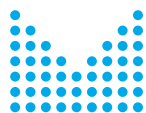


# 21. ročník soutěže



MINISTERSTVO VNITRA  
ČESKÉ REPUBLIKY

odbor komunikace



# Soutěžní témata pro rok 2024

## 1. kategorie: **mateřské školy**



Naši hrdinové  
(policie, hasiči, zdravotnická záchranná služba)

## 2. kategorie: **1. stupeň základní školy**



Olympijské hry 2024



Digitální detox

## 3. kategorie: **2. stupeň základní školy**



Umělá inteligence



Jak nás ovlivňují sociální sítě

# Obecné informace k soutěži

Hlavním cílem soutěže je zvýšit obecné povědomí žáků v oblasti primární prevence rizikového chování prostřednictvím tvůrčí činnosti.

## 1. Pořadatel soutěže

Pořadatelem soutěže je odbor komunikace Ministerstva vnitra se sídlem Nad Štolou 3, 170 34 Praha 7.

## 2. Záštit

Záštitu nad 21. ročníkem soutěže Svět očima dětí převzal ministr vnitra Vít Rakušan.

## 3. Cílové skupiny (děti ve věkovém rozpětí 4–15 let)

- děti z mateřských škol – oddělení předškolních dětí
- děti z prvního a druhého stupně základních škol
- děti z dětských domovů
- děti ze specializovaných škol
- děti ze středisek volnočasových aktivit.

## 4. Doba trvání a místo soutěže

Soutěž bude probíhat na území České republiky. Termín pro odevzdání soutěžních prací je 31. května 2024.

## 5. Podmínky soutěže

- Účastí v soutěži převádí účastník veškerá práva související se zasláním dílem na organizátora soutěže a souhlasí s dodržováním oficiálních předpisů s tím, že všechna rozhodnutí organizátora přijme jako konečná.
- Účastník souhlasí s tím, že se zaslání dílo může využívat v preventivních projektech odboru komunikace Ministerstva vnitra, že bude pro tyto účely rozmnožováno a sdělováno veřejnosti, zejména prostřednictvím počítačové sítě, a dále že se budou rozmnoženiny díla rozšiřovat, půjčovat či vystavovat.
- Právo využít dílo výše uvedeným způsobem se poskytuje bezúplatně.
- Zaslání díla se stávají majetkem organizátora a účastníci nemají nárok na jejich vrácení.
- Účastníci soutěže souhlasí se zveřejněním přihlášených výtvarů po dobu dvou let od ukončení soutěže.
- Vyhlášovatel není povinen výtvar přihlášený do soutěže vystavit.

## 6. Vyhodnocení soutěžních témat

Vítězná díla vybere hodnotící komise, složená z pracovníků odboru komunikace. Každoročně se odbor komunikace snaží ocenit přibližně 100 prací ze všech zasláních děl. Žáci jsou oceňováni vždy v rámci každé kategorie (mateřské školy, 1. stupeň ZŠ, 2. stupeň ZŠ) a dle způsobu zpracování díla (výtvarné, literární, audiovizuální atd.) Žáci se mohou umístit na 1.–3. místě. V některých případech může být udělena tzv. zvláštní cena, která vyzdvihuje originalitu a osobitý přístup žáka ke ztvárněnému tématu. Všichni výherci budou o svém umístění informováni prostřednictvím e-mailu nejpozději do 14. června 2024. Pokud neobdržíte žádný e-mail, nebylo Vaše dílo zařazeno mezi výherní. Sledujte, proto prosím pečlivě své e-mailové schránky. Detailní a aktuální informace naleznete také na stránkách Ministerstva vnitra [www.mvcr.cz/souteze-a-vystavy.aspx](http://www.mvcr.cz/souteze-a-vystavy.aspx).

## 7. Vyhlášení výsledků (termín a místo konání)

Vyhlášení výsledků 21. ročníku soutěže a osobní předání cen všem vítězům se uskuteční po letních prázdninách **v sobotu 7. září 2024 v Praze v rámci Dětského dne Ministerstva vnitra**. Bližší informace obdrží všichni výherci do e-mailu. V případě, že nebude možné předat výhercům ceny v daném termínu osobně, budou odeslány poštou. Totéž platí v případě zrušení slavnostního vyhlášení ze strany organizátora.



# Pravidla soutěže

Prosíme, před zasláním díla do soutěže si pozorně přečtete pravidla.

Soutěžící, kteří nesplní níže uvedená pravidla, bohužel nebudou do soutěže zařazeni.

**Každý soutěžící může zaslat pouze jedno dílo**, jehož je autorem, přičemž si může vybrat ze tří níže uvedených způsobů zpracování:

- **výtvarné dílo** – je možné zvolit si libovolnou výtvarnou techniku – kresba, malba, koláž, trojrozměrné dílo, fotografie apod.,
- **literární dílo** – např. vlastní úvaha, báseň, pohádka, povídka, komiks,
- **audiovizuální dílo** – např. vytvoření záznamu divadelního představení, šotu, krátkého filmu.

## Maximální počet dětí pracujících na jednom díle:

- výtvarné zpracování – 2 děti,
- literární zpracování – 1 dítě,
- audiovizuální zpracování – 3 děti.

## Maximální počet zaslaných děl:

Každý výše uvedený subjekt, zabývající se vzděláváním a výchovou dětí (MŠ, ZŠ, speciální školy, dětské domovy...), může zaslat omezený počet děl.

- v případě MŠ lze zaslat maximálně **3 díla za jednu třídu**,
- v případě ZŠ lze zaslat maximálně **9 děl za jednu třídu (3x výtvarné dílo, 3x audiovizuální dílo, 3x literární dílo)**.

## Maximální rozměry

- Výtvarná dvojrozměrná díla mohou mít maximální rozměr 1 m x 1 m, trojrozměrná díla maximální rozměr 0,5 m x 0,5 m x 0,5 m.
- Literární díla mohou mít maximální rozsah dvě strany formátu A4.
- Audiovizuální díla mohou trvat maximálně 5 minut.

## Každé dílo musí obsahovat:

1. název a adresu školy či školního zařízení,
2. kontaktní osobu (učitel),
3. e-mail a telefon na kontaktní osobu (učitel),
4. jméno a příjmení autora,
5. věk,
6. třídu (pokud žák bude na konci školního roku přecházet na jinou školu, uveďte tuto informaci do poznámky),
7. název vybraného tématu (dle vypsanych témat pro rok 2024),
8. kontakt na zákonného zástupce (e-mail, mobilní telefon).

Předání cen výhercům se uskuteční v sobotu 7. září 2024 v Praze.

Z předchozích ročníků máme zkušenost, že se děti vyhlášení zúčastní zpravidla se svými rodiči, jelikož se nejedná o všední den.

Z tohoto důvodu žádáme také o kontakt na zákonného zástupce. V případě ocenění žáka informujeme v první řadě e-mailem kontaktní osobu za školu, další informace komunikujeme e-mailem s rodiči během letních prázdnin (informace o programu a jeho případných změnách, místě a čase vyhlášení apod.)



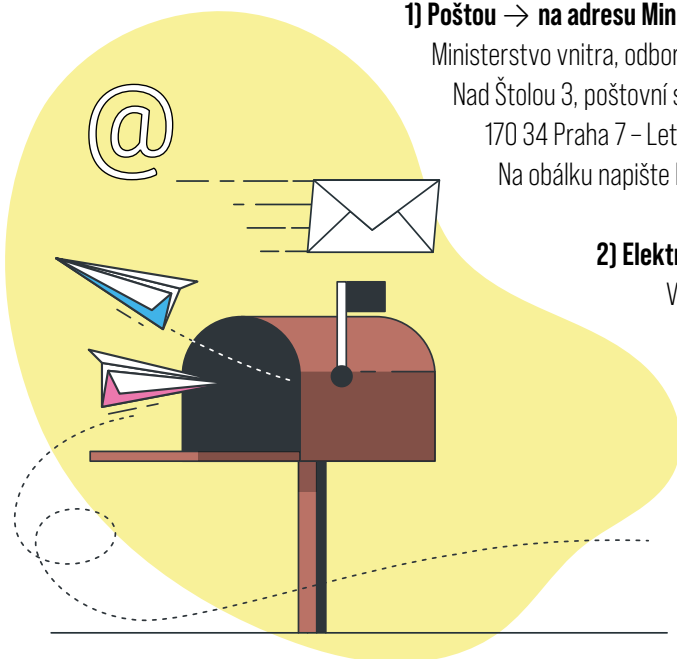
**Vzorový formulář je ke stažení na našich webových stránkách [www.mvcr.cz/souteze-a-vystavy.aspx](http://www.mvcr.cz/souteze-a-vystavy.aspx).**

## Informace pro zaslání děl

Soutěžní díla můžete posílat buď **poštou, nebo elektronicky nejpozději do 31. května 2023.**

Rozhodující je datum na razítku pošty (v případě zaslání poštou) a den odeslání (v případě zaslání e-mailem).

Později zasláná díla nelze do soutěže přijmout.



### 1) Poštou → na adresu Ministerstva vnitra

Ministerstvo vnitra, odbor komunikace  
Nad Štolou 3, poštovní schránka 21/TP  
170 34 Praha 7 – Letná  
Na obálku napište heslo: Svět očima dětí.

### 2) Elektronicky → na e-mailovou adresu: [soutezpr@mvcz.cz](mailto:soutezpr@mvcz.cz)

Výtvarná díla zasílejte nafocená či oskenovaná,  
literární díla ve formátu DOCX nebo PDF.  
Audiovizuální díla můžete zaslat například prostřednictvím  
internetového úložiště Úschovna.cz.



#### Další informace k projektu

Kontaktní osoba projektu:  
Ing. Andrea Illeová  
odbor komunikace  
Ministerstva vnitra  
e-mail: [andrea.illeova@mvcz.cz](mailto:andrea.illeova@mvcz.cz)  
tel.: 974 832 726

## 1. kategorie: mateřská škola

### Naši hrdinové (policisté, hasiči, zdravotnická záchranná služba)

Víš, kdo je to hasič a co obnáší jeho práce?

Co je úkolem policistů?

Víš, kam zavolat o pomoc?

Kdo nás ochrání před ohněm? A kdo nám pomůže při dopravní nehodě?

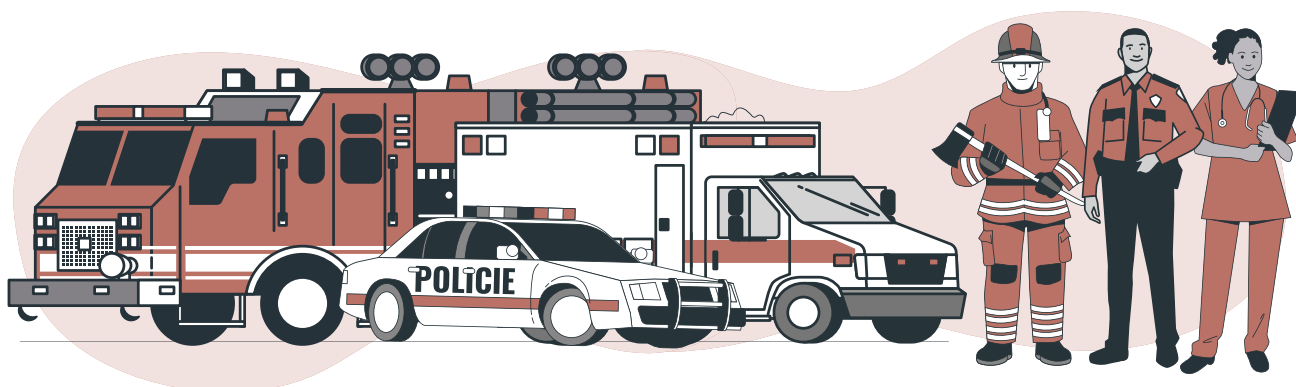
Dokážeš od sebe odlišit hasiče, policistu a zdravotníka?

Náš život si bez nich neumíme představit, přesto jsme ale rádi, když nám zrovna nemusejí pomáhat.

Mluvíme o hasičích, policistech a zdravotnících. Tihle lidé jsou tu pro nás 24 hodin denně, 7 dní v týdnu, 365 dní v roce.

Jsou nám vždy připraveni pomoci.

Jak je ale od sebe odlišit? Koho z nich a v jaké situaci zavolat?



#### Hasiči

Bylo teplé slunečné odpoledne a Tomáška s Aničkou vyzvedla maminka po vyučování ze školy. A protože bylo venku hezky, rozhodli se, že domů půjdou procházkou přes zahrádkovou osadu. Když procházeli mezi zahrádkami, zdálo se Aničce, že v dálce vidí kouř. Jakmile se přiblížili k oné zahrádce, uviděli, že z malého zahradního domečku šlehají plameny. „Hoří, hoří. Zavolejte někdo hasiče,“ volal z plných plic starší pán, který běžel naproti nim a v ruce držel kýbl s vodou. Maminka Tomáška a Aničky pohotově vytáhla z kabelky mobilní telefon a ihned vytočila číslo 150. Za pár minut se už na místo blížil velký červený vůz se zapnutou houkačkou. Z vozidla rychle vyskákali hasiči, připravili hadice a začali hasit vzniklý požár. Nejednalo o velký požár, a tak měli hasiči za několik minut hotovo. Naštěstí uvnitř zahradního domečku nikdo nebyl a nikomu se nic nestalo.



#### Kdo jsou to hasiči?

V našem příběhu vyjžděli hasiči k hořícímu zahradnímu domečku. Hasiči nám ale nepomáhají jen při požárech. Chrání naše životy i majetek a poskytují nám pomoc při mimořádných událostech. Zachraňují lidi a zvířata, pomáhají při povodních, větrných smrštích, přivalových deštích, dopravních nehodách nebo při haváriích s nebezpečnými látkami. K výjezdu jsou připraveni 24 hodin denně a 7 dní v týdnu po celý rok. Na místě události se setkávají také s policisty a záchranáři zdravotnické záchranné služby a všichni spolupracují jako tým, aby pomohli lidem v ohrožení.

Jak podle tebe vypadá hasič?

Dokázal bys ho nakreslit?

Víš, co mají na sobě hasiči, když jedou k požáru?

Jakou barvu má hasičské vozidlo?

Co potřebují hasiči ke své práci?



## Kde pracují hasiči?

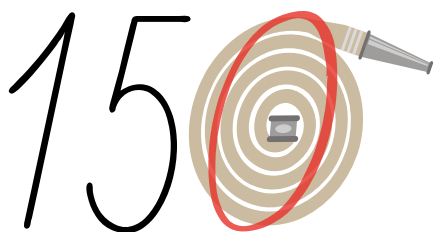
Hasiči pracují na požárních stanicích, které se nacházejí na různých místech po celé České republice. Požární stanice je jejich základna, mají zde své zázemí, šatny, jídelnu, kuchyň i ložnici. Na stanici mají hasiči ve velkých garážích zaparkované hasičské automobily, čtyřkolky a umístěnou další techniku, jako jsou například čluny, plošiny nebo žebříky pro záchranu lidí z výškových budov. Součástí hasičského záchranného sboru, kde profesionální hasiči pracují, jsou také operační střediska. Operační středisko je pracoviště, kde operátoři vyřizují telefonní hovory z telefonních linek 150 a 112.



## Jaké vybavení a techniku hasiči používají?

Nejčastěji hasiči vyjíždějí k mimořádné události ve velkých červených automobilech. Hasičská auta jsou velká a to proto, že se na místo zásahu musí dopravit družstvo hasičů. Hasičské vozy jsou vybaveny celou řadou užitečných nástrojů. Tím neznámějším nástrojem je určitě požární hadice, pomocí které mohou hasiči stříkat vodu na oheň, a uhasit tak vzniklý požár. Dále se můžeš setkat s hasičským záchranným autem, které má výsuvný otočný žebřík. Ten pomáhá hasičům dostat se vysoko do vzduchu a sundat například zvíře uvízlé na stromě nebo člověka z hořícího domu. Hasiči s sebou také vozí motorovou pilu, záchranná nosítka, dýchací přístroje, termokamery a další.

Hasič, který jede k požáru, na sobě musí mít vždy ochranný zásahový oblek. Takový oblek ho chrání před horkem a plameny. Zásahový oblek tvoří kabát a kalhoty modré barvy. Na kabátu i kalhotách jsou žluté reflexní pruhy. Na nohy si hasič obuje speciální zásahovou obuv. Nakonec si nesmí zapomenout nasadit na hlavu přilbu žluté barvy a rukavice. Hasičské auto poznáš podle toho, že má červenou barvu a blikající maják.



## Kam volat?

Víš, co dělat, když se ocitneš v nebezpečné situaci? V takovém případě je nejdůležitější dostat se co nejdříve do bezpečí. Zkus zachovat klid a zavolat pomoc. Pokud u sebe nemáš telefon, zkus najít dospělého člověka, který pomoc přivolá. Vytoč tísňovou linku 150. Pro snadnější zapamatování můžeš využít malou nápovědu, podle které poslední číslice hasičů „0“ připomíná stočenou hadici k hašení.

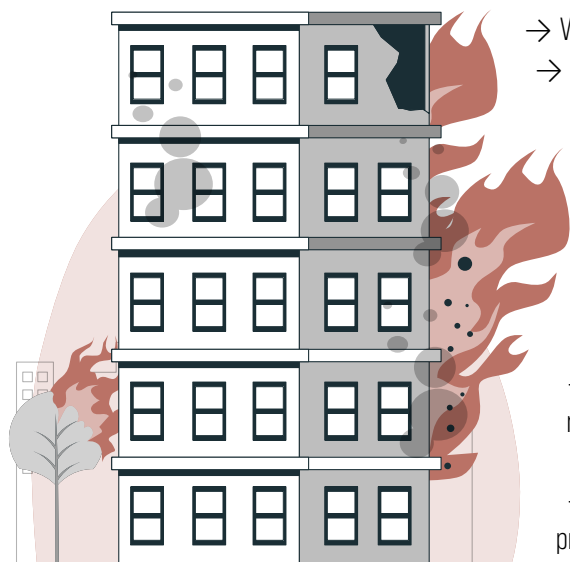
- Běž do bezpečí.
- Vytoč číslo 112 nebo podle druhu události 150, 155, 158.
- Představ se.
- Řekni, co se stalo.
- Popiš, kde se událost stala – co nejpřesněji uveď místo, aby je záchranáři co nejdříve našli.
- Nezavěšuj a počkej na dotazy.

## Co dělat, když začne hořet?

Pokud vidíš hustý kouř a plameny, znamená to, že v tvé blízkosti hoří. V první řadě zachovej klid a začni hlasitě volat: Hoří! To je důležité proto, aby ostatní (sousedé, kolemjoucí, obyvatelé domu) věděli, že se něco děje. Neboj se a volej opravdu hlasitě. Pokud ti to situace dovolí, utíkej nejkratší cestou pryč z domu, bytu. Jakmile budeš v bezpečí, najdi dospělého člověka a společně přivolejte hasiče na tísňové lince 150 nebo 112.

## Co dělat, když už hoří a místnost je plná kouře?

Pokud se požár rozšířil tak, že je místnost (dům, byt) plný kouře, musíš postupovat obezřetněji. Kouř totiž může být mnohem nebezpečnější než samotný požár, protože obsahuje škodlivé látky a při jeho vdechnutí by ses mohl otrávit. Je důležité zachovat klid a řídit se těmito radami:



→ Volej: Hoří!

→ Pokud se místností šíří kouř, klekni si na všechny čtyři a pohybuj se jako kočka nebo pes. Drž se při zemi. Kouř se totiž zpočátku hromadí u stropu. U podlahy je vzduch k dýchání nejčistší.

→ Pohybuj se kolem zdí tak, jak to dělají při zásahu právě hasiči. V hustém kouři by ses jinak velmi rychle ztratil.

→ Snaž se najít co nejkratší cestu ven. Zavřených dveří se nejdříve dotkni hřbetem ruky (ne celou dlaní), abys zjistil, zda jsou horké. Pokud ano, zůstaň raději uvnitř.

→ Pokud nemůžeš být nebo pokoj opustit (jsou zakouřené chodby, hoří tam nebo jsou horké dveře), utěsni dveře proti průniku kouře například dekou či peřinou.

→ Dej o sobě hasičům vědět! Pootevři okno a volej o pomoc, vyvěs prostěradlo, ručník či cokoli, co na tebe hasiče upozorní. Přijdou ti na pomoc.

V žádném případě se při požáru neschovávej. Naopak se snaž na něj upozornit voláním: Hoří! Pokud by se kouř rozšířil po celé místnosti a ty bys nemohl ven, snaž se o sobě dát vědět hasičům z pootevřeného okna, nikdy ho neotevírej dokořán a neskákej z něj. Zůstaň u pootevřeného okna, dýchej čistý vzduch, volej o pomoc a vyvěs bílou tkaninu.

Do hořícího nebo zakouřeného domu se nikdy nevracej!

Práce hasiče je velice důležitá, ale také náročná. Vyžaduje velkou odvahu a mnohdy i nasazení vlastního života. Pro většinu hasičů představuje jejich práce celoživotní poslání, které je spojeno s touhou pomáhat ostatním lidem.

## Policisté

### Kdo jsou policisté?

Policisté chytají a zatýkají zloděje, dávají pokutu řidičům, kteří jedou rychle, nebo pátrají na místě činu. Než policista vyrazí do terénu, musí si obléct svou uniformu, aby ho lidé poznali. Policista využívá ke své práci řadu pomůcek. Za opaskem nosí zbraň, kterou používá v případě ohrožení života. Také u sebe nosí pouta, která nasazuje při zatčení pachatelů. Policisté jezdí ve stříbrných autech se žluto-modrými reflexními doplňky, majáky a sirénou. Na autech mají heslo „POMÁHAT A CHRÁNIT“. Z tohoto hesla je patrné, co policie dělá: pomáhá lidem (třeba pátrá po někom, kdo se ztratí, organizuje silniční dopravu, hlídá na ulicích nebo hledá zloděje) a chrání nás před lidmi, kteří dělají zlé věci. Policisté využívají ke své práci také vrtulníky nebo čluny. Pomocí vrtulníků se mohou dostat na místa, kde hrozí nebezpečí a jsou těžko přístupná jinými dopravními prostředky. Policejní čluny potřebují při kontrolách provozu na vodě.



### Kdy volat policii?

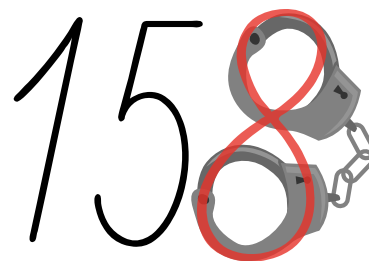
Policii voláme, když jsme obětí nebo svědky trestného činu, pokud je ohrožena bezpečnost osob, zdraví, majetek a veřejný pořádek nebo také v případě dopravní nehody či pátrání po pohřešovaných a hledaných osobách. Tísňová linka pro Policii České republiky je 158. Pro zapamatování ti pomůže, že poslední číslice „8“ připomíná tvar policejních pout. Tuto tísňovou linku obsluhují nepřetržitě 24 hodin denně policisté integrovaného operačního střediska. V České republice se nachází 14 operačních středisek, v každém kraji jedno z nich, patnácté operační středisko je v Praze na Policejním prezidiu ČR. Právě na operačním středisku začíná a končí každý policejní zásah.

Viš, jak vypadá policista?

Co vlastně takový policista dělá?

Jak vypadá policejní auto?

Kdy volat policii a na jaké telefonní číslo?





## Zdravotnická záchranná služba (ZZS)

Věděl si, že přibližně každých 15 sekund zazvoní telefon tísňové linky 155 na některém z zdravotnických operačních středisek Zdravotnické záchranné služby, že zhruba každých 30 sekund vyjíždí z jedné z více než 300 základen v České republice vozidlo zdravotnické záchranné služby a že ročně je takových výjezdů přes milion. Zdravotnickou záchrannou službu voláme, pokud se cítíme být v ohrožení života nebo jsme svědky úrazu či náhlého a neočekávaného zhoršení zdravotního stavu jiné osoby. Tísňová linka ZZS má v České republice číslo 155. Pro snadnější zapamatování telefonního čísla je dobré znát malou nápovědu, která říká, že poslední číslice záchranky „5“ připomíná invalidní vozík.

Pokud se dovoláš na záchrannou službu, dispečer (záchranař) na druhé straně ti poradí, jak máš postupovat. Podstatné je vždy zachovat rozvahu a klid. Přesto je dobré si při volání na tísňovou linku pamatovat základní postup:

- Vytoč číslo 155.
- Řekni, co se přesně stalo – je velmi důležité to popsat opravdu přesně, aby mohl dispečer vyhodnotit vážnost dané situace.
- Uveď místo, kde k události došlo – to znamená, že sdělíš město, ulici, číslo domu. Pokud se nehoda stala venku, popíšeš významné orientační body.
- Řekni, kolik je na místě zraněných.
- Pověz dispečerovi své jméno.

Je důležité si pamatovat, že NIKDY neukončíš hovor jako první. Pokud si to situace žádá, bude s tebou dispečer na telefonu až do příjezdu posádky ZZS. V opačném případě ukončí hovor on sám. Zdravotnická záchranná služba poskytuje přednemocniční neodkladnou péči pacientům v přímém ohrožení života či s vážným ohrožením zdraví. Proto je velmi důležité,

aby byl průjezd vozidel ZZS ze zdravotnické základy k pacientovi a do zdravotnického zařízení rychlý, bezpečný a plynulý. Nezbytnou součástí jízdy sanitních vozidel je užití výstražných světelných i zvukových znamení. Určitě jsi už někdy viděl rychle jedoucí velké žluté vozidlo s modrým majáčkem. To byla sanitka, nejčastější dopravní prostředek zdravotnické záchranné služby. Existuje ale mnoho druhů sanitek, které se od sebe liší svou velikostí, účelem a úrovní vybavení. Pokud nastane velmi závažný případ nebo se zraněný nachází v nepřístupném terénu, mohou záchranaři vyměnit automobily za vrtulníky. Takový vrtulník je vlastně létající sanitka, která je doplněna některým vybavením navíc. V letních měsících můžeš zase narazit na záchranařské čluny. S těmi se setkáš například na přehradách, kde jsou záchranaři připraveni pomoci plavcům či posádkám člunů ohroženým na zdraví.



## Stodvanáctka

Každý rok si 11. února nejen záchranaři, ale také bezpečnostní složky připomínají Evropský den tísňové linky 112. Tato tísňová linka představuje jednotné evropské číslo tísňového volání, jehož prostřednictvím se mohou lidé v nouzi dovolat pomoci záchranařů, a to ve všech státech Evropské unie. V České republice je tísňová linka dostupná od roku 2003. Loni tak sto dvanáctka oslavila kulaté 20. výročí.

1 + 1 = 2    neboli    11. 2.    neboli    112

Linka 112 je univerzálním číslem tísňového volání pro celou Evropskou unii. To znamená, že se díky ní můžeš dovolat pomoci i policii či Zdravotnické záchranné službě.

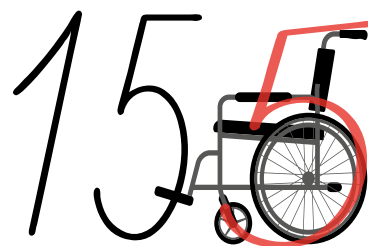
V České republice ji obsluhuje Hasičský záchranný sbor, nikoliv Zdravotnická záchranná služba, to znamená, že tvůj telefon zvedne hasič záchranař, nikoliv dispečer ZZS [zdravotník záchranař].



Kdo je to záchranař?

V jakém případě volat záchrannou službu?

Víš, jaké je telefonní číslo pro přivolání záchranky?



## Kdy volat na linku 112?

- Pokud je nutná spolupráce dvou a více záchranných složek.
- Při cestách do zahraničí.
- Když si nemůžeme vzpomenout na ostatní čísla tísňových linek (155, 150, 158).
- Linku mohou využít také cizinci.
- Na linku 112 se lze dovolat bez SIM karty, bez kreditu, a pokud je na místě signál alespoň jednoho mobilního operátora.
- Linku 112 nikdy nevolej z legrace, pokud nejde o urgentní záležitost nebo pokud chceš pouze získat informace.

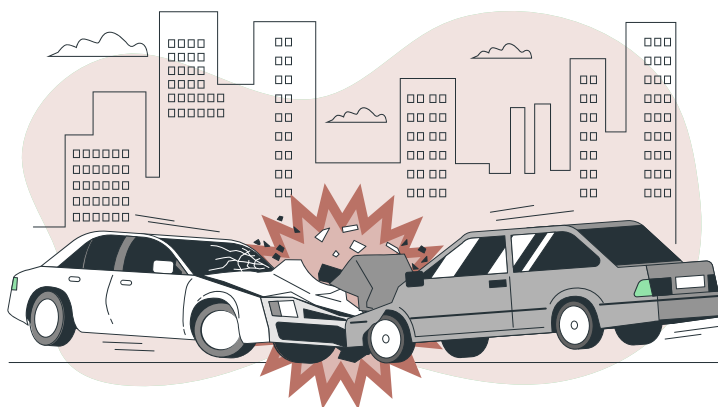
## Integrovaný záchranný systém (IZS)

Význam slova integrovat je začlenit se, spojovat. V případě IZS to znamená, že při požárech, nehodách, povodních či jiných vážných situacích se činnost základních složek, tedy hasičů, policistů a zdravotníků, navzájem prolíná a doplňuje – jednotlivé složky spolupracují. Mnoho situací vyžaduje účast všech složek integrovaného záchranného systému. Každý ze záchranářů přesně ví, co má dělat. Bezchybnou spolupráci záchranáři trénují na společných cvičeních tak, aby nebyl opomenut nikdo, kdo pomoci může, a vzájemně si nepřekáželi.

Základní složky IZS tvoří:

- Policie České republiky,
- Zdravotnická záchranná služba,
- Hasičský záchranný sbor České republiky,
- jednotky požární ochrany.

Na vyžádání se do integrovaného záchranného systému při mimořádné události a při provádění záchranných a likvidačních prací zapojují i ostatní složky (Armáda ČR, městská nebo obecní policie...).



## Jak se zachovat, když jedou složky IZS?

Aby mohli záchranáři pomoci lidem v ohrožení, potřebují se na místo zásahu dostat co nejdříve. Proto jedou rychle a na silnicích mají přednost. Na svou jízdu upozorňují ostatní řidiče i kolemjdoucí houkajícími sirénami a světelnou signalizací (majáky). Řidiči v autech sjedou ke kraji vozovky a zastaví. Zbystřit ve chvíli, kdy slyšíš sirény, bys měl i ty. Co dělat, když jedou záchranáři k zásahu?

- Když slyšíš sirény, zpozorni.
- Zastav se.
- Pokud jedeš na kole, sesedni z něj.
- V žádném případě nevstupuj do vozovky.
- Ani v případě, že ti svítí na semaforu na přechodu pro chodce zelená.
- Počkej, až záchranáři projedou.
- Pořádně se rozhlédni a v případě, že nejede více záchranářských automobilů za sebou, můžeš pokračovat v cestě.

## Pomocné okruhy:

Co dělá hasič?

Kdo nám pomůže, když se zraníme?

Kdy se volá policie?

Co znamená tísňová linka 112?

Víš, jak správně postupovat, když se dovoláš na tísňovou linku?

Co dělat, když hoří?

### Zdroj a více informací:

Hasičský záchranný sbor ČR  
[www.hzscr.cz/clanek/letaky-a-prirucky.aspx?q=Y2hudW09Mw%3D%3D](http://www.hzscr.cz/clanek/letaky-a-prirucky.aspx?q=Y2hudW09Mw%3D%3D)

### Záchranný kruh

[www.zachranny-kruh.cz/pro-verejnost/pozary/jak-se-chovat-pri-pozaru.html](http://www.zachranny-kruh.cz/pro-verejnost/pozary/jak-se-chovat-pri-pozaru.html)

**Nakresli obrázek hasiče, policisty nebo zdravotníka v situacích, při kterých zasahují.**

**Můžeš nakreslit hasiče, který se snaží uhasit požár nebo který odklízí spadlé stromy**

**po velké vichřici. Můžeš také nakreslit policistu, který honí zloděje, nebo zdravotníka, který pečuje o nemocné a zraněné. Můžeš vytvořit i trojrozměrné dílo například policejní stanice nebo hasičského auta. Zapoj svou fantazii a pusť se do toho!**

## 2. kategorie: 1. stupeň základní školy

### Olympijské hry 2024 (26. července – 11. srpna 2024, Paříž, Francie)

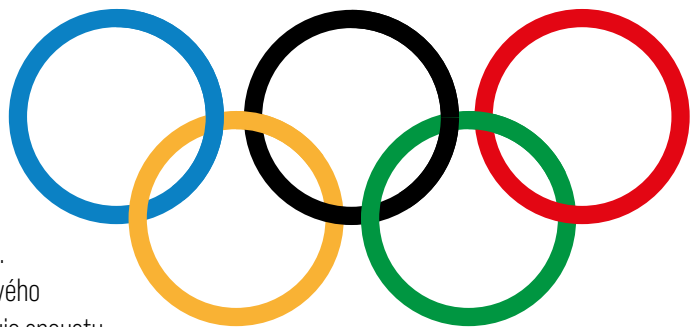
Co si představíš, když se řekne slovo olympiáda?

Kdy, kde a proč vznikly olympijské hry?

A kdo stojí za jejich založením?

Víš, co patří mezi olympijské symboly?

Věnuješ se ty sám nějakému sportu? Jaký sport máš nejradši?



Heslo „ve zdravém těle zdravý duch“ nabývá stále více na významu.

Pohyb je pro lidské tělo velmi důležitý a je nezbytnou součástí zdravého

životního stylu. A nejen to, sport nám přináší radost i zábavu. Existuje spousta

důvodů, proč lidé dělají sport. Pro někoho je sport povoláním a zdrojem peněz, pro

jiného zábavou a chvílí, kdy tráví čas s kamarády. Sportovat můžeme sami, s kamarády nebo třeba s domácími mazlíčky, sportovat

lze v létě, v zimě, po celý rok. V dnešní době existuje celá řada sportů, kterým se můžeme věnovat. Někdo například hraje rád

fotbal, florbal, hokej, házenou či volejbal. Někdo se rád věnuje tenisu, badmintonu, karate či boxu. Děvčata upřednostňují například

gymnastiku, sportovní aerobik nebo kurzy tance. Jiný zase rád jezdí na lyžích, kole nebo na bruslích. Dnešní doba nám zkrátka nabízí

celou řadu různých sportů. Tradice sportu je však dlouholetá. Hry a soutěže provázejí lidstvo po celou dobu jeho existence.

#### Olympijské hry v antickém Řecku

Počátek olympijských her sahá až do antického Řecka. Podle historiků se první olympijské hry konaly roku 776 před naším

letopočtem. Podle pověsti byl jejich zakladatelem bájný silák a inteligentní hrdina řeckých bájí Héraklés (syn Dia a Alkmény). Hry

se odehrávaly ve městě zvaném Olympia, proto jim říkáme olympijské. Konaly se jednou za čtyři roky a účastnit se jich mohl

každý bezúhonný Řek, který prošel alespoň desetiměsíčním výcvikem a prokázal dostatečnou úroveň pro olympijské zápolení.

Závodilo se bez šatů a bez bot, aby vynikla krása těl sportovců. Ženy

v té době nemohly hrát přihlížet ani jako diváci. Olympionici

(tzv. vítězové her) byli po vítězství odměňováni palmovou

ratolestí a po skončení her olivovým věncem. Rozsah

sportovního programu se ale časem zvětšoval, a to

od jedné disciplíny až po několikadenní klání. Asi

do 80. olympiády byly na programu her i soutěže

múziké: hudba, zpěv, recitace básní, soutěže

trubačů a hlasatelů. Olympijské hry postupně

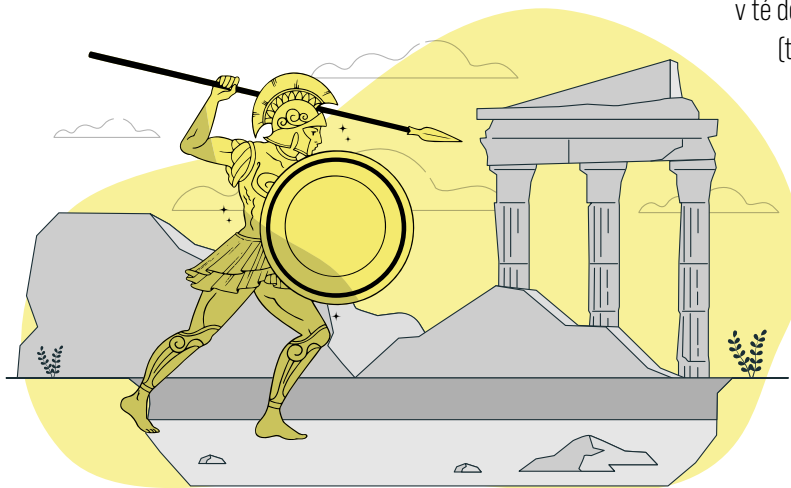
nabývaly na významu, v Olympii se shromažďovali

nejen sportovci, ale také společenská, umělecká

a politická elita. Díky tomu se hry staly politickou

i společenskou událostí. V době konání olympijských her

platil mezi řeckými státy posvátný mír, Řekové proto kvůli nim odkládali války.



#### Vznik novodobých olympijských her

Od posledních antických her se lidé pokoušeli olympijské hry několikrát obnovit. To ale dokázal až Francouz Pierre de Coubertin, který

25. listopadu 1892 vystoupil s myšlenkou obnovení olympijských her na schůzi k 5. výročí založení francouzské unie atletických

sportů. Dne 6. dubna 1896 se tak konaly první novodobé olympijské hry. Místem jejich konání bylo symbolicky jejich starověké rodiště

v Řecku. Nemohly se ale uskutečnit ve starověké Olympii, protože z původního stadionu zůstaly jen rozvaliny v zaostalé zemědělské

oblasti. První novodobé olympijské hry se tak odehrály v Aténách v historickém Panathénském stadionu postaveném z bílého

mramoru. Zpočátku se soutěžilo pouze v letních sportech, to ale brzy přestalo stačit a v roce 1924 vznikla verze zimní olympiády.

V dnešní době jsou tak olympijské hry zimní a letní, obojí se konají po čtyřech letech, přičemž se střídají každé dva roky. Pravidelně se

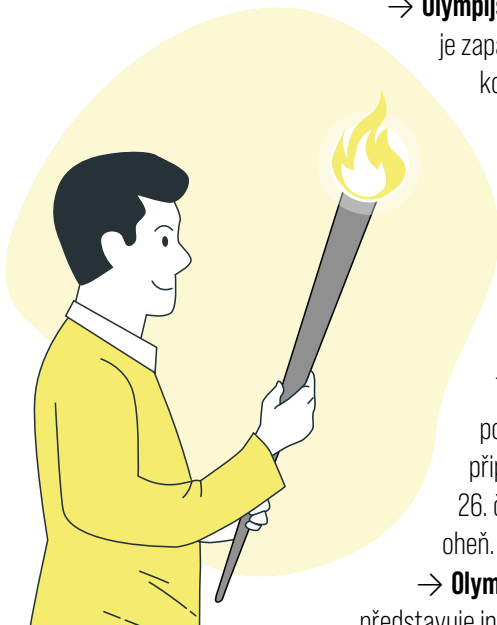
mění pořadatelské země. V letošním roce se uskuteční letní olympijské hry od 26. července 2024 do 11. srpna 2024 v Paříži ve Francii,

zimní olympijské hry v roce 2026 v italských městech Miláně a Cortině d'Ampezzo. Olympijské hry jsou největší sportovní událostí, které se účastní většina států ze všech kontinentů, a událostí, kterou sleduje téměř celý svět.

### Olympijské symboly

Moderní olympijské hry jsou doprovázeny olympijskými symboly, které jsou ve vlastnictví Mezinárodního olympijského výboru.

- **Olympijské kruhy** – hlavním poznávacím znamením olympijských her jsou bezpochyby olympijské kruhy, které navrhl Pierre de Coubertin a které pozná většina lidí po celém světě. Symbol je tvořen pěti vzájemně propletenými kruhy (zleva doprava nahoře modrý, černý a červený, žlutý a zelený dole).
- **Olympijská vlajka** – mezi další symboly patří neodmyslitelně olympijská vlajka. Je ve tvaru obdélníku a tvoří ji pět navzájem se protínajících olympijských kruhů na bílém podkladu. Vlajka bývá vztyčena při slavnostním zahájení her.
- **Olympijské heslo** – dalším symbolem je olympijské heslo, které zní „Citius, Altius, Fortius – Communiter“, v překladu „Rychleji, výše, silněji – společně“.



- **Olympijský oheň, pochodně a štafeta** – Součástí slavnostního zahajovacího ceremoniálu je zapálení ohně v místě, kde se hry konají. Plameny olympijského ohně hoří vždy do konce olympijských her, oheň uhasíná až při závěrečném ceremoniálu. Olympijský oheň se pomocí pochodně přenáší štafetovým způsobem až do samotného dějiště her. „Navrhování pochodně pro olympijské hry je designérský sen, který přichází jednou za život. Pochodně je symbol soudržnosti a má na olympijských hrách klíčovou roli. Během štafety putuje tisíce kilometrů, od člověka k člověku, na zemi i na moři. Chtěl jsem, aby byla jednoduchá a dokonale symetrická,“ řekl Mathieu Lehanneur, autor pochodně pro olympijské a paralympijské hry v Paříži, která váží 1,5 kilogramu, měří 70 centimetrů a je vytvořena ze speciální recyklované oceli. Štafeta s olympijskou pochodní pro hry v Paříži 2024 odstartuje svou pouť po Francii 8. května, kdy připluje na palubě historické plachetnice do přístavu v Marseille. Do cíle dorazí 26. července 2024, kdy proběhne slavnostní zahájení v Paříži a vzplane olympijský oheň.

→ **Olympijský emblém** – každé hry mají svůj vlastní a chráněný olympijský emblém. Ten představuje integrovaný vzor, který spojuje či kombinuje olympijské kruhy s dalšími prvky. Pod olympijským emblémem si lze představit například kombinaci olympijských kruhů s dalšími prvky, jako např. státní vlajkou nebo jinými symboly. Z právního hlediska se mezi olympijské emblémy řadí také maskot olympijských her.

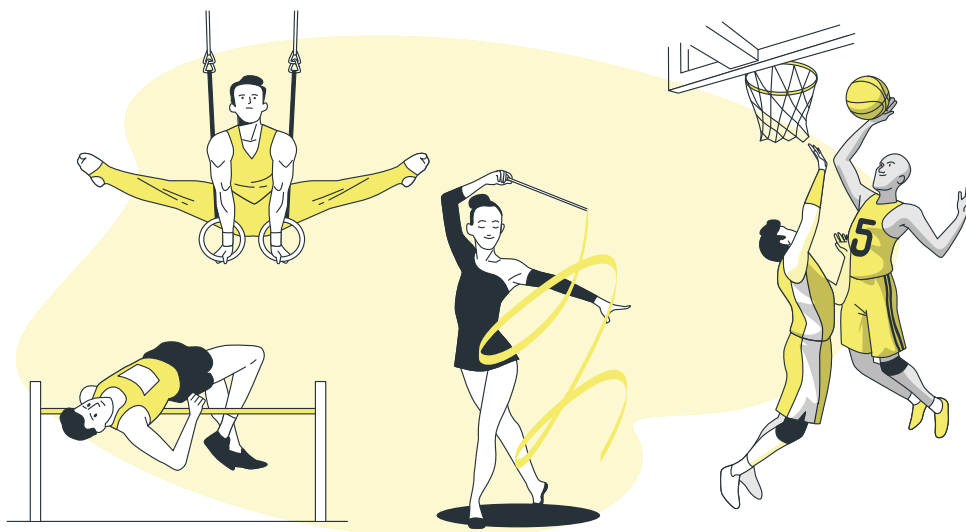
- **Olympijská hymna** – hymna zní během zahajovacího i ukončovacího ceremoniálu, a to v originálním – tedy řeckém – jazyce, v angličtině nebo v jazyce pořadatelské země.
- **Olympijské ceremonie** – Olympijské hry provází dva významné ceremonie, které mají svá jasná pravidla a náležitosti – zahajovací a závěrečný. Zahajovací ceremonie se koná v předvečer soutěží her, poslední den soutěží her se koná závěrečný ceremonie. Pro letošní olympijské hry v Paříži se poprvé v historii uskuteční zahajovací ceremonie mimo olympijský stadion. Na zhruba 160 lodí by měli vyplout sportovci a proplout po Seině městem. Do Paříže se prozatím kvalifikovalo několik desítek českých reprezentantů. Přehled kvalifikovaných sportovců naleznete na stránkách Českého olympijského týmu [www.olympijskytym.cz](http://www.olympijskytym.cz).

### Olymp Centrum sportu Ministerstva vnitra

První den roku 2009 se odbor sportu Ministerstva vnitra transformoval na samostatnou organizační složku státu, čímž vzniklo

Centrum sportu Ministerstva vnitra, které sídlí v pražské Stromovce. Primárním úkolem této organizace je zabezpečení přípravy sportovců ke státní sportovní reprezentaci ve sportovních odvětvích:

- atletika
- biatlon
- box
- cyklistika
- judo
- moto
- plavání
- střelba broková
- střelba kulová
- tenis
- triatlón
- volejbal
- vzpírání
- zápas
- a různé sporty.



Oddělení různé sporty bylo rozděleno na různé sporty letní (basketbal, jachting, sportovní gymnastika a skoky na trampolíně, sportovní lezení, skateboard, veslování) a různé sporty zimní (sjezdové lyžování, snowboard, freeski, mogul skiing, rychlobruslení, boby, skeleton a skoky na lyžích).

### Hvězdy Olympu Centra sportu Ministerstva vnitra

Ministerstvo vnitra reprezentovali v dřívější době skvělí sportovci jako Dana Zátoková, Věra Čáslavská, Miloslava Hübnerová-Rezková, Šárka Zábrobská Strachová, Martin Doktor nebo Kateřina Emmons.

V dnešní době resort reprezentují například atletka Kristiina Mäki, biatlonisté Markéta Davidová, Michal Krčmář nebo Tereza Voborníková, sportovní lezec Adam Ondra, rychlobruslařky Martina Sáblíková, Nikola Zdráhalová, skeletonistka Anna Fernstädtová, tenisté Jiří Lehečka, Linda a Brenda Fruhvirtov a další.



Za Olymp Centrum sportu MV se na letní olympijské hry v Paříži zatím nominovali tito sportovci:

- atletika – Moira Stewartová
- gymnastika – Soňa Artamonová
- střelctví – Jiří Lipták
- střelctví – Martin Podhráský
- střelctví – Jiří Přívratský
- střelctví – Jakub Tomeček
- veslování – Radka Novotníková
- veslování – Pavlína Flamíková
- zápas – Artur Omarov



### Pomocné okruhy:

Kde se budou konat letní olympijské hry v roce 2024?

Znáš nějakého významného sportovce z České republiky?

Co jsou to olympijské hry?

Jaké znáš sporty, kterým se může člověk věnovat?

Proč je důležité pěstovat nějaký sport anebo mít pravidelný pohyb?

**Pošli nám svou kresbu, malbu, koláž, úvahu, básničku nebo třeba audiovizuální dílo zaměřené na olympijské hry. Můžeš zkusit namalovat olympijskou vlajku nebo svého oblíbeného sportovce, který stojí na stupni vítězů.**

**Pokud sportuješ, můžeš namalovat sport, který máš nejraději.**

### Zdroj a více informací:

Olymp Centrum sportu  
Ministerstva vnitra  
[www.olympcsmv.cz](http://www.olympcsmv.cz)

Český olympijský tým  
[www.olympijskytym.cz](http://www.olympijskytym.cz)

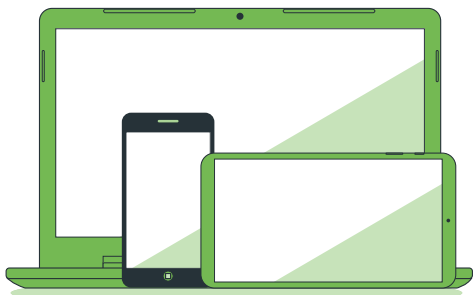
## 2. kategorie: 1. stupeň základní školy

### Digitální detox

Víš, co všechno patří mezi digitální technologie?  
Jsi zvyklý mít při ruce stále mobil?  
Kolik času denně trávíš na počítači?  
Dokážeš se takzvaně „odpojit“ od virtuálního světa?  
Kolikrát během dne použiješ svůj mobilní telefon?  
Věděl jsi, že průměrný člověk sáhne po telefonu každých 6 minut a stráví na něm 3 hodiny a 15 minut denně?

#### Co jsou to digitální technologie?

Digitální technologie můžeš vidět všude kolem sebe. Jedná se o elektronické nástroje, systémy a zařízení, které generují, ukládají nebo zpracovávají data. Patří mezi ně například počítače, tablety, notebooky, mobilní telefony, digitální fotoaparáty a kamery, herní konzole, navigace, přehrávače a další. Digitální technologie jsou dnes již součástí našich běžných životů, bez kterých se jen málokdo dokáže obejít. Jejich nadměrné používání může ale mít za následek digitální závislost. Proto je velmi důležité, abys uměl digitální technologie v pravý čas odložit a dokázal se plně soustředit i na jiné činnosti. Tomu se říká digitální detox neboli digitální pauza. Ačkoliv se to nemusí na první pohled zdát, díváním se do telefonu trávíme nemalou část svého života. Určitě jsi to zažil taky, místo učení nebo přípravy věci do školy si radši pustíš krátké video na tiktok, odepišeš kamarádům na zprávy nebo si zahraješ krátkou hru. Když musíme někde čekat nebo máme volnou chvíli, většina z nás si místo pročtení knihy, zápisků ze školy nebo procházky s kamarády vytáhne raději z kapsy telefon. Zkus se někdy kolem sebe rozhlédnout, kolik lidí neodtrhne oči od telefonu například na zastávce při čekání na autobus.

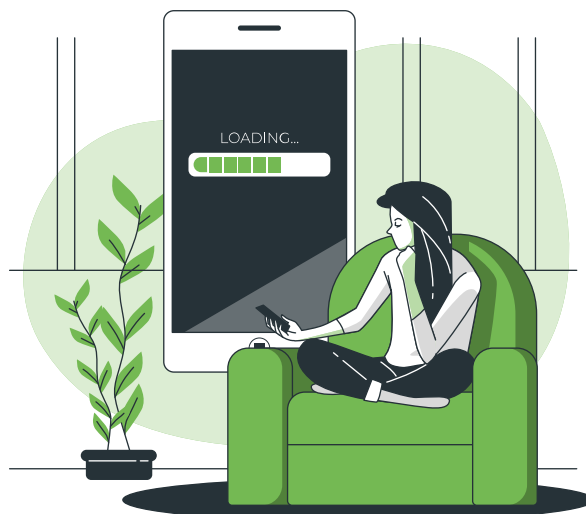


#### Jak na digitální detox?

Pokud si bez telefonu neumíš představit ani minutu, pak by pro tebe mohlo být praktikování digitálního detoxu dobrou strategií například po večerech nebo o víkendu. Digitální detox totiž nemusí znamenat úplné oddělení od telefonu a dalších technologických zařízení. Podstatou digitálního detoxu je spíše nastavení si určitých hranic a limitů, díky kterým si odpočineš od online světa a budeš si moct užívat aktivity v reálném světě (trávíš čas s přáteli, rodinou, sportovat nebo dělat cokoliv, z čeho budeš mít radost). Můžeš si zkusit třeba říct, že omeziš používání digitálních zařízení pouze v některých případech například:

- Když budu jíst jídlo, nebo budu sedět u stolu s ostatními lidmi (rodinou, kamarády).
- Když se ráno probudím.
- Když budu trávit čas se svými přáteli nebo rodinou.
- Než půjdu večer spát (zkus odložit telefon alespoň 30 minut před spaním).

Poslední bod je obzvláště užitečný. Používání technologií před spaním ovlivňuje kvalitu spánku a může mít za následek nedostatečný spánek nebo denní ospalost. Zkus si tak místo ležení v posteli a hraní na telefonu přečíst raději knihu nebo nějaký zajímavý časopis.





## Podoby digitálního detoxu

Digitální detox má řadu podob. Někdo se chce na čas vzdát všech digitálních zařízení, další se omezí na používání pouze jednoho typu digitálního zařízení, jako je například mobilní telefon či herní konzole. Svůj digitální detox si můžeš nastavit například takto:

→ **Digitální půst:** Zkus se na krátkou dobu, například na den nebo až týden, vzdát všech digitálních zařízení (například si řekneš, že během prázdnin nebudeš používat žádné digitální zařízení).

→ **Opakovaná digitální abstinence:** Vyber si jeden den v týdnu, kdy budeš bez daného zařízení (například každé pondělí nebudu používat mobilní telefon).

→ **Specifický detox:** Pokud ti nějaká aplikace, hra nebo digitální nástroj zabírá příliš mnoho času, zaměř se na omezení používání této problematické položky (například nebudeš hrát svou oblíbenou počítačovou hru).

→ **Detoxikace sociálních sítí:** Po určitou dobu se zaměř na omezení, nebo dokonce úplné vyloučení používání sociálních sítí. Ti z vás, kteří využívají sociální média (facebook, tik tok, instagram), mohou svůj detox začít tím, že si u těchto aplikací vypnou notifikace v telefonu. Namísto toho si vyhradte konkrétní čas, přibližně 20 až 30 minut denně, kdy zprávy či zmínky zkontrolujete a případně odešlete odpovědi.

### Jaké jsou výhody digitálního detoxu?

Díky dočasnému odpojení od digitálního světa se tilepší spánek, duševní zdraví a zvýší se tvá soustředěnost.

### Digitální detoxikační tipy

Pro někoho může být odpojení se od digitálních zařízení velice snadné, pro jiné je to mnohem obtížnější. Abys předešel případnému neúspěchu, můžeš udělat několik věcí, které ti pomohou, aby byl tvůj detox úspěšnější:

- Dej svým kamarádům vědět, že jsi na digitálním detoxu
- Najdi si způsob, jak se zabavíš (měj po ruce další aktivity)
- Odstraň si aplikaci sociálních sítí z telefonu, snížíš tak pokušení, aby ses do ní znovu přihlásil.
- Neseď doma, pokud máš možnost, jdi raději s kamarády ven.
- Začni si psát deník, do kterého budeš zaznamenávat své pokroky.

Přestat používat digitální technologie je leckdy nepohodlné a stresující. Můžeš se cítit otrávený, podrážděný, úzkostlivý, či dokonce znuděný. Věř, že i když to pro tebe bude ze začátku těžké, je to skvělá a obohacující zkušenost, díky které lépe porozumíš svému vztahu k digitálním zařízením. Digitálním detoxem získáš větší množství volného času, bude se ti lépe vstávat, zlepšíš své osobní vztahy, budeš produktivnější a kreativnější.

### Pomocné okruhy

Víš, kolik času denně trávíš na telefonu?

Proč je pro nás digitální detox důležitý?

K čemu může vést časté používání mobilního telefonu?

**Zkus se nad daným tématem zamyslet a namalovat obrázek, malbu, koláž nebo napsat úvahu či báseň, díky které budou moci ostatní lépe porozumět digitálnímu detoxu.**

**Můžeš také zpracovat audiovizuální dílo v podobě šotu nebo krátkého filmu.**



### Zdroj a více informací:

Digitální stopa:  
Příběh Svůdčáka  
nukib.cz

### 3. kategorie: 2. stupeň základní školy

## Umělá inteligence (AI)

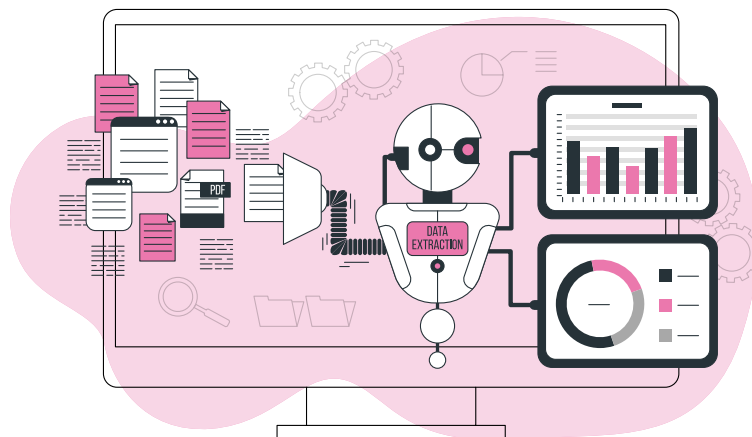
Co je to umělá inteligence?

Co si představíš pod pojmem umělá inteligence?

Jaké má podle tebe umělá inteligence výhody?

Kde se podle tebe používá umělá inteligence?

Myslíš, že dokážeš rozpoznat fotografii od obrázku vygenerovaného umělou inteligencí?



V poslední době je termín umělá inteligence často skloňován, přesto se mezi lidmi různí představy o tom, co vlastně znamená. Umělou inteligenci z anglického překladu Artificial intelligence (AI) lze definovat jako program, který simuluje lidské myšlení a akce. Myšlenka umělé inteligence ale není žádnou novinkou. Počátky idey umělé inteligence se začaly psát již dávno, a to v teoriích antických filozofů, kteří se zabývali otázkou povahy myšlení. Co to znamená „myslet“? A je vůbec možné, aby neživý či nelidský objekt napodobil proces myšlení? Avšak moderní pojetí umělé inteligence, tak jak ji známe dnes, se začalo utvářet zhruba v první polovině 20. století, a to s vynálezem prvních počítačů a programového vybavení. Časovou osu umělé inteligence včetně nejdůležitějších milníků jejího vývoje si můžeš přečíst zde: [aidetem.cz/obecny-uvod-do-umele-inteligence/strucna-historie-umele-inteligence](http://aidetem.cz/obecny-uvod-do-umele-inteligence/strucna-historie-umele-inteligence)

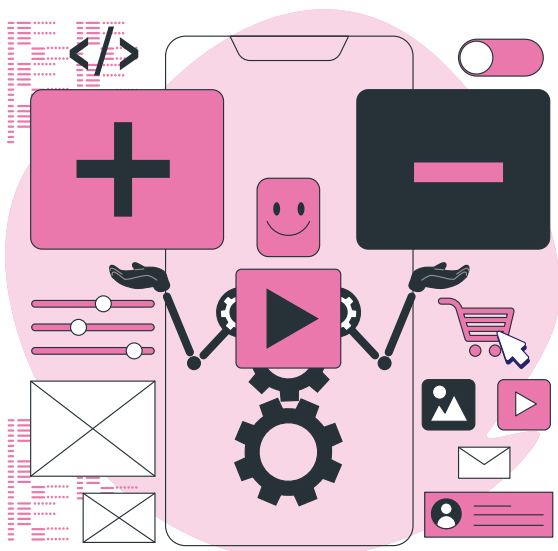
Od té doby se AI stále více rozšiřuje do různých odvětví, a stává se tak nevyhnutelnou součástí našich každodenních životů. Ve zdravotnictví pomáhá lékařům při rozpoznání rakoviny na rentgenových snímcích. V automobilovém průmyslu se umělá inteligence využívá při vývoji autonomních vozidel, což jsou vozidla, která ke svému provozu nepotřebují řidiče. V oblasti marketingu pomáhá AI firmám cílit na zákazníky a personalizovat jejich reklamy. Výsledkem je větší efektivita reklamních kampaní a zvýšení prodeje. V průmyslové výrobě pomáhá AI lidem při optimalizaci výrobních procesů a zlepšení kvality výrobků. Využívá se také v oblasti IT, kdy se z umělé inteligence stává důležitá součást procesu zajišťování kybernetické bezpečnosti.

Umělou inteligenci využíváme denně ve svém životě, aniž bychom si to někdy uvědomovali. Nachází se totiž i v zařízeních, která běžně používáme. AI například odemyká náš mobilní telefon pomocí funkce detekce obličeje, rozpoznává text i obraz, převádí obraz na text nebo napomáhá automatickému režimu fotografování. V e-mailové schránce nalezneme AI v rámci SPAM filtru, který slouží pro zachycení nežádoucí pošty a který se učí na základě předešlých dat rozeznávat závadné zprávy. S umělou inteligencí se setkáme také v podobě virtuálních asistentů, jako je Siri, Alexa nebo Asistent Google. Lidé využívají komunikační možnosti umělé inteligence například v aplikaci Duolingo, pomocí které si můžeš osvojit

jazykové dovednosti. A pokud se například díváš na filmy nebo seriály na platformě Netflix, umělá inteligence ti doporučí filmy na základě toho, co sleduješ.

#### Výhody a rizika umělé inteligence

Ačkoli umělá inteligence nabízí řadu výhod, je důležité mít na paměti i její rizika. Pomocí AI můžeme zlepšit zdravotnickou péči, což může významně zlepšit kvalitu života lidí. Díky umělé inteligenci lze automatizovat mnoho rutinních úkonů a tím usnadnit práci lidem, což povede k větší efektivitě a produktivitě. AI nám může zajistit bezpečnější auta a další dopravní prostředky, usnadnit přístup k informacím a vzdělání. Dokáže nám zajistit větší bezpečnost na pracovišti či nabídnout nové pracovní příležitosti v rostoucím odvětví průmyslu řízeném pomocí AI.





Umělá inteligence má ale i svou odvrácenou tvář a může pro nás představovat určitá rizika. Mezi ta největší patří nedostatečná transparentnost, kybernetické útoky, automatizace pracovních míst nebo šíření falešných zpráv. Umělá inteligence často shromažďuje a analyzuje velké množství osobních údajů, což vyvolává problémy s ochranou osobních údajů a jejich zabezpečením. Přílišné spoléhání na systémy umělé inteligence může vést k závislosti na těchto systémech a tím pádem ke ztrátě lidské kreativity a dovedností kritického myšlení.

### Deepfakes



Termín „deepfake“ pochází ze základní technologie algoritmů hlubokého učení, které se učí řešit problémy s velkými soubory dat. Tyto algoritmy pak mohou realisticky napodobovat lidské tváře, hlasy a pohyby a používají se k úpravě fotografií, videí nebo zvuku pomocí technik umělé inteligence. Výsledkem deepfakes je multimediální obsah (obrázek nebo video), ve kterém je obličej nebo tělo osoby upraveno tak, aby vypadalo jako jiná osoba. Cílem deepfakes je svým obsahem dezinformovat či záměrně klamat veřejnost. Oběti deepfakes jsou velmi často vysoce postavení lidé, jako jsou politici, filmoví herci a další, za účelem ztráty jejich popularity. Obsah generovaný umělou inteligencí, jako jsou deepfakes, přispívá k šíření nepravdivých informací a manipulaci s veřejným míněním.

### Jak poznat deepfake?

Pokud je deepfake velmi dobře propracované, může být někdy velice složité ho poznat, obzvláště na sociálních sítích, kde konzumujeme obsah velmi rychle a nesledujeme drobné odlišnosti. Zkus se proto více zaměřit na to, co sleduješ, a trochu více se soustředit. Technologie deepfake totiž stále není dokonalá, a tak si můžeš při všimnout některých chyb. Zaměř se na to, co osoba ve videu říká a zda zvuk odpovídá pohybu jejich rtů. Věnuj pozornost robotickým vzorům řeči nebo neobvyklým rysům obličeje.

Velmi častým znakem je to, že postavy v deepfakes videích nemrkají. Dalším typickým znakem jsou chyby v osvětlení. Osoba na videu může mít světlejší nebo naopak tmavší obličej, než je zbytek jejího těla. Zamysli se nad obsahem, který daná osoba ve videu sděluje. Někdy je obsah kontroverzní, senzační či neočekávaný. Můžeš se také zaměřit na vybavení prostoru ve videu, někdy se například hýbe pozadí, liší se nábytek nebo je třeba špatně umístěna vlajka. Některé detaily mohou být rozmazané, zaostření může vypadat nepřirozené a měkké. Pokud si přesto nebudeš jistý pravostí videa, je nejjednodušším řešením zkontrolovat oficiální profil dané osoby. Znamé osoby v dnešní době sdílí vše na svých oficiálních profilech.



### Pomocné okruhy

Co umí umělá inteligence?

Setkal ses někdy s umělou inteligencí?

Jak poznat AI?

#### Zdroj a více informací:

Den bezpečnějšího internetu.  
Ministerstvo vnitra představilo leták  
„Základní pravidla a rizika  
využívání umělé inteligence“  
Ministerstvo vnitra České republiky [mvcr.cz]

**Zamysli se nad daným tématem a zkus vytvořit například krátké video, ve kterém ukážeš, co vše lze udělat pomocí AI.**

**Můžeš nám také zaslat kresbu, malbu, koláž, úvahu, povídku nebo básničku zaměřenou na umělou inteligenci.**

### 3. kategorie: 2. stupeň základní školy

## Jak nás ovlivňují sociální sítě

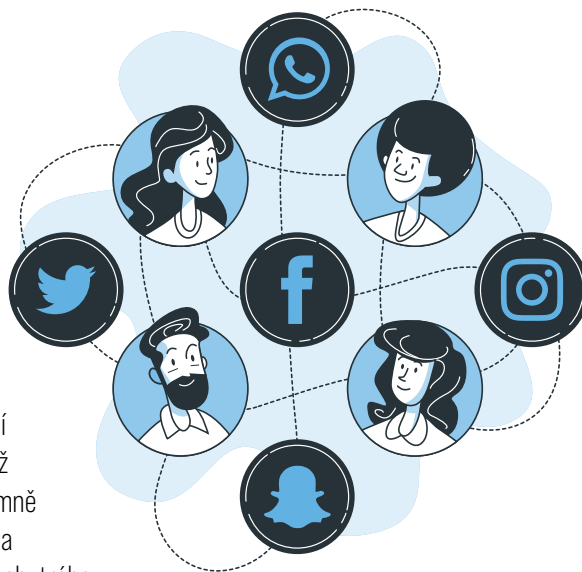
Co jsou to sociální sítě?

Víš, co bys neměl dávat na sociální sítě a proč?

Jaké jsou výhody a nevýhody používání sociálních sítí?

Kolik času denně trávíš na sociálních sítích?

Pokud používáš sociální sítě pak pro tebe slova jako influencer, youtuber, streamer, stories, follower, unfollow, reels, sketch, skrolovat nebo svajpnout a další určitě nejsou cizí. Sociální sítě z anglického označení „social networks“ se staly součástí našich životů a dnes je využívá více než polovina populace. Díky sociálním sítím mohou mezi sebou uživatelé vzájemně komunikovat, sdílet informace, videa, fotografie a další. Uživatelé mohou na stránky sociálních sítí přistupovat za pomoci svého počítače, tabletu nebo chytrého telefonu. Sociální sítě dnes používá kromě běžných uživatelů také mnoho firem s cílem spojit se s cílovými zákazníky, propagovat svou značku a zvýšit prodej. Sociální sítě můžeme rozdělit na osobní a profesní. Na osobních sociálních sítích vystupuje člověk sám za sebe, takové sociální sítě jsou určeny pro sdílení osobních informací a obsahů. Profesní sociální sítě jsou primárně určeny pro komunikaci firem, shánění nových zaměstnanců, sdílení životopisů apod. Mezi profesní sociální sítě patří například LinkedIn.



- **Facebook** – ačkoliv mladší generace dává přednost instagramu nebo tiktoku, facebook stále patří mezi nejpoužívanější sociální síť na světě. Facebook založil Mark Zuckerberg v roce 2004, v letošním roce oslaví facebook své 20. narozeniny. V České republice má aktuálně facebookový účet asi 6 milionů lidí. Nejvíce zastoupenou věkovou skupinou jsou lidé ve věku od 45 do 60 let.
- **Instagram** – patří k nejpoblíbenějším sociálním sítím. V České republice ho používá přes 3 miliony lidí a nejpočetnější věkovou skupinou jsou lidé ve věku od 18 do 35 let. Prostřednictvím instagramu sdílejí své fotky nebo videa. Kromě toho využívá tuto sociální síť také mnoho firem k propagaci svých produktů či přímému prodeji.
- **YouTube** – jedná se o nejoblíbenější platformu pro sdílení delších videí hned po googlu. Většina lidí navštívuje tuto sociální síť za účelem zábavy, někteří ale hledají videonávody, videorecepty, make-up tutoriály a další.
- **TikTok** – nejmladší generaci uživatelů nalezneme pravděpodobně na tiktoku. Jedná se o nejrychleji rostoucí sociální síť na světě. Primárně je určena k vytváření a sdílení krátkých videí.
- **X (dříve Twitter)** – představuje sociální síť hlavně pro politiky a novináře. Umožňuje komunikovat pomocí textových příspěvků, které jsou omezeny maximálním množstvím 280 znaků.
- **WhatsApp** – slouží ke komunikaci, umožňuje výměnu zpráv a multimediálních obsahů.
- **Twitch** – patří mezi oblíbenou sociální síť u mladé generace, umožňuje živé přenosy, nejčastěji na ní lidé sledují přenosy z e-sportu.

→ **Snapchat** – umožňuje uživatelům sdílet obrázky a videa s přáteli, obsah nechají po zhlédnutí automaticky zmizet.

→ **Pinterest** – vizuální vyhledávač, jehož pomocí hledají uživatelé nápady, jako jsou recepty, styl, inspirace pro domácnost, motivace a mnoho dalších.



#### Výhody a nevýhody sociálních sítí

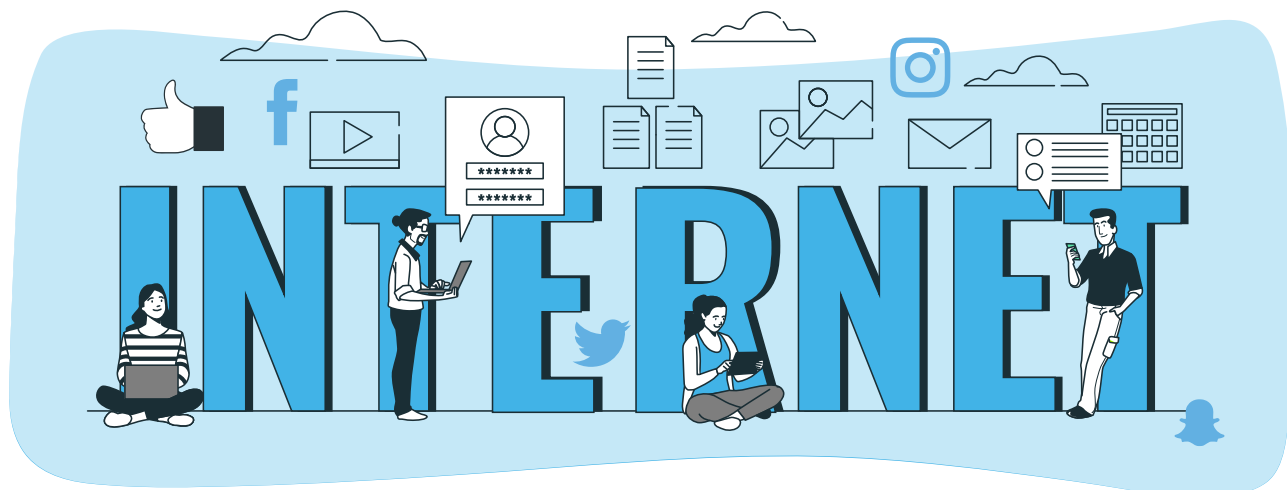
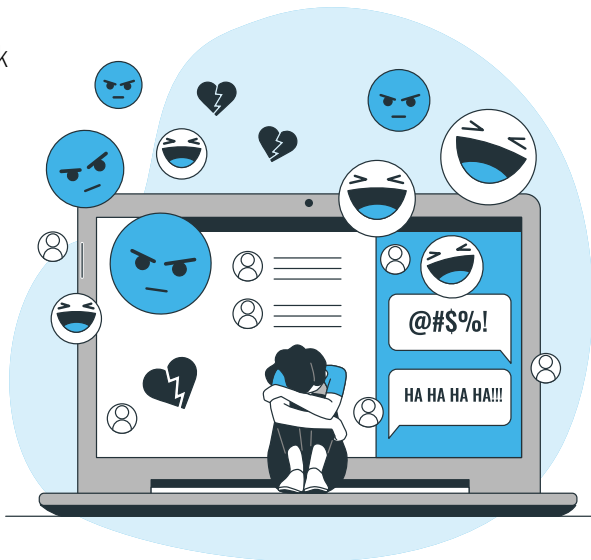
V čem nám sociální sítě pomáhají a v čem naopak škodí? Denně trávíme na sociálních sítích desítky minut až několik hodin. Sociální sítě nám nabízejí spoustu výhod a možností, bezpochyby ale mají také své nevýhody.

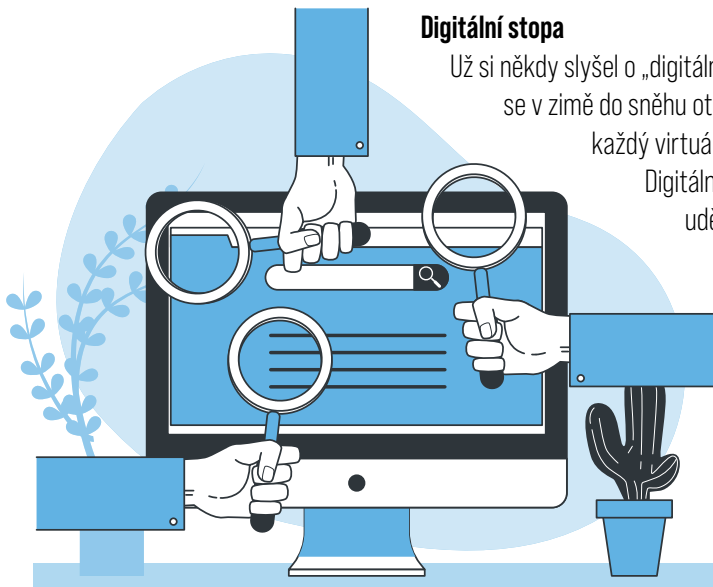
## Výhody

- **Propojení** – sociální sítě nám umožňují být v kontaktu s rodinou, přáteli ale také s lidmi, které tak často nevidáme nebo nás od sebe dělí velká vzdálenost. Umožňují nám navazovat kontakty s lidmi, kteří mají stejné záliby a zájmy jako my a kteří se třeba nachází na druhé straně zeměkoule. Můžeme komunikovat s kýmkoliv a kdykoliv.
- **Informovanost** – dávno jsou pryč dny, kdy se čekalo až večer budou v televizi zprávy o tom, co se událo. Na sociálních sítích se většinou objevují aktuální a nejnovější události z celého světa. Pokud chceš vědět co se ve světě děje, stačí se podívat na sociální sítě. Bonusem je to, že si sám můžeš přizpůsobit obsah, který chceš sledovat.
- **Obsah** – sociální sítě nám nabízejí zajímavý obsah, díky kterému se můžeme vzdělávat a inspirovat. Poskytují nám určitou formu zábavy a rozptýlení. Spousta z nás chodí na sociální sítě, když si chce doma odpočinout nebo si dát v práci pauzu.
- **Propagace a reklama** – firmám nabízejí sociální sítě skvělé příležitosti, jak budovat a prodávat svou značku, výrobky, nápady a služby.

## Nevýhody

- **Kyberšikana** – na sociálních sítích se velmi často setkáváme s kyberšikanou, která může mít různé podoby (urážlivé komentáře pod fotkami a statusy, upravené fotomontáže a videa, nenávistné zprávy, posměšky a nadávky). Uživatelé k tomu velmi často využívají anonymní účty, prostřednictvím kterých zasílají výhrušné zprávy.
- **Hackeři** – rizikem na sociálních sítích mohou být hackeři, kteří se snaží z uživatelů získat osobní údaje a citlivé informace. Na sociálních sítích to může vypadat například tak, že ti někdo pošle zprávu s podezřelým odkazem. Na takový odkaz nikdy neklikvej!
- **Šíření dezinformací a fake news** – sociální sítě tvoří prostor, ve kterém se v největší míře mohou šířit dezinformace, fake news, konspirační teorie a jakýkoliv manipulativní obsah.
- **Sociální izolace** – v dnešní době jsme v podstatě stále připojeni, stále tzv. online. Během pár vteřin můžeme otevřít konverzaci s kamarádem a začít s ním komunikovat. To může mít za následek tzv. sociální odpojení, kdy lidé vyměňují skutečné vztahy za virtuální.
- **Rozptýlení a prokrastinace** – příliš časté používání sociálních sítí nás může rozptýlovat jak ve škole, v práci či při učení, tak třeba v čase stráveném s rodinou nebo kamarády. Prohlížení sociálních sítí může podpořit prokrastinační návyky a stát se něčím, na co se lidé obracejí, aby se vyhnuli určitým úkolům nebo povinnostem.
- **Poruchy spánku a návyky sedavého životního stylu** – velmi často sledujeme sociální sítě na počítači nebo mobilním telefonu, což může někdy podporovat dlouhé sezení na jednom místě. Stejně tak setrvávání na sociální síti předtím, než jdeme spát, může mít negativní vliv na kvalitu našeho spánku.
- **Závislost** – nadměrná konzumace obsahu na sociálních sítích, neustálé scrollování či přílišná kontrola oznámení může vytvořit závislost, která brání vztahům a činnostem v reálném světě. Pokud člověk nemá jiné zájmy, mohou sociální sítě pohltit jeho veškerý čas.





## Digitální stopa

Už si někdy slyšel o „digitální stopě“? Co si pod tímto slovním spojením představíš? Jako se v zimě do sněhu otiskne stopa tvých bot, stejně tak se do internetu otiskne každý virtuální pohyb, kliknutí, komentář nebo příspěvek, který sdílíš.

Digitální stopu po sobě zanecháš pokaždé, když na internetu něco uděláš (přihlášíš se k e-mailu, navštívíš webovou stránku,

nasdílíš fotku nebo napíšeš kamarádům). Internetové vyhledávače, webové stránky nebo sociální sítě dokážou zjistit, co tě na internetu zajímá, které hry hraješ nejraději, co tu nakupuješ nebo na jaké odkazy klikáš apod. Tvá digitální stopa zahrnuje osobní údaje a další citlivé údaje, které se tě týkají. Mezi osobní údaje patří tvé jméno, fotografie tvého obličeje, tvůj věk, pohlaví, adresa bydliště, datum narození. Do digitální stopy patří také historie tvého vyhledávání, fotografie, na kterých jsi označený, obsah lajkovaný a zveřejněný na sociálních sítích, online komentáře nebo recenze a další.

Pokud chceš zjistit, jaké údaje jsou o tobě veřejně dostupné online, stačí si otevřít jakýkoliv vyhledávač, zadat své celé jméno a stisknout ENTER.

## Jak odstranit svou digitální stopu?

Pokud existuje online obsah, kterého lituješ, ještě není pozdě s tím něco udělat:

- Smaž veškeré nepotřebné informace (adresa bydliště, telefonní číslo, datum narození).
- Smaž příspěvky nebo fotografie, které jsou veřejně dostupné, které tě již nerepresentují a se kterými nechceš být spojován.
- Zkontroluj nastavení ochrany osobních údajů pro všechny své online účty.
- Zruš sledování nebo se odhlas ze skupin a příspěvků, se kterými už nechceš být spojován.
- Zruš označení v příspěvcích ostatních nebo je požádej o odstranění obsahu.
- Zvaž smazání účtů, které již nepoužíváš.

## Pomocné okruhy

Kolik času denně trávíš na sociálních sítích?

Co znamená digitální stopa?

Co bys na sociálních sítích neměl sdílet?

**Zkus se zamyslet nad tím, jak tvůj život ovlivňují sociální sítě.**

**Vyber si jeden ze tří způsobů zpracování (výtvarný, literární, audiovizuální) a vytvoř dílo, kterým blíže představíš, jak nás sociální sítě v dnešním světě ovlivňují.**

**Ve fantazii se meze nekladou.**

### Zdroj a více informací:

10 říčů bezpečného chování v onlinu –  
Ministerstvo vnitra České republiky  
mvcr.cz

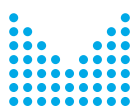
Sociální sítě – Nebojte se Internetu  
nebojteseinternetu.cz

Kniha kyberpohádek – KYBERPOHÁDKY  
kyberpohadky.cz

Internetoví úžasňáci  
internetoviuzasnaci.org

21. ročník soutěže

# Svět očima dětí



MINISTERSTVO VNITRA  
ČESKÉ REPUBLIKY

odbor komunikace