



Barnevakten temamagasin, Nr. 1, 21. årg. april 2021, løssalg: 85.-

DIGITAL BARNDOM

ALDERSGRENSER: KAOS I ALDERSMERKING PÅ APPER OG SPILL

Hedvig Montgomery
– Bli med barna
inn på nettet



SMÅBARN OG SKJERMBRUK

Slik gir du de yngste en god
start på skjermlivet

Strømmetjenester for barna

Avslører nettovergrepere

Familiequiz

ENKLERE TIDER?

FINN NYTTIGE TIPS OG GODE RÅD

barnevakten.no
facebook.com/barnevakten.no

Foto: Shutterstock



MØTET MED SKJERMEN

Barnevakten har de to siste årene gjennomført egne spørreundersøkelser blant foreldre, og i februar lanserte vi rapporten «Småbarn og skjermbruk». I denne undersøkelsen deltok nærmere 3000 foreldre med barn i alderen fire til seks år. Resultatene viser at foreldre stort sett er fornøyd med egen mediekompetanse, men samtidig etterlyses generelle råd om sunn skjermbruk og spesiell kunnskap om sikkerhet og smarte innstillinger.

Dette bekrefter behovet for det Barnevakten har jobbet med i mange år; å gi foreldre oppdatert og nyansert informasjon som gjør det lettere å finne en god balanse mellom livet på og utenfor skjermen. I dette magasinet finner du flere artikler med fokus på de aller yngste mediebrukerne – barna som nettopp har, eller snart skal plukke opp skjermen for første gang. På side 6 finner du gode råd fra familierapeut Hedvig Montgomery om hvordan du finner den gode balansen i denne viktige fasen



RUNE H. RASMUSSEN
FAGKONSULENT

av barnas liv. På sidene som følger finner du også gode råd fra Medietilsynets veileder om å skape gode skjermvaner fra første dag, flere fakta fra vår ferske forskningsrapport, samt noen gode apptips til de yngste.

Samtidig markerer denne utgaven en aldri så liten ny start for magasinet vårt. Digital Barndom har de siste årene vært et temamagasin med ett spesielt fokus i hver utgave. Men fra og med den utgaven du holder i hendene nå, vil vi tilby artikler fra et bredt utvalg av temaområdene Barnevakten arbeider med.

Det betyr at du kan glede deg til å lese om en rekke spennende temaer i dette magasinet. Hvordan skal man egentlig forholde seg til det kaoset som er i aldersmerkingen på apper og spill? Hvilke sosiale medier bør du ha litt kunnskap om, slik at du har en god forståelse av barnas mediehverdag? Visste du at forskere ved NTNU har utviklet en teknologi med potensiale til å stoppe overgripere på nett? Vi gir deg også en oversikt over de beste strømmetjenestene for barn, en rekke tips og anmeldelser, samt mulighet til å delta i en spennende konkurranse. Og dersom du gikk glipp av Barnevaktens super populære webinar om Roblox og Among Us, så finner du noen av de samme tipsene til gode innstillinger som gjør spillene tryggere for barna på side 32. God lesning!



Vi er en ideell stiftelse som jobber for at barn og unge skal bruke mediene på en trygg og bevisst måte.

Redaktør: Rune H. Rasmussen Ansvarlig redaktør: Leif Gunnar Vestbøstad Vik
Nettside: barnevakten.no facebook.com/barnevakten.no Besøksadresse: Fjøsangerveien 45, 5054 Bergen
Tlf.: 53 00 95 30 E-post: post@barnevakten.no Postadresse: Postboks 2420 Solheimsviken, 5824 Bergen
Grafisk design: Bodoni Forside/illustrasjonsfoto: Shutterstock Foto av ansatte: Løtvedt Foto Trykk: Bodoni

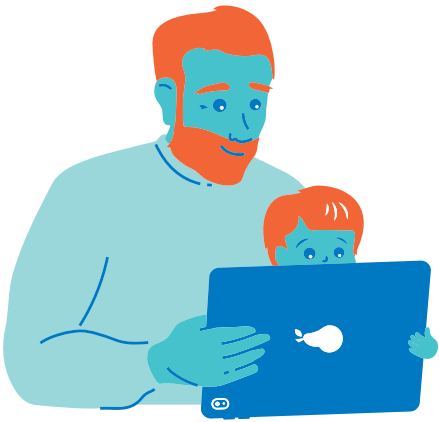


06 SLIK GIR DU BARNA EN GOD DIGITAL OPPSTART

12 FORELDRE ETTERLYSER RÅD OM SUNN SKJERMBRUK



14 NYTTIG VEILEDER FOR SMÅBARNSFORELDRE



22 MEDIETILSYNET GIR RÅD OM UKLARE ALDERSGRENSER



32 GJØR ROBLOX OG AMONG US TRYGGERE



38 DE BESTE STRØMMETJENESTENE



42 KUNSTIG INTELLIGENS KAN STOPPE NETTOVERGRIPERE

INNHold

På nett med bestemor Finner balansen sammen	10
De beste appene For de aller yngste	18
Ditt og datt Kortnytt og litt moro	21
Sosiale medier Disse bør du kjenne til	26
Digital temakveld Virusvennlige foredrag	30
Konkurranse Ta bilde og vinn fin premie	37
Gøy på nett Nyttige oppgaver for barna	46
Familiequiz Morsomme spørsmål til alle	50
Utelek med mobil Kule aktiviteter med skjerm	54
Film Hjertevarme, humor og fin musikk	58
Spill & app Mye moro og litt læring	60
Spør Barnevakten Vi svarer på dine spørsmål	64
Aktiviteter Finn feil og dyrenes fotspor	66

A black and white portrait of Hedvig Montgomery, a woman with blonde hair and glasses, resting her chin on her hand. She is wearing a dark top and a pearl necklace.

Hedvig Montgomery: — FINN DEN GODE BALANSEN!

Foto: Jarne Rugland

– Googler vi barn og skjermbruk, kommer alle skrekkrapportene opp. Men det er hjemmet og skolen som er viktigst for hvordan barnet har det, ikke hva som skjer på nettet, sier familieterapeut Hedvig Montgomery.

TEKST: EVA ALNES HOLTE

Hjemmet og skolen gjør den største forskjellen, ikke skjermbruk.



Hun er til stede på Barnevaktens digitale webinar på Safer Internet Day 9. februar 2021, der temaet er hvordan foreldre kan gi de minste barna en god digital oppstart.

– Barn er på nett og de er der mye. Barn i skolealder bruker daglig to til fire timer på nettet på fritiden sin. De ser på Youtube, film, spiller spillene

Fortnite og Minecraft, og lærer seg å perle eller å sminke seg. Det er nesten ufattelig hvor mye det er å hente på nettet for en seks-, sju- og åtteåring.

En velsignelse under nedstengningen

Og mye skjermtid er helt normalt og en naturlig del av barns utvikling i vår digitale tidsalder, beroliget hun:

– Det skjer nemlig noe med barna når de kommer opp i skolealder. Det handler om hva de begynner å interessere seg for og om hvordan hjernen utvikler seg. Barna begynner å søke utenfor seg selv. De begynner å søke utenfor mamma og pappa også.

Montgomery betror tilhørerne at hun i disse nedstengingstider har kjent på en takknemlighet for nettet.

– Det at barna våre har tilgang på Ipad, X-box og alt av tv-spill har iallfall ført til at det har mer latter

hjemme hos oss enn det ville vært uten alle disse verktøyene, sier hun.

Fysisk utvikling

Men – det kan bli for mange timer foran skjermen:

– Blir det for mange timer går de glipp av noe de trenger og som vi må passe på at de får. Barn i småskolealder trenger ganske mye frilek for å stille inn konsentrasjonen sin og kunne fokusere på skolearbeidet. Kanskje hopper man opp og ned i iver eller veiver med armene når man vinner i dataspillet, men det er ikke nok. Det holder ikke med de gymtimene de får på skolen, heller. De trenger både å bevege seg og bruke fantasien sin uten at det er en skjerm som styrer det.

Ansikt til ansikt

Mongomery er også opptatt av den direkte kommunikasjonen FORTS ►

Spørsmål på webinarret til Hedvig Montgomery:

– *I hvilken alder er det OK å introdusere barn for skjermen?*

– Barna blir introdusert allerede som baby, de ser jo at du bruker skjermen! Pass på at du ikke kikker ofte på skjermen mens barnet er våkent og sammen med deg. Helt opp til det er tre år, skal du bruke skjermen ekstremt lite mens du er sammen med barnet. Ansikt-til-ansiktkommunikasjon er så viktig!

– *Hvordan skal jeg få barna foran skjermen til å komme tidsnok til middag uten at det blir bråk?*

– Åh, jeg kjenner veldig godt til hvor vanskelig dette kan være! Forbered dem en liten stund før middagen står på bordet. Sjekk hvor de er i spillet, kanskje kan vi vente noen minutter på at de skal bli ferdige? Når de føler at du har respekt for det de gjør på nettet, kan dere være i dialog og få til nesten hva som helst. Men husk; det konfliktfrie hjemmet er ikke oppfunnet ennå!



– Barn lærer seg å bli voksne ved å se på hvordan vi voksne lever. Vis dem at livet byr på mye annet enn den digitale verdenen. Se opp fra mobilen og få øyekontakt med barna dine, oppfordrer Hedvig Montgomery. Illustrasjonsfoto: Shutterstock.

Det å sette deg ned sammen med barnet og følge med på hva som skjer på skjermen er verdifullt for kontakten dere imellom.



Faktisk gjør ansikt- til ansikt-kommunikasjon noe med hele nervesystemet vårt, kan Montgomery fortelle.

– Vi blir roligere, vi puster på en annen måte. Virkeligheten overvinner elektronikken. Vi får ikke den samme beroligende effekten ved å være på Zoom eller Teams, det tror jeg mange av oss voksne har erfart det siste året.

Som småbarnsmor selv vet Montgomery hvor «hekta» barn kan bli på den digitale verden. Så hvordan kan man sørge for at den digitale oppstarten blir god?

Vis interesse!

– Første bud; bli med barna inn på nettet. Vis interesse for hva barna gjør der. Se på skjermen sammen, lær deg litt om det spillet det spiller. Har du en idé om hva som skjer, blir du en mye mer interessant samtalepartner

for barnet ditt utenfor nettet også. Det å sette deg ned sammen med barnet og følge med på hva som skjer på skjermen er verdifullt for kontakten dere imellom. Det gir en enorm følelse av å høre sammen, og av å ha det godt. Du gir noe som er verdifullt for barnet her og nå og for forholdet dere imellom.

Men – du behøver ikke se på alt hele tiden, beroliger familieterapeuten.

– Det er helt i orden at barnet har sitt eget liv. Du må bare gjøre det nok til at du opprettholder kontakten og gjør deg selv til en ok partner for ungen din fordi du er interessert i det samme.

Vis dem andre aktiviteter

Andre bud er å lage balanse i barnas liv.

– Dette er faktisk en av de aller viktigste foreldreoppgavene. Vi er

Barna trenger å slappe av også, de trenger å le med venner over nettet. Nettet gjør verdenen større, ikke mindre.



nødt til å tilby andre aktiviteter, som for eksempel frilek, dans, bading, skøyting og tegning.

– Dette kan være organiserte eller ikke-organiserte aktiviteter. Det er ikke så farlig hva slags aktiviteter det er, det som er viktig er at vi viser barna at det går an å gjøre andre ting enn å sitte foran skjermen.

Vær et godt eksempel

– Men da må du fremstå som et godt eksempel selv. Da kan du ikke bare synke sammen i sofaen foran skjermen eller mobilen, sier hun.

– Barn lærer seg å bli voksne ved å se på hvordan vi voksne lever. De ser og vurderer om det voksenlivet er noe å strekke seg over. Vis dem at livet byr på mye annet enn den digitale verdenen. Se opp fra mobilen og få øyekontakt med barna dine, oppfordrer hun.

Få ting sier så mye om kulturen i en familie som hva vi gjør sammen, mener Montgomery. Og det er det samme hva vi gjør. Noen familier går i kirken, noen spiller musikk sammen, danser, spiller fotball, går på oppdagelsesferder i naturen.

– Alt er like verdifullt. Alt skaper samhold – også å spille dataspill i lag. Tenk over hvem dere er som familie og hva dere har lyst til å bruke tiden på.

Lov å slappe av!

Men; barna må også få lov til å slappe av, understreker

Montgomery. Hun forteller om en samtale hun overhørte mellom far og sønn:

– Gutten hadde nettopp vært på fotballtrening og faren skulle kjøre ham til en ny fritidsaktivitet. Gutten bad pent om å få slippe, han var sliten og ville hjem og koble av. Faren sa han skjønte det, men «når du slapper av setter du deg bare foran skjermen, så det går ikke».

– Jeg kjente meg sånn igjen i pappaen og jeg syntes så synd på gutten. Faren hadde en god tanke, men sønnen var så sliten.

Nærheten bygger en familie

Masse fritidsaktiviteter løser ikke problemet med skjermbruk.

– Barna trenger å slappe av også, de trenger å le med venner over nettet. Nettet gjør verdenen større, ikke mindre, sier hun.

– Løsningen ligger alltid mellom oss og barnet i den kontakten vi har med hverandre. Ikke vær redd for de kampene vi har, vær redd når kontakten glipper!

Til slutt ønsket hun tilhørerne lykke til med å finne balansen:

– All lykke til med å leve hele liv. Kos dere sammen med barna med alle de fine tingene som er på nett. Og kos dere med andre aktiviteter – sammen. Husk at det er nærheten dere har som gir god utvikling av barnas hjerne og det er nærheten som bygger en familie. ■

8 steg til en god digital oppstart:

1. Vis interesse for den digitale verdenen barnet er opptatt av.
2. Sett deg ned sammen med barnet ditt og delta i spillet eller google temaer barnet er opptatt av.
3. Tillat barnet ditt å slappe av foran skjermen alene, også barn trenger alenetid og å snakke og le med vennene sine.
4. Sørg for en balanse mellom skjermbruk og andre aktiviteter.
5. Balansen gjelder også dere foreldre – ikke synk sammen på sofaen med mobilen eller sosiale medier med en gang dere har et ledig øyeblikk.
6. Finn en familieaktivitet – samme hva – dere trives med å gjøre sammen.
7. La det meste av kommunikasjonen i familien være ansikt-til-ansikt-kommunikasjon!
8. Ikke vær redd for de kampene dere må ta med barna om skjermbruk – vær redd når kontakten glipper!

HELT PÅ NETT MED BARNEBARNA

– Vi finner ut mye rart når vi er på nettet sammen, sier Wenche Linder og forteller at hun og de tre barnebarna har søkt på sjørøvermonstre, hvordan fange krokodiller og hvordan bygge hytte i jungelen.

TEKST: EVA ALNES HOLTE



Wenche Linder og barnebarna Theo (9), Noah (7) og Liam (4) har hyppig kontakt – minst en dag i løpet av helgen og i alle skoleferier, forteller hun fornøyd.

Med tre unger i den alderen blir dagene aktive og morsomme, sier hun.

– Jeg er opptatt av at vi skal ha overvekt av fysiske aktiviteter sammen siden de alle tre har mye energi de trenger å få utløp for.

Fire energibomber

Balansen mellom nettet og fysiske aktiviteter får hun til med god planlegging.

– Planlegging er nøkkelen til suksess på så mange områder i livet. Når det gjelder besøk av barnebarna, synes jeg det er lurt å ha et program for dagen som består av faste måltider og fysiske aktiviteter. Så blir nett-

Noah og Wenche er enige om at uteaktiviteter og skjermbruk hjemme funker fint for dem. Foto: Privat

bruk en del av hviletiden imellom.

Vi mistenker at bestemor også har mye energi hun må få utløp for – Wenche er en aktiv dame som pakker sekken og drar ut på tur så snart hun har anledning – med og uten godungene.

– Vi går ut i skog og mark, på ski eller på beina, vi går på snowboardkurs, på treningssenter og vi oppsøker klatreparker, forteller den oppfinnsomme bestemoren.

– Her en helg da det ikke var snø og alt var koronastengt, dro vil på Pokémon Go-tur i Frognerparken. Vi hadde på skrittelleren og gikk over 14000 skritt så det ble god trening!

Netflix og enkle pekespill

Etter å ha vært ute på farten hele dagen, er det deilig for store og små og komme hjem og slappe av. Da er guttene på Youtube eller på dataspill tilpasset den enkeltes alder. Bestemor passer på at de ikke blir sittende for lenge foran skjermen og at de alle tre har litt skjermtid sammen også.



En kreativ bestemor fikser fint å finne på morsomme uteaktiviteter i snøløse vinterdager under koronapandemien. Theo, Noah og Liam koser seg med Pokémon Go i Frognerparken. Foto: Privat

Wenche forteller at barnebarna har blitt introdusert for skjermbruk gjennom bruk av filmapper som Netflix og enkle pekespill. Etter hvert har de gått over til å bruke Google og Youtube for å søke etter informasjon om tema hun og trioene er opptatt av. Skjermbruk kan også by på sosialt samvær dem imellom.

Søker informasjon sammen

– Vi har skaffet oss mye nyttig informasjon via skjermen om alt fra sjørøvermonstre til hvordan man kan bygge hytte i jungelen eller fange krokodiller, smiler hun.

– Vi har også brukt nettet til å finne praktisk informasjon om ting vi har tenkt å gjøre, som for eksempel hvordan klatre opp en klatrevegg.

Wenche er opptatt av at de skal være mest mulig sammen – også foran skjermen.

– Gjør databruk til en informasjonskilde for tema som dukker opp i samtaler, fremfor å passivt bruke skjerm for å få slappet av selv, råder hun.

– Nettet er en flott informasjonskilde for tema som dukker opp i samtaler våre. Vi lærer mye sammen og det er spennende.

Mobbing på nett

Bestemoren lærer barnebarna å bruke nettet med vettet, og å være bevisste på at ikke alt som står der er sant:

– Vi snakker også om at man må være kritisk til kilder og ikke tro på alt man leser.

Noen ganger dukker alvorlige tema opp: Wenche forteller at hun snakker med barnebarna om mobbing og annen uønsket kontakt på nettet og om hvordan man straks må varsle en voksen hvis slike situasjoner oppstår.

Hun vil ikke sette verdien av uteaktiviteter og databruk opp mot hverandre, men understreker at hun passer på å tidsbegrense skjermbruken for barna – og for seg selv.

– Begge deler er hyggelig samvær oss imellom, sier hun. ■

Bestemors skjermtips:

1. Sørg for avveksling mellom skjermen og fysisk aktivitet.
2. Begrens tiden foran skjermen.
3. Sitt sammen med barna foran skjermen, men ikke nødvendigvis hele tiden.
4. Snakk med barna om at ikke alt som står på nettet er sant.
5. Snakk med barna om mobbing på nettet og hva de skal gjøre hvis de blir utsatt for det eller noen de kjenner blir det.
6. Prøv å få tiden foran skjermen til å bli lærerik og morsom – og noen ganger bare underholdende og avslappende!



SMÅBARN OG SKJERMBRUK

Barnevaktens nye undersøkelse gir verdifull informasjon om hva småbarnsforeldre ønsker mer kunnskap og veiledning om.

KJELLAUG TONHEIM TØNNESEN, FAGLIG LEDER I BARNEVAKTEN

Jeg tenker at det å bruke skjerm kan være både positivt og negativt. Kanskje kan det blir for mye av og til. Men det gir også inspirasjon til lek, og vi velger gjerne innhold vi kan lære noe av i forhold til både kunnskap og verdier ... Balanse er viktig.

Forelder



Barnevakten lanserte i februar rapporten «Småbarn og skjermbruk», som er en rapport om 4-6-åringers skjermbruk basert på foreldreundersøkelse. Rapporten ble lansert på Safer Internet Day 2021, og gir oss mange viktige fakta å grave i.

Etterspør generelle råd

Rapporten søker svar på følgende problemstilling:

På hvilke områder gir foreldrene uttrykk for behov for kunnskap, råd og veiledning knyttet til barnas mediebruk, og hvordan forholder dette seg til typiske trekk ved kunnskapsfeltet og samtidskonteksten?

Funnene i undersøkelsen viser at foreldre stort sett er fornøyd med

egen kompetanse, men samtidig etterspørres generelle råd om barns skjermbruk med særlig vekt på kunnskap og konkret veiledning på områder som sikkerhet, filter og smarte innstillinger.

Fire av ti foreldre svarer at de er bekymret for at skjermen kan ha negative fysiske konsekvenser, som for eksempel at barna får for lite bevegelse, noe som kan hemme den motoriske utviklingen. Foreldrene gir mer uttrykk for bekymring for barnets totale tidsbruk foran skjermen, og vektlegger i mindre grad hva barnet blir eksponert for gjennom mediene.

Det er også verdt å merke seg at seks av ti foreldre etterspør mer kunnskap om effekten av skjermbruk,

Eg likar den ikkje [skjermbruken], samtidig trur eg den er viktig i [...] samfunnet og utviklinga i samfunnet i forhold til skjerm. Elsk-hat forhold rett og slett. Forelder



og mange foreldre ønsker også å forstå mer av hvordan innhold og reklame målrettes mot brukerne og dermed påvirker barna.

Foreldrene uttrykker videre et klart behov for praktiske råd om grensesetting og kunnskap om forebygging av nettmobbing og nettovergrep. Det synes også å være et underliggende behov for å bli tryggere på å sette gode grenser for barna.

Ønsker andre aktiviteter

Når det gjelder foreldrenes holdninger til digital praksis i barnehagen, viser undersøkelsen en tendens til at foreldre ønsker at andre aktiviteter enn de skjermbaserte skal være prioritert i barnehagen.

Undersøkelsen viser også at tilgangen på skjermbaserte medier er vesentlig mindre blant barn fra familier med minoritetspråklig bakgrunn enn i gruppen totalt. Dette gir seg også utslag på spørsmålene om hva 4-6-åringene bruker skjermen sin til. Minoritetsspråklige foreldre synes å ha mer kontroll med barnas skjermbruk, men opplever større behov for digital kompetanse.

Økt skjermtid under koronaen

Undersøkelsen søkte også svar på hvordan koronapandemien påvirket familien og barnas skjermvaner.

Tre av fire foreldre oppgir at barnets skjermbruk økte, og for en tredel vedvarte de endrede skjermvanene også da samfunnet åpnet opp igjen om som-

meren. Undersøkelsen viser at de fleste foreldrene er negative til endringene i barnas skjermvaner.

Sju av ti foreldre som svarte på det norske spørreskjemaet, svarer at barna deres brukte mest av skjermtiden til strømmetjenester som Netflix og lignende under koronautbruddet våren 2020. Mens foreldre som svarer på et annet språk enn norsk, sier at barna deres brukte mest tid på samtale og kontakt med besteforeldre.

Den økte skjermtiden førte ikke til mer variasjon i skjermbruken. En samlet respondentgruppe oppgir at barna primært brukte skjermen til underholdning og kontakt, men med noe ulik vektlegging, der språklig bakgrunn synes å spille en rolle.

En forelder uttrykker seg slik i undersøkelsen:

«Barnehagebarnet ble helt klart den «tapende part» hjemme i koronatiden. Mor som var eneste hjemme med tre barn, derav to skolebarn. Mor måtte sitte å hjelpe til med hjemmeskole fra 08:30-13:00, og måtte stue vekk barnehagebarnet med Netflix. Det føltes helt forferdelig, men jeg hadde ikke noe valg! Kunne ikke løst det på et annet vis uten at det da ville bli forstyrrelser i skolearbeidet til skolebarna.»

Rapporten «Småbarn og skjermbruk» er utført av et forsker-team knyttet til NLA Høgskolen, på oppdrag fra Barnevakten. Spørreundersøkelsen ble besvart av 2927 respondenter som er foreldre til 4-6-åringer i barnehagene, og var tilgjengelig på ti språk. ■

Sentrale funn

- Foreldre er i stor grad fornøyd med egen kompetanse i møte med barnets skjermbruk.
- Samtidig et underliggende behov for å bli tryggere på å sette gode grenser for eget barn.
- Etterspør særlig kunnskap og konsis veiledning angående sikkerhet, filter og smarte innstillinger, effekten av skjermbruk, tilgjengelige ressurser, samt forebygging av nettmobbing og nettovergrep.
- Praktiske råd om grensesetting.
- Etterspør også råd og veiledning angående muligheter for lek og læring, underliggende verdier og holdninger, og samtale om innholdet som formidles.

Bekymret for:

- Hva skjermbruken fortrenger av andre aktiviteter som fysisk kontakt og lek.
- Mulige negative fysiske konsekvenser.
- Mulige psykologiske konsekvenser.
- Kjøpepress og uønsket innhold.

Begeistret for:

- Skjermbruken totalt sett, når brukt fornuftig.
- Læringen, med «lek og lær»-applikasjoner.
- Kontakten med andre (gjelder særlig foreldre med minoritetsspråklig bakgrunn).



Småbarn og skjermbruk

— EN GOD START

Gode råd for å skape gode skjermvaner fra dag én.

TEKST: KJELLAUG TONHEIM TØNNESEN ILLUSTRASJONER: PROVINSEN AS

Nær halvparten av foreldre med barn i alderen 1 til 5 år oppgir at barnet har tilgang til tv eller nettbrett. Andelen stiger jevnt med alder, og hver fjerde 4–5-åring har eget nettbrett. Det er vanlig for de yngste å se filmer, serier eller tv-programmer, i tillegg til å se på Youtube eller Youtube Kids. Andelen som ser innhold på disse kanalene øker også med alder, viser Medietilsynets undersøkelse «Småbarn og medier» (2020).

Dette bør du tenke gjennom

Før du slipper barnet løs på skjermen bør du gjøre deg kjent med hvilke apper, nettsteder og innhold barnet kan bruke, og vurdere tid og sted for skjermbruk. Vær bevisst og bruk gjerne foreldrekontroll for å begrense tilgang og innhold. Og ikke glem å selv være et godt forbilde med egen skjermbruk.

«Småbarn og skjermbruk»

For å hjelpe småbarnsforeldre igang, har Medietilsynet sammen med Barnevakten og andre aktører laget en veileder som nylig ble lansert; «Småbarn og skjermbruk – en god start».

I denne veilederen får du tips til hvordan du kan håndtere skjermbruk i din familie. Det er vanlig å være usikker på alt fra tidsbruk til valg av innhold for barn i aldersgruppen 1 til 5 år. Denne veilederen gir deg noen gode råd på veien.

Veilederen er laget i et samarbeid mellom Medietilsynet, Redd Barna, Barnevakten og Foreldreutvalget i barnehagene (FUB). EU har samfinansiert prosjektet. Illustrasjonene er laget av Provinsen AS.

I det følgende finner du noen utvalgte skjermråd fra «Småbarn og skjermbruk – en god start».

Du kan laste ned veilederen eller bestille den fysisk på medietilsynet.no/smabarn-og-skjerm Det er gratis.



BALANSE

Mange foreldre lurer på hvor lenge barnet kan bruke skjerm. Verdens helseorganisasjon anbefaler at barn under 2 år ikke bruker skjerm i det hele tatt. Fra 2-5 år anbefaler de at bruk av skjerm skjer i samspill med en voksen, og i maksimalt én time hver dag, men helst mindre. Det oppfordres også til minimum to timer fysisk lek/aktivitet hver dag fra ettårsalderen.

Ingen familier er like, så vår anbefaling er å finne en løsning som passer for din familie.

Det er ok å la barnet bruke skjerm innimellom – men ikke hver gang det kjeder seg.

TIPS 3: Unngå skjerm rett før leggetid

Barn trenger tid til å «runde av dagen» sammen med deg som forelder. En lysende skjerm kan fort stimulere barnet, som kan føre til rastløshet. Hva med å heller lese en bok sammen eller synge med barnet?

TIPS 1: Pass på at barnet har flere aktiviteter enn skjerm

Barn trenger å lære ting ved å gjøre og oppleve de fysisk, ikke bare gjennom en skjerm. Sørg for at barnet får fysisk aktivitet hver dag.

TIPS 2: Lag gjerne regler for skjermtid

Vær tydelig overfor barnet om når og hvor lenge det kan bruke skjerm. Det kan for eksempel være lurt å unngå skjermbruk under måltider, i utendørslek og i senga.



FORTS. ➤

➤ INNHOLD

Apper, videoer, bøker og spill kan være både lærerike og underholdende, men det er viktig at innholdet barna bruker passer for deres alder. Aldersgrensene på filmer, programmer og spill kan være til hjelp, samt at du ser an barnets modenhet og tålegrense.

TIPS 1: Test ut selv først

Før du laster ned innhold for barnet, ta en testrunde og finn ut om det er passende, vil kunne vekke barnets interesse og er lett å bruke.

TIPS 2: Spør andre voksne

Når du skal velge ut passende filmer, apper eller spill kan du spørre for eksempel førskolelærer eller andre foreldre om råd. Ta opp dette som et tema på foreldremøte i barnehagen, og spør om hjelp hvis du trenger det. Sjekk aldersgrenser, og vårt råd er å følge de som er satt hvis du er usikker.

TIPS 3: Hjelp barnet med å ta informerte valg

De yngste barna vil bruke det du finner fram, men kan etter hvert bli eksponert for innhold som ikke passer for barn. Snakk med barnet om hvilket innhold du mener er passende og ikke, og forklar hvorfor. I denne alderen er det du som må ta gode valg for ditt barn, men ved å snakke med barnet kan du hjelpe det til å forstå og etter hvert selv ta gode valg.



DELTA SAMMEN MED BARNET

Det er både fint og viktig å se sammen med barnet. Finn ut hva barnet liker og tåler, og snakk om det som oppleves underveis.

TIPS 1: Snakk med barnet om hva de ser og gjør

Snakk med barnet underveis om hva de spiller, eller hva videoen de ser på er om. Vær nysgjerrig, ikke kontrollerende. Når det å snakke sammen om det de liker å se på er normalt, vil barnet lettere komme til deg dersom det skjer noe skremmende.

TIPS 2: Vis barnet hvordan de skal bruke skjermen og tenk over avstand og sittestilling

Små barn har mye å lære, blant annet hvordan ulike skjermer virker. Selv om de lærer fort er det ikke alt som kommer av seg selv. Hvis barnet skal bruke skjermen lenge er det viktig at barnet sitter godt og ser på en stor skjerm heller enn en liten mobil.

TIPS 3: Vær et godt forbilde

Din egen skjermbruk vil være til etterfølgelse for barnet ditt. Tenk over hvor og hvordan du selv bruker skjerm. Dere kan for eksempel bli enige om at dere ikke bruker skjerm mens dere spiser eller snakker sammen. Øyekontakt er svært viktig når dere snakker sammen.



TRYGGHET PÅ NETT

Når barn bruker skjerm kan de komme utfor ting som gjør dem redde eller usikre. Trygghet starter med hvilke rammer du setter rundt barnets bruk. Snakk om hva som kan skje, og vis barnet hvordan det skrur av skjermen dersom han eller hun opplever noe skremmende.

TIPS 1: Bruk foreldrekontroll

Bruk av innstillinger kan begrense at barnet kommer over skadelig innhold, men det er ingenting som er 100 prosent sikkert. Følg med underveis, det er du som har ansvaret.

TIPS 2: Vis barnet snarveier

Det er vanskelig å lage avtaler med de minste barna. Vis hvordan de kan skru raskt av dersom noe er ekkelt eller skummelt, og be dem si ifra til deg med en gang etterpå.

TIPS 3: Har barnet sett noe skremmende ved et uhell? Trøst og ro ned barnet, og snakk om det

Barn kan komme utfor noe på nett de ikke skulle ha sett. Se selv på hva det var, og snakk om hva barnet følte rundt det. La barnet snakke fritt og lytt oppmerksomt.

UNDERHOLDNING OG SOSIALT SAMSPILL

Barn liker å bruke skjerm fordi det er gøy, og fordi de kan lære noe. Skjermen kan også bli brukt for å holde kontakten med andre, som besteforeldre.

TIPS 1: Slapp av med digitale medier

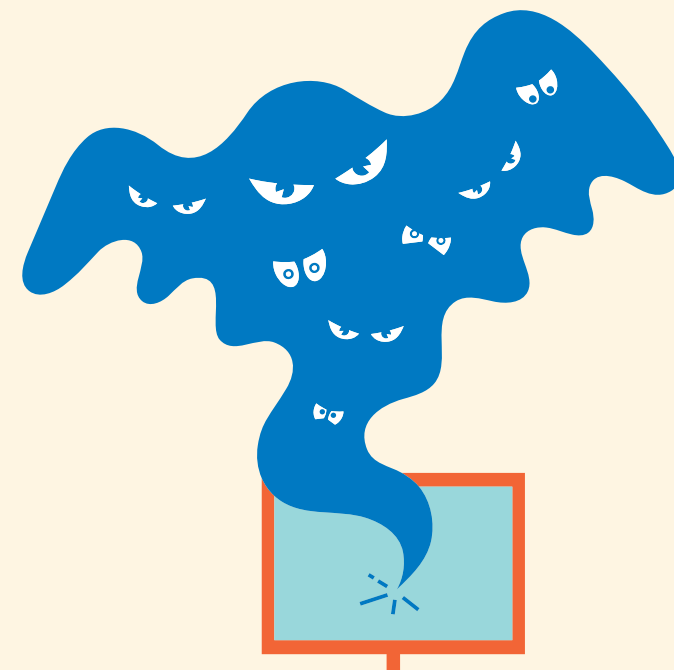
Etter en travel dag kan det være deilig å slappe av med digital underholdning, det vet både liten og stor. Se gjerne en film eller spill et spill sammen.

TIPS 2: Vær kreative og skap noe

Bruk skjermen til å lage noe sammen med barnet. Mange apper lar barnet bygge noe selv, skape musikk eller gjøre andre kreative ting.

TIPS 3: Hold kontakten

Mange barn har familie og venner som bor i en annen by eller i et annet land. Gjennom skjermen kan barn holde kontakten med andre.





APPENE SOM PASSER TIL DE YNGSTE BARNA

Her er forslag til apper som byr på både glede og læring, og som passer for de yngste i hjemmet.

TEKST: KRIS MUNTHE

Nettbrett og mobiltelefoner byr på en hel verden med spennende apper og spill. Ikke alle apper er like gode, og i ytterste konsekvens kan barna bli sittende med gratisapper som er fylt med reklame, eller apper som potensielt kan by på ubehagelige inntrykk.

Som foreldre kan vi finne frem til de gode appene på vegne av barna. Da kan vi fylle noe av skjermtiden med ikke bare underholdning, men også læring. Samtidig er det å involvere seg og utforske appene sammen med barna, noe av det viktigste vi kan gjøre som foreldre. Derfor har vi funnet frem til noen apper som kan by på både læring og underholdning, og som passer perfekt for fine skjermtunder sammen med barna!

Syng meg i søvn

iOS (Apple) 4+
Passer for alle aldre

Nattasanger for barna

Det er så klart ingenting som kan erstatte en sangstund med foreldrene. Men det finnes også apper som kan være et fint tillegg, og som byr på sangglede. I denne appen skal barna «legge» forskjellige dyr til sengs. Det er nemlig mange trøtte skapninger som gjemmer seg i skogen og som ikke får sove før feen Syngeling har sunget en nattasang for dem.

Appen byr på vakker og eventyrlig grafikk med interaktive elementer som barna og foreldrene kan trykke på. Her er det elleve godnattsanger som blir sunget på norsk. Tegningene er også laget for hånd av en dyktig illustratør. Appen kan også gå i «loop» som lyd-bok på sengekanten.



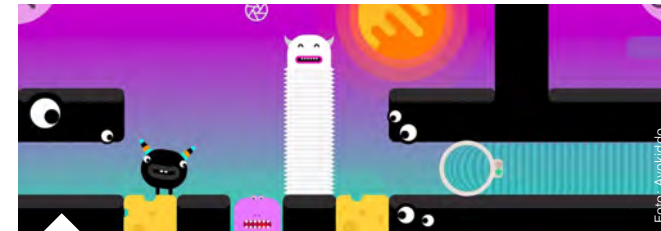
Poio

Android (Google) PEGI 3
iOS (Apple) 4+, passer fra fire år

Barnas nye ABC-bok

Å lære å lese er en stor og viktig milepæl for barn. Takket være utvikling på teknologifronten finnes det motiverende alternativer til den klassiske leseboka. **Poio** er en app som blander elementer fra spill med leseøvelser, og appen har som mål å lære barn helt ned i fireårsalderen å lese.

Utviklerne har høye ambisjoner med andre ord, og legger til rette for leseopplæring på en gøy og leken måte. Her er det flott grafikk, søte spillfigurer og en sjarmerende historie i bunn. Alle bokstaver og ord uttales med bokstavlyd – noe som hjelper barn å knekke lesekoden.



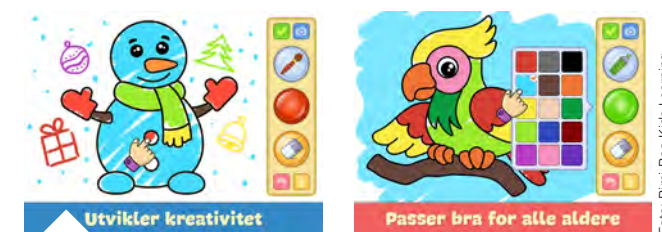
Thinkrolls

Android (Google) PEGI 3
iOS (Apple) 4+, passer fra fire år

Lær barna å løse problemer

Selv de minste kan ha godt av noen «hjernenøtter» å bryne seg på iblant, og denne appen er utviklet nettopp for det. I **Thinkrolls** skal barna lede en spillfigur gjennom en rekke labyrinter. Langs veien er det satt opp ulike hindringer. Det kan for eksempel være en mur eller farlig «lava». Til hjelp har barna flere brikker som kan være med på å løse hindringene som står i veien.

Etter hvert blir hindringene og løsningsmåtene mer komplekse. Men det er ingen tidsgrenser og barna får et uendelig antall med forsøk. Og så klart – her kan også barna og foreldrene gå sammen om å løse utfordringene! Det finnes flere spill i serien som tar for seg alt fra fantasi og eventyr til verdensrommet.



Fargelegging og tegning for barn

Android (Google) PEGI 3
iOS (Apple) 4+, passer for alle aldre

Morsom kreativitet og læring

Fargelegging for hånd gir barn god trening og finmotorikk – men det finnes også apper som byr på tegning og kreativitet på skjerm. Appen **Fargelegging og tegning for barn** eller **Fargelegging spill for småbarn** vil vi anbefale i denne sammenheng (navnet er forskjellig i Google Play og App Store).

Her får barna tilgang til et hav av forskjellige børster, blyanter, farger og ark. Det er flere temaer å velge fra, som dyr, dinosaurer, skole, musikk, mat og mer. Appen hjelper dessuten barna å tegne innenfor strekene. Så her er det mye rom for kreativitet og læring på skjerm – og med appen er farger og ark alltid tilgjengelig bare en skjermberøring unna.



Pickatale

Android (Google) PEGI 3
iOS (Apple) 4+, passer for alle aldre

Mange spennende fortellinger

Pickatale er en norskutviklet leseapp som gjør smarttelefoner og nettbrett om til et fullverdig bibliotek. Konseptet kan best beskrives som en slags Netflix – men for bøker! Ved å abonnere på tjenesten kan barna få tilgang til flere tusen bøker både på norsk og engelsk.

I og med at foreldre kan opprette flere profiler i appen, kan lillebror på tre år lese **Tambar** og **Brillebjørn**, mens storesøster på syv år kan lese om **Star Wars**, **Roblox**, menneskehjertet og **Rødhetten og Ulven**. Og hvorfor ikke bruke appen til å lese spennende bøker sammen med barna? Appen fungerer også som lydbok.



Litt av hvert fra den digitale verden

VISSTE DU AT ...



...1 av 4 Apple-brukere **utsettes for et daglig støynivå** som er høyere enn anbefalingene fra WHO? Det viser rapporten «Apple Hearing Study».

...ifølge «The Power of Virtual Communities» oppgir 77 prosent at **digitale grupper er de viktigste gruppene** de er en del av.



...forskning fra University of Washington (m.fl.) har avdekket at det er en **direkte sammenheng** mellom bruk av mobilapper, søvnvaner og innsats på jobb?



Evolutionens underfundige veier.

Kilde: *helt.digital*



Invasjonen av jorden gikk fryktelig
galt da romvesenet Lars
glemte mobilen på Mars.

BLIR VI OVERVÅKET?

I 2020 gjorde **teknologi som muliggjør masseovervåking** store fremskritt. Nøyaktigheten økte betydelig for teknologi som kan identifisere personer basert på stemme, bilder, video eller ansikt. Det viser den årlige rapporten om kunstig intelligens fra Stanford Institute for Human-Centered Artificial Intelligence.

TILTAK MOT MOBBING

Tiktok har nylig begynt utrullingen av to funksjoner for å **bekjempe mobbing og hatprat** – et filter for kommentarer der du blant annet selv kan velge hvilke ord som skal lukes ut, samt automatiske advarsler som gir brukere en mulighet til å tenke seg om før de publiserer en kommentar med utvalgte nøkkelord og setninger.



SLIK NAVIGERER DU I ALDERS- GRENSENE PÅ APPER OG SPILL

Hva gjør du når to appbutikker viser forskjellige aldersgrenser?
Hvor streng bør du i det hele tatt være med å overholde aldersgrenser
og brukervilkår som står oppgitt i appen? Her er Medietilsynets råd.

TEKST: KRIS MUNTHE

A velge spill og apper til barn dreier seg ofte om å luke bort sterke inntrykk. Til hjelp med det har app- og spillbutikkene oppgitt en

aldersgrense som sier noe om hvilken alder innholdet egner seg for. Men av og til er det ikke så enkelt som det. Det populære spillet Minecraft for eksempel, har forskjellige aldersgrenser på Google Play og App Store (Apple). Og i noen apper står det enda en aldersgrense oppgitt i vilkår. Hvilken skal man da følge?

PEGI er tilpasset Europa

Beate Våje er seniorrådgiver på spill og apper i Medietilsynet. I forvirringen som mange har om hvilken aldersgrense man bør følge, har hun noen råd.

– Hvis vi skal se på spillet Minecraft som eksempel, står det 7 år i Google Play og 9+ i Apple Store. Det

henger nok sammen med at alderssystemene er ulikt inndelt i alder. Apple har ingen syvårsgrense for eksempel. PEGI / IARC / Google Play har 3, 7, 12, 16 og 18 år, mens App Store benytter 4+, 9+, 12+ og 17+ år.

– Da mener vi at for dette tilfellet med Minecraft, kan foreldre velge å følge PEGI sin ordning, altså 7 år i Google Play. Årsaken er at PEGI setter merking etter europeisk standard og da vil det være naturlig å følge denne for norske forbrukere, forklarer Våje.

Men hva om familien kun bruker Apple-produkter som ikke forholder seg til PEGI-systemet i det hele tatt?

– Først og fremst bør man sjekke aldersgrensen som er oppgitt i vilkår,



Beate Våje er seniorrådgiver på spill og apper i Medietilsynet. I forvirringen som mange har om hvilken aldersgrense man bør følge, har hun noen råd. Foto: Medietilsynet

deretter aldersgrensen som er satt av PEGI. I noen tilfeller finnes appen kun i Apples App Store og har ingen PEGI-merking. Da kan man jo forholde seg til den aldersgrensen som er oppgitt i butikken. Men i de tilfellene der det er to konkurrerende aldersgrenser, kan man velge å følge PEGI sin merking. I tillegg er det lurt å sette seg inn i spillene og appene selv ved å for eksempel lese anmeldelser, se videoklipp eller selv prøve appen, presiserer Våje.

Sjekk vilkårene

I mange tilfeller er det også satt en aldersgrense i brukervilkårene i tillegg til den som er oppgitt i app- og spillbutikkene. Hvordan bør foreldre forholde seg til denne?

– Man bør overholde aldersgrensen som er angitt i vilkår og man bør heller ikke lyve på alderen når man oppretter en konto. I noen tilfeller er det oppgitt konsekvenser dersom plattformen oppdager at yngre barn er blitt registrert. For eksempel så kan kontoen bli sperret, sier Våje.

– Men det finnes også unntak. Vi har en personvernlov som tilsier en 13-årsgrense på sosiale medier. Det er ikke lov for selskaper å samle inn data om barn under 13 år uten samtykke fra foreldrene. Derfor står det ofte en 13-årsgrense som vilkår for å benytte ulike apper. Men foreldre kan altså gi sitt samtykke til dette dersom barna er under 13 år og får lov til å bruke appen.

FORTS ➤

Man bør overholde aldersgrensen som er angitt i vilkår og man bør heller ikke lyve på alderen når man oppretter en konto.





PEGI setter merking etter europeisk standard og da vil det være naturlig å følge denne for norske forbrukere.

”

Minecraft er merket 9+ år i App Store (iOS) og PEGI 7 år i Google Play (Android) og på spillkonsoller og datamaskin. Foto: Mojang Specifications

► Hvor strenge bør foreldre være på å overholde aldersgrenser fra PEGI?

– Når det kommer til aldersgrensene på spill fra PEGI er disse anbefalinger i Norge, og ikke lovpålagte. Det betyr at det er foreldrene til barna som bestemmer om de kan få spille de ulike spillene. Likevel er det noen fysiske butikker som ikke selger spill til kunder som er yngre enn spillets aldersgrense. Det har butikken rett til, men det er ikke noe som er lovpålagt, mener Våje.

Hva med skolen?

En ting er hva foreldre velger i eget hjem, men med utstrakt bruk av nettbrett og datamaskiner i de mange klasserom – hvordan bør skolen navigere seg i bruk av aldersgrenser?

– Læreren bør forholde seg til vilkår og aldersgrensen som er angitt for appen eller spillet. Dersom læreren ønsker å vise et spill for elevene, men som har for høy aldersgrense, da bør det hentes inn samtykke fra foreldre først. Vi oppfordrer lærere til å benytte spill i alderskategorien elevene er i. Barn er forskjellige, og det er ulikt hva de tåler av inntrykk, mener Våje.

Hva om spillet har enda en aldersgrense oppgitt i brukervilkår? Hvordan bør læreren forholde seg til den?

– En lærer kan ikke be elevene laste ned en app som har 13 år i vilkår hvis de er yngre. Da må det innhentes samtykke fra foreldre da det er de som kan gi samtykke til innhenting av personopplysninger. Men hvis en app har 13 år i vilkårene og for eksempel 7 år fra PEGI, og skal vises fram av læreren selv i undervisning, da går det greit. 13-årsgrensen i brukervilkårene handler om innhenting av personopplysninger, så ved at bare læreren bruker appen, får det ikke noe å si for elevene, mener Våje.

Hun presiserer også at det finnes mange måter å snakke om sosiale medier og spill på i klasserommet uten at elevene nødvendigvis må laste ned og bruke appen selv. ■

Les mer om PEGI-merkingen og søk etter aldersgrensen på spill på pegi.info. Følg også med på barnevakten.no/ **anmeldelser**, der det kommer nye spill-omtaler hver uke.

PEGI-merkene

Aldersmerking



Spillet vurderes som harmløst, men det kan likevel være for vanskelig for små barn.



Spillet kan virke skremmende på mindre barn.



Spillet kan inneholde ufint språk og voldsskildringer.



Spillet kan inneholde voldsskildringer der du for eksempel kan se blod.



Spillet kan vise grove voldsskildringer og vold mot forsvarsløse mennesker og dyr.

Innholdsmerking



Spillet inneholder voldsskildringer.



Spillet kan vise hendelser eller situasjoner der rusmidler (alkohol, narkotika) blir brukt.



Spill som viser eller oppmuntrer til gambling (pengespill).



Spillet inneholder skildringer av mobbing eller diskriminering.



Spillet inneholder verbal eller skrevet grovt språk, for eksempel banning.



Spillet kan virke skremmende eller vekke frykt.



Spillet viser nakenhet og/eller seksuell atferd eller seksuelle hentydninger.



Spillet inneholder mulighet for kjøp med penger.

Kilde: pegi.info

HVORDAN SETTES ALDERSGRENSER PÅ SPILL?

De fleste apper og spill har en aldersmerking i appbutikken. Men hvem er det egentlig som gjør dette? Og hva er begrunnelsen til at et spill får en bestemt aldersgrense?

TEKST: KRIS MUNTHE

I spillbutikkene ser man ofte et PEGI-merke med en oppgitt alder, forklarer seniorrådgiver Beate Våje i Medietilsynet. Og PEGI er den europeiske standarden for aldersmerking av dataspill, hvor Norge er ett av over 35 land som følger denne.

– PEGI setter aldersmerking på fysiske spill laget for Microsoft, Nintendo og Sony-konsoller, samt PC. De setter også aldersmerking på spill laget digitalt for Microsoft og Sony-konsoller, inkludert smarttelefoner og nettbrett, i tillegg til mange spill som lanseres digitalt for pc.

Alder- og innholdsmerking

– PEGI ble startet i 2003 for å gjøre det enklere for europeiske foreldre å vite hva de ulike spillene inneholder før de kjøpes. I tillegg til aldersmerking settes det også på innholdsikoner, men til Google Play på smarttelefoner og nettbrett, står det begrunnelse for aldersgrensen og ikke innholdsikoner. I tillegg er det en ekstra kategori for mobil som heter «PG-klassifisering», der foreldreveiledning anbefales dersom barna skal bruke appen, sier Våje.

Proessen for å sette aldersgrenser på spill hos PEGI er noe annerledes avhengig av om spillet selges fysisk eller digitalt, forteller Våje.

– Fysiske spill som selges i butikk av de største utgiverne testes av to

organisasjoner. Spill for alder 3 og 7 år testes av NICAM i Nederland. Spill for 12, 16 og 18 år testes av VSC Rating Board i Storbritannia. PEGI har utarbeidet et sett med kriterier for de ulike alderstrinnene. Kriteriene går på type innhold og eksempelvis grad av vold, sex og språkbruk, og om spillet inneholder skremmende elementer, gambling, narkotika eller diskriminering, sier Våje.

Spill som lanseres digitalt

I dag lanseres mange spill kun digitalt, og da benytter PEGI et system som kalles IARC – International Age Rating Coalition, forklarer Våje. Her samarbeider organisasjoner som setter aldersgrenser i Europa, Australia, Brasil, Nord-Amerika og Sør-Korea. Det gjør at ulike plattformer og distributører av spill ikke trenger å administrere sine egne aldersgrensesystemer, og slipper å gå gjennom prosessen flere ganger for ulike territorier.

– Forbrukerne får også færre merketyper å sette seg inn i. For digitale spill fyller utgiveren ut et spørreskjema om spillets innhold og interaktive elementer. Det vil også være egne spørsmål knyttet til ulike territorier. Ut ifra det får de automatisk tildelt en aldersmerking. IARC følger opp dette for å forhindre feilmerking med flere metoder, blant annet ved at de mest populære spillene testes, og

PEGI ble startet i 2003 for å gjøre det enklere for europeiske foreldre å vite hva de ulike spillene inneholder før de kjøpes.

”

forespørsler fra forbrukere og utgivere følges opp. Dersom det oppdages at et spill har fått feil aldersmerking går det raskt å endre på det. Eksempler på digitale utsalgssteder som bruker aldersmerking fra IARC-systemet er Nintendo e-shop, Google Play og Oculus VR Store, sier Våje.

Ikke kjent med Apple

Hun forklarer at Medietilsynet ikke er like kjent med systemet som Apple bruker i App Store, men antar at også Apple tar utgangspunkt i et skjema som må fylles ut av utgiver.

– Med den mengden nye apper som kommer på markedet, vil det være vanskelig å gå manuelt gjennom hver enkelt app og spill, presiserer Våje. ■



DISSE SOSIALE MEDIENE BØR DU VITE OM



Mange barn er aktive på sosiale medier. Her har vi samlet en oversikt over noen av de mest brukte appene blant barn og unge.

TEKST: KRIS MUNTHE

Med sosiale medier er venner bare et tastetrykk unna. Det kan være arenaer der barn og unge lager avtaler, deler opplevelser og minner og tar kreative grep med bilder og video. Det er liten tvil om at sosiale medier er som navnet tilsier – «sosialt» for barn og unge. Slike tjenester åpner også døren for utfordringer. Kontakt med fremmede, trakassering, mobbing og innhold som blir delt ukritisk. Derfor er det lurt å samtale med barna og se hvilke innstillinger som gjør appene tryggere i bruk.

For å gi deg bedre oversikt har vi samlet en liste med noen av de mest populære sosiale mediene blant barn og unge akkurat nå.

FORTS. ➤



Snapchat

Format: Android (Google) / iOS (Apple)
Aldersanbefaling: PEGI «foreldreveiledning» (Android) / 12+ (iOS)
Aldersgrense 13 år i vilkår basert på personvern.

Snapchat er en app for å kommunisere med venner og i grupper. Mest kjent er **Snapchat** for muligheten til å sende meldinger som «forsvinner» etter at mottakeren har sett meldingen. Ellers kan man ringe hverandre, bruke videochat, dele bilder og spille spill.

Appen har også en utforsker-side kalt «Stories» der man kan se innhold fra brukere over hele verden. Det kan være nyheter, kjendiser, personer man følger og så videre. **Snapchat** har også et verdenskart der man kan se innhold som andre har lagt ut og posisjonen deres på kartet, eller så kan man selv legge ut innhold som blir tilgjengelig for andre. I fjor lanserte også **Snapchat** en egen funksjon, «Spotlight», som er en slags Tiktok-klone med deling av korte videosnutter inne i appen. Rundt 80 prosent av barn og unge mellom 9 og 18 år bruker **Snapchat** ifølge Medietilsynets undersøkelser (Barn og Medier, 2020), noe som sikrer appens posisjon som det mest brukte sosiale mediet blant barn og unge her til lands. Det finnes også innstillinger i appen som gir barn bedre personvern.



Instagram

Format: Android (Google) / iOS (Apple) / Windows
Aldersanbefaling: PEGI «foreldreveiledning» (Android) / 12+ (iOS)
Aldersgrense 13 år i vilkår basert på personvern.

Instagram er et av de mest brukte sosiale mediene der hele 65 prosent av barn og unge mellom 9 og 18 år bruker appen (Barn og Medier, 2020). Appen er eid av **Facebook**, og fokuset er først og fremst på deling av bilder og video fremfor teksttunge innlegg. **Instagram** har også kommunikasjonsmuligheter som videochat, tekst og deling av klistremerker og bilder i chat. Nylig fikk **Instagram** en funksjon som minner om **Tiktok** der man kan dele korte videosnutter. Denne funksjonen heter «Reels».

Ellers får man opp innhold som andre deler i en egen nyhetsfeed (på samme måte som på Facebook). Innlegg kan få kommentarer og likes, og det er mulig å legge flere bilder og videosnutter samlet i en «historie» som kan deles med andre.

Instagram er ellers et veldig godt verktøy for å dele video og bilder med avanserte og intuitive muligheter for å redigere bilder. Med få tastetrykk kan barna justere vinkler og utsnitt av bilder, endre lys, kontrast, varme og farge, skygge og skarphet.

I tillegg kan barna legge på et hav av filtre som har forhåndsinnstillinger lagt inn med funksjonene nevnt over. Med få trykk kan et «kjedelig» bilde eller en video forbedres og deles med følgermassen.



Zoomerang – Music Video Editor

Format: Android (Google) / iOS (Apple)
Aldersanbefaling: PEGI 3 år (Android) / 4+ (iOS)

Ikke akkurat et sosialt medium, men i grenseland. **Zoomerang** er, kort fortalt, en app for å produsere kreative videofilmer. Her kan man legge til musikk, redigere og klippe video, og pynte med over hundre forskjellige effekter. Utvikleren selv beskriver programmet som et slags mellomledd for å skape innhold som kan deles på **Snapchat**, **Tiktok** og andre sosiale medier.

Appen har en egen profilvegg, og det er mulig å følge andre. Denne funksjonen ligner veldig på **Tiktok**. Her kan man se hvor mange personer man følger, og hvor mange som følger deg. Her kan man også laste opp videoer til andre i nettsamfunnet via «tutorials»-funksjonen. Tanken her er at man kan dele opplæringsvideoer med andre, og se andres. Men i praksis er innholdet nokså likt som det man finner på **Tiktok**.

Zoomerang er kraftig finansiert av reklame og dyre abonnementsløsninger. For å få tilgang til de beste effektene og funksjonene må barna enten se reklame, eller betale dyre summer for abonnementsløsninger.



Messenger

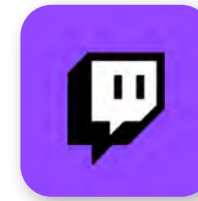
Format: Android (Google) / iOS (Apple) / Windows
Aldersanbefaling: PEGI 3 år (Android) / 12+ (iOS)
Aldersgrense 13 år i vilkår basert på personvern.

Messenger er en meldingstjeneste som er eid av og knyttet opp mot **Facebook**. Med appen kan man kommunisere en-til-en eller i grupper gjennom tekst, tale, video og bilder. Appen har også muligheter for å dele «historier» med andre – altså en sammenfatning av bilder, video og tekst.

Messenger er en ryddig og intuitiv app å bruke. Den gjør det enkelt å kommunisere med venner i den form man måtte ønske. Enten det er med tale eller i videochat, har appen mange muligheter.

Å dele bilder fra et album, eller ved å knipse et bilde der og da, er gjort på et blunk. Man kan redigere tekst, symboler og emoji-ikoner inn i bildet og på den måten være kreativ når man ønsker å formidle noe.

I videochat kan man også skru på et hav av effekter. Det kan være kostymer, glitter eller mange andre artige animasjoner som legger seg oppå kamerabildet ditt. Da kan barna prate sammen med andre ikledd et spennende romvesenkostyme for eksempel.



Twitch

Format: Android (Google) / iOS (Apple) / Windows
Aldersanbefaling: PEGI «foreldreveiledning» (Android) / 17+ (iOS)
Aldersgrense 13 år i vilkår basert på personvern.

Twitch beskriver seg selv som «verdens ledende strømmetjeneste for gamere og andre ting vi elsker». Noen av de mest populære brukerne på **Twitch** har mange hundre tusen seere.

Appen inneholder også kommunikasjonsmuligheter og vi vil derfor ta med tjenesten i vår oversikt over sosiale medier. Her kan altså barn og unge logge seg på og se personer som spiller alt fra **FIFA** og **Fortnite** til **Call of Duty**. Barn kan chatte med andre brukere, abonnere på og følge personer, og legge til venner i kontaktlisten sin. I tillegg er det mulig for barn å legge ut videoinnhold selv, delta i chat og sende private meldinger med andre.

Twitch er altså en tjeneste som samler mye spillrelatert innhold (og andre tema) på ett og samme sted. I tillegg til at man kan se på eller selv skape innhold, er dette en sosial møteplass der man kan chatte, følge hverandre, kontakte brukere privat og mer.



Discord

Format: Android (Google) / iOS (Apple) / Pc / Mac / Linux
Aldersanbefaling: PEGI «foreldreveiledning» (Android) / 12+ (iOS)
Aldersgrense 13 år i vilkår basert på personvern.

Appen **Discord** er mye brukt sammen med data-spill, og har vokst i popularitet blant barn og unge. Her til lands bruker rundt halvparten av alle gutter og 10 prosent av jenter mellom 9 og 18 år denne appen (Barn og Medier, 2020). **Discord** har lignende funksjoner som andre sosiale medier, og man kan ha kontaktlister og kommunisere via tekst, stemme- og videochat.

Discord byr altså på en enkel måte for barn å snakke sammen på mens de spiller spill. I tillegg til muligheten til å delta i chat en-til-en, kan man også opprette gruppechat og eventuelt bli med i lukkede eller åpne, offentlige forum (servere). Servere er nettsamfunn, eller offentlige grupper.

Med stemmechat kan barna planlegge taktikker, fremgangsmåte og gi hverandre hjelp i spill. Ikke minst, så er det sosialt å snakke sammen når man spiller. **Discord** har også personverninnstillinger som gjør at programmet blir tryggere å bruke.



Tiktok

Format: Android (Google) / iOS (Apple) / Pc / Mac / Linux
Aldersanbefaling: PEGI «foreldreveiledning» (Android) / 12+ (iOS)
Aldersgrense 13 år i vilkår basert på personvern.

Tiktok er et sosialt medium der brukerne kan se eller selv dele korte videosnutter med andre. Så mange som 65 prosent av norske barn og unge mellom 9 og 18 år bruker den populære appen, ifølge Medietilsynet (Barn og Medier, 2020). Dette er dermed et av de mest brukte sosiale mediene blant barn.

Tjenesten bygger på samme prinsipp som for eksempel **Youtube**, og inneholder et stort univers med forskjellige videosnutter. I det ene øyeblikket får man tips til matlaging, så kan man se en kjendis opptre, en stilig dans eller et morsomt innlegg. På **Tiktok** finner man alt, på godt og vondt. Det unike med **Tiktok** er at videoene sjelden varer mer enn 15 sekunder. Barn og unge kan også være kreative bak mobilkameraet ved å lage videoer med stilige effekter.

Ellers er det mulig å følge andre, legge til følgere og kommunisere med venner. **Tiktok** har også bygget inn en foreldrekontroll slik at man kan gjøre appen tryggere i bruk for barna.

DIGITAL TEMAKVELD MED BARNEVAKTEN



Ønsker du å samle foreldrene på din skole til en digital temakveld om barn og mediebruk?

Har dere planer om å snakke om nettvett med elever, lærere og i foreldregruppen? Barnevakten hjelper deg å samle skolens eller barnehagens foreldre. Alle kan delta hjemmefra og det gis mulighet for innspill og spørsmål underveis. Finn et opplegg som passer for dere og send din forespørsel til Barnevakten.



DIGITAL TEMAKVELD
Med Barnevakten



Temakveld om nettvett

Opplegget tilpasses foreldregruppen, og kan bestilles for bestemte klasser, trinn eller for hele skolen. Vi har også egne opplegg tilpasset barnehage.

Temakveldene for foreldre tar for seg både gleder og utfordringer i barnas mediehverdag. Foredraget har også fokus på hvordan man kan involvere seg for å skape en positiv og trygg mediehverdag og hvordan lære barna å ta smarte valg på nett og i spill. Det er mulighet for å stille spørsmål og komme med innspill via chat.

En typisk digital temakveld varer i 1-1,5 time og tar for seg de viktigste temaene som angår barns mediehverdag, som spilling, deling, nettmobbing, sosiale medier, aldersgrenser og mye mer.

Digital oppstart 1. til 3. trinn

Hvordan kan lærere og foreldre til de yngste skolebarna bidra til en god start og et godt samarbeid rundt barnas mediebruk?

Digital oppstart er en egen temakveld for foreldre og lærere med barn på småtrinnet, der vi har ekstra fokus på de gledene og utfordringene som barna opplever nå – og som venter i løpet av årene gjennom grunnskolen. Vi deler kunnskap om barnas digitale dilemma for å forberede lærere og foreldre på å bidra til en god start på den digitale hverdagen, både på skolen og hjemme. Samarbeid hjem-skole er også et viktig element i dette foredraget.

Foredragskonseptet er utarbeidet med støtte fra Kunnskapsdepartementet.

Gamingkveld for foreldre

Omtrent alle barn spiller dataspill. Og selv om dataspill er til stor glede for mange barn og unge, kan spillingen også bli en kilde til konflikt og bekymring i mange hjem. En del foreldre er usikre på hvordan de skal håndtere dette, og kjenner også behov for kunnskap og konkrete råd.

Hjelp – barnet mitt gamer! er en temakveld for foreldre i barne-skolen, utviklet i samarbeid mellom Barnevakten og Blå Kors. Fokus er på gleder og utfordringer ved spilling, og med mange konkrete og nyttige råd og tips.

**INNTIL 1000
KRONER I RABATT
VÅREN 2021!***

*Ordinær pris: 5000 kroner. 500 kroner i rabatt hvis temakvelden gjennomføres før sommerferien 2021. Ytterligere 500 kroner i rabatt hvis skolen er medlem av Barnevakten.

SLIK GJØR DU DET

Send din forespørsel via bestillingsskjema på barnevakten.no/foredrag. Eventuelt kan du ta kontakt med Barnevakten på telefon 53 00 95 30 eller send en e-post til post@barnevakten.no.

Så snart dato og klokkeslett er endelig avklart, setter vi opp et digitalt møterom i Zoom og tildeler dere en foredragsholder. Dere får mer informasjon fra foredragsholder kort tid etter at dere har gjennomført bestillingen.

Du sørger for utsendelse av invitasjon til deltakerne som skal inviteres inn på temakvelden (lenken til Zoom er integrert i en invitasjon som settes opp i samråd med foredragsholder).

Barnevakten har alt ansvaret for det tekniske, og er vert for temakvelden. Du og foredragsholderen avtaler dere imellom om arrangør (FAU/lærer/reaktor) vil si noe først og/eller til slutt, eller om foredragsholderen begynner rett på.

Vi gjennomfører temakvelden på avtalt tid, og det legges til rette for deltagelse i chatten underveis og/eller på slutten.

Vi sender deg en e-post etter temakvelden som skal sendes til alle foresatte. E-posten inneholder Barnevaktens digitale informasjonshefte for foreldre, og en lenke til en kort evaluering. E-posten er tenkt som en oppfølging til deltagerne, og er nyttig for alle foreldre på skolen, også for dem som ikke var til stede på temakvelden.

Pris: 5000 kroner før rabatt



ALT FORELDRE BØR VITE OM ROBLOX OG AMONG US

Disse superpopulære spillene har inntatt barndommen for fullt. Oppdater deg på hva spillene handler om og les mer om innstillinger som gjør spillene tryggere for barna.

TEKST: KRIS MUNTHE

Omtrent alle barn spiller Roblox og Among Us. Ja, ifølge Medietilsynet spiller halvparten av 9- og 10-åringer Roblox (Barn og Medier, 2020) og Among Us nådde 500 millioner brukere før årsskiftet. Men hva handler egentlig disse spillene om? Bør du la ditt barn spille disse

spillene? Vi har laget en enkel oversikt som forklarer hva spillene handler om, og hvordan du kan finne frem til innstillinger som gjør både Among Us og Roblox tryggere for barna.



ROBLOX – ikke ett spill, men mange!

**Android (Google) / iOS (Apple) /
Windows / Xbox One**
**Aldersanbefaling: PEGI 7 år (Android) /
12+ (iOS)**

Roblox ble utgitt i 2006 og kan sammenlignes med Netflix eller Youtube – men for spill! Her kan barn og unge logge seg på og få tilgang til tusenvis av spill som andre brukere og profesjonelle spillutviklere har laget. I tillegg kan barna lage sine egne spill helt fra bunnen av.

I Roblox er det derfor alltid noe nytt å oppdage for alle og enhver smak. Her finnes det nemlig mangfoldige spill innen mange sjangre. Kjør bil, spill fotball, jobb i en restaurant, levrer pizzaer, røm fra et fengsel, adopter et kjæledyr, røm fra zombier, spill skytespill eller lek gjemsel. Mange av spillene som blir utgitt her er inspirert av mer kjente titler på markedet. Og det er definitivt mye kreativitet i omløp.

I tillegg til å være et spill er Roblox også en sosial møteplass. Barn kan spille sammen med venner, og de kan ha kontaktlister på samme måte som i andre onlinespill og sosiale medier. Det er mulig å snakke sammen inne på denne plattformen via chat for eksempel, og barna kan bli med inn i hverandres spill.

Grafikken minner delvis om Minecraft og er nokså enkel, og kanskje av den grunn innbydende for barn. Men det betyr ikke at det kun finnes «barnslige» spill. Universet byr på mildere titler der man skal adoptere kjæledyr eller leke gjemsel, men også skrekk- og skytespill.

AMONG US

– mobilspillet som tok helt av!

**Android (Google) / iOS (Apple) /
Windows / Nintendo Switch**
Aldersanbefaling: PEGI 7 år (Android) / 9+ (iOS)

Spillet Among Us minner veldig om barnelekene «mafiaen» eller «morderen i mørket». Spillet foregår på et romskip eller en base med fire til ti spillere. Alle blir tildelt en rolle enten som besetningsmedlem eller bedrager.

Besetningsmedlemmene skal gjennomføre ulike oppdrag på romskipet. Bedrageren kan derimot sabotere og drepe besetningsmedlemmene. Når et lik blir oppdaget kan man påkalle et nødmøte og stemme på den man tror er skyldig. Derfor må alle spillerne samarbeide og kommunisere for å finne ut hvem av spillerne som er den egentlige bedrageren. Det betyr mye prat i chat og strategier for å finne ut identiteten til den skyldige. Samtidig må bedrageren prøve å lure seg unna eller villede de andre spillerne.

Spenningen ligger i det å aldri vite hvem man kan stole på. Og når som helst kan man bli myrdet i et bakholdsangrep. Personen som står ved siden av deg kan vise seg å være en venn som er behjelpelig, eller en som svikter deg så snart du snur ryggen til.

Grafikken er enkel og sett fra fugleperspektiv. Allikevel er jo tematikken til dels alvorlig: Løgn, villedelse, men også kløkt og «detektivvirksomhet». Så man noen i nærheten av den som ble myrdet sist? Her må man legge sammen to og to. Man må også være god til å argumentere og overbevise de andre.

Mordene skjer på forskjellige måter. Man kan tømme et rom for oksygen, sprengne en reaktor, knivstikke noen eller knekke nakken på noen. Det er lite blod og gørr, men noe er det. Blant annet kan kropp bli delt i to av en dør. Dette kan oppleves som grafisk og ekkelt for noen barn.

Tegneseriegrafikken setter allikevel begrensninger for hvor realistisk volden blir. Men ikke alle foreldre og barn vil sette pris på tematikken av den grunn.



FAKTA OM ROBLOX

Smarte innstillinger gjør Roblox tryggere for barna

Med kontaktlister og åpen chat kan barn komme i kontakt med fremmede i Roblox og potensielt oppdage spill med uegnet tematikk. Og selv om spillet er gratis er det muligheter for å kjøpe innhold for ekte penger via spillets egen valuta – «robux».

Alt dette kan man sette begrensninger for slik at spillet blir tryggere for barna. Og man kan så klart bli med selv og spille med barna for å få enda bedre innblikk i hva dette dreier seg om.

1. Oppgi barnets ekte alder ved registrering

Vi anbefaler å oppgi barnets ekte alder (i hvert fall omtrentlig fødselsdato) når man oppretter en konto. Barn under tretten år får strengere innstillinger for hvem som kan kontakte dem, og utvikleren er mer var på behandlingen av personopplysninger.

2. Legg inn foresattes e-postadresse

Det er mulig å legge inn foreldres e-postadresse. Da kan man også skru på totrinnsverifisering. Det innebærer at for hver ny pålogging må man skrive inn en unik kode som kun blir sendt til din e-postadresse.

Selv om uvedkommende skulle få tilgang til barnets brukernavn og passord, kan de altså ikke enkelt stjele kontoen til barna. I tillegg kan din e-postadresse brukes til å hente opp et glemt passord.

3. Fjern uegna spill

Foreldrekontrollen til Roblox heter «Account Restrictions». Med denne funksjonen får barna kun tilgang til utvalgt innhold på plattformen (spill som Roblox har valgt ut), og chat vil være avslått. Disse

innstillingene kan også låses med en PIN-kode slik at barna ikke kan endre på disse i etterkant.

4. Begrens chat

Uten bruk av «Account restrictions» kan man endre innstillingene slik at barna kun kan chatte og utveksle private meldinger med venner. Dette gjør man inne på personversiden.

5. Rapportér og blokkér

Roblox har mange muligheter der man kan si ifra til utviklerne når noen trækker over en grense – i chat, inne på profilen til andre brukere og i spillene. Vis barna hvor disse knappene finnes, og snakk med dem om når det kan være lurt å rapportere eller blokkere en bruker.

6. Sett kjøpesperre for innhold

Roblox er gratis, men i praksis er tjenesten som et kjøpesenter der barn stadig blir fristet til å kjøpe innhold for ekte penger. Det kan være kjøp av et bedre våpen som lar barna vinne mot vennene sine, eller kule kostymer til spillfiguren. For å hindre at barna går løpsk og bruker ekte penger, bør man sjekke at man har et passord for kjøp på enheten, for eksempel i App Store eller Google Play. Man bør også lage avtaler for pengebruk i spill, og man bør være obs på at det finnes mange svindelsider på internett som tilbyr gratis robux (spillets egne valuta). Men dette er bare lureri ifølge Roblox selv.

ROBLOX

FAKTA OM AMONG US

Smarte innstillinger gjør Among Us tryggere for barna

Among Us har ikke samme type foreldreinnstillinger som Roblox. Men utviklerne planlegger å legge inn kontosystemer som gjør det mulig å rapportere andre brukere. Allikevel er det noen grep som gjør spillet tryggere for barn. Og man kan så klart bli med selv og spille med barna for å få enda mer innsikt i hva dette dreier seg om.

1. Among Us kun med venner

Det finnes flere måter å spille Among Us på. Enten med totalt fremmede i offentlige servere, eller privat med venner man kjenner fra før. I moduset som heter «local» spiller barna med venner som er på det samme trådløse nettverket som dem selv. Her får barna mest privatliv. På nett kan man velge «host» for å lage et spill. Dette rommet kan låses til privat slik at kun venner som har en kode får tilgang til spillet.

2. Steng for kjøp og reklame

På mobil inneholder Among Us reklame, noe som ikke er tilfelle med spillets utgivelse på spillkonsoller og PC. I stedet for at barn skal tilbringe mye tid med å se på reklame, kan man betale en engangssum for å bli kvitt

denne. I tillegg er det lurt å sette kjøpesperre på mobiltelefonen eller spillkonsollen slik at barna ikke kjøper innhold uten foreldrenes tillatelse.

3. Snakk med barna om chat med fremmede

Among Us krever ingen registrering for å spille, men man må bruke et anonymt brukernavn. Dette kan endres fra gang til gang og kan være hva som helst. Derfor bør man gjøre barna oppmerksom på at de aldri kan være sikker på identiteten til andre i spillet. Barna bør derfor dobbeltsikre at den de prater med i spillet, faktisk er vennen i virkeligheten.

4. Forlat spill med ufin chat

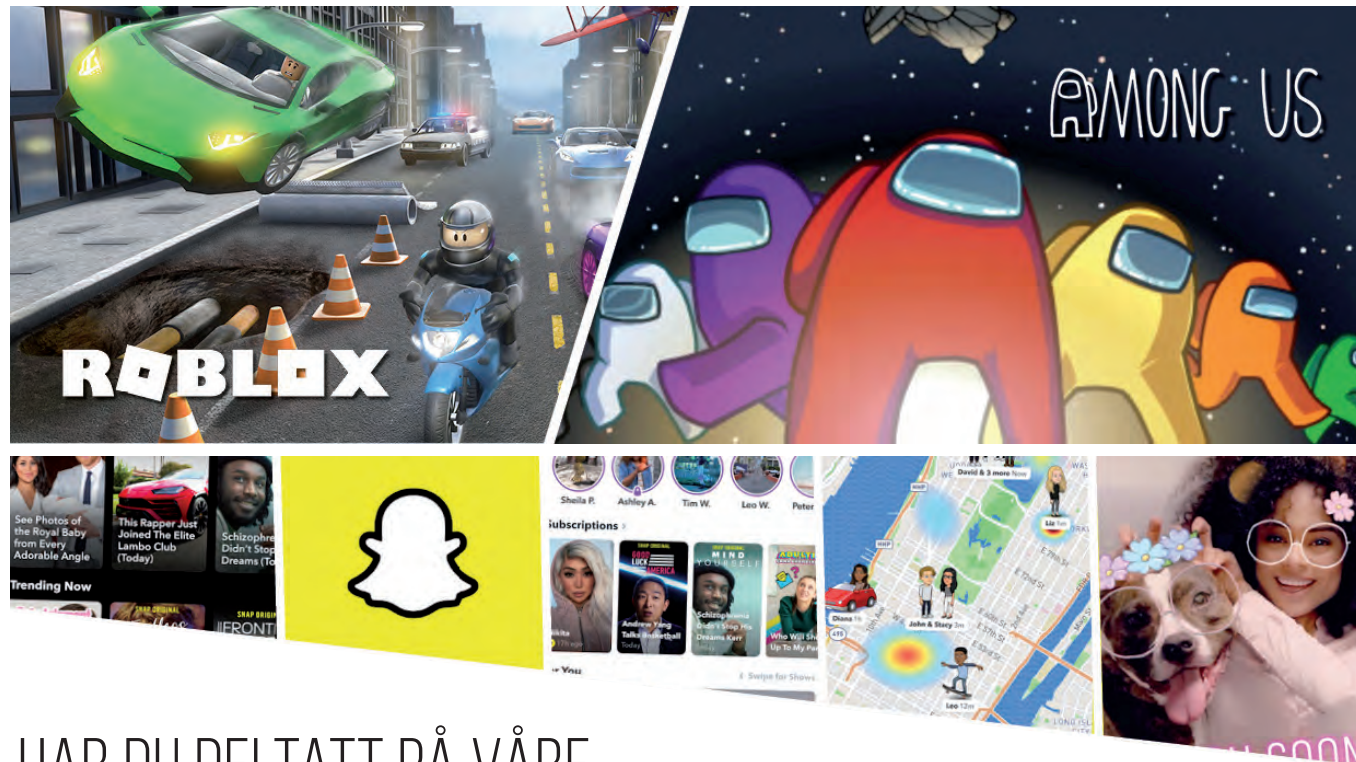
Det er ingen tvil om at tonen kan bli tøff i spillchat. Banning, trakassering og annen ufin oppførsel kan oppstå. Derfor er det lurt å snakke med barna om at de kan forlate slike spill dersom stemningen blir dårlig, og at man som forelder er der for å hjelpe til når tonen blir tøff.

AMONG US

VIL DU VITE MER?

Flere tusen foreldre har sett Barnevaktens webinar «**Alt foreldre bør vite om Roblox og Among Us**» har vært en stor suksess. Du kan få tilgang til et opptak av webinarret på barnevakten.no/webinaropptak. Her går Barnevaktens spillrådgiver Kris Munthe gjennom innstillingene i spillene steg for steg, og viser deg hvordan du kan gjøre dem tryggere for barn.

WEBINAROPPTAK:
barnevakten.no/webinaropptak



HAR DU DELTATT PÅ VÅRE SUPERPOPULÆRE WEBINARER?



Foto (oppe fra venstre): Roblox / Innerloth / Snap Inc. / Epic Games

Tusenvis av foreldre over hele landet har vært med på ett eller flere av Barnevaktens webinarer det siste året.

Våre foredragsholdere gir deg nyttig informasjon og steg-for-steg instruksjoner om hvordan du kan gjøre barnas netthverdag både kjekkere og tryggere.

Hver gang tar vi opp et spesielt tema. Vi har hatt webinarer om Tiktok, Roblox, Among Us, Snapchat, Fortnite og innstillinger på både Android og iOS.

Mye mer vil komme i løpet av året. Følg med!

Les mer på
[barnevakten.no/
webinar](https://barnevakten.no/webinar)



WEBINAR
Med Barnevakten



TA ET KULT BILDE OG VINN FINE PREMIER



BLI MED, OG VINN:

1. PREMIE: Apple TV 4K
2. PREMIE: To billetter til Dyreparken i Kristiansand
3. PREMIE: To gavekort hos Rush Trampolinepark/AirHop

STOR
VÅRKONKUR-
RANSE!

Slipp kreativiteten løs!

Ta et bilde som viser en morsom måte å bruke skjerm på ute. Det kan være alt fra fotografi til artig jakt etter Pokémon. NB! Husk å be om samtykke fra alle som er med på bildet.

Send ditt bilde til post@barnevakten.no.
Merk: Vårkonkurranse

De beste bildene blir vist i Barnevakten sine digitale kanaler. Vinnerne blir annonsert etter trekningen og får tilsendt sin premie.

Vinneren kåres 15. juni 2021.

 **barnevakten**
– Bevisst mediebruk

HVILKEN STRØMMETJENESTE BØR DU VELGE TIL BARNNA?



Lurer du på hvilken strømmetjeneste du skal velge til familien? Pris, utvalg og foreldrekontroll varierer – vi har derfor samlet en oversikt for deg!

TEKST: KRIS MUNTHE

NETFLIX

Netflix er en strømmegigant med hundrevis av filmer og serier. Fra originalinnhold som Spirit, Svampbob og Beat Bugs, til andre stortitler fra filmverdenen.

Fordeler: Mye innhold. Hvert familie-medlem kan ha en egen profil, med inntil fem profiler totalt. Mulighet for å laste ned innhold og se uten internett. Norsk tekst eller tale på alt innhold.

Ulemper: Tar ofte tid før nye filmer og serier dukker opp. Altså, mye innhold å se, men ikke alltid nytt innhold. Lite Disney-utvalg da Disney har sin egen strømmetjeneste. Innhold byttes ut med jevne mellomrom og det barna liker å se nå, kan være borte i morgen.

Pris: Fra 89 kroner i måneden.

Foreldrekontroll: Foreldre kan låse brukerkontoer med PIN-kode, slik at barna ikke får tilgang til eldre søskens eller foreldres kontoer. Man kan begrense tilgjengelige titler ut fra aldersgrense (alle, 7, 13 og 16 år).

Disney+

Disney+ er en egen strømmetjeneste for alt som produseres av Disney, og litt til. Her kan man finne fantastiske filmer som Frost 2, Sjel, Se opp, Innsiden Ut, samt Star Wars, Marvel og lærerikt innhold fra National Geographic.

Fordeler: Alt Disney-innhold samlet på ett sted. Alle i husholdningen kan ha egen profil. Man kan laste ned innhold til offline-bruk.

Ulemper: Ikke like mye innhold som andre store strømmetjenester. Veldig Disney-fokusert, og hvis du vil ha noe «annet» er ikke dette den rette strømmetjenesten for deg.

Pris: 89 kroner i måneden eller 890 kroner for ett år.

Foreldrekontroll: Man kan opprette profiler som «barneprofil» og sette aldersgrenser for innhold 9+, 12+, 14+, 16+ og 18+ år. Man kan også låse profiler med en PIN-kode.

SF KIDS

«SF», kort for Svensk Filmindustri, har utviklet en strømmetjeneste for en yngre målgruppe. Her kan barna se rundt 4000 episoder både online og offline. Blant annet finnes klassikere som Pippi Langstrømpe og nye titler som Mia og meg. Ellers er også Karsten og Petra i lista, Albert Åberg, Peppa Gris, Byggmester Bob og mye mer.

Fordeler: Appen er enkel å bruke, selv for de yngste, med egen boblevisning for filmer og serier. Intuitiv og lettbrukelig avspiller. Mye innhold for de yngste. Norsk tale som standard når dette er tilgjengelig. Enkelt å laste ned innhold.

Ulemper: Ikke like stort utvalg for eldre barn.

Pris: 69 kroner i måneden (14 dager gratis prøvetid).

Foreldrekontroll: Både timer (skjermtid) og innholdsbegrensning. Du kan begrense innhold basert på alder (0-3 år, 4-6 år, 7-10 år og vis alt).



Youtube Kids er en spesielt tilpasset tjeneste for de yngste. Her er det satt opp filtre for å luke bort upassende innhold. Det betyr ikke at alt innhold i appen er kvalitets-sikret, lærerikt og flott. Men tjenesten reduserer sannsynligheten drastisk for at barn skal bli utsatt for uegnet innhold.

Fordeler: «Uendelig» med innhold og mindre reklame enn i den vanlige Youtube. Gratis app til mobil og nettbrett. Alle i søskenflokk kan ha egen profil. Foreslått innhold innen kategorier som musikk, læring, utforsk, anbefalte og programmer.

Ulemper: Stort sett kortfilmer, ikke hele filmer og serier. Man må ha tilgang til internett for å se innhold på gratisutgaven. Barna må lete gjennom en kombinasjon av kvalitetssikret innhold og brukergenerert innhold og/eller tidsfordriv. Noe reklame.

Pris: Gratis, men man kan også kjøpe abonnementsløsninger for å bli kvitt reklame og for å kunne laste ned innhold.

Foreldrekontroll: Man kan sette opp begrensninger på hver profil. Man kan begrense innhold i forhold til alder; barnehagebarn (4 år og yngre), yngre barn (mellom 5 og 7 år), eldre barn (mellom 8 og 12 år). Man kan også skru av søkemulighet, og at appen skal bruke algoritmer for å foreslå nytt innhold. Ved den siste begrensningen får barna kun tilgang til videoer og spillelister som foreldre godkjenner.



Viaplay har en hel del nordisk innhold, og leder an blant strømmetjenestene i filmutvalg. Her finner man for eksempel Knerten, Vennebyen, Olsenbanden og Syng.

Fordeler: Stadig nytt innhold. Man kan ha egne profiler for hvert familiemedlem, med opptil seks profiler totalt (inkludert egne barnekonti). Mulighet for å laste ned innhold. Også mulig å leie film eller kjøpe film til odel og eie. Man kan også kjøpe sportsinnhold.

Ulemper: Ikke like mye innhold som Netflix, men oftere nytt innhold å finne. Filmer og serier byttes ut med jevne mellomrom, så barnets favorittfilm kan forsvinne fra visningslisten.

Pris: Fra 119 kroner i måneden.

Foreldrekontroll: Ved å opprette barnebruker får barna kun tilgang til barneinnhold (ikke innhold med aldersgrense 7+ år), og man kan sette en aldersgrense for innhold som er 15+ år. I tillegg kan man skru av at neste episode spilles av automatisk, og man kan sette på en innsovingstimer – det betyr at serier settes automatisk på pause etter to timer. Merk at barna kan gå inn på foreldrenes konto og se innhold der.



NRK Super er NRKs tilbud for barn fra to til tolv år. Tilbudet består av en tv-kanal og en strømmetjeneste med filmer og serier. Her finner man innhold som er produsert av NRK, i tillegg til et lite knippe serier og filmer fra andre aktører.

Fordeler: Gratis og kvalitetssikret av NRKs redaksjon. Mulighet for å ha flere profiler på samme enhet.

Ulemper: Ikke like mye innhold som andre strømmegiganter. Filmer og serier som ikke er eid og produsert av NRK byttes ofte ut – eller så er kun visse sesonger av noen serier tilgjengelige. Tjenesten mangler synkronisering mellom ulike enheter. Det er heller ikke mulig å laste ned innhold til offline-bruk.

Pris: Gratis.

Foreldrekontroll: Enkelt å sette aldersgrenser på profiler, men merk at de kan lett endres på i etterkant (begrensninger gjelder heller ikke om man bruker NRK Super i nettleser eller på en annen enhet).

I noen programmer er det mulig å sende inn bilder eller videoer til NRK Super. Disse kan bli vist på NRKs nettsider, sosiale medier og på tv. Foreldre kan velge i innstillingene at de må godkjenne hver gang barna ønsker å sende inn dette, at dette alltid skal være tillatt for barna å gjøre, eller «ikke tillatt innsending».



TV 2 Sumo har mye familievennlig innhold, med godt innhold som Dyrepasserne, Oiii-Gården og Barnehageliv. Sumo byr også på tilgang til film og serier med C More. Den egne barnesiden til Sumo har kjente titler som Bamse, My Little Pony, Karsten og Petra, Peppa Gris og mer.

Fordeler: Godt utvalg for hele familien. Byr på norske kvalitetsprogrammer i tillegg til utenlandske. Det er mulig å laste ned innhold til offline-bruk. Tv-programmer og filmer er godt markert med synlig aldersgrense. Mulighet for egne barnekonti og profiler for hvert familiemedlem.

Ulemper: Ikke like mange amerikanske filmer og serier som for eksempel Netflix har (om man bare har Sumo). C More har mer, og bytter jevnlig ut innhold. Mye nytt, men gamle favoritter kan forsvinne.

Pris: Ulike abonnementsløsninger. Minstepris for pakke med filmer, serier og underholdningskanaler (reklamefritt) er 129 kroner i måneden.

Foreldrekontroll: Logg inn på TV 2 Sumo i en nettleser. Her kan du sette opp en PIN-kode som må brukes for å få tilgang til innhold over en viss aldersgrense (6, 9, 12, 15 og 18 år). Når foreldrekontrollen er på, må man skrive inn en PIN-kode for å se innhold over aldersgrensen.



HBO Nordic Kids er først og fremst kjent for sine tv-serier og filmer for voksne, men de har også en helt egen avdeling for barn. Toonix Kids er beleilig adskilt fra seksjonen med filmer og serier ment for voksne. Her finner du titler som Lasse Majas Detektivbyrå, Boss Baby, Kjæledyrenes hemmelige liv og mer.

Fordeler: Greit utvalg i film og serier. Fine, oversiktlige kategorier gjør at det er enkelt å finne frem. Utvalgte serier og filmer kan lastes ned til offline-bruk.

Ulemper: Ikke like mye innhold som i en del andre strømmetjenester. En del gamle filmer og serier i listene.

Pris: 109 kroner i måneden (7 dager gratis prøvetid).

Foreldrekontroll: Ja, men ikke uten utfordringer. Man kan sette opp en PIN-kode for å få tilgang til seksjonen med film og serier for voksne. I app fungerer dette greit, men i nettleser må «låsen» aktiveres hver gang data-maskinen startes.



Ikke akkurat en strømmetjeneste i tradisjonell forstand, men det er mulig å kjøpe og leie filmer i iTunes (Apple) og Google Play.

Fordeler: Filmen er din til odel og eie. Filmen er alltid tilgjengelig så lenge man har lastet den ned og har mobiltelefon eller nettbrett med seg.

Ulemper: Blir muligens kostbart i lengden om man skal betale for hver eneste film man ønsker å se.

Pris: Ulike priser for nye og eldre titler.

Foreldrekontroll: Settes opp i innstillinger for skjermtid (Apple) eller Family Link-appen (Android). Her kan man sette opp passordmur slik at barna ikke handler uten foreldres tillatelse, og man kan velge hva slags innhold som skal være tilgjengelig etter aldersgrenser.

Noen tjenester vi ikke har testet

Amazon Prime: Godt utvalg i filmer og serier. Ikke alt er tilgjengelig med norsk tekst eller tale.

Apple TV+: Har veldig lite innhold, men noe av det er fint for barn og unge.

Strim: På eierens nettsted står det om Strim: «Samler de beste norske og internasjonale seriene, filmene og tv-kanalene i én strømmetjeneste».

Discovery+: Underholdning og sport fra Discoverys kanaler.



KUNSTIG INTELLIGENS SKAL AVSLØRE NETTOVERGRIPERE

Voksne overgripere kontakter barn på nett. Teknologien er klar for å beskytte barna. Nå er det bare opp til spillselskapene, sosiale medier og myndigheter å ta dette i bruk.

TEKST: KRIS MUNTHE

Nettovergrep er et omfattende problem der voksne tar kontakt med barn. Kripes skriver for eksempel på egen faktside:

«Stadig flere barn blir utsatt for voldtekt eller andre seksuelle overgrep via internett, av personer de tror de kjenner. Gjerningspersonene utgir seg ofte for å være en annen enn den de er, og er således i stand til å manipulere barnet inn i en seksuell relasjon der

de for eksempel får barnet til å begå seksuelle handlinger med seg selv foran et webkamera.»

Utfordringen er at overgripere dukker opp nettopp på de plattformene barna befinner seg på, ifølge en rapport fra Kripes.

Så enten barna er på Roblox, TikTok, Fortnite eller en annen plattform – er det en viss fare for at barn blir kontaktet av overgripere.

Utfordringen er at overgripere dukker opp nettopp på de plattformene barna befinner seg på.



Professor Patrick Bours og forretningsutvikler Hege Tokerud ved Technology Transfer i Gjøvik som står bak den banebrytende teknologien.

Foto: Merete Nyheim, NTNU.

Men nå er teknologien klar til å gi barn bedre beskyttelse mot overgripere. Og utviklingen har foregått her til lands ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet.

En «datamaskin» varsler

Det er professor Patrick Bours og forretningsutvikler Hege Tokerud ved Technology Transfer i Gjøvik som står bak den banebrytende teknologien.

– Tidligere har mye av vaktholdet bestått av menneskelige moderatører. Men når det er snakk om så mange brukere og hundretusenvise av samtidige chattesamtaler – så er det nesten umulig for menneskelige moderatører å få med seg alt, sier Bours.

– Derfor har vi lært opp en kunstig intelligens til å se etter atferd til overgripere i chattesamtaler. Dette uavhengig av om chatten foregår i spill eller sosiale medier, og den kunstige intelligensen kan trenes opp til bestemte språk. Den kunstige intelligensen kan tilpasses alle plattformer, bare man mater den med nok datamateriale.

Og datamaskinen følger med fra første samtale.

– Den kunstige intelligensen foretar en risikovurdering i en samtale allerede fra første setning. Vurderingen pågår kontinuerlig, og jo mer brukerne kommuniserer, jo bedre blir vurderingen. Sannsynligheten for en overgrepssituasjon angis på en skala fra lav til

Den kunstige intelligensen leter spesifikt etter setninger og ord som er typisk for en overgrepssituasjon.



høy. Og ved «høy» kan menneskelige moderatører varsles. Resultater så langt har vist svært gode resultater, og ved opptil 40 setninger er vurderingen blitt ganske så nøyaktig, men i noen tilfeller trenger risikovurderingen mer eller mindre chattetid enn dette for å komme i mål. Og for å presisere: Den kunstige intelligensen avgjør ikke selv om det er en overgrepssituasjon eller ikke. Den foretar en risikovurdering, varsler og så må et menneske ta den endelige avgjørelsen til slutt, presiserer Bours.

Er mammaen din hjemme?

Den kunstige intelligensen leter spesifikt etter setninger og ord som er typisk for en overgrepssituasjon. Ved å mate datamaskinen med ekte chatdata som har vært både «ordinære» samtaler og overgrepsmateriale

FORTS. ➤

► – har den kunstige intelligensen lært seg opp til å bli en dyktig detektiv.

– For eksempel kan det være situasjoner der en person spør barnet om foreldrene er hjemme, om telefonnummer eller andre ord og uttrykk som kjennetegner en mulig overgrepssituasjon, sier Bours.

– Nettovergripere starter som regel forsiktig, og da er risikovurderingen til den kunstige intelligensen angitt som lav. Men etter hvert som overgriperne prøver å komme tettere på barna, går risikovurderingen opp. Cybergrooming er som regel en prosess der overgriperne forsøker å bygge opp tillit over tid med barn.

Ofte har nettovergripere samtaler med flere personer gående på en gang. Systemet blir derfor enda mer nøyaktig når det dukker opp varsler på brukerne flere steder.

Blir vi overvåket?

For at en chat skal vurderes som en overgrepssituasjon – må noe eller noen ha innsyn, som i dette tilfellet betyr et dataprogram. Men innebærer det at barna må ofre privatlivet sitt mot trygghet?

– Ikke helt, sier Bours.

– Den kunstige intelligensen sjekker gjennom samtalen, men klassifiserer brukerne som «anonyme». Det står ikke at «Ole» prater med «Ida». Dessuten slettes chat over tid, da det er umulig for en server å ta vare på så mye chattedata som er i omløp. I tillegg ønsker ikke vi å ta vare på denne type brukerdata, og det er ikke noe formål å ta vare på brukerdata etter at analyseringen er ferdig. Den menneskelige faktoren, at moderatoren på spill eller app-plattformen leser meldingene, vil kun være nødvendig i de tilfellene der den kunstige intelligensen angir risikovurdering med «høy sannsynlighet» for en overgrepssituasjon. Og disse plattformene lagrer allerede i dag data en kort tid uavhengig av teknologien som vi tilbyr, forsikrer Bours.

Allerede nå er teknologien klar til bruk. Og med det en unik mulighet til å gi barn en tryggere hverdag på nett. Men nå står det på viljen til spillere, sosiale medier og myndighetene, forteller Hege Tokerud.

– Rammeverket er klart og kan tilpasses spillplattformer, sosiale medier, land og kultur. Så lenge vi har chattedata kan den kunstige intelligensen læres opp og tilpasses ulike kanaler. Nå venter vi bare på at aktørene skal inngå samarbeid med oss og ta dette i bruk. Utfordringen er at det ikke finnes noe regelverk som krever at spillere og sosiale medier tar slike forholdsregler. Cybergrooming er dessuten et kjent fenomen i bransjen, men ikke like kjent blant foreldre og myndighetene. Det snakkes ikke så mye om det, og nettovergrep har jo til nå vært et problem uten en løsning, men nå har vi jo nøkkelen klar til bruk, avslutter Tokerud.

Positiv til teknologien

Barnevakten har bidratt som rådgiver inn i prosjektet ved flere anledninger. Faglig leder i Barnevakten, Kjellaug Tonheim Tønnesen, er positiv til initiativet og håper at det kan bidra til å gi barn og unge en tryggere hverdag på internett. ■



Faglig leder i Barnevakten, Kjellaug Tonheim Tønnesen, er positiv til initiativet.

Nettovergrep har til nå vært et problem uten en løsning, men nå har vi nøkkelen klar til bruk.



VIL DU HA GODE TIPS OG RÅD OM
BARN OG UNGES MEDIEBRUK?

BLI MEDLEM I BARNEVAKTEN

barnevakten.no/medlem
facebook.com/barnevakten.no



OPPGAVER Å GJØRE: VENNER PÅ NETT

Faktasjekk ☐ Hvem er dine relasjoner? ☐ Hvordan være grei mot andre?

Kan du stole på alle du møter på nett? Hvem er dine nærmeste relasjoner? Hvem forstår du best av de du snakker med på nett? Her er noen enkle oppgaver du kan gjøre, enten alene eller sammen med en voksen.

Faktasjekk



Kryss av det du tror er riktig, og sjekk svarene under etterpå.



	Ja	Nei	Vet ikke
1. De fleste vi treffer på nett og i spill er snille folk.	☐	☐	☐
2. Vi vet ikke alltid 100 % sikkert om nettvenner er snille.	☐	☐	☐
3. Slemme personer på nettet ønsker å ta kontakt med barn uten at andre kan følge med på samtalen.	☐	☐	☐
4. Politiet anbefaler at barn ikke oppretter en-til-en kontakt med folk de kun kjenner fra nettet uten å få hjelp av en voksen til å avgjøre om personen er snill.	☐	☐	☐
5. Det er lurt å blokkere nettvenner som ikke er snille og si ifra til en voksen.	☐	☐	☐

Sjekk svarene

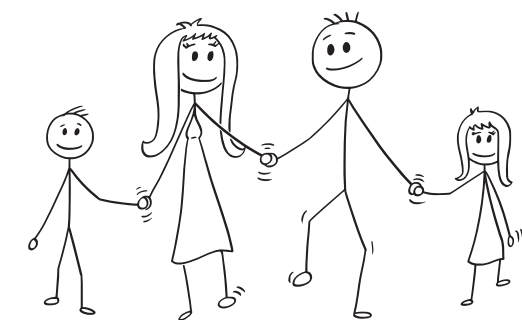
1. Det stemmer. Men det er viktig å være forsiktig, for det finnes noen som har skumle hensikter, og det er ikke så lett å oppdage dem.
2. Ja, vi kan aldri vite helt sikkert om en nettvenn er snill.
3. Ja, det finnes slemme mennesker som ønsker å få barn over i private samtaler.
4. Ja, det er viktig å følge dette rådet fra politiet.
5. Ja. Si alltid ifra til en voksen du stoler på om du opplever noe skummelt eller ubehagelig på nett.



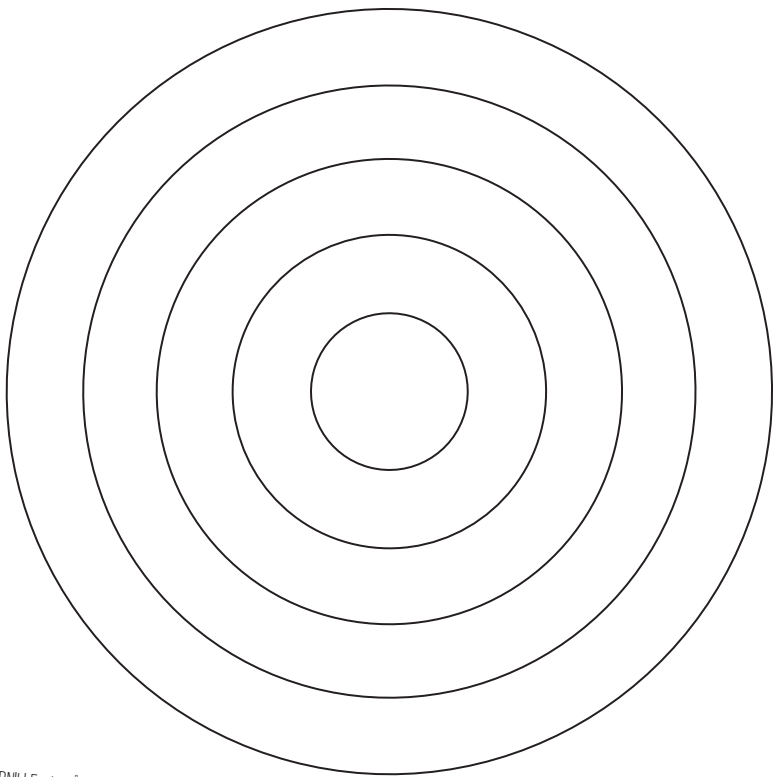
Jeg vil ha gode venner på nettet. Da må jeg kunne stole på at de er snille. Da må jeg sjekke litt først før jeg stoler helt på dem. Det er smart!



Hvem er dine relasjoner?



LÆRER LINE
BESTEFAR MAMMA MORMOR
PAPPA
SØSTER SILJE HÅNDBALL-HANNE
ONKEL KNUT
BERTIL BESTEVENN ROBLOX-RONNY
PERNILLE_12 PÅ SNAP



Plasser relasjoner i forhold til deg selv.

Fargelegg dine sirkler og skriv inn familie, nære venner, nettvenner og perifere venner i listen under. Begynn med den innerste på øverste linje, og fortsett utover. Hvem kommer i den innerste sirkelen? Hvem kommer i den neste sirkelen? Hvem kommer i de ytterste sirklene?

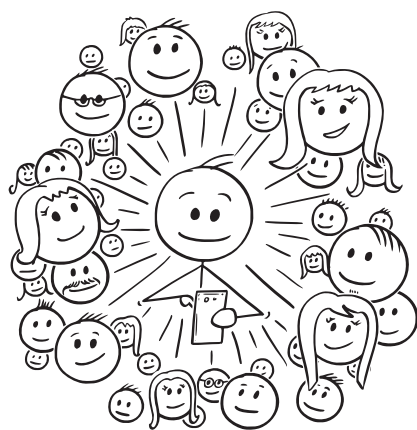
Mine sirkler:

Farge:

Refleksjonsspørsmål:

- Hva kan man dele til personene i de ulike sirklene?
- Snakk om hvor nettvennene som vi ikke har møtt på ordentlig, er i sirklene
- Hvordan kan jeg vite at en nettvenn er en god venn som jeg kan stole på?
- Hva har den sagt som er til å stole på?
- Hvordan kan jeg vite at alderen er riktig?
- Hvordan kan jeg vite at det er en gutt eller jente?

Hvordan være grei mot andre?



Tenk gjennom hvem du har kommunisert med på nettet den siste uken. Fargelegg mine sirkler og skriv inn dem du opplever du forstår best på øverste linje, og dem du forstår minst/er mest usikker på nederst.

Mine sirkler:

Farge:

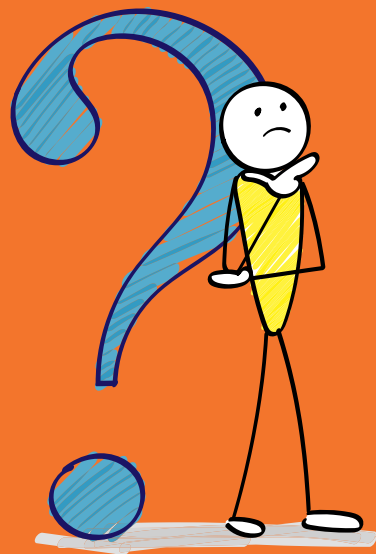
Refleksjonsspørsmål:

- Hva er grunnen til plasseringene?
- Hva kan du gjøre for å forstå dem du forstår minst bedre?

Det er lurt at jeg alltid tenker meg om før jeg skriver eller sier noe på nett. «Vil den som leser/hører det blir glad eller oppleve seg respektert, da kan jeg si det. Er jeg usikker – så lar jeg være».



QUIZ



HVEM VET MEST OM SKJERMBRUK I FAMILIEN?

Her finner dere spørsmål som hele familien kan bryne seg på. Svarene finner dere på neste side.

FILM OG TV



Foto: SF Norge/Oviken Animation



Foto: Disney/Pixar



Foto: Nordisk Film Distribusjon

6+

1. Hvilken tegneseriefigur har en liten, rosa gris som sin venn?
2. I hvilken skog møter vi blant annet Mikkel Rev og Klatremus?
3. Hvilken farge er buksene til katten i **Gubben og Katten**?
4. Hvilket dyr er Ferdinand i filmen **Ferdinand**?
5. Hva er den lille, hvite skapningen med gulrot til nese i **Frost**?
6. Hva heter den røde bilen fra filmen **Biler**?

9+

1. Hvilken sport utøver Merida, hovedkarakteren i filmen **Modig**?
2. Hvilket dyr er den berømte Lassie fra blant annet filmen **Lassie kommer hjem**?
3. Hva heter brødrene til Espen Askeladd?
4. Filmen heter **Løvenes konge**, hvem er hovedkarakteren?
5. I hvilken megapopulære filmserie møter man karakteren Luke Skywalker?
6. Hva heter filmen om en pingvin med «glade føtter»?

12+

1. Filmen **Kon-Tiki** skildrer en historisk reise over Stillehavet på en flåte. Hva het nordmannen som er mest kjent fra ekspedisjonen?
2. Hvilket bakverk har hårfrisuren til Princess Leia fra **Star Wars** blitt sammenliknet med?
3. Hva heter den første Pixar-filmen med en kvinnelig hovedkarakter?
4. Hvilken sport lærer Dre Parker i den nyeste versjonen av filmen **The Karate Kid**?
5. Hva løper Alice i **Alice i Eventyrland** gjennom for å havne i en mystisk fantasiverden?
6. Hva heter den norske ungdomsserien fra NRK som ble populær i mange land?
7. Hva heter kjeltringen i filmen **101 Dalmatinere**?

SPILLKUNNSKAP

6+

1. Hvilken spillplattform er dette?
2. Hvilket spill kommer denne karakteren fra?
3. I hvilket spill finner du minispillet **EggWars**?
4. Hva heter broren til Luigi?
5. Fullfør navnet på dette spillet: Kaptein Sabeltann og den magiske ...?



Foto: Roblox



Foto: Devolver Digital

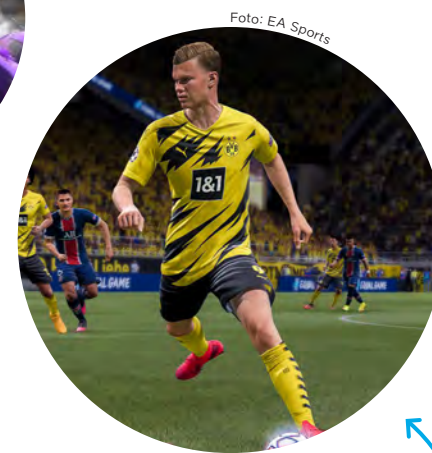


Foto: EA Sports

9+

1. I dette populære spillet finner du en hel verden av byggeklosser som kan la deg bygge nesten hva som helst. Hva heter spillet?
2. Hvilken plattform som mange barn bruker i dag, inneholder tusenvis av ulike spill?
3. I hvilket spill hører man om «ranking», «rødt kort» og «UEFA Champions League»?
4. Hvilket spill går ut på å stable remser med «byggeklosser» i ulike farger tett sammen?
5. Du kan spille dette spillet for å lære deg å danse. Figurer på skjermen viser deg koreografien – og du danser med. Hva heter spillet?

12+

1. Hvilket nummer har Erling Braut Håland på drakten i **FIFA 21**?
2. Hva er de ulike aldersgrensene fra PEGI?
3. Hva heter Nintendo-spillet som på nytt ble populært i 2020 og handler om å utforske dyrelivet, bygge et hjem, samle råmaterialer og lage gjenstander og bli kjent med nye øybeboere?
4. Hva het Super Mario opprinnelig?



Foto: Ubisoft

FORTS. ➤

VÆR SMART PÅ NETT

Dette er refleksjonsspørsmål, men du finner noen tips i fasiten. Denne delen passer fint som en samtale om nettvett mellom barn og foreldre.

6+

1. Du mottar en slem og sårende melding på chat – hva gjør du?
2. Hva bør du gjøre hvis noen du ikke kjenner vil snakke med deg på et spill?
3. Er det greit å skrive slemme ting på nett, hvis det er til noen man aldri kommer til å møte på ekte uansett?
4. Du får en melding om at du kan få VIP medlemskap i et spill hvis du forteller hva telefonnummeret og adressen din er. Hva gjør du?

9+

1. Du mottar denne meldingen på chat fra en fremmed. Hva gjør du?
2. Hvordan kan du bidra til god stemning i spill og på nett?
3. Spill er gøy, og det kan også være lærerikt! Hva tenker du at man kan bli god i ved å spille?

Hei, kult at du ville adde meg. Lyst å møtes etter skolen en dag? Vi kan game sammen.

SPILL OG LÆR

Hva kan du lære mer av å bruke disse appene?

6+

1. Tella
2. Poio
3. Lek ABC Albert Åberg
4. Graphogame
5. Pili Pop
6. ScratchJR
7. Salaby



9+

1. Coda Game
2. Quizlet
3. Tid
4. Big Numbers – Dragonbox
5. Comic Life 3



12+

1. Cities: Skylines
2. Auxe
3. Geoguessr
4. Photomath
5. Geocaching
6. iNaturalist



HADDE DU RETT?

- | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|---|---|--|--|---|---|---|--|--|--|---|---|
| Gjør en forskjell (9+) <ol style="list-style-type: none">1. #attbilbra2. Greta Thunberg3. Emil «Nyhrox» Bergquist4. «Helsesista»5. Kodeklubben – kidsakoder.no6. Feabrik (@jointhefabrik) | Sosiale medier (6+) <ol style="list-style-type: none">1. Sleitmeg.no2. Tips.politet.no3. Snakkommobbing.no4. Telefon: 116123 | Sosiale medier (12+) <ol style="list-style-type: none">1. Influencer2. MSN3. SOME4. 13 år | Spill og lær (6+) <ol style="list-style-type: none">1. Matematikk2. Å lese3. Alfabetet4. Bokstaver og ord5. Engelsk6. Koding7. Klokken | Spill og lær (9+) <ol style="list-style-type: none">1. Koding (Lage egne spill)2. Nye ord (for eksempel på engelsk)3. Klokken4. Matematikk5. Å lage tegneserier | Spill og lær (12+) <ol style="list-style-type: none">1. Bygging og utvikling av en by2. Musikkproduksjon3. Gjenkjenne omgivelser4. Utregning av matematikk | Vær smart på nett (6+) <ol style="list-style-type: none">1. Snakk med en voksen, få hjelp til å blokkere og rapportere2. Det kan være lurt å gi beskjed til en voksen3. Husk at det er ikke vondt å motta stygge beskjeder på nett, som i virkeligheten4. Dette er nok lureri, du bør ikke gi fra deg informasjon om deg selv på nett | Vær smart på nett (9+) <ol style="list-style-type: none">1. Det kan være lurt å vise meldingen til en voksen – ikke alle på nett er den de utgir seg for å være.2. Eksempel: Hele på de du spiller med – det kan være nettopp det som skaffer dere seieren.3. Eksempel: Språk, samarbeid, konsentrasjon, taktikk4. Overwatch5. Ossan | Spillkunnskap (6+) <ol style="list-style-type: none">1. Roblox2. Fall Guys3. Minecraft4. Mario5. Diamant7. Cruella De Vil | Spillkunnskap (9+) <ol style="list-style-type: none">1. Minecraft2. Roblox3. FIFA4. Tetris5. Just Dance | Spillkunnskap (12+) <ol style="list-style-type: none">1. Nr. 92. 3, 7, 12, 16 og 18 år3. Animal Crossing4. Overwatch5. Et kaninhull | Film og tv (6+) <ol style="list-style-type: none">1. Ole Brumm2. Hakkabakkeskogen3. Grønn4. Okse5. Snømann6. Lynet McQueen | Film og tv (9+) <ol style="list-style-type: none">1. Bueskyting2. En hund3. Per og Pål4. Simba5. Star Wars6. Happy feet | Film og tv (12+) <ol style="list-style-type: none">1. Thor Heyerdahl2. Kanalsnurre / skillingsskoller3. Modig / Brave4. Kung Fu5. Et kaninhull |
|---|--|---|---|--|--|---|---|---|--|--|--|---|---|

GJØR EN FORSKJELL

På skjerm kan nå ut til mange mennesker på kort tid. Det kan by på noen utfordringer, men mange bruker skjerm til å gjøre en positiv forskjell!

9+

1. Hva er #hashtaggen som barn og unge har brukt i koronatiden for å minne hverandre på at selv om det er tøft nå, så kommer det til å gå over?
2. Hva heter den svenske jenten som satte i gang en miljøbevegelse ved hjelp av sosiale medier?
3. I 2019 vant en norsk gutt VM i **Fortnite**. Han har bidratt til å øke interessen for gaming som en sport – selv utenfor gamingmiljøet. Hvem er han?
4. Hun er kjent som hele Norges helsesøster eller Tale Maria Krohn Engvik og prater med barn og unge om blant annet mental helse. Hva er hennes navn på sosiale medier?
5. Hva heter klubben som vil lære barn og unge om programmering?
6. Hva heter firma til fire «redesignere» som på sosiale medier vil lære unge om å gjenbruke klær og tekstiler?



SOSIALE MEDIER

Her er det lov å Google stikkord for å finne frem til svarene.

6+

1. Hva heter nettstedet som hjelper til med å slette innhold på nett som du ikke klarer å slette selv?
2. Hvor kan du tipse politiet hvis du ser eller opplever noe ulovlig på nett?
3. På hvilket nettsted kan du snakke med trygge voksne om mobbing?
4. Hva er nummeret til hjelpetelefon for mental helse?

12+

1. Hva kalles ofte en person som har mange «følgere» og stor påvirkning i sosiale medier?
2. Hva het den nå nedlagte chattetjenesten fra Microsoft som mange unge brukte på slutten av 1990- tallet og frem til 2014?
3. Hva er forkortelsen for «sosiale medier»?
4. Hva er aldersgrensen for sosiale medier?



10 kule uteaktiviteter med mobilen

Med mobiltelefonen kan barna laste ned kjempekule apper som er perfekte til å bruke utendørs. Her er ti tips til å få barna opp og ut! TEKST: KRIS MUNTHE

Sola skinner og gradestokken stiger. Ja, det går med stormskritt mot lange og varme sommernetter. Skjermtid forbindes kanskje mest med «innetid». Men det finnes også underholdende og lærerike apper som foregår utendørs. Noen av våre tips og forslag kan være med på å motivere til aktivitet og lek ute. Og våre forslag passer like bra for barna som for hele familien – så hvorfor ikke hive seg med på moroa?

WhatBird!

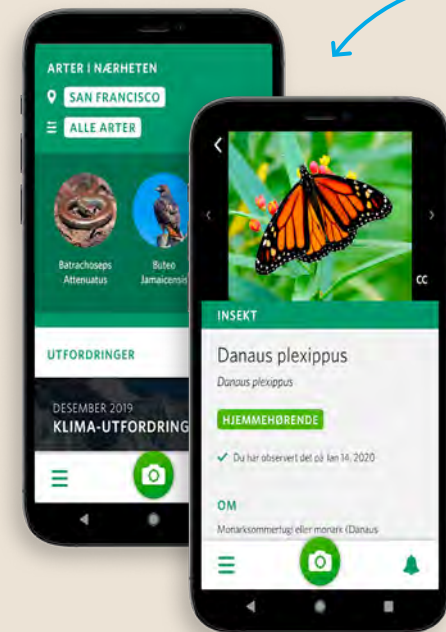
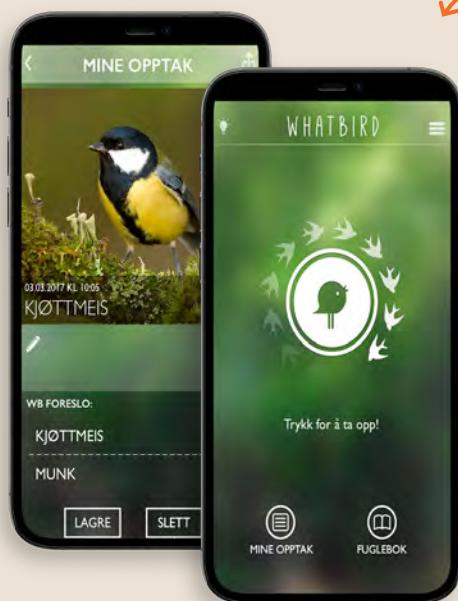
Android (Google) PEGI 3
iOS (Apple) 4+

Gjenkjenn fuglesang

Vår og sommer er høytid for fuglesang. Men det er ikke alltid like enkelt å gjenkjenne akkurat hvilken fugl som plystrer. Til hjelp finnes det apper som gjør noe av jobben for oss. Appen **Whatbird** er blitt utviklet her i Norge med støtte fra Miljødirektoratet og NTNU.

Bruken er enkel. Man hiver seg ut i naturen og går så nær man kan til fuglekvitringen, og trykker på opptaksknappen i appen. **Whatbird!** bruker enhetens mikrofon for å snappe opp fuglelyden. Deretter sammenlignes dette med lydfiler som ligger ute på en server på internett, og **Whatbird!** vil foreslå hvilken fugl det er som synger. Metodikken minner altså om andre programmer som gjenkjenner sanger og musikk for deg.

Dette er en flott app som gjør skogen enda mer levende og spennende å utforske. Og med det får hele familien mer kunnskap om ulike fuglearter.



Seek av iNaturalist

Android (Google) PEGI 3
iOS (Apple) 4+

Identifiser planter og insekter

Hva heter den nydelige blomsten ved skogkanten, eller den fargerike sommerfuglen på terrassen? Med appen **Seek** og mobiltelefonens kamera, er skogens mysterier bare et bilde unna. Appen fungerer ved at den bruker dataintelligens for å gjenkjenne livet i skogen. Ved å sikte med mobilkameraet «skanner» appen det man ser på, og så prøver den så godt den kan å gjenkjenne art og navn.

Det blir litt prøving og feiling, men med en liten dose tålmodighet klarer appen seg ganske så bra til tider. **Seek** er helt gratis å laste ned (utrolig nok). Utviklerne hevder også at de gjør mye for å beskytte barns personvern. Det betyr at man ikke behøver å registrere noen konto for å bruke appen. Det er bare å starte opp og sette i gang.

Grågås, stokkand, linerle, hvitveis, gråspurv, rødrev og blåveis – avhengig av hvor man bor i landet, foreslår appen mye spennende i nærmiljøet. Dette kan være med på å lokke familien ut på ekspedisjon.

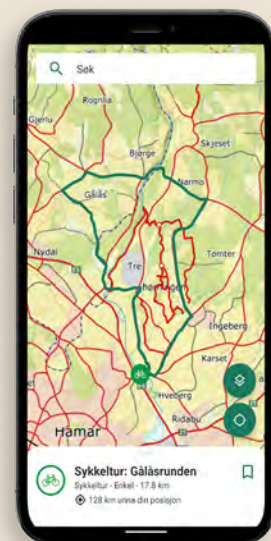
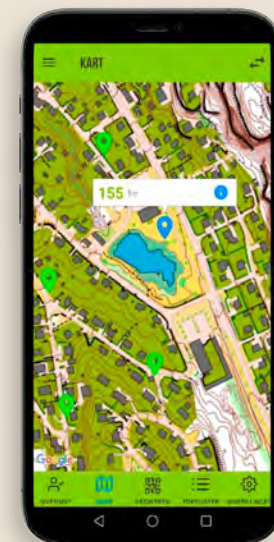
Stolpejakten

Android (Google) PEGI 3
iOS (Apple) 4+

Bli med på stolpejakt i nærmiljøet

Appen **Stolpejakten** kan best sammenlignes med (digital) orientering i naturen. Med mobiltelefonen kan man få opp et kart og lokalisere stolper plassert både i bysentrum og ute i turperler i nærområdet. Man skanner så en QR-kode på hver stolpe for å registrere et besøk.

Appen ser nokså enkel ut med tanke på innhold og funksjoner, men det er ikke nødvendigvis en hindring, for gleden med bruken er å være ute i naturen og i bevegelse. Ved å markere «stolper» får man også en aldri så liten eroblingsfølelse av at «her har jeg vært!». Ellers får man prestasjonsmerker basert på å besøke stolper over en viss høyde eller farge.



UT.no

Android (Google) PEGI 3
iOS (Apple) 4+

Finn nye turområder

Skal familien på tur, men trenger inspirasjon til å finne nye destinasjoner? **UT.no** er utviklet av Den norske turistforening og samler turforslag fra hele landet. Appen kan lastes ned gratis og tilbyr til og med reiseinstruksjoner til startpunkt via Google Maps. **UT.no** kan også gi turforslag som er i din umiddelbare nærhet.

I appen kan man se bilder fra turstien, hvem turen passer for (barn, voksne og så videre), vanskelighetsgrad, varighet og mer. Det finnes også høydeprofil og en grundig beskrivelse av turen og omgivelsene man møter på underveis. Appen har også et kart over ruten og kan vise din plassering via mobilens GPS. Husk at batteriet på mobilen kan bli flatt, vurder om dere bør ha med papirkart.

Arrrrrrgh

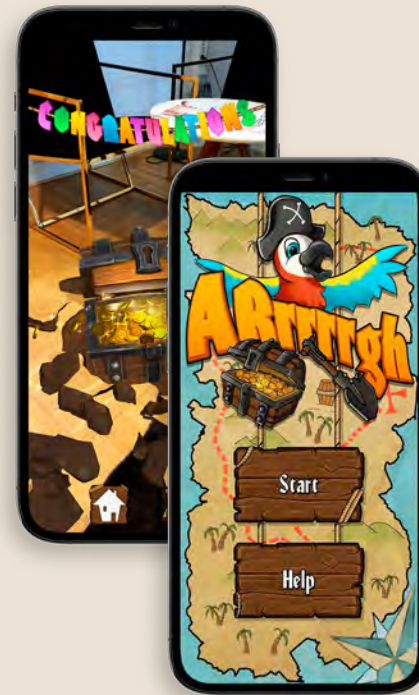
Android (Google) PEGI 3
iOS (Apple) 4+

Let etter skatter i hagen!

Med appen **Arrrrrrgh** man kan grave ned skatter i hagen uten å måtte bruke en spade. Dette skjer ved bruk av såkalt AR-teknologi som innebærer at mobilens skjerm viser både datagrafikk og de faktiske, fysiske omgivelsene.

Appen er ganske enkel i bruk. Først går man til stedet der man ønsker å grave ned skattekisten. Så gir man mobilen til den eller de som skal lete etter skatten. På skjermen vil det nå dukke opp et skattekart med en «X», og avstand og nærhet til målet blir gjengitt langs en rett linje. Jo nærmere skatten man er, desto nærmere beveger figuren seg mot «X».

Når skattejegeren er ved målet, kan han eller hun trykke på spaden og grave opp en kiste med all slags gull og smaragder. Deretter kan man bytte og så kan den som opprinnelig gjemte skatten nå være den som leter etter skatten.



Sky Guide

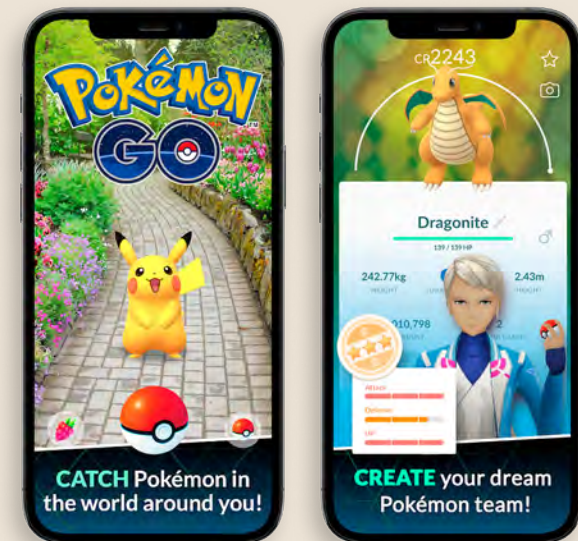
iOS (Apple) 4+

Lær om stjernehimmelen med AR-teknologi

Det finnes mange fine apper for å sjekke ut stjernehimmelen. Felles for de fleste er at de har noe komplisert navigering i appen. Så det kan være best med litt støtte fra voksne i starten for å finne ut hvordan man bruker appen.

Med appen **Sky Guide** kan man studere himmelen og få informasjon om ulike himmellegemer, planeter, romstasjoner og mer. Appen benytter seg av mobilens GPS-plassering, samt AR-teknologi. Kort forklart fungerer AR-teknologi slik at skjermen på mobilen viser det mobilkameraet ser, og så legges dataanimasjoner oppå dette igjen.

Med **Sky Guide** får man altså tegnet himmellegemer samtidig som man ser på stjernehimmelen rett foran seg. Man kan også søke etter planeter, kometer, satellitter og andre himmellegemer. Da får man en pil på skjermen som viser hvor man må dreie mobilen for å finne frem.



Pokémon Go

Android (Google) PEGI 7
iOS (Apple) 9+ (iOS)

Let etter pokémons

Det populære mobilspillet der man skal fange pokémons lever i beste velgående den dag i dag. Gå rundt i nabolaget, dra opp mobiltelefonen når den vibrerer og siht mobilkameraet på en pokémon. Kast så en pokéball for å fange den. Her gjelder det å samle så mange pokémons som man bare kan! Dette er en app som blander fysisk aktivitet med spill.



Waypoint EDU

iOS (Apple) 4+ /
13 år i vilkår basert på personvern

Lag utendørs-quizer

Er familien i overkant glad i quizer og konkurranser? Med appen **Waypoint EDU** kan man lage GPS-baserte quizer. I praksis vil det si at deltakerne må bevege seg for hvert spørsmål ved hjelp av GPS-posisjon og målplassering på et kart.

Appen er enkel å bruke for den som skal lage quizer. Først dukker det opp et kart av nærområdet ditt. Så kan du tegne opp en rute og flytte quiz-punkter til forskjellige steder. Deretter skriver du inn spørsmål og svar.

Quizer kan deretter deles med familiemedlemmer via airdrop for eksempel, eller så kan du låne bort din egen mobil. Deltakerne kan se egen posisjon på kartet og hvor quiz-punktene er. Så er det bare å bevege seg til første punkt. Appen går deretter i kameramodus hvor man må bevege kameraet for å finne spørsmålet. Genialt, gøy og motiverende for hele familien!

Snapseed

Android (Google) PEGI 3
iOS (Apple) 4+

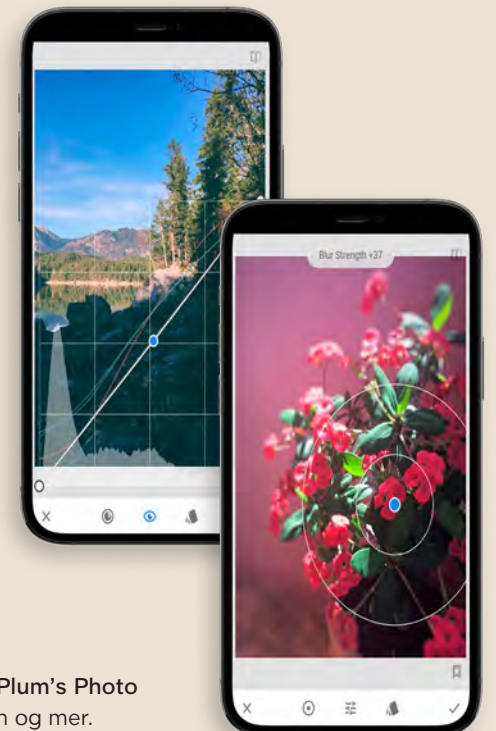
Ta flotte bilder med mobiltelefonen

Det har skjedd mye med fotografi og teknologi de siste årene. Kameraet på smarttelefoner blir stadig bedre og selv et bilde knipset på mobil kan se flott ut på store lerreter. Selv om barna ikke nødvendigvis skal sende inn naturbilder til et kunstgalleri, så er det allikevel spennende og kreativt å fange landskap med kameraet.

Så finn et sted med fine omgivelser og knips i vei. Husk at det lønner seg å holde mobilen rett (bruk gjerne rutenett i kamerappen til hjelp) og motivene tar seg best ut på nært hold med mobiltelefon. Om man skal ta bilde av personer og andre gjenstander, da er det best å være i samme høyde som motivet. Så her er det bare å prøve seg frem med ulike sitte- og liggestillinger for å knipse de beste bildene.

Med appen **Snapseed** kan man også gjøre redigeringer i etterkant. Ofte har mobiltelefonen innebygget programvare som kan kutte i bilder, endre på lys, legge på filtre og så videre.

Dersom barna trenger inspirasjon til bildeknipsing, kan man laste ned appen **Plum's Photo Hunt**. Her får barna «fotooppdrag» som det å ta bilde av mønstre, skyer, vann og mer. Appen er riktignok på engelsk, men den er utviklet spesifikt for barn som målgruppe.



Om man ønsker å utforske et annet univers, finnes det også et eget Harry Potter-spill som ligner på **Pokémon Go – Harry Potter: Wizards Unite**. Man kan også lete opp og samle skatter som andre har lagt ut i Geocaching, og så er det science fiction-eventyret Ingress.



ROMYS SALONG

Nederlandsk/tysk barnefilm, 2020, vi anbefaler for alle

Rørende og hjertevarm historie om forholdet mellom ti år gamle Romy og hennes bestemor som har Alzheimers.

Denne filmen vant prisen for beste barnefilm under Barnefilmfestivalen i Kristiansand, og fortjener å bli sett av et stort publikum. Historien er lærerik og hjertevarm, og tegner et nydelig og tankevekkende portrett av forhold mellom mennesker og hva en person med demens går gjennom.

Vanskelig forhold til mormor

Når mammaen til ti år gamle Romy får seg ny jobb, da må Romy gå til mormors frisørsalong etter skolen. I starten går ikke det så bra. Mormor er sur, og Romy har ikke lyst til å være hos henne. Ikke vil hun være hos pappaen sin heller, for han har fått seg ny kjæreste.

Men når mormor innser at Romy er ganske flink til å hjelpe henne både i salongen og hjemme, da endrer forholdet seg sakte. Dessverre blir mormor stadig mer glemsk, hun roter ting bort og klarer seg ikke alene lenger. Og med Alzheimers går utviklingen bare én vei, og det må



Foto: BosBros

både Romy, mormor og mamma takle så godt de kan.

For ungdom og voksne

Romy salong er en film som fortjener all den rosen den kan få. Filmskaperne tar opp et veldig vanskelig tema; en kjær mormor som får Alzheimer og som mister stadig mer kontrollen over hverdagslivet. Man tegner et realistisk bilde av en

mormor som er langt fra perfekt, men som Romy blir sterkt knyttet til. Mormor er både sur og streng, men også snill og gavmild – hun har gode og dårlige sider.

Fart og spenning er det lite av, men historien er morsom, fascinerende og spennende. Barn får et verdifullt innblikk i hva demens gjør med et menneske. De vil også få større forståelse av hva som er viktig for et menneske – ens identitet, selvbilde og hva et menneske sitter igjen med av minner etter et langt liv. Og ikke minst, barn vil få forståelse for hvor stor verdi det ligger i å vise omsorg. Dette er en film alle barn bør se.

Romys salong har ingen urovekkende scener. Alt som skjer med mormor er litt rart, men filmen har et så rolig formspråk at selv en brann fremstår udramatisk. Det er tydelig at filmskaperne har god kunnskap om hvordan man formidler alvorlige tema til barn på en betryggende og lærerik måte. Filmen er for øvrig like interessant for ungdom og voksne.

FREMAD

2020, vi anbefaler fra seks år

Her er det bare å sette seg godt til rette og kose seg med den magiske reisen til brødrene Iver og Balder. Vi får et hjertevarmt og rørende budskap om familie, forbilder og å finne sin plass i verden. Som søsken flest er brødrene bestevenner, men det ligger også ulmende konflikter mellom dem, samtidig som begge bærer på en stor sorg. Dette er en film som er både morsom, engasjerende og rørende.



Foto: BosBros

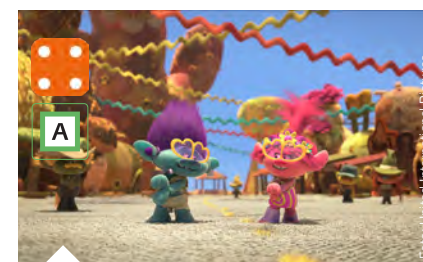


Foto: Universal International Pictures

TROLLS – VERDENSTURNE

2020, vi anbefaler for hele familien

Musikalsk og frisk animasjonsfilm med et tydelig og fint budskap. Mange ungdommer og voksne vil nok synes at det er i overkant sukkersøtt, men for et ungt publikum er det flott. Historien er en kamp mellom ulike musikkstiler, og selv om hovedpersonene ser seg blinde på sin egen «tro», ser de etterhvert at verden er mest spennende og fargerik når den består av mange ulikheter.

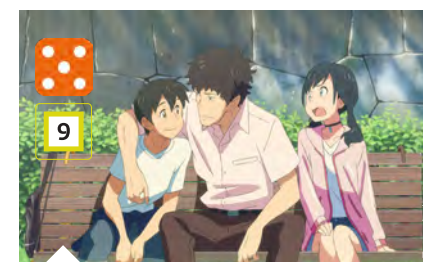


Foto: Arthaus

WEATHERING WITH YOU

2019, vi anbefaler for ungdom

Sjarmerende og forfriskende japansk tegnefilm med strålende animasjon. Dette er en sjarmerende kjærlighetshistorie om to unge mennesker som ikke klarer å finne sin plass i verden, og som finner sammen og blir hverandres støtte. Historien blander en noenlunde realistisk fremstilling av storbylivet i Tokyo med en rekke magiske elementer, samt religiøse ritualer for å be om fint vær.



Foto: Norsk Filmdistribusjon/Dean Rogers

DAVID COPPERFIELDS PERSONLIGE HISTORIE

2020, vi anbefaler fra ni år

Denne britiske nyinnspillingen av den klassiske romanen til Charles Dickens er en storslått produksjon med en rekke kjente skuespillere som spiller de mange særegne karakterene. Filmatiseringen er svært god, og vi tas med til en fargerik og sjarmerende verden der selv de dystre periodene i Davids liv er skildret med varm og treffende humor.



SPILL

BARNEVAKTEN.NO/SPILL

3
www.peginfo

Foto: Coatsink

PHOGS!

PlayStation 4 og 5/Xbox One og Series S og X/Nintendo Switch/Windows
Vi anbefaler fra syv år

Vakkert, drømmende og søtt samarbeidsspill som passer perfekt for barn og foreldre som vil spille sammen, eller for barn som vil spille med venner.

Phogs! er et nydelig spill der man kan samarbeide to personer på samme skjerm, eller så kan man samarbeide med andre på nett. Spillet byr på logiske hindringer som skal løses, og et vakkert drømmelandskap.

Logiske hindringer

I spillet møter man en hund, eller rettere sagt, to hunder som henger sammen. Akkurat dyrets anatomi og oppbygning er vanskelig å gå nærmere inn på – men man kan definitivt fastslå at hundene er søte. Hundene styres med en spiller alene, eller to spillere som styrer hver sin ende/hund.

Når to personer samarbeider blir styringen passe kaotisk og utfordrende. Å bevege seg i en rett linje er nesten umulig, men samtidig får man øve på kommunikasjon og koordinasjon. Jo mer man øver, desto bedre går det.

Poenget med spillet er altså å løse en rekke logiske hindringer ved å bevege



Foto: Coatsink

seg gjennom labyrinter og ulike områder. Til hjelp kan hundene bite seg fast i gjenstander for å flytte på disse. Det kan være alt fra kuler til statuer. I tillegg kan hundene trykke på knapper og henge seg fast i håndtak, for eksempel for å forflytte seg over en bro.

Hundene kan også strekke seg i hver ende og slippe tak og sprette som en gummistrikk. Det er noen utrolig artige mekanikker i bruk. Og disse er intuitive,

samtidig som det er stor variasjon i bruk i møte med logiske hindringer.

Mye å prøve seg på

Det er tre verdener og 24 nivåer å utforske. Enten man må sveve til en topp, bygge en bro, se hvordan lys påvirker omgivelsene, strekke seg for å nå høyt og lavt – ja, det er mye å gå løs på. I tillegg kan man lete etter hemmeligheter og skatter.

Selve spillverdenen er vakker og kan beskrives som ulike drømmelandskap. Det kan være fargerike dessertområder, eller søvnige kveldsområder. Musikken er flott og bidrar til den drømmeaktige stemningen.

Phogs! har fått PEGI angitt til tre år, altså den laveste aldersanbefalingen. Vi velger allikevel å anbefale spillet fra syv år på grunn av vanskelighetsgrad. Styringen er såpass kompleks at det anslår en høyere vanskelighetsgrad. Innholdsmessig er det ikke noe som tilsier at yngre spillere ikke kan spille spillet.



Foto: TinyBuild Games

TOTALLY RELIABLE DELIVERY SERVICE

PlayStation 4 og 5/Xbox One og Series S og X/Nintendo Switch/Windows/Android/iOS
Vi anbefaler fra syv år



Foto: Curve Digital

HUMAN: FALL FLAT

PlayStation 4 og 5/Xbox One og Series S og X/Nintendo Switch/Windows/Android/iOS
Vi anbefaler fra syv år

Dette er et helsprøtt partyspill der flere kan spille på en og samme skjerm (gjelder spillkonsoll). Spillet byr på logiske hindringer som skal løses og fysiske lover som rett og slett ikke er innenfor det normale.

Sjangeren er innenfor kategoriene flerspiller og puslespill. Spillfigurene kan bli kastet både her og der, og manøvreres som ustø filledukker. Det gir spillet et særpreg og en styring som både er utfordrende og morsom til samme tid. Spillet utfordrer evnene til problemløsning og planlegging. Man sendes ut i fantasifulle drømmelandskap og må finne frem til en dør og neste område hvor nye utfordringer venter. Vi anbefaler spillet fra syv år på grunn av at styringen er ganske kompleks.

Dette er et helsprøtt partyspill der målet er å levere pakker fra A til Å. Spillet lener seg allikevel tungt på såkalt «ragdoll»-effekt. Det vil si at spillfigurene oppfører seg som livløse dukker som egentlig bare henger og slenger når man prøver å bevege dem. I praksis betyr det at spillet blir superkomplisert og veldig morsomt å spille. Skal man løfte pakken opp på et lasteplan, må man samtidig passe på at spillfiguren ikke faller over ende.

Spillet er ment å være kaotisk og morsomt, og er flott å spille ilag med venner og familie. Her kan man forvente kjøretøy som velter, pakker som blir slengt både her og der, og gummiaktige spillfigurer som tilbringer minst like mye tid på bakken som de gjør stående på føttene.

I spillet, som er i sjangeren «sandkasse», vandrer man omkring et ganske så stort landskap med byer, fjell, veier og vann. Pakker henter man ved forskjellige utleveringssteder. Som regel dukker det opp en eller annen form for kjøretøy som man kan benytte seg av. Det kan være alt fra fly og helikopter, til båter og biler.

Spillet er merket PEGI 3, men vi anbefaler spillet fra syv år på grunn av vanskelighetsgrad.



Foto: Frontier Developments

PLANET ZOO: AQUATIC PACK

Windows
Vi anbefaler fra tolv år

Planet Zoo er en dyrehagesimulator som blander det beste fra underholdning med læring i en fargerik og interaktiv pakke. Poenget med spillet er å drifte alt fra ansatte til bygninger og landskapselementer.

I sentrum står så klart dyrene. Disse må tas vare på, og man må sikre at de har et levelig og tilpasset habitat. Mat, søvn, ly, naturomgivelser og sosiale behov er alle aspekter som må ivaretas. Dermed er dette et spill som lærer barn både smått og stort om dyr – samtidig som man får se disse flotte skapningene i nesten naturtro omgivelser. Vi anbefaler spillet fra tolv år på grunn av vanskelighetsgrad. Kontrollene er avanserte, og i dette spillet må man ta finjusteringer når man bygger i parken sin, og gå innom en hel del menyer.



DITT EVENTYR, DIN TRENINGSHISTORIE!



Foto: Google LLC

EXPEDITIONS

iOS, Android
Merket PEGI 3

Superkul app som gir barna muligheten til å dra på digitale ekskursjoner ved bruk av AR og VR-teknologi. Se menneskeskjelett plassert på ditt eget stuegulv, besøk et museum eller utforsk anatomen til en humle, og mye mer.

Appen Expeditions er gratis å laste ned (frem til juni 2021), og fungerer som en plattform som sender deg ut på digitale ekskursjoner. Når man starter appen for første gang kommer man til en oversikt med mange ulike temaer. Hver nye ekskursjon må lastes ned til mobiltelefonen eller nettbrettet for at man kan komme i gang. Vær derfor oppmerksom på bruk av mobildata dersom wifi ikke er tilgjengelig. Som standard laster appen kun ned innhold via trådløse nettverk.

Appen baserer seg på bruk av VR- og AR-teknologi. Det kan gi en innlevelse og opplevelse av at man er til stede. Ved bare et tastetrykk har man en dinosaur, jordkloden, en hai eller et skelett på stuegulvet sitt. Ved å bevege seg rundt motivet kan man studere og se dette fra forskjellige kanter. I tillegg ledsages hvert motiv av tekst eller tale (på engelsk), slik at man kan lære mer om temaet.

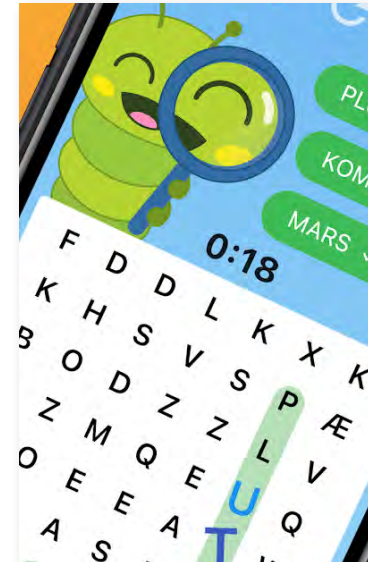


Foto: Eirik Stien

WORMIE ORDSØK

iOS, Android
Merket PEGI 3

Denne appen byr på ordsøk med både engelske og norske ord, og gir barn en fin mulighet til å øve på ord. Gratis nedlasting, men krever kjøp av tilgang til ytterligere ordpakker.

Ordsøk er som navnet tilsier – en jakt på ord. I denne appen skal man lete etter tre ord som er skjult blant en haug med bokstaver. Ordene står både loddrett, vannrett og diagonalt. Når man først finner et ord, markerer man dette i appen og går videre til neste søk.

Denne aktiviteten minner litt om å løse kryssord. Og det kan være en fin måte for barn å arbeide med ord på. Blant annet har appen talestøtte slik at ord leses opp med en stemme. Ved å lete etter og gjenkjenne ordene jobber barna også med rettskriving og lesing for å forstå hvordan ord er bygget opp.

Denne appen er derfor fin for barn som allerede kan lese (og de som vil trene på høyfrekvente ord), eller barn som trenger å øve på rettskriving. Appen har et fint og barnevennlig brukersnitt. Dette er en app som er enkel for barn å komme i gang med, og appen serverer stadig nye ord slik at man kan fortsette fra den ene oppgaven til den neste.

APP

BARNEVAKTEN.NO/APP

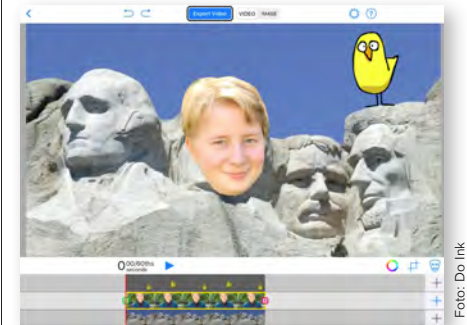


Foto: Do Ink

GREEN SCREEN BY DO INK

iOS
Vi anbefaler fra ni år

Dette er en intuitiv app for å film med «green screen» som gir barn kreative muligheter med videoproduksjon.

«Green screen» er en videoteknikk som filmselskaper bruker for å endre på bakgrunnen til et filmklipp. For eksempel kan det se ut som om en superhelt svever over skyene selv om personen egentlig befinner seg trygt på bakken i et filmstudio. Grunnen til at dette kalles «green screen», er fordi motivet eller personen som filmes står foran en grønn bakgrunn.

I denne appen kan altså barn filme seg selv, eller andre motiver, og legge dette inn i et annet videoklipp. Barna kan for eksempel lage en presentasjon der det ser ut som om de står foran Taj Mahal, ved en vulkan, på en øde øy, ved siden av en dinosaur eller ute i verdensrommet.

Appen krever noe erfaring med video og tilhørende programmer. Men alt i alt er dette et nokså tilgjengelig verktøy som ikke krever all verden av utstyr. Derfor er dette et verktøy som kan gi barn nye, kreative muligheter for videoproduksjon.



SPØR BARNEVAKTEN

Har du spørsmål om barn og unges mediebruk?
Ta kontakt på post@barnevakten.no

KJELLAUG TONHEIM TØNNESEN, KRIS MUNTHE OG RUNE H. RASMUSSEN
FAGAVDELINGEN I BARNEVAKTEN



Er det gjort en vurdering av hvilken aldersgruppe de som ser FlippKlipp bør være? Jeg reagerer på at det vises på skolen helt ned til første klasse som lunsjunderholdning, men finner ikke info om anbefalt aldersgrense.

Flippklipp blir gitt varierende aldersgrense av NRK, alt etter hva slags innhold en episode har. Det gjør programserien litt utfordrende å forholde seg til, spesielt når det gjelder de yngste. Episodene er merket med alt fra A, som er tillatt for alle, til 6, 9 og til og med 12 år.

Aldersgrensen er opplyst om under omtalen av hver episode, og i øverste venstre hjørne på filmen.

Når det gjelder visning av bildeprogrammer i skolen, er det tydelige regler for dette. På Medietilsynets nettsider står det:

«Skal du vise film i skole, SFO eller barnehage må du følge aldersgrensen på filmen eller programmet. Skolen kan vise film med høyere aldersgrense enn elevenes alder, men da må de ha foreldrenes samtykke.»

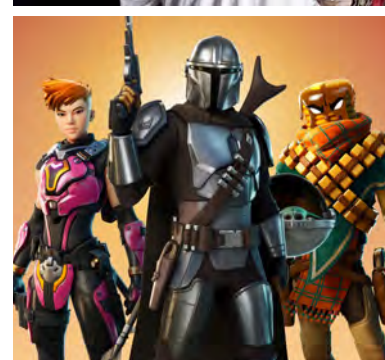
«Det er lovlig å vise film i forbindelse med undervisning. Ved slike visninger må aldersgrensen på filmen følges. Aldersgrensene er: Tillatt for alle, 6 år, 9 år, 12 år, 15 år og 18 år.»

«Når barn ser film i skolen eller i barnehagen, anses barnet å være alene. Hovedregelen er at aldersgrensen skal følges ved visning av film i undervisningssammenheng. Hvis du likevel ønsker å vise en film med høyere aldersgrense, må du ha samtykke fra foreldrene.»

«Foreldre trenger informasjon på forhånd, slik at de kan sette seg inn i filmens innhold. De kjenner barnets tålegrense og modenhet best – de må få ta den endelige avgjørelsen for sitt barn. Hvis samtykke blir gitt, opptrer du på vegne av foreldrene som ledsager for barnet.»

Skolen har altså ikke anledning til å ta valg på vegne av foresatte når det gjelder visning av film med høyere aldersgrense enn barna i klassen. Så hvis skolen viser Flippklipp til førsteklassinger, kan de ikke vise episodene med ni års aldersgrense uten å be om samtykke fra samtlige foreldre.

Siden dette er en serie med varierende aldersgrense, så anbefaler jeg å ta dette opp med skolen. Det er muligens greit å finne en annen serie å vise, slik at man ikke ved et uhell viser en episode med for høy aldersgrense. Men skolen har altså anledning til å vise episodene med lav aldersgrense i forbindelse med undervisning.



© Flippklipp - Foto: NRK © Fortnite - Foto: Epic Games



Vår sønn på ti år er glad i å spille Fortnite. Stadig kommer han over reklame om hvordan han kan få gratis V-bucks, men vi er skeptiske. På Youtube finnes det mange videoer om dette, og vi lurer på: Er alt tull og lureri?

Enten det er Robux, V-Bucks eller FIFA points, så er det en ting som er sikkert; spillvaluta er ettertraktet og man kan kjøpe mye kult i spill med det. Som med alt som virker for godt til å være sant, så er det som regel det. Søker man etter «free v-bucks» på internett, dukker det opp mange treff og lovnader om at dette kan man få gratis. I størstedelen av tilfellene dreier det seg om juks, svindel eller lureri. Det kan hende at man laster ned apper eller trykker seg inn på nettsider som lenker videre til reklame. I verre tilfeller kan det skje at man laster ned farlig programvare på mobilen eller pc-en.

Andre ganger blir man bedt om å taste inn e-post og telefonnummer – som også kan bli misbrukt til å ta kontakt, eller at man blir tilsendt reklame. Man kan også bli bedt om å oppgi informasjon om bankkort, eller kontoinformasjon til spill. Da kan potensielt andre få tilgang til å kuppe kontoen din, eller stjele penger fra bankkortet.



Vår sønn går i 6. klasse og blir mobbet både på skolen og på nett. Skolen har igangsatt tiltak som skal gjøre vårt barn tryggere på skolen, men dette fungerer ikke. Jeg lurer på om det finnes noe sted å henvende seg for juridisk støtte i en slik prosess der man bare føler at man stanger hodet i veggen?

Her bør det snarest iverksettes noe som fungerer slik at sønnen din får det bra. Mitt råd er å kontakte mobbeombudet i ditt fylke. De kan bistå dere i den konkrete saken og de er dyktige og erfarne folk. Du finner ditt mobbeombud ved å søke frem ditt fylke på elevombudene.no. Ellers finner du mye nyttig informasjon også på nullmobbing.no. Masse lykke til.

AKTIVITETER FOR BARNA

Oppgaver
til Familien
Big Foot

FINN SYV FEIL

Når man deler hus med ti dyr kan det fort bli litt kaotisk.
Kan du finne syv ulikheter på de to bildene?

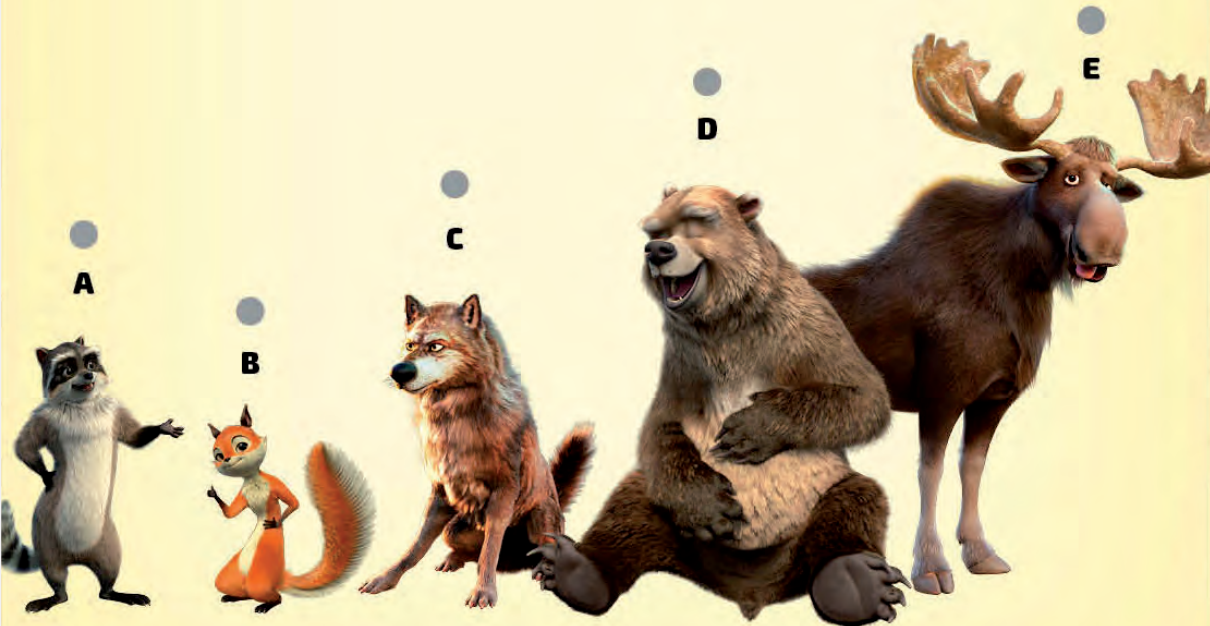


SVAR:

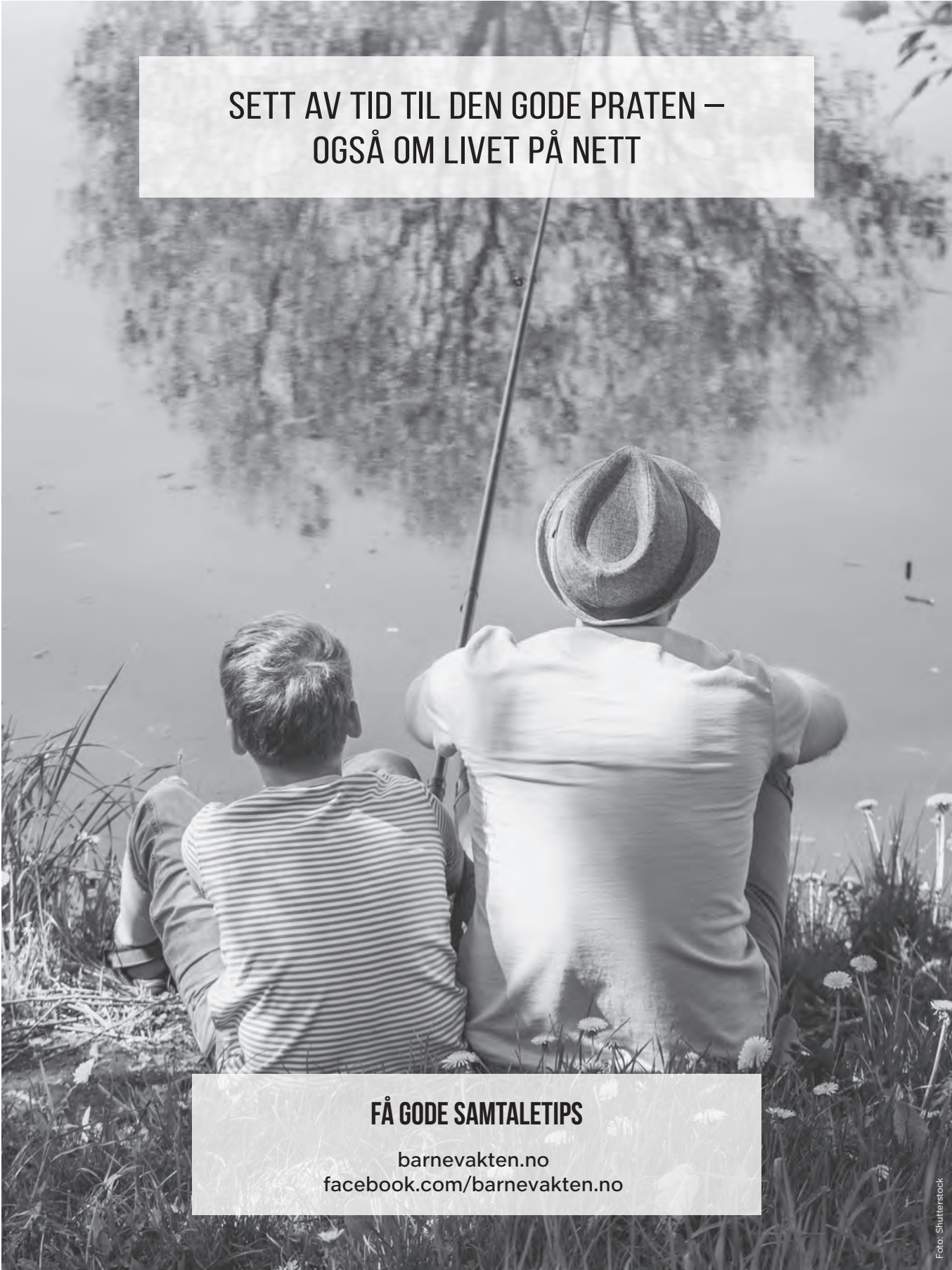
Fra venstre mot høyre: Det mangler et håndtak på skuffen, håndkledet er kortere, Bigfoot har ingen fugl på skulderen, det er færre grønne skåler på hyllen, et håndtak er borte fra ovnsdøren, stolen har ett ben for lite, panelen er borte fra veggen i gangen.

DYRETRÅKK

Noen har spist alle seigmennene i handlevognen.
De mistenkte etterlot seg fotspor.
Kan du finne ut av hvilke fotspor som tilhører hvem?



SVAR: 1-D, 2-E, 3-C, 4-A, 5-B



SETT AV TID TIL DEN GODE PRATEN –
OGSÅ OM LIVET PÅ NETT

FÅ GODE SAMTALETIPS

barnevakten.no
facebook.com/barnevakten.no