok teljesítését igazoló dokumentumokat!
6. A hetedik napon foglald össze saját szavaiddal a hét során szerzett tapasztalataidat!
7. Küldd be a kitöltött táblázat fényképét és a pályázathoz szükséges dokumentumokat a megadott határidőig!

A táblázat kitöltéséhez egy mintatáblázatot is biztosítunk, amely segítséget nyújt a feladatok dokumentálásában.

A hét kihívás

1. nap – Mozdulj meg!

Teljesíts egy nap alatt legalább 10 000 lépést! Sétálj, mozogj, menj gyalog az iskolába, vagy szervezz közös programot a barátaiddal! A lényeg, hogy ezen a napon minél több időt tölts aktív mozgással.

Igazolás: készíts képernyőképet a telefonod lépésszámláló alkalmazásáról vagy fényképet az okosórádról, amelyen jól látható az aznap megtett lépések száma és illeszd be a táblázatba a megfelelő helyre.

2. nap – Alkoss offline!

Engedd szabadjára a fantáziádat, és készíts valamilyen kreatív alkotást digitális eszközök használata nélkül! Rajzolhatsz, festhetsz, hajtogathatsz, készíthetsz papírmasét vagy bármilyen más kézműves alkotást. A technikát és a témát te választhatod meg.

Igazolás: készíts fényképet az általad elkészített alkotásról, és illeszd be a táblázatba!

3. nap – Beszélgessünk az internetről!

Beszélgess a családtagjaiddal vagy a barátaiddal a biztonságos és tudatos internethasználatról! Osszátok meg egymással a tapasztalataitokat, gondolataitokat és tanácsaitokat!

Az alábbi kérdések segíthetnek a beszélgetés elindításában:

- Milyen veszélyekkel találkozhatunk az interneten?
- Hogyan védhetjük meg személyes adatainkat?
- Mit tehetünk, ha valakit bántanak az online térben?
- Kihez fordulhatunk segítségért, ha bajba kerülünk?
- Hogyan találhatjuk meg az egyensúlyt az online és az offline világ között?

Igazolás: készíts szófelhőt a beszélgetés során elhangzott legfontosabb szavakból és kifejezésekből! A szófelhőt elkészítheted kézzel vagy digitális eszköz segítségével is, majd illeszd be a táblázatba.

4. nap – Egy nap telefon nélkül!

Próbáld ki, milyen egy nap, amikor szinte egyáltalán nem használod a mobiltelefonodat! A cél, hogy a napi képernyőidőd 30 perc alatt maradjon. Ezen a napon mellőzd a közösségi média használatát, a videónézést, a mobiljátékokat és a céltalan böngészést! Helyettük keress olyan elfoglaltságokat, amelyekhez nincs szükséged képernyőre. A szüleiddel való szükséges kapcsolattartás, valamint az olyan praktikus funkciók használata, mint az ébresztőóra vagy a számológép, természetesen megengedett. Szükséghelyzetben bármikor használhatod a telefonodat.

Igazolás: készíts képernyőképet a telefonod adott napra vonatkozó képernyőidő-statisztikájáról, amelyen jól látható a használat időtartama, és illeszd be a táblázatba!

5. nap – Irány a természet!

Tölts időt a szabadban, és fedezd fel a körülötted lévő természetet! Kirándulj, sétálj egy parkban, látogass el egy erdőbe, vagy egyszerűen figyeld meg a környezetedet! Próbálj olyan apró részleteket is észrevenni, amelyek mellett a hétköznapokban talán elsétálnál.

Igazolás: készíts saját fényképet a természetben töltött idő során és illeszd be a táblázatba a megfelelő helyre! Ez lehet egy tájkép, egy fa, egy növény vagy bármilyen természeti érdekesség, amely megragadta a figyelmedet.

6. nap – Játssz és tanulj!

Az internet nemcsak szórakozásra, hanem tanulásra is kiváló lehetőséget biztosít. Keress és próbálj ki három olyan, életkorodnak megfelelő online játékot, amely szórakoztató módon fejleszti a tudásodat vagy valamelyik képességedet! Választhatsz például nyelvtanulást segítő, logikai, matematikai, programozási, memóriafejlesztő vagy internetbiztonsággal kapcsolatos játékokat.

Mindhárom játék esetében válaszolj röviden az alábbi kérdésekre:

- Miről szól a játék?
- Mit lehet tanulni belőle, vagy milyen képességet fejleszt?
- Miért tartod hasznosnak?
- Miért ajánlanád másoknak?

Igazolás: tüntesd fel a három játék nevét, elérhetőségét (linkjét), valamint mindegyikhez készíts egy rövid, néhány mondatos bemutatást! Ezt illeszd be a táblázat a megfelelő helyre!

7. nap – Gondold át!

Elérkeztél a kihívás utolsó napjához! Gondold végig az elmúlt hét eseményeit, és fogalmazd meg saját szavaiddal, hogyan élted meg a kihívásokat!

Az önreflexió elkészítéséhez az alábbi kérdések nyújthatnak segítséget:

- Hogyan érezted magad a hét során?
- Melyik kihívás tetszett a legjobban és miért?
- Melyik feladat okozta számodra a legnagyobb nehézséget?
- Milyen érzés volt kevesebb időt tölteni a telefonoddal?
- Tanultál valami újat magadról vagy az internethasználati szokásaidról?
- Van olyan szokás, amelyen a kihívás után szeretnél változtatni?
- Melyik feladatot építenéd be a mindennapjaidba?

Igazolás: készíts egy A4-es oldal terjedelmű, kézzel írt összefoglalót, majd fényképezd le vagy szkenneld be, és csatold a táblázathoz!

Fontos! Az önreflexió elkészítése során mesterséges intelligencia (AI) használata nem megengedett. Kizárólag a saját gondolataidra, érzéseidre és tapasztalataidra vagyunk kíváncsiak. Nem a tökéletes megfogalmazás számít, hanem az őszinteség és az önálló gondolkodás.

Korcsoportok

- 8–10 évesek
- 11–12 évesek
- 13–15 évesek

A pályázat formai és tartalmi követelményei

- A hét kihívást hét egymást követő napon kell teljesíteni.
- Valamennyi feladatot dokumentálni kell a megadott módon.
- A pályázathoz biztosított táblázat minden részét ki kell tölteni.
- A beküldött fényképeknek és képernyőképeknek jól láthatónak és olvashatónak kell lenniük.
- Kizárólag saját teljesítésről készült, valós dokumentáció fogadható el.
- A beküldött képek és képernyőképek ne tartalmazzanak szükségtelen személyes adatokat, privát üzeneteket vagy más személyek felismerhető arcképét.

Pályázni kizárólag egyénileg lehetséges! A családtagok és barátok természetesen részt vehetnek az egyes programokban, azonban minden pályázónak saját táblázatot és dokumentációt kell készítenie.

A szakmai zsűri az alábbi szempontok szerint értékel

- A kihívások hiánytalan és előírásoknak megfelelő teljesítése (1–10 pont)
- A feladatok dokumentálásának alaposság és igényessége (1–10 pont)
- Kreativitás és egyéni ötletek megjelenése a feladatok során (1–10 pont)
- A tudatos és biztonságos internethasználattal kapcsolatos ismeretek és gondolatok megjelenése (1–10 pont)
- Az önreflexió tartalmassága, személyessége és önállósága (1–10 pont)

Az értékelés során a szakmai zsűri figyelembe veszi a pályázók életkorát.

A pályázat célja

A pályázat célja, hogy a gyermekek és fiatalok játékos, élményalapú feladatokon keresztül ismerjék fel a tudatos és kiegyensúlyozott digitális eszközhasználat fontosságát. Szeretnénk felhívni a figyelmet az offline tevékenységek, a testmozgás, a kreativitás, a személyes kapcsolatok és a természetben töltött idő értékére, miközben az internetben rejlő pozitív lehetőségeket is bemutatjuk. A kihívás célja nem a digitális eszközök teljes elutasítása, hanem annak megtapasztalása, hogy a technológia tudatos használatával egészséges egyensúlyt teremthetünk az online és az offline világ között.

Beküldés módja

Mit kell beküldeni?

- A kitöltött táblázatról készült fényképet (ha egy képen nem olvasható, lehet több részletben is fényképezni)
- A 7. naphoz tartozó A4-es terjedelmű fogalmazást
- **A szülői hozzájárulási nyilatkozatot!**

A pályázathoz tartozó, hiánytalanul kitöltött táblázatot a feladatok teljesítését igazoló dokumentációval együtt digitális formában kell beküldeni.

Beküldési cím: sid2027@gyermekmento.hu

Beküldési határidő: 2027.január 22.

Díjazás

A szakmai zsűri mindhárom korcsoportban külön értékeli és díjazza a beérkezett pályamunkákat.

- I. helyezett: Szabadulószoba élmény + értékes LEGO ajándék
- II. helyezett: értékes LEGO ajándék
- III. helyezett: értékes LEGO ajándék
- IV.–VI. helyezett: izgalmas társasjáték

További információk: sid2027@gyermekmento.hu

A **Nemzetközi Gyermekmentő Szolgálat**, mint Magyarország Safer Internet Centere (SIC), tudatosságnövelő központként és forródrótként (hotline) a gyermekek, szülők és pedagógusok felvilágosítását, illetve az interneten található káros tartalmak eltávolításának elősegítését tűzte ki célul. Szeretnénk elérni, hogy az országban minél több internethasználó böngészhessen biztonságos körülmények között, illetve, hogy probléma esetén az érintettek tudják, kihez fordulhatnak. Célunk, hogy egyszerre hívjuk fel a figyelmet az interneten leselkedő veszélyekre és a világháló pozitív lehetőségeire, valamint biztosítsuk a segítségnyújtás lehetőségét.