



PŘÍRUČKA

PODPORA WELLBEINGU STUDENTŮ PŘI DIGITÁLNÍM VZDĚLÁVÁNÍ

SHRNUTÍ

Tato zpráva se zaměřuje na vývoj instrukcí pro vytvoření podpůrného a motivačního prostředí digitálního učení. Jeho cílem je definovat zapojení studentů do prostředí digitálního učení, navrhnout opatření k zajištění wellbeingu studentů a poskytnout doporučení pro monitorování zapojení studentů. Zpráva identifikuje zapojení studentů jako klíčový faktor při vytváření podpůrného a motivačního prostředí digitálního učení. Definuje angažovanost studentů jako úroveň zapojení, zájmu a motivace, kterou studenti prokazují ve svém učení. Zpráva navrhuje opatření na ochranu wellbeingu studentů v prostředí digitální výuky. Zdůrazňuje potřebu politik a postupů, které upřednostňují duševní zdraví a pohodu studentů, jako je poskytování přístupu ke zdrojům duševního zdraví a podpora sebezpečí a snižování stresu. Rovněž doporučuje, aby pedagogové a tvůrci politik upřednostňovali digitální gramotnost a výchovu k digitálnímu občanství, aby bylo zajištěno, že se studenti budou moci bezpečně a zodpovědně pohybovat v digitálním prostředí. Zpráva poskytuje doporučení pro monitorování zapojení studentů do prostředí digitální výuky. Zdůrazňuje také, že je důležité poskytovat studentům zpětnou vazbu o jejich pokroku a úrovni zapojení, aby se podpořila motivace a aktivní účast. Tyto pokyny zdůrazňují důležitost vytvoření podpůrného a motivačního rámce pro prostředí digitálního učení.





INDEX

| | |
|--|----|
| SHRNUTÍ | 1 |
| INDEX | 2 |
| 1. VÝCHODISKO | 2 |
| 1. PŘEHLED | 3 |
| 2. AKTIVNÍ ZAPOJENÍ STUDENTŮ | 4 |
| 2.1 Definice | 4 |
| 2.2 Národní přístupy | 6 |
| <i>Tabulka 2.2 – Národní přístupy o zapojení a wellbeingu studentů ve sféře vzdělávání a odborné přípravy s ohledem na digitální prostředí</i> | 6 |
| 2.3 Země EU | 8 |
| 3. WELLBEING | 9 |
| 4. MONITOROVÁNÍ | 10 |
| 4.1 Vzdálené monitorování | 10 |
| 4.2 Technické problémy | 11 |
| 4.3 Osobní interakce | 11 |

1. VÝCHODISKO

„ Pandemie COVID-19 ovlivnila a vyvinula bezprecedentní tlak na systémy vzdělávání a odborné přípravy po celém světě a v celé Unii. Přinesla zásadní změny v tom, jak se učíme, vyučujeme, komunikujeme a spolupracujeme v rámci našich vzdělávacích a školicích komunit a mezi nimi. To mělo dopad na studenty, jejich rodiny, učitele, školitele, vedoucí institucí i na širší společnost .¹ Úvod k závěrům Rady o boji proti krizi COVID-19 ve vzdělávání a odborné přípravě zdůraznil potřebu inovativních řešení, která kombinují současný digitální pokrok ve výukových technologiích a vytvářejí podpůrné a reagující vzdělávací prostředí. Základní přenos tradičních zdrojů ve třídě do domova nebo jiného kontextu však nebyl tak účinný, jak by mohl být, a odborníci v oblasti odborného vzdělávání zjistili, že je obtížné zapojit mladé lidi ve věku 15–21 let prostřednictvím přechodu na online dálkové studium. V reakci na to projekt STAY+ navrhuje gamifikovat pozitivní chování mladých lidí během pandemie i po ní, konkrétně se zaměřením na sektor odborného vzdělávání. Projekt se snaží propagovat pozitivní chování, které chrání wellbeing studentů a zlepšuje jeho míru udržení tím, že je postavena na inovativní interaktivní stránce Stay mobilní aplikaci, která pilotně zavedla systém odměn pro mladé lidi, kteří dodržují vládní směrnice COVID-19 Spojeného království. Současná platforma umožňuje uživatelům získávat jedinečné digitální zboží (odznaky) na základě jejich aktivity a využívá technologii GPS k odměňování za pobyt doma. Projekt STAY+ posune tento inovativní model dále a začlení odměny do digitálního vzdělávacího prostředí odborného vzdělávání. Projekt vytvoří udržitelné, flexibilní a dlouhodobé řešení přesahující současnou pandemii prostřednictvím nadnárodní spolupráce, zpráv, zdrojů a nástrojů zaměřených na specifické potřeby organizací odborného vzdělávání. Projekt STAY+ se zaměřuje na

¹ [Participativní digitální přístupy k začlenění studentské pohody do vysokoškolského vzdělávání](#)



podporu pozitivního chování a vytváření podpůrného vzdělávacího prostředí a jeho cílem je vypořádat se s výzvami, kterým čelí odborníci v oblasti odborného vzdělávání při zapojování mladých lidí prostřednictvím přechodu na online/dálkové vzdělávání. Prostřednictvím gamifikace pozitivního chování a využívání odměn se projekt snaží motivovat studenty, aby se aktivně zapojili do digitálního vzdělávacího prostředí. Projekt má potenciál nejen zlepšit míru udržení se ve vzdělávání, ale také přispět k celkové pohodě a úspěchu mladých lidí v sektoru odborného vzdělávání.

1. PŘEHLED

Náhlý přechod k dálkovému a kombinovanému vzdělávání, který přinesla pandemie COVID-19, vytvořil pro studenty i učitele značné výzvy. Studie a průzkumy ukázaly, že zvýšená hladina stresu je běžná u obou skupin během počátečních fází dálkového vzdělávání. Učitelé se potýkají s obtížemi při přizpůsobování se novým metodám výuky na dálku, což ztěžuje sledování pokroku a podpory wellbeingu studentů. Podobně se studenti potýkají s výukovými i sociálními problémy, přičemž mnozí se cítí odtrženi od učitelů a spolužáků. Nedávný průzkum² zjistil, že 50 % studentů mělo pocit, že nedokážou dostatečně komunikovat se svým učitelem a 61 % chybí sociální interakce s vrstevníky, což může mít negativní dopad na celkovou duševní pohodu studentů. Školy sice nemohou kontrolovat vnější faktory, ale přijetí proaktivních kroků na podporu wellbeingu studentů může pomoci udržet angažovanost a zabránit tomu, aby studenti zaostávali. Vzhledem k tomu, že digitální učení stále převládá, je důležité sledovat zapojení studentů a podporovat jejich pohodu, aby byly zajištěny úspěšné výsledky učení. Zde je šest doporučených pokynů pro monitorování zapojení studentů, které je třeba zvážit:

A. Ke sledování zapojení studentů používejte systémy řízení výuky (LMS).

Většina platform LMS umožňuje učitelům sledovat účast a zapojení studentů, jako je počet přihlášení, čas strávený plněním úkolů a míra dokončení. Pravidelné sledování těchto metrik může učitelům pomoci identifikovat studenty, kteří mohou mít problémy, a poskytnout jim v případě potřeby podporu.

B. Podporujte komunikaci a spolupráci

Digitální učení může být izolující, proto je důležité podporovat komunikaci a spolupráci mezi studenty. Zvažte použití diskusních fór, skupinových projektů a vzájemného hodnocení k usnadnění zapojení a sociální interakce.

C. Zahrnout interaktivní aktivity

Interaktivní aktivity, jako jsou kvízy, ankety a hry, mohou pomoci rozbít monotónnost online učení a udržet studenty v zapojení. Mohou také poskytnout okamžitou zpětnou vazbu a motivovat studenty, aby zůstali na správné vzdělávací cestě.

D. Nabídněte podporu a různé zdroje pro duševní zdraví

Posun k online výuce může být pro některé studenty stresující a je důležité poskytnout zdroje a podporu pro duševní zdraví. To může zahrnovat nabídku poradenských služeb, zdrojů duševního zdraví a podporu zdravých návyků, jako je cvičení.

E. Sledovat a řešit technické problémy

Technické problémy mohou být hlavní překážkou zapojení do digitálního učení. Učitelé by měli platformu pravidelně sledovat a rychle řešit technické problémy, aby minimalizovali narušení výuky.

F. Podporujte zpětnou vazbu studentů

² [Participativní digitální přístupy k začlenění studentské pohody do vysokoškolského vzdělávání](#)



Pravidelně hledejte zpětnou vazbu od studentů ohledně zkušenosti s digitálním učením. To může poskytnout cenný přehled o tom, co funguje a co je třeba zlepšit. Dodržováním těchto pokynů mohou učitelé monitorovat zapojení studentů a podporovat jejich pohodu v digitálním učení, což vede k úspěšným výsledkům učení.

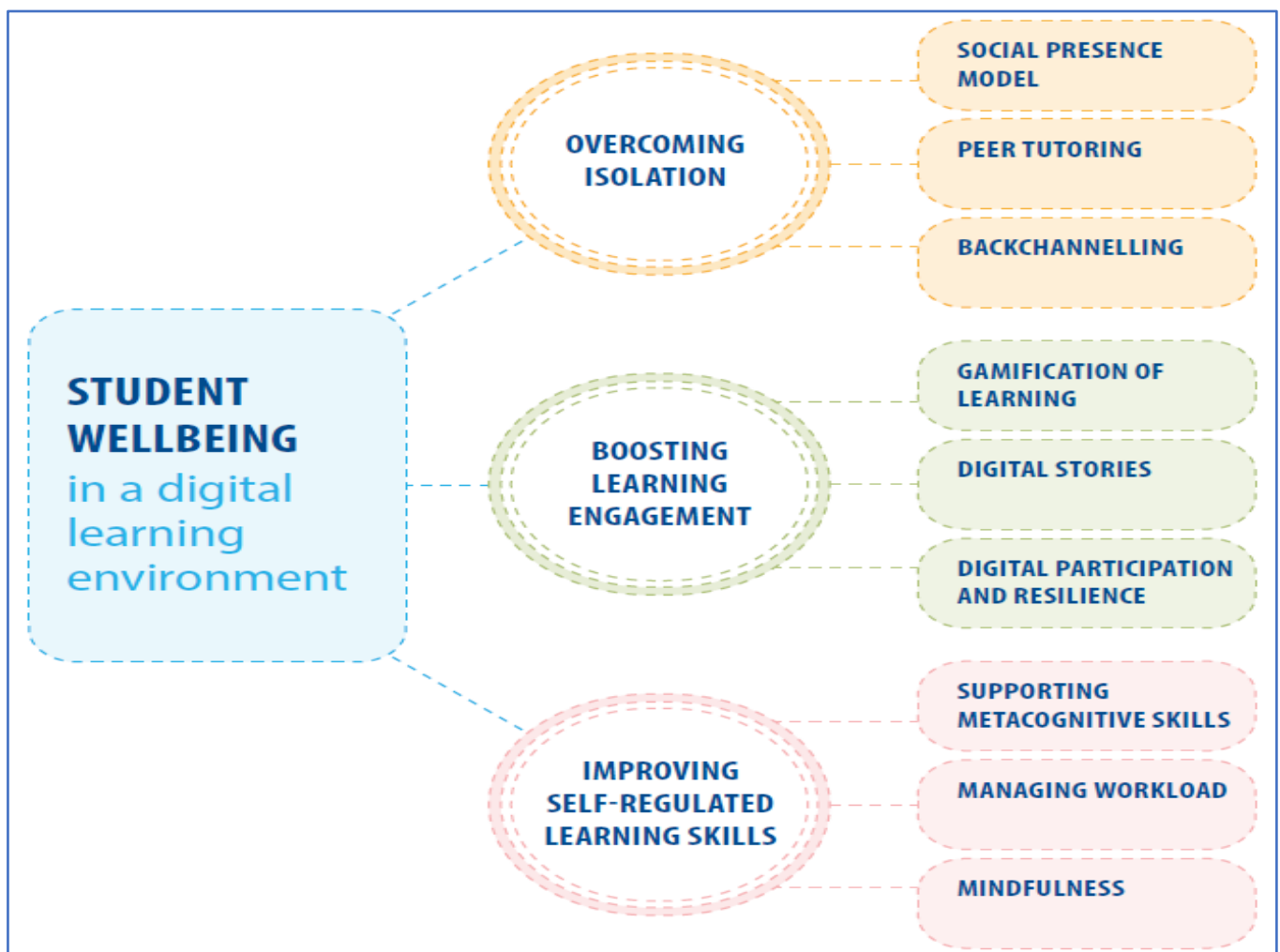
2. AKTIVNÍ ZAPOJENÍ STUDENTŮ

2.1 Definice

STAY+ staví na práci výzkumného oddělení International Baccalaureate Organization³ a navrhuje přístup k zapojení strukturovaný do tří pilířů wellbeinu studentů v digitálním prostředí a je součástí rámce, který znázorňuje zmíněný wellbeing, jak je naznačeno na obrázku 2.1. níže, vyznačující se třemi klíčovými vlastnostmi:

- a) gamifikace učení;
- b) digitální příběhy
- c) digitální účast a odolnost

Obrázek 2.1 – Podpora pohody studentů prostřednictvím efektivních strategií digitálního učení



³ [Podpora studentské pohody v digitálním vzdělávacím prostředí, srpen 2022](#)



Obrázek 2.1 – Překlady

| Angličtina | Jazyk |
|--|-------|
| Pohoda studentů v digitálním vzdělávacím prostředí | |
| Překonání izolace | |
| Model sociální přítomnosti | |
| Peer doučování | |
| Backchanneling | |
| Posílení zapojení do učení | |
| Gamifikace učení | |
| Digitální příběhy | |
| Digitální participace a odolnost | |
| Zlepšení schopností seberegulovaného učení | |
| Podpora metakognitivních dovedností | |
| Řízení pracovní zátěže | |
| Vnímání | |

Gamifikace učení prostřednictvím mobilní aplikace STAY+. STAY+ gamifikuje a oživuje důkazy shromážděné ve studiích situační analýzy prostřednictvím navrhování, vývoje a poskytování mobilního interaktivního zážitku pro zapojení, odměňování a udržení studentů odborného vzdělávání (VET) v prostředí digitálního učení. Digitální platforma šitá na míru projektu (STAY+) je postavena na zcela nové inovativní platformě STAY, která byla navržena a vyvinuta během pandemie COVID-19 s cílem zapojit, umožnit a podpořit pozitivní praktiky mezi mladými lidmi. Mobilní interaktivní zážitek STAY+ umožňuje mladým lidem získávat jedinečné digitální zboží (odznaky) na základě jejich aktivity a využívá živé datové zdroje, rozšířenou realitu a lokalizační údaje GPS k odměňování za pozitivní chování. To jim zase umožňuje zlepšit jejich zdraví a duševní pohodu, zapojit se do digitálního učení a udržet si motivaci. Platforma STAY+ je vyvinuta s hlavním cílem umožnit mladým lidem, aby se stali zastánci digitálního odborného vzdělávání, a to prostřednictvím zvýšení jejich povědomí o: tématické oblasti; své vlastní zdraví a pohodu a zdraví svých spolužáků; jak si udržet vlastní motivaci, řídit svůj čas a plnit úkoly; a odbornou přípravu dostupnou v jejich oblasti.

Digitální příběhy. Projekt navrhuje platformu, která umožní produkci přizpůsobených digitálních příběhů a umožní jednotlivcům kreativně vytvářet a sdílet své příběhy prostřednictvím uživatelsky přívětivého rozhraní.

Digitální participace a odolnost. Projekt STAY+ přispívá ke zvýšení digitální participace a odolnosti vytvářením realistického motivačního vzdělávacího prostředí. STAY+ vytváří interaktivní simulace, díky kterým je učení zábavné a poutavé. Studenti mohou objevovat virtuální světy, řešit problémy a spolupracovat se svými spolužáky způsobem, který jim připadá přirozený a intuitivní. STAY+ začleněné prvky gamifikace nabízí odměňování studentů za jejich pokroky a úspěchy. Jak se účastníci dále zapojovali do používání STAY+, škola začala pozorovat posun v postojích a chování studentů. Studenti, kteří se kdysi snažili zůstat soustředění, se nyní aktivně účastní výuky a jejich digitální dovednosti se zlepšily. Jsou si jistější ve své schopnosti, jsou odolnější vůči výzvám a mají větší motivaci se učit. Díky platformě STAY+ mají studenti na střední škole posílen aktivní přístup a směřování ve výuce. Osvojili si dovednosti, které potřebují k úspěchu v prostředí digitálního vzdělávání, a jsou motivováni k dalšímu prozkoumávání všech možností, které před nimi stojí.



2.2 Národní přístupy

Tabulka 2.2 (níže) představuje národní přístupy, spojuje metodiky a klíčové prvky s výsledky, dopady a výstupy a klíčovými doporučeními.

Tabulka 2.2 – Národní přístupy: zapojení studentů a jejich wellbeing při odborném vzdělávání v digitálním výukovém prostředí

| Země a krátký popis projektu | Použitá metodologie | Výsledky, dopady | Klíčová doporučení |
|---|--|--|--|
| <p><i>SPOJENÉ KRÁLOVSTVÍ. Projekt „Digitisujte mé odborné vzdělávání a přípravu (DigMyVET!)“ (ERASMUS+ ref. 2020-1-UK01-KA226-VET-094608, od 2021-06-01 do 2023-05-31) Podpora udržitelné digitální integrace v odborném vzdělávání a školení, které zaměstnancům a studentům pomůže přizpůsobit se změnám v odborném vzdělávání a přípravě.</i></p> | <ul style="list-style-type: none"> - Vyvinout sadu nástrojů pro usnadnění udržitelné digitální integrace v profesním prostředí tím, že zúčastněným stranám poskytnete příručku o osvědčených postupech strategie digitální integrace - Vytvořte modulární rámec pro digitální strategii, který bude přizpůsoben a implementován na základě organizačních nuancí a stávající digitální infrastruktury a chuti - Vytvořte podpůrnou příručku pro odborné studenty při řízení jejich vlastní vzdělávací cesty při přechodu z převážně osobního výukového prostředí do vzdáleného, digitálního. | <ul style="list-style-type: none"> - Osobní přístup a nezávislost - Zvýšení kvality výuky - Vytváření kvalitnějších příležitostí ke vzdělávání a odborné přípravě - Zlepšení ICT kompetence učitele - Lepší povědomí a znalosti o používání digitálních nástrojů a ICT v odborném vzdělávání a přípravě - Zlepšené dovednosti týmové práce - Lepší porozumění potřebám studentů - Lepší znalosti o tom, jak potřeby studentů utvářejí jejich vzdělávací zkušenost - Zlepšení ICT dovedností | <ul style="list-style-type: none"> - Podporovat učení se novým dovednostem - Podporujte samostudium - Stanovte si dlouhodobé cíle - Podporovat studenty, aby pochopili svou vlastní roli jako hnací síly - Podporovat inovace - Učte dovednosti týmové práce |
| <p>Itálie. Projekt: „IN.TE.MIS – inovativní výuková metoda pro inkluzivní školu“ (ERASMUS+ ref. 2016-1-IT01- KA202-005354, od 05.09.2016 do 04-09-2018).</p> <p>IN.TE.MIS zavedl metodologii výuky „Flipped Classroom“, založenou na ICT a na inovativním pedagogickém přístupu zaměřeném na studenty, v střediscích odborného vzdělávání a přípravy, s cílem: zvýšit kvalitu výuky a učení, snížit předčasného ukončování školní docházky, podporovat modernizaci systémů vzdělávání a odborné přípravy. Myšlenka projektu se zrodila během výzvy, kterým čelí pracovníci škol a institucí odborného vzdělávání v Itálii a v dalších</p> | <p>Učitelé a školitelé škol a institucí odborného vzdělávání a přípravy byli vyškoleni v tom, jak integrovat inovativní výukové strategie a implementovat metodologii učení Flipped Classroom. Byly provedeny tyto činnosti:</p> <ul style="list-style-type: none"> -n. 2 Společné školení zaměstnanců Akce na témata: "Inovativní výuka: pedagogické a technologické aspekty" a "Implementace a metody hodnocení - Mobilitní aktivity italských a islandských studentů k praktickému experimentování s implementací metodiky Flipped Classroom | <ul style="list-style-type: none"> - větší znalost současného stavu osvojení inovativních metod výuky a metody Flipped Classroom v Itálii a v Evropě - plodná výměna materiálů, zkušeností a osvědčených postupů mezi partnerskými organizacemi a účastníky činností odborné přípravy zaměstnanců - učitelé získávají dovednosti související s implementací a hodnocením smíšených učebních prostředí na základě metodiky obrácené třídy - zvýšení motivace studentů účastnících se mobility ke studiu díky využívání IT nástrojů a participativních přístupů a začlenění do školícího prostředí | <ul style="list-style-type: none"> - Podporovat bezpečné používání digitálních nástrojů pro učení - Podporovat používání metodik založených na IKT jako podpůrných nástrojů při zvyšování aktivního zapojení studentů - Podporovat přijímání metodologií zaměřených na studenta - Podporujte sebevědomí a kritické myšlení - Podporovat sebedmotivaci, aktivity zaměřené na cíl - Poskytnout zpětnou vazbu |



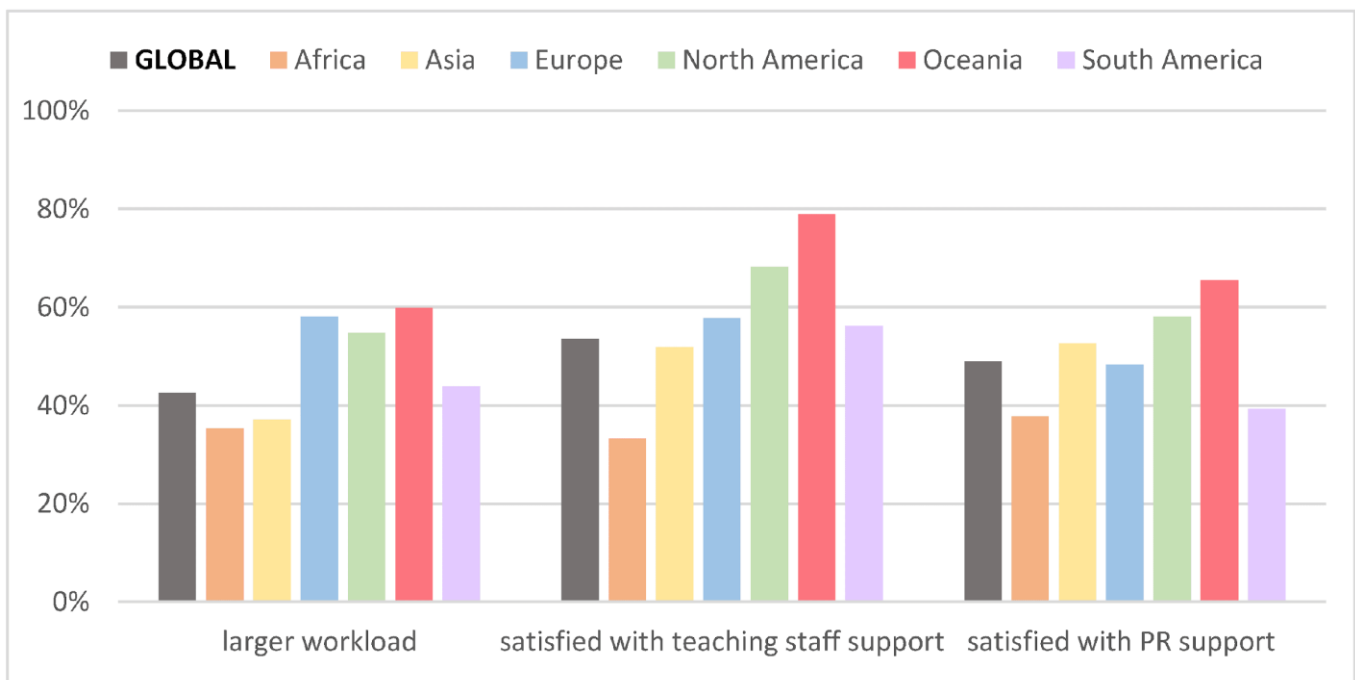
| Země a krátký popis projektu | Použitá metodologie | Výsledky, dopady | Klíčová doporučení |
|---|--|---|---|
| <p>evropských zemích: přijetí inovativních pedagogických přístupů, zavádění nových informačních technologií do učení, demotivace některých studentů, což má v krajním případě za následek předčasné ukončení školní docházky. Projekt realizovalo sedm organizací z 5 evropských zemí: Itálie, Island, Portugalsko, Španělsko a Řecko po dobu 24 měsíců. https://erasmus-plus.ec.europa.eu/projects/search/details/2016-1-IT01-KA202-005354</p> | | <p>- posílení jazykových dovedností v angličtině, interkulturních, sociálních, IT a pedagogických dovedností ve všech předmětech</p> <p><u>výstupy:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Výzkum inovativních potřeb výuky a školení učitelů a studentů v Itálii - Srovnávací výzkum inovativního vzdělávání v Evropě - Průvodce pro implementaci smíšených vzdělávacích prostředí - Úložiště učebních materiálů | |
| <p>Turecko. Projekt „Vytvoření školního prostředí pro aktivní účast“ (ERASMUS+ ref. 2020-1-RO01-KA229-080103, od 1. 9. 2020 do 31. 8. 2023). <i>Rozvoj společných vzdělávacích hodnot prostřednictvím občanské angažovanosti a aktivní účasti na evropské úrovni pro 700 účastníků studentů a 600 nepřímých účastníků učitelů, rodičů prostřednictvím spolupráce mezi školami ze 6 zemí (Portugalsko, Polsko, Itálie, Řecko, Turecko a Rumunsko) po dobu 24 měsíců.</i> https://erasmus-plus.ec.europa.eu/projects/search/details/2020-1-RO01-KA229-080103</p> | <p>- Vyvinout dlouhodobou strategii digitálního prostředí pro zvýšení počtu studentů sociálně znevýhodněných v období realizace projektu o 80 % na základě jejich vzdělávacích cílů a očekávání ve vazbě na jejich wellbeing (pocit úspěchu, sounáležitosti atd.)</p> <p>- Posílit platformu komunikace učitel/žáci/rodiče, sociální, občanské, interpersonální, interkulturní kompetence, týmová práce pro 95 % ,700 studentů v období realizace projektu</p> | <p>- Učení v digitálním prostředí: 80 % studentů má lepší schopnosti vyrovnat se s řadou potřeb, jako je sebemotivace, time management a dovednosti zvládnání stresu</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Podporujte pocit sounáležitosti - naučit techniky zvládnání stresu - nastavit realistická očekávání - podporovat sociální interakci - naučit dovednosti time managementu - poskytovat pravidelnou zpětnou vazbu - podporovat seberozvoj a wellbeing |



2.3 Země EU

Pandemie COVID-19 dramaticky změnila vzdělávání v Evropě a mnoho vzdělávacích institucí se muselo rychle přizpůsobit prostředí digitálního vzdělávání, aby zajistilo pokračování vzdělávání. V důsledku toho se mnoho studentů dostalo do online vzdělávacího prostředí, což může být pro některé studenty náročné. ⁴Jednou z výzev digitálního učení je nedostatek sociální interakce a kontakt s ostatními studenty, což může vést k pocitům izolace a osamělosti. Kromě toho mohou studenti mít potíže s udržením motivace a zapojení do online vzdělávacího prostředí, protože absence fyzické učebny a interakce tváří v tvář může ztížit udržení pozornosti. ⁵Aby se vzdělávací instituce vypořádaly s těmito výzvami, zavádějí různé strategie na podporu zapojení studentů a jejich wellbeingu v prostředí digitálního učení. Tyto strategie zahrnují poskytování pravidelných spojení se studenty, vytváření virtuálních komunit, nabízení podpory duševního zdraví a poskytování příležitostí studentům ke spolupráci a vzájemnému zapojení online. ⁶Celkově vzato, ačkoli přechod k digitálnímu učení přinesl určité problémy, vzdělávací instituce v Evropě se snaží podporovat zapojení studentů a jejich wellbeing v online vzdělávacím prostředí. Obrázek 2.3 (níže) ukazuje změnu studijní zátěže (% studentů s větší nebo výrazně větší zátěží) a spokojenosti studentů s pedagogickým personálem a PR podporou (% spokojených nebo velmi spokojených studentů) během pandemie COVID-19.⁷

Obrázek 2.3 – Změna studijního prostředí během pandemie COVID-19



Obrázek 2.1 – Překlady

| Angličtina | Jazyk |
|------------|-------|
| Globální | |
| Afrika | |
| Asie | |

⁴ [Vliv COVID-19 na vzdělávání: meta-narativní přehled, červenec 2022](#)

⁵ [Nedostatek akademických sociálních interakcí a problémy studentů s učením během uzamčení fakulty COVID-19 v Chorvatsku, leden 2022](#)

⁶ [Závěry Rady o podpoře dobrých životních podmínek v digitálním vzdělávání, prosinec 2022](#)

⁷ [Nedostatek akademických sociálních interakcí a problémy studentů s učením během uzamčení fakulty COVID-19 v Chorvatsku, leden 2022](#)



| Angličtina | Jazyk |
|----------------------------------|-------|
| Evropa | |
| Severní Amerika | |
| Oceánie | |
| Jižní Amerika | |
| Větší pracovní vytížení | |
| S podporou učitelů jsem spokojen | |
| S PR podporou jsem spokojen | |

3. WELLBEING

Monitorování musí být kombinováno s podporou wellbeingu studentů, protože je nezbytné pro zajištění jejich vzdělávacího úspěchu a celkového rozvoje. Podpora wellbeingu studentů v digitálním vzdělávacím prostředí může být náročná, ale stále je nezbytné zajistit, aby studenti cítili podporu a motivaci. Upřednostňování wellbeingu studentů v prostředí digitálního učení zahrnuje uznání, že duševní a fyzické zdraví studentů jsou zásadní faktory, které ovlivňují jejich studijní výsledky. Poskytování přístupu ke zdrojům duševního zdraví, jako jsou poradenské služby, online terapie nebo poradenské linky pro duševní zdraví, proto může studentům pomoci zvládat stres, úzkost a další problémy s duševním zdravím. Podpora fyzické aktivity je také zásadní pro pohodu studentů, protože může pomoci snížit hladinu stresu a zlepšit celkové zdraví. To může zahrnovat propagaci přestávek v době strávené u obrazovky, abyste se mohli věnovat fyzickým aktivitám, jako je strečink nebo jóga, nebo poskytování přístupu k fitness aplikacím nebo online cvičením. Podpora sebeřízení může studentům také pomoci vytvořit si zdravé návyky a mechanismy zvládnání stresu a úzkosti. To může zahrnovat poskytování zdrojů v oblasti zvládnání stresu, řízení času a spánkové hygieny nebo začlenění činností péče o sebe, jako jsou mentální cvičení nebo relaxační techniky, do osnov kurzu. Zde je několik strategií, které mohou pomoci podpořit wellbeing studentů:

- podporovat pocit sounáležitosti:** povzbuzovat studenty, aby se cítili jako součást školní komunity, vytvářením příležitostí, jak se spojit se svými vrstevníky a učiteli;
- poskytnout přístup ke zdrojům duševního zdraví:** zajistit, aby studenti měli přístup ke zdrojům duševního zdraví, jako jsou poradenské služby
- učit techniky zvládnání stresu:** pomozte studentům rozvíjet zdravé mechanismy zvládnání tím, že učíte techniky zvládnání stresu, jako je všímavost, meditace a cvičení.
- podporovat fyzickou aktivitu:** povzbuzovat studenty, aby se zapojili do fyzické aktivity, aby podpořili zdravý životní styl a snížili stres.
- nastavte realistická očekávání:** nastavte realistická vzdělávací očekávání pro studenty a pomozte jim efektivně řídit svůj čas, abyste snížili stres a úzkost.
- podporovat růstové myšlení:** povzbuzujte studenty, aby přijali růstové myšlení, které zahrnuje přesvědčení, že schopnosti a inteligenci lze rozvíjet pilnou prací.
- podporovat pozitivní sebekomunikaci:** povzbuzovat studenty, aby trénovali pozitivní sebekomunikaci a zaměřili se na své silné stránky spíše než na své slabé stránky.
- poskytují příležitosti pro kreativitu a sebevyjádření:** povzbuzujte studenty, aby se zapojili do kreativních činností, jako je hudba, umění nebo psaní, aby se vyjádřili a snížili stres.
- vytvořit bezpečné a podpůrné vzdělávací prostředí:** podporovat bezpečné a podpůrné vzdělávací prostředí vytvářením kultury respektu a inkluзивity.
- podporovat pozitivní vztahy:** budujte pozitivní vztahy se studenty, abyste vytvořili pocit důvěry a podpory, což jim může pomoci cítit se pohodlněji při hledání pomoci v případě potřeby.



- k) **podporovat sociální interakci:** vytvářet příležitosti pro vzájemné spojení studentů prostřednictvím online diskusních fór nebo videokonferencí; povzbuzování studentů ke vzájemné interakci a spolupráci jim může pomoci cítit se více propojeni do procesu učení;
- l) **poskytovat virtuální poradenské služby:** zajistit, aby studenti měli přístup ke zdrojům duševního zdraví, jako jsou virtuální poradenské služby;
- m) **stanovit jasně hranice:** povzbudit studenty, aby stanovili jasné hranice mezi školní prací a osobním časem, aby se snížil stres a syndrom vyhoření;
- n) **učit dovednosti řízení času:** pomozte studentům rozvíjet dovednosti řízení času, abyste zajistili, že budou schopni sladit školní práci s jinými povinnostmi a péčí o sebe;
- o) **poskytovat pravidelnou zpětnou vazbu:** poskytovat studentům pravidelnou zpětnou vazbu o jejich práci, která jim pomůže zůstat motivovaní a zapojení do procesu učení;
- p) **podporovat péči o sebe:** povzbuzovat studenty, aby upřednostňovali péči o sebe tím, že budou dělat přestávky, budou mít dostatek spánku a budou se věnovat činnostem, které jim přinášejí radost mimo školu; připomenout studentům, že péče o jejich duševní pohodu je stejně důležitá jako vzdělávací úspěch.

4. MONITOROVÁNÍ

4.1 Dálkové monitorování

STAY+ navrhuje celou řadu opatření pro usnadnění monitorování zapojení studentů do digitálního vzdělávacího prostředí a jejich wellbeingu, od sledování statistik až po peer-to-peer nastavení, a zejména: Learning Management Systems (LMS) pro monitorování zapojení studentů do výuky. Většina platform LMS umožňuje učitelům sledovat účast a zapojení studentů, jako je počet přihlášení, čas strávený plněním úkolů a míra dokončení. Pravidelné sledování těchto statistik může učitelům pomoci identifikovat studenty, kteří mohou mít problémy, a poskytnout jim v případě potřeby podporu. Pomocí technologie spoluplytvářejte a udržujte monitorovací rámec, např. používejte technologické nástroje na podporu učení, jako jsou vzdělávací aplikace, video tutoriály a online simulace. Vzdálené monitorování digitálního vzdělávacího prostředí zahrnuje použití technologie ke sledování aktivit a pokroku studentů v online vzdělávacím prostředí. Tento typ monitorování je zvláště důležitý pro dálkové nebo distanční vzdělávání, kde instruktoři nemusí mít fyzický přístup ke svým studentům. Některé běžné způsoby, jak lze provádět vzdálené monitorování digitálního výukového prostředí, jsou uvedeny dále. Learning Management Systems (LMS): LMS je softwarová aplikace, která umožňuje instruktorům vytvářet, spravovat a poskytovat online kurzy. LMS mají často vestavěné nástroje pro sledování pokroku studentů, jako je sledování dokončení kurzu, sledování odevzdaných úkolů a poskytování zpětné vazby studentům v reálném čase. Videokonference: Nástroje jako Zoom, Google Meet a Skype lze použít k vedení živých virtuálních tříd, což instruktorům umožňuje sledovat zapojení studentů, účast a porozumění v reálném čase. Analytika učení: zahrnuje použití dat a analytických nástrojů ke sledování pokroku studentů a identifikaci oblastí, kde může být potřeba další podpora. LMS může například shromažďovat data o tom, jak dlouho student stráví určitou aktivitou nebo modulem, což může instruktorům pomoci identifikovat, s jakými tématy se studenti potýkají. Zpětná vazba studentů: Pedagogové mohou také sledovat své studenty shromažďováním zpětné vazby prostřednictvím průzkumů, kvízů a dalších hodnotících nástrojů. To může instruktorům pomoci pochopit, jak dobře se jejich studenti zapojují do učebního materiálu, a identifikovat oblasti, kde lze provést zlepšení. Celkové vzdálené monitorování digitálního vzdělávacího prostředí může instruktorům poskytnout cenné informace o tom, jak jejich studenti postupují, a pomoci jim činit rozhodnutí založená na datech s cílem zlepšit výuku a podpořit učení jejich studentů.



4.2 Technické problémy

Technické problémy mohou být hlavní překážkou zapojení do digitálního učení. Učitelé by měli platformu pravidelně sledovat a rychle řešit technické problémy, aby minimalizovali narušení výuky. Monitorování a řešení technických problémů v digitálním vzdělávacím prostředí je zásadní pro zajištění bezproblémového a efektivního učení studentů. Zde je několik kroků, které lze podniknout ke sledování a řešení technických problémů:

- a) monitorujte výukové prostředí, např. pravidelně kontrolujte digitální výukové prostředí, zda nevyskytují technické problémy, jako jsou nefunkční odkazy, pomalé načítání nebo nefunkční nástroje. to lze provést ručně nebo pomocí monitorovacích nástrojů, které automaticky detekují problémy.
- b) vytvořit podpůrný systém, např. poskytnout studentům podpůrný systém, na který se mohou obrátit, když se setkají s technickými problémy. to může být ve formě help desku, fóra podpory nebo vyhrazené e-mailové adresy.
- c) vytvořit znalostní bázi, např. vytvořit úložiště často kladených otázek a průvodců řešením problémů, které mohou studenti použít k samostatnému řešení běžných technických problémů.
- d) poskytovat technické školení, např. nabízet technické školení studentům, aby bylo zajištěno, že mají dovednosti potřebné k efektivnímu využívání vzdělávacího prostředí. To může zahrnovat školení o tom, jak používat nástroje a aplikace, řešení běžných problémů a navigaci ve výukovém prostředí.
- e) monitorujte zpětnou vazbu, např. povzbuzujte studenty, aby poskytovali zpětnou vazbu o jakýchkoli technických problémech, se kterými se setkají, a použijte tuto zpětnou vazbu k identifikaci opakujících se problémů a oblastí pro zlepšení.
- f) pravidelně aktualizovat a udržovat výukové prostředí, např. zajistit, aby bylo digitální výukové prostředí pravidelně aktualizováno a udržováno, aby se předešlo technickým problémům. To může zahrnovat aktualizaci softwaru, opravu nefunkčních odkazů a zajištění kompatibility systému s různými zařízeními a prohlížeči.

Díky těmto krokům mohou pedagogové efektivně monitorovat a řešit technické problémy v digitálním vzdělávacím prostředí a zajistit studentům bezproblémové a efektivní učení.

4.3 Osobní interakce

STAY+ navrhuje, aby osobní interakce usnadňovaly wellbeing studentů v prostředí digitálního učení, a tak zdůrazňuje důležitost podpory uvedených interakcí. V následujících odstavcích prozkoumáme řadu opatření navržených STAY+ k implementaci tohoto přístupu. Jedním z klíčových navrhovaných opatření je podpora komunikace a spolupráce mezi studenty. Vzhledem k tomu, že digitální učení může být izolující, je nezbytné vytvářet příležitosti pro vzájemné propojení a spolupráci studentů. Toho lze dosáhnout pomocí diskusních fór, skupinových projektů a vzájemného hodnocení, které může usnadnit zapojení a sociální interakci. Tyto aktivity mohou také pomoci studentům rozvíjet důležité dovednosti, jako je komunikace, týmová práce a řešení problémů. Začlenění interaktivních aktivit je dalším opatřením, které může pomoci snížit monotónnost online učení a udržet studenty v aktivním zapojení do vzdělávání. Interaktivní aktivity, jako jsou kvízy, ankety a hry, mohou poskytnout okamžitou zpětnou vazbu a motivovat studenty, aby zůstali na správné cestě. Tyto aktivity mohou také pomoci studentům rozvíjet kritické myšlení a rozhodovací dovednosti a zároveň podporovat zapojení a spolupráci. Nabízení podpory pro duševní zdraví je také zásadní pro podporu wellbeingu studentů v prostředí digitálního učení. Posun k online výuce může být pro některé studenty stresující a je důležité poskytnout zdroje a podporu pro duševní zdraví. To může zahrnovat nabídku poradenských služeb, zdrojů duševního zdraví a podporu zdravých návyků, jako je cvičení



a všímavost. Poskytnutím přístupu ke zdrojům a podpoře duševního zdraví jim mohou pedagogové pomoci zvládat stres a úzkost a podporovat celkovou duševní pohodu. Podpora zpětné vazby studentů je základním opatřením k neustálému zlepšování digitální výuky. Pravidelné vyhledávání zpětné vazby od studentů o jejich zkušenostech může poskytnout cenné poznatky o tom, co funguje dobře a co je třeba zlepšit. Může pomoci pedagogům a tvůrcům politik identifikovat oblasti pro zlepšení, vyvinout cílené intervence a zajistit, aby byly uspokojeny potřeby studentů. Závěrem lze říci, že osobní interakce jsou zásadní pro podporu wellbeingu studentů během digitální výuky. Podpora komunikace a spolupráce, začlenění interaktivních aktivit, nabízení podpory pro duševní zdraví a podpora zpětné vazby studentů jsou opatření, která mohou pomoci zavést tento přístup. Přijetím těchto opatření mohou pedagogové a tvůrci politik vytvořit podpůrné a motivující prostředí digitálního vzdělávání, které upřednostňuje wellbeing studentů.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Projekt 'STAY+' | 2020-1-UK01-KA226-VET-094578
stayplusproject.eu

