



Implementering av informations- och kommunikationsteknik

IKT-strategi för undervisningssektorn på Åland 2023 – 2025


Åbo Akademi
Centret för livslångt lärande

John Henriksson – Mia Skog – Roland Träskelin

Vår 2024

Information och datakunnighet

Ledare 31.1

Personal 1.2

Gemensam distansträff
Stadiespecifika distansträffar

Filmer:
Digital lärstig
Informations-
sökning

Kommunikation och samarbete

Personal 26.3

Gemensam distansträff
Stadiespecifika distansträffar

Filmer:
Lärarens hantverk
Delning av material

Skapa digitalt innehåll

Ledare 9.9

Personal 10.9

Gemensam distansträff

Stadiespecifika distansträffar

2 filmer

Höst 2024

Säkerhet

Personal 29.10

Gemensam distansträff

Stadiespecifika distansträffar

2 filmer

Problemlösning

Ledare 10.12

Personal 11.12

Gemensam distansträff

Stadiespecifika distansträffar

2 filmer

Målsättning: Stöda implementeringen av IKT-strategi för digital kompetens inom utbildningssektorn på Åland 2023–2027.

Progression, struktur & koppling till styrdokument

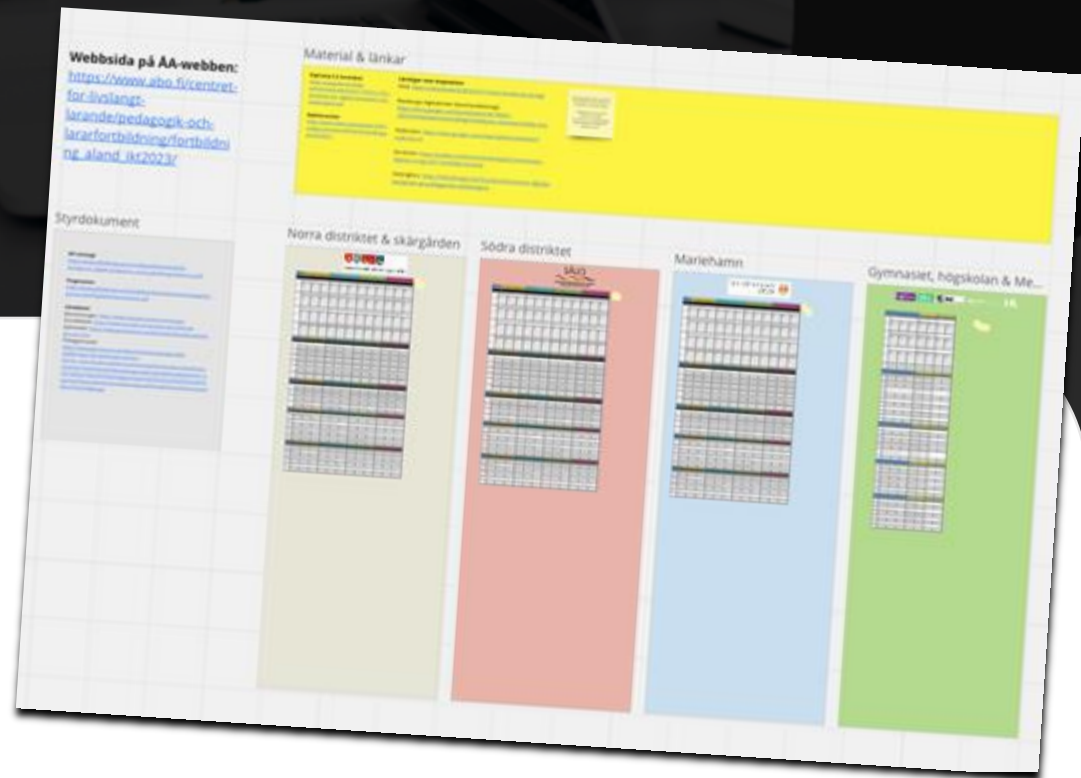
Personalens kompetens

Verktyg för ledning & implementering

bit.ly/IKTaland

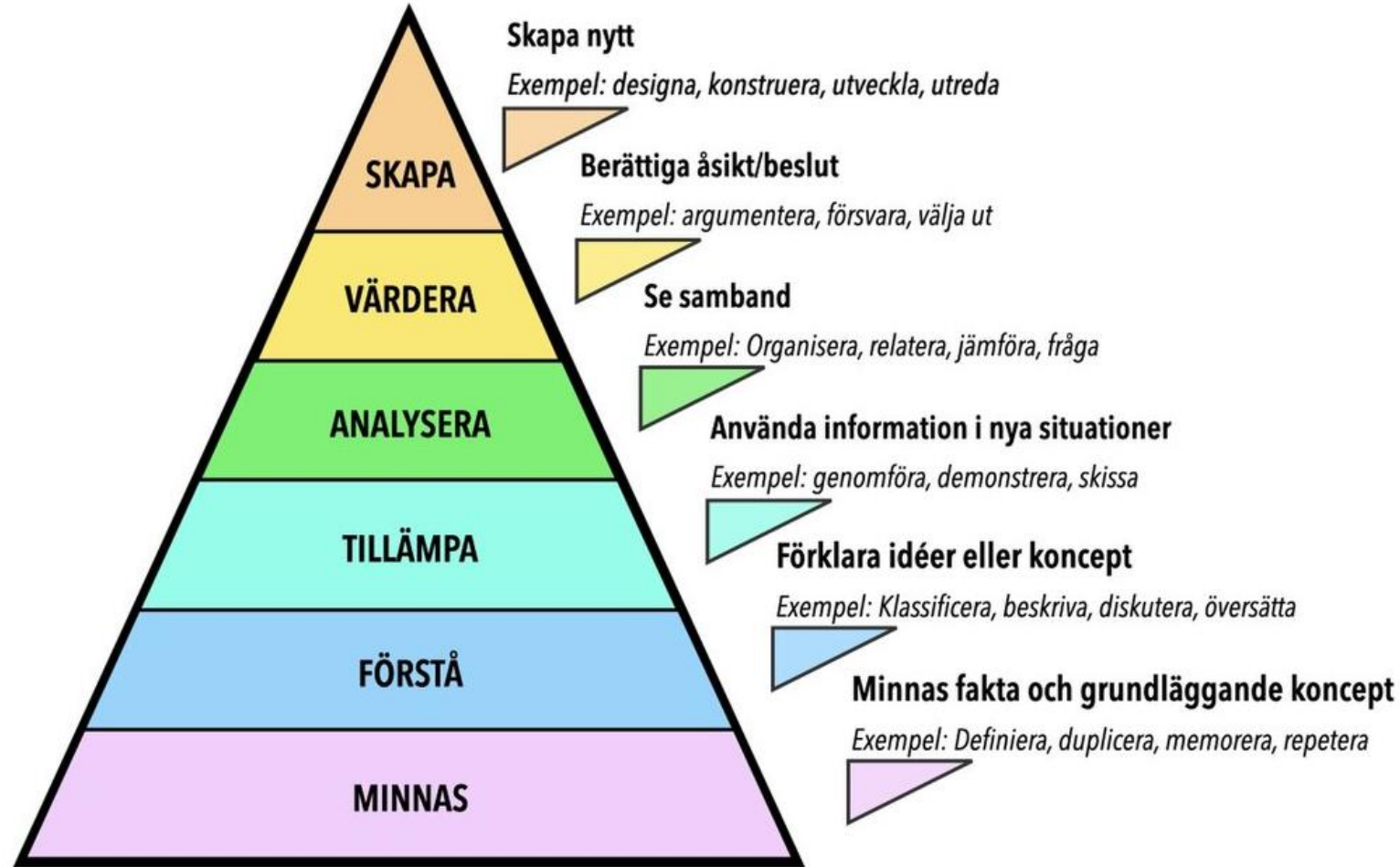


Materialet hittas här



- Gemensam botten på Miro:
https://miro.com/app/board/uXjVNpGbVII=?share_link_id=386797494362
- Lösen: iktaland
- Bara en gemensam arbetsyta. Det slutliga formatet växer fram under året.

BLOOMS REVIDERADE TAXONOMI (2001)



Källa: Vanderbilt University Center for Teaching

Program 7.11.2024

Genomgång av:

- NotebookLM
- DigComp2.2
- Promptning

5 min bensträckare

Stadievis

- Nybörjare: Säker användning av AI?
- Innokasmaterialet

- Externt material

NotebookLM.google.com



10 AI OCH LÄRANDE i vår skola



01. Undervisningen

Vi integrerar AI-verktyg i vår undervisning för att stödja elevernas lärande om AI och med AI

Vi demonstrerar för eleverna hur man kan använda AI-verktyg som en personlig tutor för att sporra lärande



03. Bedömning

Vi har strategier för hur vi skall bedöma elevers digitala processer och produkter för att synliggöra elevens lärande och samla in mångsidiga prov på kunskande

Vi har tydliga etiska riktlinjer för hur AI får användas av lärare

04. Etik



Vi använder AI för att differentiera undervisningen och anpassa uppgifter efter varje elevs individuella behov



05. Differentiering

10 AI OCH LÄRANDE i vår skola

Vi lär eleverna källkritik och informations-sökning också ur ett AI-perspektiv

06. Källkritik



07. Lektionsplanering

Vi använder olika multimodala AI-verktyg för lektionsplanering

Vi använder AI för att underlätta administrativa uppgifter och är medvetna om vilka data som är lämpliga att dela med AI-verktyg

08. Administration



09. Användning av AI

Vi uppmuntrar elever att vara öppna med sin användning av AI och att erkänna AI som medskapare där det är relevant

Vi reflekterar regelbundet över vår användning av AI och hur det påverkar elevers och vårt eget lärande

10. Reflektion



Innovas!

<https://www.thinglink.com/card/1851974065674257252>

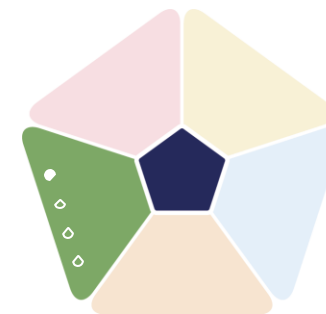


4. SÄKERHET

1. SKYDDA UTRUSTNING

Att skydda utrustning och digitalt innehåll och att förstå risker och hot i digitala miljöer.

Att känna till trygghets- och säkerhetsåtgärder och att ta tillbörlig hänsyn till tillförlitlighet och integritet.



GRUNDLÄGGANDE	1	På grundläggande nivå och med vägledning, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> • identifiera enkla sätt att skydda min utrustning och mitt digitala innehåll och • särskilja enkla risker och hot i digitala miljöer. • välja enkla trygghets- och säkerhetsåtgärder samt • identifiera enkla sätt att ta tillbörlig hänsyn till tillförlitlighet och integritet.
	2	På grundläggande nivå och självständigt och med lämplig vägledning där det behövs, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> • identifiera enkla sätt att skydda min utrustning och mitt digitala innehåll och • särskilja enkla risker och hot i digitala miljöer. • välja enkla trygghets- och säkerhetsåtgärder samt • identifiera enkla sätt att ta tillbörlig hänsyn till tillförlitlighet och integritet.
MELLANLIGGANDE	3	På egen hand och för att lösa okomplicerade problem, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> • visa på väl definierade och rutinmässiga sätt att skydda min utrustning och mitt digitala innehåll samt • särskilja väl definierade och rutinmässiga risker och hot i digitala miljöer samt • välja väl definierade och rutinmässiga trygghets- och säkerhetsåtgärder. • visa på väl definierade och rutinmässiga sätt att ta tillbörlig hänsyn till tillförlitlighet och integritet.
	4	Självständigt, utifrån mina egna behov och för att lösa väl definierade och icke-rutinmässiga problem, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> • organisera sätt att skydda min utrustning och mitt digitala innehåll samt • särskilja risker och hot i digitala miljöer samt • välja trygghets- och säkerhetsåtgärder. • förklara hur man kan ta tillbörlig hänsyn till tillförlitlighet och integritet.

4. SÄKERHET

1. SKYDDA UTRUSTNING

Att skydda utrustning och digitalt innehåll och att förstå risker och hot i digitala miljöer.

Att känna till trygghets- och säkerhetsåtgärder och att ta tillbörlig hänsyn till tillförlitlighet och integritet.



AVANCERAD	5	Såväl som att vägleda andra, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> tillämpa olika sätt att skydda utrustning och digitalt innehåll samt särskilja en variation av risker och hot i digitala miljöer. tillämpa trygghets- och säkerhetsåtgärder. använda sig av olika sätt att ta tillbörlig hänsyn till tillförlitlighet och integritet.
	6	På avancerad nivå, utifrån mina egna och utifrån andras behov och i komplexa sammanhang, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> välja det lämpligaste skyddet för utrustning och digitalt innehåll samt särskilja risker och hot i digitala miljöer. välja de lämpligaste trygghets- och säkerhetsåtgärderna. bedöma de lämpligaste sätten att ta tillbörlig hänsyn till tillförlitlighet och integritet.
HÖGT SPECIALISERAD	7	På högt specialiserad nivå, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> skapa lösningar på komplexa problem med begränsad definition, relaterade till att skydda utrustning och digitalt innehåll, att hantera risker och hot, att tillämpa trygghets- och säkerhetsåtgärder samt att ta tillbörlig hänsyn tillförlitlighet och integritet i digitala miljöer. integrera mina kunskaper för att bidra till professionell praxis och kunskap samt vägleda andra i att skydda sin utrustning.
	8	På den mest avancerade och specialiserade nivån, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> skapa lösningar för att klara komplexa problem med flera interagerande faktorer, relaterade till att skydda utrustning och digitalt innehåll, att hantera risker och hot, att tillämpa trygghets- och säkerhetsåtgärder samt att ta tillbörlig hänsyn tillförlitlighet och integritet i digitala miljöer. föreslå nya idéer och processer till fältet.

KUNSKAP

- 166. Vet att ett sätt att undvika de negativa konsekvenserna av att någon kommer över ens konto (t.ex. blir hackat) är att använda olika starka lösenord för olika onlinetjänster.
- 167. Känner till åtgärder för att skydda enheter (t.ex. lösenord, fingeravtryck, kryptering) och att hindra andra (t.ex. en tjuv, kommersiell organisation, myndighet) från att få tillgång till alla data.
- 168. Är medveten om vikten av att hålla operativsystemet och applikationer (t.ex. webbläsaren) uppdaterade för att åtgärda säkerhetsluckor och skydda mot skadlig mjukvara (dvs. malware).
- 169. Vet att brandväggar blockerar vissa typer av nätverkstrafik, med syftet



170. Är medveten om olika typer av risker i digitala miljöer, såsom identitetsstöld (t.ex. någon som utför bedrägerier eller andra brott med hjälp av en annan persons personuppgifter), bedrägerier (t.ex. ekonomiska bedrägerier där offren luras till att skicka pengar), attacker med skadlig programvara (t.ex. ransomware).

FÄRDIGHETER

171. Vet hur man antar en lämplig strategi för cyberhygien vad gäller lösenord (t.ex. att välja starka lösenord som är svåra att gissa) och att hantera dem säkert (t.ex. med hjälp av en lösenordshanterare).

- 172. Vet hur man installerar och aktiverar skyddsprogram och -tjänster (t.ex. antivirus, antimalware, brandvägg) för att förvara digitalt innehåll och personuppgifter säkrare.
- 173. Vet hur man aktiverar tvåfaktorsautentisering när den är tillgänglig (t.ex. med hjälp av engångslösenord eller koder tillsammans med åtkomstuppgifter).
- 174. Vet hur man kan kontrollera vilka personuppgifter en app har tillgång till på mobiltelefonen och baserat på det avgöra om man vill installera den och i så fall göra lämpliga inställningar.
- 175. Kan kryptera känsliga data som lagras på en personlig enhet eller i en molnlagringstjänst.
- 176. Kan ta till lämpliga åtgärder som svar på ett säkerhetsintrång (dvs. ett tillbud som leder till obehörig åtkomst av digitala data, applikationer, nätverk eller enheter, eller att personuppgifter såsom inloggningsuppgifter eller lösenord läcker).



177. Vaksam på att inte lämna datorer eller mobila enheter utan tillsyn på offentliga platser (t.ex. delade arbetsplatser, restauranger, tåg, bil).

- 178. Väger fördelarna med att använda biometrisk identifiering (t.ex. fingeravtryck, ansiktsgenkänning) mot riskerna, eftersom dessa tekniker kan ha oavsiktlig påverkan på säkerheten. Om biometrisk information läcker eller hackas blir den äventyrad och kan leda till identitetsbedrägeri.
- 179. Angelägen om att skydda sig själv, såsom att inte göra ekonomiska transaktioner eller sköta bankärenden över öppna, trådlösa nätverk.

ATTITYD



AVANCERAD NIVÅ

5

PÅ ARBETSPLATSEN: använda ett Twitter-konto för att dela information om min organisation

- Jag kan skydda organisationens Twitter-konto med olika metoder (t.ex. ett starkt lösenord, kontrollera de senaste inloggningarna) och visa nya kollegor hur man gör det.

upptäcka riskerna såsom att få tweets från följare med falska profiler försök till nätfiske (phishing). Kan ta till åtgärder för att undvika riskerna genom att kontrollera sekretessinställningarna).

- Jag kan också hjälpa mina kollegor att upptäcka risker och hot då de använder Twitter..

I UTBILDNING: använda skolans digitala plattform för att dela information om intressanta ämnen.

- Jag kan skydda information, data och innehåll på skolans digitala plattform (t.ex. ett starkt lösenord, kontrollera de senaste inloggningarna).
- Jag kan upptäcka olika risker och hot då jag använder skolans digitala plattform och kan ta till åtgärder för att undvika dem (t.ex. hur man kan granska en bilaga för virus innan man laddar ner den).
- Jag kan också hjälpa mina klasskompisar upptäcka risker och hot då de använder den digitala plattformen på sina enheter (t.ex. kontrollera vem som kan komma åt filerna).

Kompetensområde 4

Välmående och miljö

Kompetenser	Barnomsorg	Åk 1 – 3 Fritidsverksamhet	Åk 4 - 6	Åk 7 – 9	Gymnasium	Högskola
Skyddande av enheter	Övar på att logga in på en enhet, medvetandegörs om varför det finns användarkonton och lösenord, är med i sammanhang där dessa används; lär sig varsam hantering av enheter.	Förstår varför lösenord ibland måste bytas ut; vet hur ett säkert lösenord kan se ut.	Kan använda en korrekt strategi för lösenord och hantera dem säkert, ex välja starka som är svåra att gissa.	Känner till olika skyddsprogram och -tjänster för att hålla digitalt innehåll och personuppgifter säkrare, ex antivirus, brandvägg.	Kan aktivera tvåfaktorsautentisering. Använder och förstår vikten av unika lösenord. Känner till hur brandväggar, virusprogram, VPN och lösenordshanterare fungerar. Kan reagera adekvat på säkerhetsintrång.	Kan aktivera tvåfaktorsautentisering med unika och inte upprepade lösenord; kan kryptera känslig datalagrad information på en personlig enhet eller i en molntjänst; kan reagera på ett lämpligt sätt på säkerhetsintrång.



4. SÄKERHET

4.2 SKYDDA PERSONUPPGIFTER OCH INTEGRITET



Att skydda personuppgifter och integritet i digitala miljöer.

Att förstå hur man använder och delar personligt identifierbar information samtidigt som man skyddar sig själv och andra från att ta skada.

Att förstå att digitala tjänster använder en "integritetspolicy" för att informera om hur personuppgifter används.

GRUNDLÄGGANDE	1	På grundläggande nivå och med vägledning, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> välja enkla sätt att skydda mina personuppgifter och min integritet i digitala miljöer, identifiera enkla sätt att använda och dela personligt identifierbar information samtidigt som jag skyddar mig själv och andra från att ta skada. identifiera enkla integritetsskyddsregler för hur personuppgifter används i digitala tjänster.
	2	På grundläggande nivå och självständigt och med lämplig vägledning där det behövs, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> välja enkla sätt att skydda mina personuppgifter och min integritet i digitala miljöer, identifiera enkla sätt att använda och dela personligt identifierbar information samtidigt som jag skyddar mig själv och andra från att ta skada. identifiera enkla integritetsskyddsregler för hur personuppgifter används i digitala tjänster..
MELLANLIGGANDE	3	På egen hand och för att lösa okomplicerade problem, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> förklara väl definierade och rutinmässiga sätt att skydda mina personuppgifter och min integritet i digitala miljöer och förklara väl definierade och rutinmässiga sätt att använda och dela personligt identifierbar information samtidigt som jag skyddar mig själv och andra från att ta skada. visa upp väl definierade och rutinmässiga integritetsskyddsregler för hur personliga data används i digitala tjänster.
	4	Självständigt, utifrån mina egna behov och för att lösa väl definierade och icke-rutinmässiga problem, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> diskutera sätt att skydda mina personuppgifter och min integritet i digitala miljöer och diskutera sätt att använda och dela personligt identifierbar information samtidigt som jag skyddar mig själv och andra från att ta skada. visa upp integritetsskyddsregler för hur personliga data används i digitala tjänster.

4. SÄKERHET

4.2 SKYDDA

PERSONUPPGIFTER OCH INTEGRITET



Att skydda personuppgifter och integritet i digitala miljöer.

Att förstå hur man använder och delar personligt identifierbar information samtidigt som man skyddar sig själv och andra från att ta skada.

Att förstå att digitala tjänster använder en "integritetspolicy" för att informera om hur personuppgifter används.

AVANCERAD	5	Såväl som att vägleda andra, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> tillämpa olika sätt att skydda mina personuppgifter och min integritet i digitala miljöer, tillämpa olika specifika sätt att dela mina uppgifter samtidigt som jag skyddar mig själv och andra från att ta skada. förklara integritetsskyddsregler för hur personuppgifter används i digitala tjänster..
	6	På avancerad nivå, utifrån mina egna och utifrån andras behov och i komplexa sammanhang, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> välja de lämpligaste sätten sätt att skydda mina personuppgifter och min integritet i digitala miljöer samt utvärdera de lämpligaste sätten att använda och dela personligt identifierbar information samtidigt som jag skyddar mig själv och andra från att ta skada. utvärdera lämpligheten hos de integritetsskyddsregler som berör användningen av personuppgifter.
HÖGT SPECIALISERAD	7	På högt specialiserad nivå, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> skapa lösningar på komplexa problem med begränsad definition, relaterade till att skydda mina personuppgifter och min integritet i digitala miljöer, till att använda och dela mina uppgifter samtidigt som jag skyddar mig själv och andra från att ta skada och till integritetsskyddsregler som berör användningen av personuppgifter. integrera mina kunskaper för att bidra till professionell praxis och kunskap samt vägleda andra i att skydda sina personuppgifter och sin integritet.
	8	På den mest avancerade och specialiserade nivån, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> skapa lösningar för att klara komplexa problem med flera interagerande faktorer, relaterade till att skydda mina personuppgifter och min integritet i digitala miljöer, till att använda och dela mina uppgifter samtidigt som jag skyddar mig själv och andra från att ta skada och till integritetsskyddsregler som berör användningen av personuppgifter. föreslå nya idéer och processer till fältet.

180. Kämer till att säker elektronisk identifiering är en nyckelegenskap skapad för att möjliggöra säkrare delning av personuppgifter med tredje part i samband med privata transaktioner och transaktioner inom den offentliga sektorn.
181. Vet att integritetspolicyn för en app eller tjänst bör förklara vilka personuppgifter den samlar in (t.ex. namn, enhetens märke, användarens geografiska position) och om data delas med tredje part.

182. Vet att hanteringen av personuppgifter är föremål för lokala föreskrifter, såsom EUs dataskyddsförordning (GDPR (t.ex. utgör röstkommunikation med en virtuell assistent personuppgifter enligt GDPR och kan utsätta användare för vissa dataskydds-, integritets- och säkerhetsrisker). (AI)

183. Vet hur man kan identifiera misstänkta epostmeddelanden som försöker komma över känslig information (t.ex. personuppgifter, bankidentifikation) eller som kan innehålla skadlig programvara. Vet att denna typ av mejl ofta utformas för att lura personer som inte gör en noggrann granskning och som därför är mer mottagliga för bedrägerier genom att innehålla avsiktliga fel som hindrar vaksamma personer från att klicka på dem.

184. Vet hur man tillämpar grundläggande säkerhetsåtgärder i samband med nätbetalningar (t.ex. att aldrig skicka en inskannad bild av kreditkort eller ge ut ett korts pinkod).
185. Vet hur man använder elektronisk identifiering för tjänster som handhas av myndigheter eller offentliga sektorn (t.ex. att fylla i skattedeklarationen, söka socialstöd, ansöka om intyg) och den privata sektorn, såsom bank- och transporttjänster.
186. Vet hur man använder digitala certifikat som utges av certifierande myndigheter (t.ex. digitala certifikat för autentisering och digitala underskrifter som lagras på nationella id-kort).

187. Väger fördelarna mot riskerna innan man låter tredje parter hantera personuppgifter (t.ex. inser att en röstassistent på en telefon som används för att ge instruktioner till en robotdammsugare kan ge tredje part – företag, myndigheter, nätbrottslingar – tillgång till data). (AI)

188. Kämer sig säker då man utför nättransaktioner efter att ha vidtagit lämpliga trygghets- och säkerhetsåtgärder.

PÅ ARBETSPLATSEN: : använda ett Twitter-konto för att dela information om min organisation

- Jag kan välja det lämpligaste sättet att skydda mina kollegors personuppgifter (t.ex. adress, telefonnummer) när jag delar innehåll (t.ex. en bild) på företagets Twitter-konto.
- Jag kan skilja mellan lämpligt och olämpligt digitalt innehåll att dela på företagets Twitter-konto så att min och mina kollegors integritet inte kränks.
- Jag kan avgöra om personuppgifter på företagets Twitter-konto i enlighet med dataskyddsförordningen res princip om "rätten att bli bortglömd".
- Jag kan hantera komplexa situationer som kan uppstå i samband med personuppgifter i min organisation på Twitter (t.ex. ta bort bilder eller namn för att skydda känslig information, i enlighet med dataskyddsförordningens princip om "rätten att bli bortglömd").

I UTBILDNING: använda skolans digitala plattform för att dela information om intressanta ämnen

- Jag kan välja det lämpligaste sättet att skydda mina personuppgifter (t.ex. adress, telefonnummer) innan jag delar information på skolans digitala plattform.
- Jag kan skilja mellan lämpligt och olämpligt digitalt innehåll att dela på skolans digitala plattform så att min och mina klasskompisars integritet inte kränks.
- Jag kan avgöra om det sätt på vilket mina personuppgifter används på skolans plattform är lämpligt och acceptabelt i relation till mina rättigheter och min integritet.
- Jag kan övervinna komplexa situationer som kan uppstå gällande mina och mina klasskompisars personuppgifter när vi använder skolans digitala plattform, såsom att personuppgifter inte används i enlighet med plattformens integritetspolicy.

Kompetensområde 4

Välmående och miljö

Kompetenser	Barnomsorg	Åk 1 – 3 Fritidsverksamhet	Åk 4 - 6	Åk 7 – 9	Gymnasium	Högskola
Skyddande av personuppgifter och sekretess	Involveras i diskussioner om lösenord och användarnamn och varför man inte ska dela dem med andra.	Förstår att man inte publicerar bilder på andra utan lov.	Kan välja lämpligaste sättet att skydda personuppgifter; kan skilja på lämpligt och olämpligt innehåll innan delning så att andras integritet inte skadas.	Kan identifiera misstänkta e-postmeddelande som försöker lura till sig känslig information;	Kan aktivera tvåfaktorsautentisering. Använder och förstår vikten av unika lösenord. Kan kryptera känslig datalagrad information på en personlig enhet eller i en molntjänst. Kan reagera på säkerhetsintrång.	Kan aktivera tvåfaktorsautentisering med unika och inte upprepade lösenord; kan kryptera känslig datalagrad på en personlig enhet eller i en molntjänst; kan reagera på ett lämpligt sätt på säkerhetsintrång.

Välja lämpligt sätt att skydda personuppgifter

Skydda identitet

Vet att tredje part kan få tillgång till data via IoT-apparatur

Välja lämpligt sätt att skydda personuppgifter

Fishing Grooming

Identifiera hur persondata används i olika tjänster

Kan använda sig av elektronisk identifiering

Känner till vad personuppgifter är

Kan identifiera misstänkta e-postmeddelanden

4. SÄKERHET

4.3 SKYDDA HÄLSA OCH VÄLBEFINNANDE

Att kunna undvika hälsorisker och hot mot det fysiska och psykiska välbefinnandet när man använder digitala tekniker.

Att kunna skydda sig själv och andra från möjliga faror i digitala miljöer (t.ex. nätmobbning).

Att känna till digitala tekniker för socialt välbefinnande och social inkludering.



GRUNDLÄGGANDE	1	På grundläggande nivå och med vägledning, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> särskilja enkla sätt att undvika hälsorisker och hot mot fysiskt och psykiskt välbefinnande vid användning av digitala tekniker. välja enkla sätt att skydda mig själv från möjliga faror i digitala miljöer. identifiera enkla digitala tekniker för socialt välbefinnande och social inkludering.
	2	På grundläggande nivå och självständigt och med lämplig vägledning där det behövs, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> särskilja enkla sätt att undvika hälsorisker och hot mot fysiskt och psykiskt välbefinnande vid användning av digitala tekniker. välja enkla sätt att skydda mig själv från möjliga faror i digitala miljöer. identifiera enkla digitala tekniker för socialt välbefinnande och social inkludering.
MELLANLIGGANDE	3	På egen hand och för att lösa okomplicerade problem, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> förklara väl definierade och rutinmässiga sätt att undvika hälsorisker och hot mot fysiskt och psykiskt välbefinnande vid användning av digitala tekniker. välja väl definierade och rutinmässiga sätt att skydda mig själv från möjliga faror i digitala miljöer. identifiera väl definierade och rutinmässiga digitala tekniker för socialt välbefinnande och social inkludering.
	4	Självständigt, utifrån mina egna behov och för att lösa väl definierade och icke-rutinmässiga problem, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> förklara sätt att undvika hot mot fysisk och psykisk hälsa relaterat till användning av digitala tekniker. välja sätt att skydda mig själv och andra från faror i digitala miljöer. diskutera om digitala tekniker relaterat till socialt välbefinnande och social inkludering.

4. SÄKERHET

4.3 SKYDDA HÄLSA OCH VÄLBEFINNANDE

Att kunna undvika hälsorisker och hot mot det fysiska och psykiska välbefinnandet när man använder digitala tekniker.

Att kunna skydda sig själv och andra från möjliga faror i digitala miljöer (t.ex. nätmobbning).

Att känna till digitala tekniker för socialt välbefinnande och social inkludering.



AVANCERAD	5	Såväl som att vägleda andra, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> visa olika sätt att undvika hälsorisker och hot mot det fysiska och psykiska välbefinnandet vid användning av digitala tekniker. tillämpa olika sätt att skydda mig själv och andra från faror i digitala miljöer. visa olika digitala tekniker för socialt välbefinnande och social inkludering.
	6	På avancerad nivå, utifrån mina egna och utifrån andras behov och i komplexa sammanhang, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> särskilja de lämpligaste sätten att undvika hälsorisker och hot mot det fysiska och psykiska välbefinnandet vid användning av digitala tekniker. anpassa de lämpligaste sätten att skydda mig själv och andra från faror i digitala miljöer. variera användningen av digitala tekniker för socialt välbefinnande och social inkludering.
HÖGT SPECIALISERAD	7	På högt specialiserad nivå, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> skapa lösningar på komplexa problem med begränsad definition, relaterade till att undvika hälsorisker och hot mot det fysiska och psykiska välbefinnandet vid användning av digitala tekniker, till att skydda mig själv och andra från faror i digitala miljöer och till användningen av digitala tekniker för socialt välbefinnande och social inkludering. integrera mina kunskaper för att bidra till professionell praxis och kunskap samt vägleda andra i att skydda sin hälsa.
	8	På den mest avancerade och specialiserade nivån, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> skapa lösningar för att klara komplexa problem med flera interagerande faktorer, relaterade till att undvika hälsorisker och hot mot det fysiska och psykiska välbefinnandet vid användning av digitala tekniker, till att skydda mig själv och andra från faror i digitala miljöer och till användningen av digitala tekniker för socialt välbefinnande och social inkludering. föreslå nya idéer och processer till fältet.

KUNSKAP	<p>189. Är medveten om vikten av att balansera användningen av digitala tekniker med icke-användning som en möjlighet, eftersom många faktorer i det digitala livet kan inverka på hälsan, välbefinnandet och livskvalité.</p> <p>190. Känner till tecken på digitala beroenden (t.ex. att tappa kontrollen, abstinensbesvär, humörsvägningar) och att digitala beroenden kan orsaka psykiskt och fysiskt lidande.</p> <p>191. Är medveten om att det för många digitala hälsoapplikationer inte finns några officiella licenskrav likt inom reguljär medicin.</p> <p>192. Är medveten om att en del applikationer på digitala enheter (t.ex. telefonen) kan främja hälsosamma vanor genom att bevaka/följa upp/styra och uppmärksamma användaren på hälsotillstånd (t.ex. fysiska, känslomässiga, psykologiska). Vissa aktiviteter eller bildspråk som föreslås av sådana applikationer kan dock också ha negativa effekter på den fysiska eller mentala hälsan (t.ex. kan "idealiserade" kroppsbilder orsaka ångest).</p> <p>193. Förstår att nätmobbing är mobbing med hjälp av digitala teknologier (dvs. ett upprepat beteende som syftar till att skrämma, uppröra eller skämma ut dem som beteendet riktas mot).</p> <p>194. Vet att den s.k. avhämningseffekten online ("online disinhibition effect") innebär att man inte är lika återhållsam när man kommunicerar online som när man kommunicerar ansikte mot ansikte. Detta kan leda till en ökad tendens för olämpligt och ohämmat beteende, exempelvis i form av så kallad "flaming" (t.ex. att använda kränkande språk, publicera förolämpningar på nätet).</p> <p>195. Är medveten om att utsatta grupper (t.ex. barn, de med bristande sociala färdigheter och de med brist på sociala skydds nätverk) löper en högre risk att falla offer i digitala miljöer (t.ex. nätmobbing, grooming).</p> <p>196. Är medveten om att digitala verktyg kan skapa nya möjligheter att delta i samhället för utsatta grupper (t.ex. äldre personer, personer med särskilda behov). Digitala verktyg kan också leda till isolering eller uteslutning av dem som inte använder dem.</p>
FÄRDIGHETER	<p>197. Vet hur man både för egen och andras del kan tillämpa en variation av strategier för att styra och begränsa digital användning (t.ex. överenskommelser om skärmfria tider, tillgång till enheter för barn, tidsbegränsningar och filter).</p> <p>198. Vet hur man upptäcker inbäddade tekniker för användarupplevelser (t.ex. klickfiske, spelifiering, "nudging") som har utformats för att manipulera och/eller försvaga ens förmåga att kontrollera beslut (t.ex. få användaren att lägga mer tid på onlineaktiviteter, uppmuntra till ökad konsumtion).</p> <p>199. Kan tillämpa och följa skyddsstrategier för att bekämpa kränkningar online (t.ex. blockera användare, inte reagera/svara, skicka vidare eller spara meddelanden som bevis för rättsliga åtgärder, radera negativa meddelanden för att undvika att se dem upprepade gånger).</p>
ATTITYD	<p>200. Benägen att fokusera på fysiskt och mentalt välbefinnande och undvika de negativa effekterna av digitala medier (t.ex. överanvändning, beroende, tvångsmässigt beteende).</p> <p>201. Tar ansvar för att skydda både den personliga och kollektiva hälsan och säkerheten när man utvärderar effekterna av medicinska och medicinliknande produkter och tjänster online, eftersom internet är fullt av felaktig och potentiellt hälsofarlig information.</p> <p>202. Är försiktig med rekommendationer (t.ex. om de kommer från en ansedd källa) och deras avsikter (t.ex. hjälper de verkligen användaren eller uppmuntrar de till användning för att användaren ska exponeras för reklam).</p>

HÖGT SPECIALISERAD NIVÅ

7

PÅ ARBETSPLATSEN: använda ett Twitter-konto för att dela information om min organisation

- Jag kan skapa en digital kampanj om möjliga hälsofaror med att använda Twitter i arbetssyfte (t.ex. mobbing, beroenden, fysiskt välmående) som kan delas och användas av kollegor och andra inom branschen på deras telefoner och läsplattor.

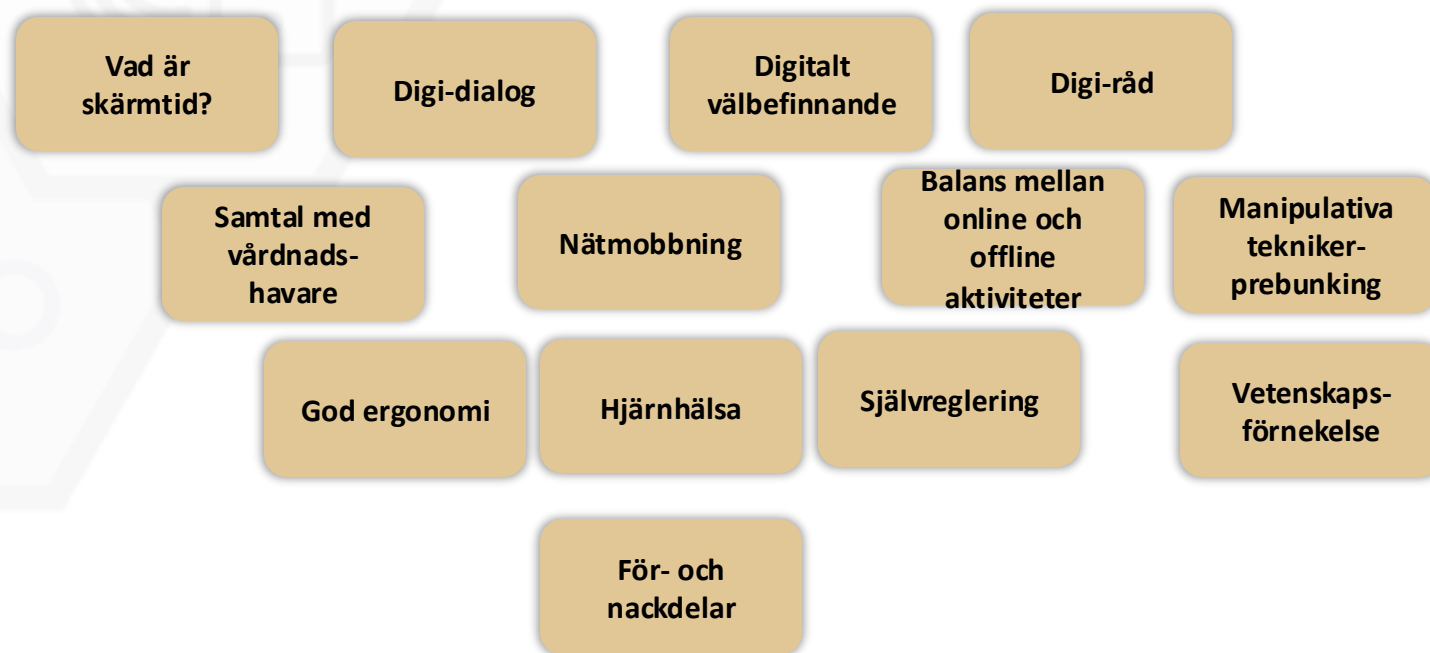
I UTBILDNING: använda skolans digitala plattform för att dela information om intressanta ämnen

- Jag kan skapa en blogg om nätmobbing och social utstötning för min skolas digitala plattform som hjälper mina klasskompisar att upptäcka och stå emot våld i digitala miljöer.

Kompetensområde 4

Välmående och miljö

Kompetenser	Barnomsorg	Åk 1 – 3 Fritidsverksamhet	Åk 4 - 6	Åk 7 – 9	Gymnasium	Högskola
Skyddande av hälsa och välbefinnande	Uppmuntras att berätta om sina upplevelser från en digital miljö för någon vuxen. Funderar över hur mycket man kan använda sig av digitala verktyg och när det är för mycket.	Förstår att man inte ska klicka på vilka länkar som helst och diskuterar konsekvenserna av detta. Funderar över hur mycket man kan använda sig av digitala verktyg och när det är för mycket.	Känner igen inbäddad programvara, ex clickbait (länkar som lockar till att klicka på dem) och nudging, (försöka påverka människors beteenden) med syftet att manipulera förmåga att ha kontroll över beslut.	Känner till olika digitala övervaknings- och begränsnings-strategier, förstår ex skärmtid och filterprogram.	Kan tillämpa och följa skyddsstrategier för att bekämpa kränkning online, ex blockera mottagning av meddelande, inte svara/reagera, spara meddelanden som bevis för juridiska förfaranden; ergonomi och tidsintervaller i arbetet.	Kan tillämpa och följa skyddsstrategier för att bekämpa kränkning online, ex blockera mottagning av meddelanden, inte svara/reagera, spara meddelanden som bevis för juridiska förfaranden.



4. SÄKERHET

4.4 SKYDDA MILJÖN

Att vara medveten om miljömässig påverkan från digital teknik och dess användning.



GRUNDLÄGGANDE	1	På grundläggande nivå och med vägledning, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> känna igen enkel miljöpåverkan från användningen av digitala tekniker.
	2	På grundläggande nivå och självständigt och med lämplig vägledning där det behövs, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> känna igen enkel miljöpåverkan från användningen av digitala tekniker.
MELLANLIGGANDE	3	På egen hand och för att lösa okomplicerade problem, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> visa på väl definierad och rutinmässig miljöpåverkan från användningen av digitala tekniker.
	4	Självständigt, utifrån mina egna behov och för att lösa väl definierade och icke-rutinmässiga problem, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> diskutera sätt för att skydda miljön från påverkan från användningen av digitala tekniker.

4. SÄKERHET

4.4 SKYDDA MILJÖN

Att vara medveten om miljömässig påverkan från digital teknik och dess användning.



AVANCERAD	5	Såväl som att vägleda andra, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> visa olika sätt för att skydda miljön från påverkan från användningen av digitala tekniker.
	6	På avancerad nivå, utifrån mina egna och utifrån andras behov och i komplexa sammanhang, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> välja de lämpligaste lösningarna för att skydda miljön från påverkan från användningen av digitala tekniker.
HÖGT SPECIALISERAD	7	På högt specialiserad nivå, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> skapa lösningar på komplexa problem med begränsad definition, relaterade till att skydda miljön från påverkan från användningen av digitala tekniker. integrera mina kunskaper för att bidra till professionell praxis och kunskap samt vägleda andra i att skydda miljön.
	8	På den mest avancerade och specialiserade nivån, kan jag:	<ul style="list-style-type: none"> skapa lösningar för att klara komplexa problem med flera interagerande faktorer, relaterade till att skydda miljön från påverkan från användningen av digitala tekniker. föreslå nya idéer och processer till fältet.

KUNSKAP	<p>203. Är medveten om den miljöpåverkan som vardagliga digitala handlingar har (t.ex. att streama video som förlitar sig på dataöverföring), och att den påverkan består av energiåtgång och koldioxidutsläpp från utrustning, nätverksinfrastruktur och datacenter.</p> <p>204. Är medveten om den miljöpåverkan som produktionen av digital utrustning och batterier (t.ex. föroreningar och giftiga biprodukter, energikonsumtion) och att sådan utrustning i slutet av sin livslängd måste kasseras på lämpligt sätt för att minimera deras miljöpåverkan och möjliggöra återanvändning av sällsynta och dyra komponenter och naturresurser.</p> <p>205. Är medveten om att vissa elektronikkomponenter och digital utrustning kan ersättas för att förlänga deras livstid eller prestanda, medan andra kan vara avsiktligt designade att sluta fungera efter en viss tid (planerad inkurans).</p> <p>206. Kärmer till "gröna" beteenden att följa vid köp av digital utrustning, t.ex. väljer produkter som har en lägre energikonsumtion under användning och i stand-by-läge, förorsakar mindre föroreningar (produkter som är lättare att plocka isär och återvinna) och är mindre giftiga (begränsad användning av ämnen som är skadliga för miljön och hälsan).</p> <p>207. Vet att e-handel i och med köp och transport av fysiska varor har en inverkan på miljön (t.ex. koldioxidavtryck från transport, generering av avfall).</p> <p>208. Är medveten om att digitala tekniker (inklusive AI-baserade sådana) kan bidra till energieffektivitet, t.ex. genom att kontrollera behovet av uppvärmning i hemmet och optimera dess hantering.</p> <p>209. Är medveten om att vissa aktiviteter (t.ex. att träna AI-lösningar och producera kryptovalutor såsom Bitcoin) är resurskrävande processer när det gäller data och datorkraft. Energiförbrukningen kan därför vara hög, vilket också kan ha en hög miljöpåverkan. (AI)</p>
FÄRDIGHETER	<p>210. Vet hur man tillämpar effektiva lågteknologiska strategier för att skydda miljön, t.ex. att stänga av enheter och wifi, inte skriva ut dokument, reparera och byta ut komponenter för att undvika onödiga utbyten av digitala enheter.</p> <p>211. Vet hur man kan minska energiförbrukningen för de enheter och tjänster som används, t.ex. genom att ändra kvalitetsinställningarna för videostreamingtjänster, använda wifi i stället för mobildata hemma, stänga appar, optimera e-postbilagor).</p> <p>212. Vet hur man använder digitala verktyg för att förbättra den miljömässiga och sociala påverkan av ens konsumentbeteende (t.ex. genom att leta efter lokala produkter, gemensamma lösningar och samåkningsalternativ).</p>
ATTITYD	<p>213. Letar fram digital teknik som kan hjälpa till att leva och konsumera på sätt som tar hänsyn till det mänskliga samhällets och den naturliga miljöns hållbarhet.</p> <p>214. Letar fram information om teknikens miljöpåverkan för att påverka det egna och andras (t.ex. vänner och familjens) beteende till att bli mer ekologiskt ansvariga i användningen av digital teknik.</p> <p>215. Tänker på en produkts helhetspåverkan på planeten vid val av digitala medel framför fysiska produkter, t.ex. att läsa en bok online kräver inget papper och transportkostnaderna är låga, men å andra sidan innehåller digitala enheter giftiga komponenter och kräver energi för att laddas.</p> <p>216. Tänker på de etiska konsekvenserna av AI-system över hela deras livscykel, både vad gäller miljöpåverkan (miljökonsekvenser av att producera digital utrustning och tjänster) och samhällspåverkan, t.ex. genom plattformisering av arbete och algoritmisk hantering som kan kränka arbetares integritet eller rättigheter; användning av låglönearbetare för att tagga bilder som ett steg i att träna AI-system. (AI)</p>

HÖGT SPECIALISERAD NIVÅ

8

PÅ ARBETSPLATSEN: använda ett Twitter-konto för att dela information om min organisation

- Jag kan skapa en illustrerande video som besvarar frågor gällande hållbar användning av digitala enheter i organisationer inom min sektor, för att delas på Twitter och användas av personal och andra inom sektorn.

I UTBILDNING: använda skolans digitala plattform för att dela information om intressanta ämnen

- Jag kan skapa en ny e-bok för att besvara frågor om hållbar användning av digitala enheter i skolan och hemma, och dela den på min skolas digitala plattform för att kunna användas av skolkompisar och deras familjer.

Kompetensområde 4

Välmående och miljö

Kompetenser	Barnomsorg	Åk 1 – 3 Fritidsverksamhet	Åk 4 - 6	Åk 7 – 9	Gymnasium	Högskola
Skyddande av miljö	Personalen pratar om hållbar användning av teknik och att förnyande av och användning förbrukar naturresurser.	Känner igen enkel miljöpåverkan från användning av digital teknik. Diskuterar olika sätt att skydda miljön från påverkan av digitala tekniker.	Söker information om teknikens miljöpåverkan för att påverka sitt beteende och andras (till exempel vänner och familj) för att bli mer miljöansvarig i sina digitala metoder.	Reflekterar över produktens övergripande påverkan på planeten när man väljer digitala medel framför fysiska produkter, ex. att läsa en bok online.	Konsekvenstänk av digitaliseringen såväl samhälls- som miljömässigt. För- och nackdelar med digitala miljöer. Förståelse för återbruk och energiförbrukning.	Ser fördelarna och utmaningarna med distanslärande och distansarbete för individ, samhälle och miljö. Utvecklar ett helhetsbegrepp om hur teknologi och miljö påverkar varandra.

Gemensam handlingsplan

Ansvarsfull användning av utrustning

Spara el

Förståelse för ändliga resurser

Greenwashing

Livscykelanalys

Brandsäkerhet

Återvinning av e-avfall

Streamingens miljöeffekter

Systemtänk

För- och nackdelar

Akustiskt avfall

Granska lagringens omfattning

Promptstruktur

Huvudroll

Det viktigaste i din bild. Till exempel en karaktär, ett djur, ett objekt, en byggnad eller en plats.

Biroll

Det som ger extra djup till bilden och stödjer huvudrollen.

Visuella detaljer

Till exempel tid på dagen, kamerainställning, färg och känsla.

Övergripande stil

Till exempel linjeteckning, fotografi, anime, epok, futuristisk.

Ett barn i ninjakläder dansar, hus i skogen och andra barn i kostym,
mjukt ljus och pastellfärger, akvarell barnboksillustration

Ett barn i ninjakläder dansar, hus i skogen och andra barn i kostym, mjukt ljus och pastellfärger, akvarell barnboksillustration



En man läser i en stor soffa, omgiven av böcker och en katt, mysig belysning från levande ljus, varma färger, japansk design och fotorealism



En kvinna spelar saxofon, livliga stadsgator med förbipasserande människor och caféer, skymningsljus och sepiatoner, 1930-talet och fotografi



En mus cyklar snabbt, regnig stad, gator och neonskyltar, skymning och kraftiga färgkontraster, vektorgrafik

Visuella detaljer

Ljus

artificiell
dagsljus
skymning
gryning
gyllene timmen
natt
hög kontrast
blix

Kamera

närbild
vidvinkel
fish eye
makrofoto
bild ovanifrån
vinklad kamera
rörelseoskärpa
grunt
skärpedjup

Färg

svartvitt
sval ton
varm ton
monokrom
dämpad färg
pastellfärg
levande färger
sepiatonat

Känsla

bohemisk
vacker
dystopisk
mystisk
romantisk
skrämmande
filmisk
sagolik

Övergripande stil

Teknik	Stil	Område	Epok
kol	Pop art	fransk konst	1950-tal
olja	vektorgrafik	rysk konst	1980-tal
vattenfärg	surrealism	nordisk konst	futuristisk
blyerts	kubism	egyptisk konst	retro
fotografi	abstrakt	arabisk konst	viktoriansk
airbrush	Art deco	japansk konst	rokoko
silkscreen	pixel art	romersk konst	modernism
grafitti	science fiction	karibisk konst	medeltiden

Exempel



Ett barn som leker med en bil, utomhus, en vattenpöl och en hund, svartvitt, 1950-tal



Ett barn som leker med en bil, utomhus, en vattenpöl och en hund, bild ovanifrån, vattenfärg



Ett barn som leker med en bil, utomhus, en vattenpöl och en hund, varm ton, pixel art



Ett barn som leker med en bil, utomhus, en vattenpöl och en hund, dystopisk, futuristisk

Visuella detaljer

Ljus	Kamera	Färg	Känsla
artificiell	närbild	svartvitt	bohemisk
dagsljus	vidvinkel	sval ton	vacker
skymning	fish eye	varm ton	dystopisk
gryning	makrofoto	monokrom	mystisk
gyllene timmen	bild ovanifrån	dämpad färg	romantisk
natt	vinklad kamera	pastellfärg	skrämmande
hög kontrast	rörelseoskärpa	levande färger	filmisk
blixt	grunt skärpedjup	sepiatonat	sagolik

Övergripande stil

Teknik	Stil	Område	Epok
kol	Pop art	fransk konst	1950-tal
olja	vektorgrafik	rysk konst	1980-tal
vattenfärg	surrealism	nordisk konst	futuristisk
blyerts	kubism	egyptisk konst	retro
fotografi	abstrakt	arabisk konst	viktoriansk
airbrush	art deco	japansk konst	rokoko
silkscreen	pixel art	romersk konst	modernism
grafitti	science fiction	karibisk konst	medeltiden

AI inom barnomsorgen?

- **Vi kommer bland annat att använda oss av AI i verksamheten när vi:**

Skapa bilder utefter barnens utforskande

Skapa bilder utifrån barnens konstruktioner

Skapa bilder utifrån barnens berättelser

Skapa bilder utifrån barnens vardag

Utdrag från Sollentuna kommun

Vi kommer bland annat att använda oss av AI i våra administrativa uppgifter när vi:

Skapa underlag för pedagogiska inlägg på Infomentor, blogg och i portfolio
Skapa lättläst underlag för pedagogiska inlägg
Skapa mer innehåll i texter när vi dokumenterar
Skapa underlag för undervisning i form av upplägg utifrån det vi utforskar
Transkribering av texter

Barnen kommer inte att använda AI-verktygen på egen hand, det är pedagogernas uppgift. Pedagogerna ska använda AI för att ha möjlighet att förstärka, utveckla och möjliggöra undervisningen för barnen.

I Sollentuna kommun har vi en AI-policy där tydliga riktlinjer för förskolan har tagits fram. Detta för att säkerställa rätt användning av AI-verktyg.

Utdrag från Sollentuna kommun

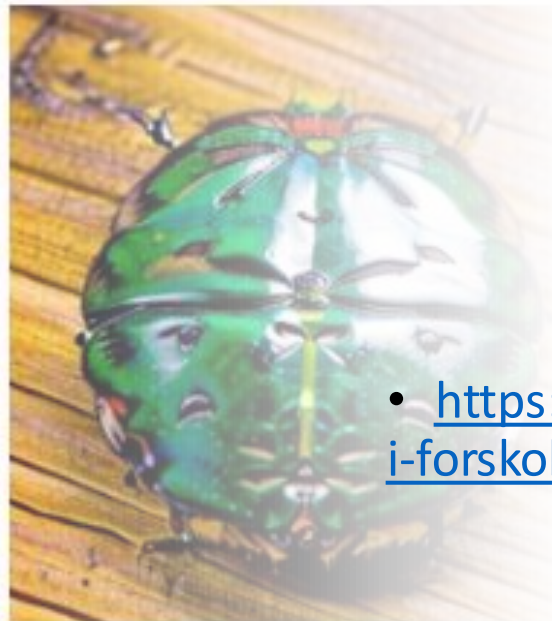
Dagisbarn lär sig om AI genom sagor och lek



- <https://www.larorikt.fi/dagisbarn-lar-sig-om-ai-genom-sagor-och-lek/>

Foto: Scandinav/Johnér bildbyrå

er som programmet kan generera utifrån geometriska former.



- <https://kvasarmakerspace.se/ai-i-forskolan/>

fte med utveckling

ar flera syften med detta:

ffentlig verksamhet behöver själva undersöka hur AI och maskininlärning kan påverka oss, sam

kas ha

Utifrån flera samtal med forskare som [Lena Hylving](#), [Linda Mannila](#) och [Anna Åkerfeldt](#) vill vi lära

kritiska förhållningsätt, tillgänglighet samt likvärdighet inom ramen för Lpfö18 och vårt uppdr

vi har redan ett viktigt strategisk arbete tillsammans med SPSM kopplat till [språk](#), [tillgänglighet](#)

kdelar kan vi se med AI?

Is this a fish?



- <https://studio.code.org/s/oceans/lessons/1/levels/1>

Garbage dumped in the water affects marine life.
In this activity, you will program or train A.I.
(artificial in

Not Fish

Fish

Magic ToDo

Breaking things down so you don't

[Help ?](#) Hur skall man förbereda sig för jul Självklart! Här är en uppdelning av uppgiften "Hur skall man förbereda sig för jul" i individuella steg utan siffror: Planera en lista över gåvor att köpa Sätta en budget för presenterna Bestämna vilka maträtter som ska lagas Göra en lista över ingredienser som behövs Dekorera hemmet med julprydnader Välja en tid för att träffa familj och vänner Skicka julkort till nära och kära Planera aktiviteter eller traditioner för julhelgen

<https://goblin.tools/>

<https://www.thinglink.com/card/1851974065674257252>





Tack för idag!
Vi ses igen!

Barnomsorgen: 8.11 kl.12:30–14:30

Åk 1–6: 18.11 kl.9–11

Åk 7–9: 22.11 kl.9–11 **(OBS! Ny tid)**

Gymnasiet: 18.11 kl.14–16

Medis & högsk: 19.11 kl.14–16