

Průzkum

POUŽÍVÁNÍ „OBRAZOVEK“ MEZI DĚTMI MLADŠÍHO ŠKOLNÍHO VĚKU

v České republice



Zpráva pro
zapojené
školy

2021

**Děkujeme všem zapojeným
školám, učitelům a rodičům!
Bez Vás by náš výzkum
nemohl vzniknout. Věříme,
že Vám jeho první výsledky
budou k užitku.**

Za výzkumný tým
Mgr. Kateřina Lukavská, Ph.D.



Proč máte tuto zprávu

- Tato zpráva přináší první výsledky projektu.
- Máte ji v rukou, protože si velmi vážíme spolupráce s Vaší školou.
- Naše poděkování patří také rodičům, kteří byli ochotni vyplnit náš dotazník. Uvědomujeme si, že to vyžadovalo nemálo času a úsilí.



Co ve zprávě najdete

- Základní přehled o množství času, které děti stráví s obrazovkami.
- Zjištěné hodnoty mohou sloužit Vám, pedagogům, i rodičům pro představu, kolik času děti u obrazovek v současnosti prosedí.
- Zaměřili jsme se na používání obrazovek pro zábavu. Čas strávený online výukou a přípravou do školy není započítán.
- Data byla získána v období duben–červen 2021, tedy v době platnosti řady protipandemických opatření. Zjištěné hodnoty tím mohou být ovlivněny. Budeme rádi, jestliže nám v budoucnu pomůžete průzkum zopakovat za normálních podmínek.



Jak s touto zprávou pracovat

- Zpráva vznikla pro potřeby pracovníků škol zapojených do našeho výzkumného projektu.
- Prosíme o pochopení, že dokument je možno dále šířit pouze po dohodě s výzkumným týmem. Kontaktujte nás na Katerina.Lukavska@pedf.cuni.cz.
Děkujeme.

Proč se zabývat tím, kolik času děti tráví před obrazovkami

- Používání obrazovek dětmi je velké téma už od dob, kdy se do domácností masivně rozšířila televize. S přibýváním dalších zařízení (chytré telefony, tablety, herní konzole, počítače) se téma stává naléhavějším.
- Obrazovky mohou negativně ovlivňovat zdraví dětí
 - Čas před obrazovkou chybí pro jiné činnosti, které jsou pro dětský vývoj důležité (např. pohyb). Důsledkem může být opožděný kognitivní vývoj, nadváha či obezita.
 - Používání obrazovek ve velké míře a/nebo před spaním může narušovat zdravý spánek a přispívat ke zhoršené pozornosti a mentální výkonnosti.
 - Více informací najdete např. v materiálu Americké Akademie Pediatriů: <https://publications.aap.org/pediatrics/article/138/5/e20162591/60503/Media-and-Young-Minds>



O průzkumu

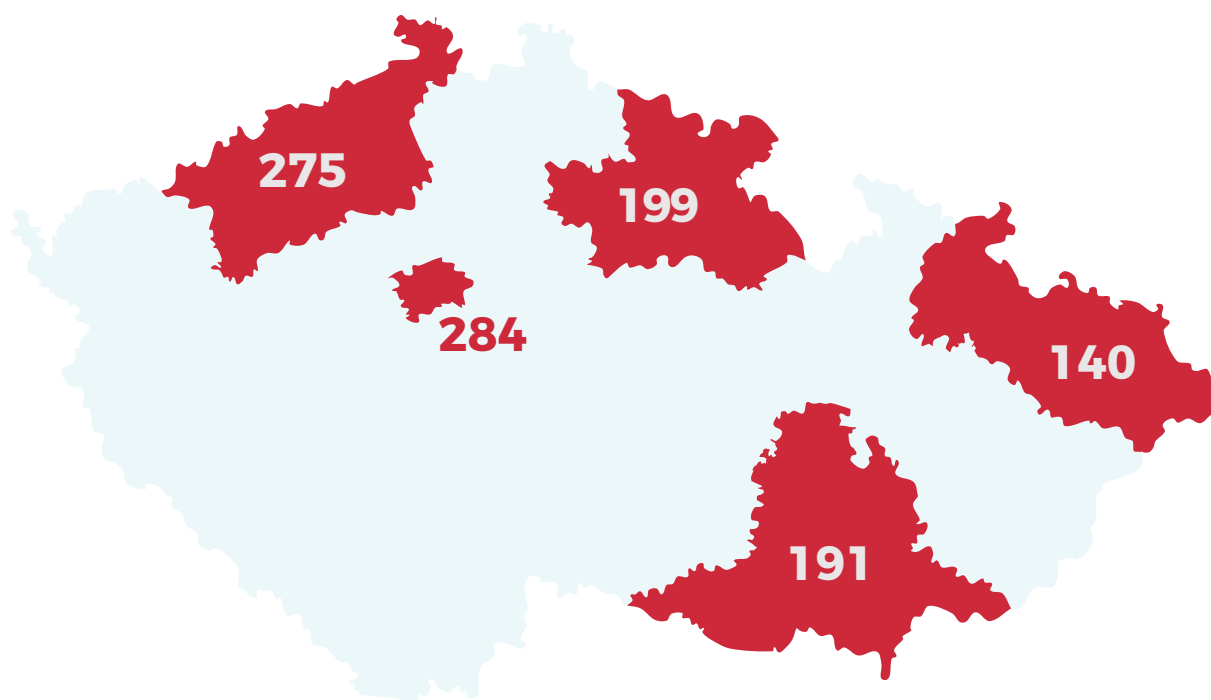


Průzkumu se zúčastnilo **1 099 rodičů** (z toho **87 % matek**) s dětmi ve věku **6-11 let**.

Celkem se zapojilo **36 škol z pěti krajů ČR**.



Zjišťovali jsme, **kolik času tráví děti s různými typy obrazovek a jaké jsou rozdíly mezi chlapci a dívkami**, resp. mezi dětmi z různých ročníků a krajů ČR.



Jihomoravský kraj
Královéhradecký kraj
Moravskoslezský kraj

191 rodičů
199 rodičů
140 rodičů

Hlavní město Praha
Ústecký kraj
Neidentifikovaný kraj

284 rodičů
275 rodičů
10 rodičů

Celkový čas strávený s obrazovkami přes týden a o víkendu

Jedná se o čas strávený pro zábavu, tedy nad rámec online výuky a přípravy do školy.



Když děti měly distanční výuku...

Po

Út

St

Čt

Pá

So

Ne

...průměrný čas strávený s obrazovkami v běžném pracovním dni činil

247 minut

Široká norma:
108 - 386 minut

Po

Út

St

Čt

Pá

So

Ne

...průměrný čas strávený s obrazovkami v běžném víkendovém dni činil

233 minut

Široká norma:
90 - 376 minut



Když děti chodily do školy...

Po

Út

St

Čt

Pá

So

Ne

...průměrný čas strávený s obrazovkami v běžném pracovním dni činil

224 minut

Široká norma:
92 - 356 minut

Po

Út

St

Čt

Pá

So

Ne

...průměrný čas strávený s obrazovkami v běžném víkendovém dni činil

229 minut

Široká norma:
94 - 364 minut

Liší se čas strávený s obrazovkami přes týden a o víkendu?

Čas, který děti tráví s obrazovkami během pracovního a během víkendového dne, se příliš neliší, pokud děti normálně chodí do školy. Ale u dětí, které měly distanční výuku a neměly volnočasové kroužky, byl čas strávený s obrazovkami ve všední den delší než o víkendu.

Pro zjednodušení budeme dále používat **průměrný denní čas** strávený s obrazovkami určený podle vzorce:



Průměrný denní čas strávený s obrazovkami

=

$$\frac{(5 \times \text{průměrný pracovní den}) + (2 \times \text{průměrný víkendový den})}{7}$$

Zvlášť uvádíme údaje pro děti, které byly na distanční výuce, a pro děti, které chodily do školy.

Celkový čas strávený u obrazovek dívkami a chlapci

Zahraniční výzkumy ukazují, že chlapci tráví s obrazovkami o něco více času než dívky. Zajímalo nás, jestli to platí i pro české děti.

Ukázalo se, že platí. **Rozdíl činí necelou půlhodinu denně.**



Celkový čas strávený u obrazovek dívkami a chlapci



Když děti měly distanční výuku...



...dívky strávily u obrazovek v průměru

229 minut



...chlapci strávili u obrazovek v průměru

258 minut



Když děti chodily do školy...



...dívky strávily u obrazovek v průměru

210 minut



...chlapci strávili u obrazovek v průměru

239 minut

Celkový čas strávený u obrazovek prvňáky, druháky a třetáky



Když děti měly distanční výuku...

1.

...průměrný čas strávený u obrazovek dětmi v 1. třídě činil

236 minut

2.

...průměrný čas strávený u obrazovek dětmi ve 2. třídě činil

227 minut

3.

...průměrný čas strávený u obrazovek dětmi ve 3. třídě činil

269 minut



Když děti chodily do školy...

1.

...průměrný čas strávený u obrazovek dětmi v 1. třídě činil

204 minut

2.

...průměrný čas strávený u obrazovek dětmi ve 2. třídě činil

218 minut

3.

...průměrný čas strávený u obrazovek dětmi ve 3. třídě činil

259 minut

Jak tomu rozumět?

Existují doporučení pediatrických asociací, které říkají, kolik času by dítě mladšího školního věku mělo trávit s obrazovkami. Nejčastěji se uvádí hranice dvou hodin denně. Neznáme ale limit, za nímž už je obrazovek moc. Každé dítě i jeho rodina jsou jedinečné a limit pro ně bude jiný. Když ale budeme mít představu, co je vhodné pro určitou věkovou skupinu, budeme citlivější k rozpoznávání možných problémů.

Tato čísla tedy uvádíme právě pro lepší představu.

Pojďme se podívat, kolik času tráví s obrazovkami třeba průměrný chlapec z první třídy...



1. třída



Dívka prvňáčka

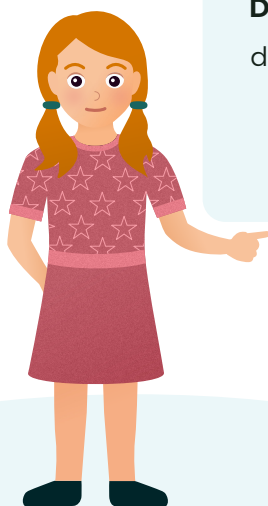
distanční výuka:
213 minut
běžná výuka:
193 minut



Chlapec prvňák

distanční výuka:
259 minut
běžná výuka:
215 minut

2. třída



Dívka druhačka

distanční výuka:
212 minut
běžná výuka:
200 minut



Chlapec druhák

distanční výuka:
242 minut
běžná výuka:
235 minut

3. třída



Dívka třetačka

distanční výuka:
264 minut
běžná výuka:
242 minut



Chlapec třeták

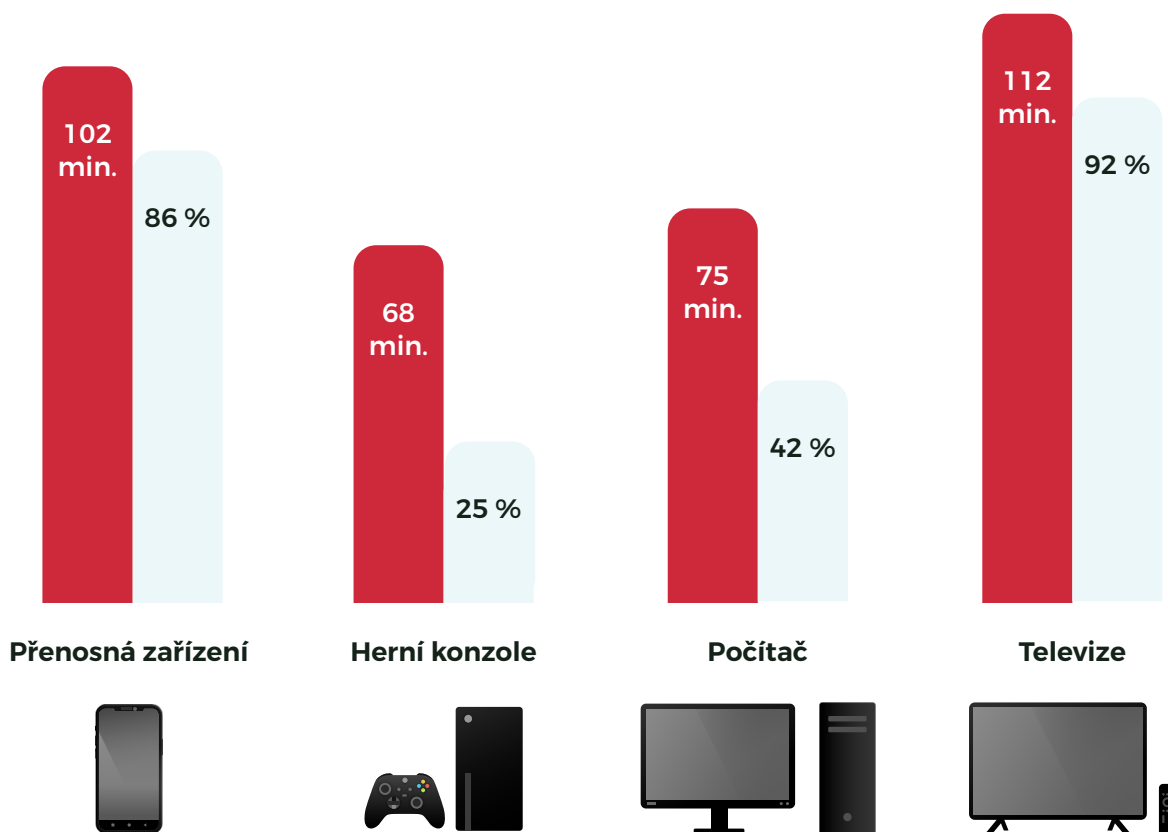
distanční výuka:
273 minut
běžná výuka:
276 minut

Čas strávený s jednotlivými typy obrazovkových zařízení

Zajímalo nás, jestli děti tráví více času na mobilech, nebo na počítači, na herních konzolích, nebo před televizí.

Ukázalo se, že rozdíly ve využívání jednotlivých zařízení jsou velké.

Zatímco herní konzoli a počítač používá menšina dětí (25 % herní konzoli a 42 % dětí počítač), televizi a chytrý telefon používají téměř všechny děti (92 % televizi a 86 % chytrý telefon nebo tablet).



Čas strávený s jednotlivými typy obrazkových zařízení

Největšími lákadly pro malé školáky a šolačky jsou **televize** a **přenosná zařízení**, tj. chytrý telefon nebo tablet. Používají je téměř všechny děti a tráví s nimi i nejvíce času. Nejčastěji používají obrazovky ke sledování videí: 40 % dětí sleduje videa každý den. Druhou nejčastější aktivitou je hraní her: denně se mu věnuje 22 % dětí. Ostatní aktivity (používání sociálních sítí nebo prohlížení internetu) se u dětí této věkové skupiny příliš nevyskytují.



Rozdíly mezi kraji

Jednotlivé kraje ČR se liší v mnoha ohledech. Zajímalo nás, zda nalezneme rozdíly i v časech, které tamní děti tráví s obrazkami. Nějaké rozdíly jsme našli (viz tabulka níže). Na druhou stranu si můžete všimnout, že pásma široké normy (68 % dětí okolo průměru) jsou tak široká, že rozdíly mezi jednotlivými dětmi v rámci krajů jsou daleko větší než rozdíly v průměrných hodnotách pro jednotlivé kraje.

Kraj	Průměrný denní čas strávený s obrazkami	Široká norma
Královéhradecký	221 minut	115 - 327 minut
Moravskoslezský	257 minut	110 - 404 minut
Hlavní město Praha	201 minut	86 - 316 minut
Jihomoravský	222 minut	95 - 349 minut
Ústecký	277 minut	142 - 412 minut

A jak si české děti stojí ve světovém kontextu?

Dat o užívání obrazovek ve věkové skupině mladších školáků je velmi málo, obzvláště v Evropě.

Nedávný výzkum (data z roku 2016–2018) na velkém souboru 9–10letých dětí z USA (tj. dětí asi o rok a půl starších) ukázal hodnoty velmi podobné našim. Čas celkově strávený s obrazovkami v USA dosahoval 228 minut, což zhruba odpovídá času, který obrazovkám věnovaly české děti v období otevřených škol. Během distanční výuky a dalších restrikcí byl čas u obrazovek delší.

Zdroj: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563220300662?casa_token=LyAxvxMxJAcAAAAA:fvbNtYUAfvGLffJ-T-DlvC7tO4A-idyOqm9nbSHJDu-wrzHri3fXzC6mMtHiVCDar_Be763ZEqM

Jiná data z USA o chování dětí ve věku 6–10 let již z období covidu ukazují průměrný celkový čas s obrazovkami rovné 4 hodiny, což opět odpovídá našim hodnotám zjištěným v době distanční výuky.



A jedna perlička na závěr...

Méně času stráveného s obrazovkami jsme zaznamenali u dětí, kteří mají alespoň jednoho mladšího sourozence.

„Efekt mladšího sourozence“ snižoval čas před obrazovkou o 17-31 minut.



Materiál vznikl s podporou Grantové agentury České republiky – projekt 21-31474S: Vliv rodičovských výchovných strategií na míru a způsob užívání digitálních technologií malými dětmi.



UNIVERZITA
KARLOVA



PEDAGOGICKÁ
FAKULTA
Univerzita Karlova