

# USO POSITIVO DE LAS TIC.

---



---

## Introducción

Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) constituyen un elemento clave de nuestro modelo educativo. Debemos esforzarnos por implantar este modelo teniendo presente el uso de estas herramientas, tanto en el aula como fuera de ella. Está claro el potencial que tiene el hecho de trabajar con las TIC, pero tanto educadores como familias, debemos tener siempre presente los posibles aspectos negativos que nos podemos encontrar en este proceso de implantación de dicho modelo educativo.

## Alumnos

Los alumnos y alumnas deben saber y tener presentes los siguientes principios:

- A. Controlar el tiempo que se conectan, ya sea al ordenador, a la tablet, al móvil o a cualquier otro dispositivo similar.
- B. Cuidar su correcta posición corporal al usar cualquiera de estos dispositivos, sentándose correctamente.
- C. Ser prudentes y no concertar encuentros con personas que no conocen y que les proponen quedarse solas.
- D. Tener respeto a otros usuarios, evitando las burlas, difamaciones, humillaciones y agresiones.
- E. No suplantar la identidad de nadie en la red.
- F. Aprender a navegar por internet de forma segura, accediendo solo a contenidos aptos para su edad.
- G. Saber que tienen derecho a la privacidad de su información personal y a que no sea difundida sin su consentimiento por la red. Hay que tener cuidado con los datos que se comparten tanto en chat, redes sociales o por email (imágenes, datos, perfiles, números de teléfono...), leyendo atentamente las condiciones de las páginas a las que nos suscribimos.
- H. De la misma manera, entender que no se puede publicar información de otra persona sin su consentimiento. Siempre es aconsejable evitar publicar detalles o imágenes privadas.
- I. Saber que tienen el deber de pedir ayuda a una persona mayor cuando algo no les guste o lo consideren peligroso para chicos o chicas de su edad, incluso si no les afecta personalmente, para ver conjuntamente con el adulto si hay que denunciarlo a las autoridades competentes.

- 
- J. Cuidar el mantenimiento de los dispositivos que utilizan, evitando derramar comida o líquidos sobre ellos.

## Familias

Es muy importante la contribución de las familias en los siguientes principios:

- A. Estar al día en todo lo relativo a internet y nuevas tecnologías, ya que cuanto más información se tenga sobre estas realidades mejor podrán ayudar y acompañar a sus hijos o hijas en el buen uso de ellas.
- B. Acordar unas normas de uso claras, estableciendo y haciendo cumplir un horario. Es importante que los menores tengan claro lo que pueden y no pueden hacer y sepan sus consecuencias. Se debe marcar un tiempo para tareas escolares y un tiempo para el ocio.
- C. Crear un espíritu crítico sobre la información que aparece en la red y explicarles que no todas las web tienen la misma credibilidad, que es importante filtrar y evaluar su calidad.
- D. Enseñar a utilizar motores de búsqueda y contrastar varias fuentes sobre un mismo campo, evitando el “corta y pega”, de modo que sus tareas no se conviertan en plagios de trabajos ya realizados.
- E. Fomentar el diálogo sobre hábitos de utilización de las TIC y sus riesgos. Es importante que el menor sienta que cuando le suceda algo extraño o le incomode, puede decírselo a sus padres sin sentirse culpable.
- F. Utilizar filtros de control de acceso a la red y programas de control parental, con los que se evitará que los menores accedan a páginas de contenido inapropiado y proporcionarán herramientas de regulación del tiempo de uso de los dispositivos digitales.
- G. **Tener el ordenador en una zona de uso común**, ya que facilitará tanto la supervisión del tiempo de utilización como las situaciones que puedan resultar incómodas para el menor, así como la revisión de las web que visita. Buscar una ubicación en la que la luz sea la adecuada, evitando reflejos.
- H. Cuidar la postura respecto al ordenador, que debe seguir estas pautas:
  - Los ojos deben estar situados enfrente, y a una distancia mínima del doble de la diagonal de la pantalla.
  - La espalda recta, y reposada la zona lumbar contra el respaldo de la silla.
  - El ángulo de rodillas y codo ha de ser de 90º.
  - Es conveniente acostumar al menor a levantar la vista de la pantalla cada 15 o 20 minutos, fijándose en un punto alejado, y a no permanecer en la misma postura durante más de una hora.

---

I. Enseñarles en qué consiste la privacidad, que los datos personales es información sensible y que pueden ser utilizados en su contra.

J. Explicarles que en las redes hay que respetar a los demás, que detrás de cada apodo hay una persona y que siempre hay que ser educado.

K. Cuidar el ordenador, tablet, móvil..., evitando riesgos físicos, como derramar comida o bebida sobre ellos, ponerlos en focos de calor, que sufran golpes, y mantener limpios todos los componentes.

## Posibles adicciones a Internet

Como cualquier otro tipo de adicción, la de internet puede convertirse para el menor en una obsesión, por la fruición que obtiene a nivel personal. Los distintos usos que hace de su conexión captan su curiosidad, interés y elevan su autoestima de tal forma que no necesita de otras actividades extras. Estas son algunas de las adicciones cibernéticas más frecuentes:

- **Cibersexo, pornografía.** Por cibersexo se entienden las conversaciones de tipo sexual tenidas a través de la red, con la finalidad de conseguir excitación y placer; muchas veces están relacionadas con el consumo de pornografía, disponible mediante internet. De estas actividades puede derivarse la instrumentalización de las personas del otro sexo como simples objetos de satisfacción sexual.
- **Ludopatía, juegos online.** Obsesión con los juegos online, sobre todo si existe remuneración. En todo caso, se exacerba la competitividad y la lucha por “ser más” que los demás a través del “tener más” que ellos. Son peligrosos los casinos virtuales en los que se engancha a los menores con victorias programadas al comienzo (utilizando dinero virtual), que les hacen pasar a una segunda etapa donde tienen que poner ellos el dinero real. En los juegos online un ingrediente importante de la adicción es el propio desarrollo del juego, que les puede llenar de tensión, expectación y una fuerte sensación de inmersión (realidad virtual). Existen juegos adecuados para cada edad que, además de enriquecerlos mentalmente, no son tan competitivos ni adictivos.
- **Chat.** En este subtipo de adicción a internet se abusa de alguno o varios tipos de chat (servicios de mensajería, IRC, chat en web, etc.). En estos casos, la presencia y la interacción continua se vuelven apremiantes para no sentirse solo o desplazado. De este tema trataremos más adelante, al hablar de las redes sociales.
- **Blogging.** Es el abuso de blogs y foros en los que el menor tiene como objetivo narcisista el aparecer en más y más blogs y foros, luciendo sus conocimientos u opiniones. Suele afectar a personas más adultas.

Otras adicciones relacionadas con las TIC

- **Teléfono móvil.** Abuso incontrolado del móvil, los SMS, WhatsApp, etc., en el que la relación continua y fluida con conocidos les da la sensación de estar integrados, aceptados y valorados ante otras personas o grupo de personas
- **Videojuegos no online.** Es una adicción fuerte causada por la emoción propia del desarrollo de cada juego, la sucesión de niveles y de dificultades, el grado de verosimilitud de las escenas o el reto de acabar el juego con más puntos o más rápido... todo ello provoca que el menor pueda estar enganchado horas y horas. Podemos ofrecer a nuestros hijos juegos enriquecedores y no adictivos u

---

otras actividades lúdicas fuera de la mimada videoconsola.

- **Televisión.** Aunque la televisión no es de reciente aparición, no deja de ser una TIC y la adicción a series, programas de entretenimiento y concursos (ya sea en la televisión tradicional o a través de internet) se ha mantenido como un problema para nuestros jóvenes desde hace años. Incluso la comodidad de llenar sus mentes durante horas, cambiando de programa o de vídeo, también puede enganchar, haciéndoles perder un tiempo valioso.

## Consejos para evitar estos posibles problemas.

Aunque cada edad y caso particular necesitan de unas soluciones concretas, nos permitimos enunciar unas pautas básicas generales que ayudarán a que los menores utilicen las TIC de manera más segura y gratificante:

- **Informarse** de los riesgos que entrañan los usos de las nuevas tecnologías en los jóvenes. Hay decenas de páginas con avisos y datos sobre estos peligros.
- **Observar** a nuestros hijos/alumnos por sí ya están padeciendo alguno de los problemas citados o están en vías de hacerlo.
- **Que los padres sepan manejar el ordenador, tablet o teléfono**, y entienda cómo utilizan sus hijos los mismos. Así será también más fácil compartir contenidos y experiencias, charlar sobre estas tecnologías e incluso poder jugar con ellos, siempre buscando su beneficio.
- **Acordar normas de uso claras de los dispositivos digitales.** Para ello hay que empezar mostrándoles, con sinceridad y sin alarmismos, los problemas a los que se pueden ver sometidos. Las normas incluirán contenidos, aplicaciones y programas que no pueden usar (por su edad o por su peligro) y el horario de utilización para el trabajo académico y para el uso personal.
- **Dialogar frecuentemente** y sin presiones sobre el uso de las TIC, así como de las dificultades y logros que ambos (padres e hijos) puedan tener con estas tecnologías. En este ambiente de confianza el hijo/a podrá pedir ayuda o comentar sus problemas sin esconderlos ni sentirse culpable.
- **Es recomendable colocar el ordenador y la videoconsola en un lugar común**, siempre que se pueda, para controlar su uso y el tiempo que dedican a ello.
- **Utilizar tecnologías de software para proteger el equipo y a los menores.** Entre ellos son imprescindibles los antivirus, anti-spyware y firewalls, siendo también recomendables los filtros de contenidos, los controles parentales o el repaso del historial de páginas visitadas de su navegador. Existen muchas soluciones eficaces en el mercado, tanto gratuitas como de pago.
- **Extremar el cuidado con las descargas de software**, especialmente las gratuitas, ya que en muchos casos son el origen de problemas en los equipos (instalación de malware, robo de datos...). Especialmente se debe extremar el cuidado en Windows con archivos .exe que no se sepa exactamente para qué sirven y que no provengan de una fuente segura, y con los permisos de instalación de aplicaciones en tablets y teléfonos móviles.
- **Desconfiar de correos de remitentes desconocidos o anónimos** que piden que se realicen acciones en el equipo, o que se haga clic en un enlace.
- **Concienciar del fraude que supone utilizar programas o juegos piratas.** No solo es una estafa que no nos gustaría que nos hicieran a nosotros, también es un peligro potencial por virus que puedan

---

contener y por la posible desconfiguración del sistema operativo.

- **Acordar actividades alternativas saludables** al uso abusivo de las nuevas tecnologías. Existen muchas actividades, deportes, cursos, talleres, aficiones, asociaciones, ONG, etc., en las que el menor puede divertirse, aprender y sentirse realizado. Lo que se busca sobre todo será movilizar físicamente al joven y socializarle para evitar la posible vida sedentaria que tendrá si dedica mucho tiempo a las TIC.
- **Tener claro el papel de padre como educador** y no como “colega”, para no ceder ante las presiones de los hijos que reclaman más tiempo de ocio frente al ordenador, menor control y la compra de más aparatos. La realización de nuestros hijos/alumnos a medio y largo plazo es más importante que su satisfacción inmediata.

---

## ANEXO I

### NORMAS SOBRE EL USO DE DISPOSITIVOS EN EL AULA Y RESPONSABILIDADES.

El CEIP Ntra. Sra. de Guadalupe informa a su Comunidad Educativa de las presentes normas y protocolo de uso sobre la utilización de dispositivos (tabletas y portátiles) con la finalidad de regular y lograr su correcta integración en las aulas, en la vida escolar y en definitiva en el proceso educativo del alumno.

- Durante el horario escolar los dispositivos son de uso exclusivamente académico y por tanto, no se puede escuchar música, ver o hacer fotos, visitar portales no educativos, chatear, hacer descargas, utilizar redes sociales, etc. sin permiso y supervisión de algún docente.
- En ningún caso el colegio se hará responsable de la pérdida de datos que el alumno pudiera tener en el dispositivo, por lo que es aconsejable que los alumnos hagan copia de seguridad periódicamente para salvaguardar su información.
- El dispositivo debe ir protegido con funda o protector adecuado y perfectamente identificado su propietario. Siendo responsable el alumno de llegar al colegio todas las mañanas con la batería del dispositivo a plena carga. También es conveniente que el alumno o alumna traiga sus propios auriculares.
- En ningún caso el alumno intercambiará ni operará con un dispositivo que no sea de su propiedad.
- El colegio no se hace responsable en caso de pérdida o posibles daños que puedan sufrir los dispositivos personales. Los padres y madres de los alumnos/as responsables del daño que sufra el dispositivo, deberán reponer el material dañado o su coste.

D /D<sup>a</sup> \_\_\_\_\_, con D.N.I. Nº \_\_\_\_\_,  
PADRE /MADRE/ TUTOR del alumno /a \_\_\_\_\_,

Entiendo el contenido de estas normas y la información para un uso seguro y responsable de los dispositivos propios o del centro.

En Segura de León, a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2020.

Firma del padre /madre /tutor

Fdo. : \_\_\_\_\_