



Taller cuatro

USO EQUILIBRADO DE DISPOSITIVOS MÓVILES, TIEMPO DE PANTALLA, JUEGOS

BREVE RESUMEN

El problema de tener dispositivos inteligentes ya está resuelto. Ahora, el problema es: ¿podemos usarlos correctamente?, ¿podemos aprovechar sus funciones para mejorar nuestras vidas en lugar de depender de ellos? El progreso es irreversible e inevitable, pero podemos usarlo en nuestro beneficio.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE DEL TALLER

Al finalizar el taller, los padres serán capaces de...

- informarse de las recomendaciones de tiempo de pantalla para niños y niñas de diferentes edades,
- obtener ejemplos de cómo usar el control parental en distintos dispositivos,
- descubrir qué significan exactamente los diferentes símbolos de clasificación por edades,
- recibir consejos sobre cómo equilibrar el tiempo frente a las pantallas con otras actividades.



OBJETIVO y DESCRIPCIÓN de las actividades de aprendizaje, incluyendo métodos e indicaciones para el o la DOCENTE.



Materiales y recursos (incluidos enlaces)

INTRODUCCIÓN

- Presente los objetivos de aprendizaje. Las diapositivas de la presentación se mostrarán después de cada actividad, proporcionando información adicional.

3
minutos

- Hoja de registro
- Formulario de evaluación previa al curso

ACTIVIDAD PARA ROMPER EL HIELO

- Lance una pelota a los participantes. Cuando la atrapen, compartirán su nombre y su recuerdo de la primera vez que usaron un dispositivo.

7
minutos

- Pelota pequeña

ACTIVIDAD [1]:

Actividad en pareja: Tomar conciencia del propio tiempo de uso de pantallas y del tiempo de uso de los y las demás, así como de las diferencias entre cómo nos percibimos y cómo nos percibe el resto.

- Cada participante escribe en una hoja de papel cuántas horas al día usa un dispositivo/tiempo frente a la pantalla. A continuación, escribe cuánto tiempo cree que pasa su padre/madre/hija/hijo. Finalmente, se comparan las respuestas y se reflexiona de manera conjunta:
- ¿Coinciden los números? ¿Por qué sí o por qué no?
- ¿Por qué mi hijo/hija/madre/padre piensa que paso tanto tiempo usando herramientas digitales?
- ¿Necesito cambiar esto? ¿Por qué sí o por qué no?
- ¿Cómo puedo cambiar esto?

15
minutos

- Notas adhesivas o papeles, bolígrafos

Enlace

ACTIVIDAD [2]:

- **Cuestionario: Conocer y familiarizarse con la variedad de aplicaciones digitales.**
- Muestre diferentes logotipos de aplicaciones y pida a los y las menores que identifiquen cada uno de ellos. A continuación, pídale que expliquen para qué sirve cada aplicación y reflexionen: ¿qué necesidad cubre esta aplicación?

10
minutos

- Logotipos serigrafiados o impresos

ACTIVIDAD [3]:

Trabajo en grupo (menores, por un lado, y mayores, por el otro): Explorar las aplicaciones que usa cada cual.

- Pida a cada grupo que piense en las 5 aplicaciones más que usen. A continuación, un miembro de cada grupo dibujará una de las aplicaciones, mientras que el otro grupo deberá adivinar de qué aplicación se trata.

20
minutos

- Papel y bolígrafos

ACTIVIDAD OPCIONAL [1]:

- Pausa para el café

10
minutos

- café, té, galletas,
- agua mineral





OBJETIVO y DESCRIPCIÓN de las actividades de aprendizaje, incluyendo métodos e indicaciones para el o la DOCENTE.



Materiales y recursos (incluidos enlaces)

ACTIVIDAD [4]:

Dispositivos: Ser consciente de cómo se pueden satisfacer las necesidades y tareas (digitales y no digitales)

¿Qué dispositivos utiliza? ¿Y con qué propósito?

- Delimite dos zonas en la sala: un espacio para usar dispositivos digitales y otro, para actividades sin herramientas digitales.
- Lea cada una de las tareas de la lista, por ejemplo, preparar una nueva receta o hacer nuevos amigos. Las y los participantes deben elegir cómo realizarlas, con o sin herramientas digitales. Puede preguntarles el porqué de su elección y cómo llevarían a cabo la tarea.

20
minutos

- Cartel de “uso no digital” y cartel de “uso digital”.
- Lista de temas y preguntas

ACTIVIDAD [5]:

Videojuegos (gaming): Conocer las características comunes de los videojuegos y reflexionar sobre el papel que ocupan en nuestro día a día.

- Habilite 3 espacios diferentes en la sala: un juego de mesa, un juego en línea y un juego tradicional, como dibujar con tiza o saltar a la comba. Después de unos 20 minutos, los grupos se reúnen y comentan los juegos, sus beneficios, etc. Preguntas:
 - **¿Cuáles son las ventajas y desventajas de los juegos en línea y los juegos sin conexión?**
 - ¿Por qué a veces resulta difícil terminar un juego?
 - ¿Qué ocurre si tienes que parar o interrumpir un juego?
 - ¿Cómo encontramos tiempo para jugar ?
 - Pregunta para que las familias contestan de manera conjunta Padre/Madre juntos: ¿Qué reglas estableceríais en casa con respecto a los videojuegos? (no solo en línea)

30
minutos

- Juegos de mesa, cuerda para saltar, tiza, etc., juegos de ordenador y online.

ACTIVIDAD [6]:

Desintoxicación digital (Digital Detox): Explorar formas de reducir el uso de los dispositivos digitales.

Por ejemplo: Nadie usa dispositivos electrónicos un sábado. ¿Cómo se vería esto en tu familia?

10
minutos

- Enlace
- [Todos necesitamos una desintoxicación digital: He aquí por qué | LinkedIn](#)
 - [El equilibrio en los medios es importante - YouTube](#)

ACTIVIDAD [7]:

Aplicación de control parental: análisis de las posibilidades y limitaciones de las aplicaciones de control del tiempo de pantalla.

- Pida a los y las menores que diseñen una aplicación de control parental. ¿Qué aspectos controla? ¿Qué funciones tiene y cómo funciona?
- Pida a las y los participantes adultos que comenten entre sí qué aplicaciones usan para controlar el tiempo frente a la pantalla y cómo lo hacen. ¿Cómo pueden convencer a sus hijos de la importancia de esta práctica?

25
minutos

- Papel, bolígrafos, lápices

ACTIVIDAD [8]:

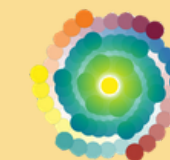
Necesito tiempo: Tomar conciencia de cómo equilibrar el mundo online y offline.

- Entregue a cada participante una hoja con un reloj grande de 24 horas. Pida que repartan esas horas entre las tareas, actividades que realizan, como dormir, ir a la escuela o practicar sus aficiones. En cada bloque, deben indicar si usarán algún dispositivo digital.

10
minutos

- Papel A4 con un reloj dividido en 24 horas.





OBJETIVO y DESCRIPCIÓN de las actividades de aprendizaje, incluyendo métodos e indicaciones para el o la DOCENTE.



Materiales y recursos (incluidos enlaces)

COMENTARIOS Y EVALUACIÓN DEL TALLER

- Consultar a los y las participantes adultos acerca de lo trabajado en el taller:
- ¿Qué es lo primero que aplicará en casa, en su familia, de lo que ha aprendido?
- Completar un cuestionario de satisfacción.

10
minutos

- Proyector / Teléfono móvil
- Mentimeter

IDEAS DE ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE SEGUIMIENTO

Recursos adicionales :

- www.mentimeter.com
- <https://kahoot.com/>

