

## ASPECTOS QUE HAI QUE TER EN CONSIDERACIÓN

- Os **comportamentos violentos** e pouco respectuosos.
- A **ecoloxía**: ao igual que lles ensinamos a non deixar a billa aberta hai que conseguir que se acostumen a non deixar o ordenador aceso cando están fóra ou a música ou o televisor cando se van a durmir.
- Os **hábitos posturais**: a cantidade de exercicio físico que realizan os nenos e nenas viuse mermada coa chegada do ocio dixital. Pasan máis horas diante da consola e do ordenador, polo que é importante prestar atención ás posturas que adoptan e tratar de corrixir as que non sexan correctas.

## OS TELÉFONOS MÓVILES

Poden ser unha ferramenta de seguridade para os nosos fillos e fillas que sempre nos poden localizar cando o precisan e nos permiten estar en contacto.

O teléfono debe ser o máis sinxelo posible. A primeira razón é para que teñan clara a súa función, pero tamén para que non se convirta nun obxecto de desexo para uns e nunha frustración para outros.

Hai que lembrarlles que non deben dar o seu número de teléfono a ninguén que non coñezan. Tampouco deben dar o dos seus amigos e amigas, nin pasar fotos de ninguén. Non deben contestar mensaxes de ninguén que non coñezan, nin aceptar chamadas de números ocultos. Se o que chama ten algunha razón para ocultar o seu número seguro que non ten as mellores intencións.

É moi importante que en todo momento se inculque sentido común e moderación en todo o relacionado co consumo. Se se opta por un contrato en lugar de pola opción de prepago, convén fixar coa operadora un límite de gasto.

Se o teléfono dispón de bluetooth este sistema deberá estar desconectado cando non se este utilizando para evitar calquera tipo de intrusión a través dese medio.

## OS VIDEOXOGOS, BOS OU MALOS?

Hai videoxogos para todos os públicos e idades. É moi importante seleccionar aqueles que se axustan á súa idade e que non lles van a ofender con situacións para as que non están preparados.

Todos os videoxogos informan da idade recomendada para a que están feitos (ou deberían), así como dos contidos que neles se atopan.

## INTERNET

Os navegadores modernos como Firefox e outros dispoñen de ferramentas gratuítas para que os nenos e nenas só poidan navegar polos sitios que previamente aprobaron os seus pais.

Hai que ter coidado cos chats, xa que moi poucos cumpren criterios de seguridade para nenos e deses moi poucos son bos. En xeral os nenos e nenas na etapa de Primaria non deben entrar nas salas de chat.

En canto ao correo electrónico, é unha forma de comunicación moi eficaz. De usalo, é recomendable que teñan varias direccións de correo: unha para cousas importantes que só saberán os amigos/as e a familia e outros para cousas pouco importantes e que se enche de correo basura. Esta última dirección non debe ter nunca o nome ou apelidos do neno/a. Os nosos fillos e fillas deben ter claro que non deben contestar a eses correos, porque é como dicirille a quen os envía que a nosa dirección é válida.

Deben aprender a borrar as mensaxes de descoñecidos e especialmente se traen ficheiros adxuntos, porque poder ter virus ou incluír contidos inaxeitados.

Por último, lembre que **PREFERENTEMENTE** ao uso das TIC debemos realizar outras actividades de ocio cos nosos fillos e fillas ou ofrecerles a posibilidades de realizar deportes, actividades extraescolares, etc. é dicir, actividades que ocupen o seu tempo de lecer que tamén lles parezan interesantes. Non podemos deixar que as TIC se convirtan en "coidadoras" dos nosos fillos e fillas, debemos pasar máis tempo con eles, con e sen TIC.

## DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

CEIP Santo André de Xeve-CEIP Pedro Antonio Cerviño-EEI de Verducido



## INTERNET E NOVAS TECNOLOXÍAS

## A OMS aconsella que os nenos e nenas non vexan pantallas antes dos 2 anos e de forma moi limitada en minutos ata os 7 anos.

Hai bastante evidencia científica, v.g. Madigan, S., Browne, D., Racine, N., Mori, C., & Tough, S. (2019), que parece indicar que o exceso de exposición ás pantallas fai que os nenos e nenas perdan importantes oportunidades. En xeral, pode chegar a interferir no seguinte:

- 1.- Desenvolvemento social e comunicativo (interactuar con outras persoas).
- 2.- Habilidades motoras.
- 3.- Desenvolvemento de vínculos coas persoas.
- 4.- Aprendizaxe.
- 5.- Regulación emocional.

Outro aspecto moi importante a ter en conta é que para ter acceso a unha conta de correo electrónico ou a unha rede social, a lexislación española, segundo o art. 13 do Real Decreto 1720/2007, de 21 de decembro, indica que **ANTES DOS 14** anos é totalmente necesario o permiso explícito dos titores legais e a súa supervisión. Ademais, algúns servizos dalgunhas plataformas como Google teñen requisitos de idade maiores, en concreto, **18 anos ou mais**, por exemplo:

- Algúns vídeos de youtube.
- Google Payments.
- Adsense.
- Google Ads.... etc.

Dito isto, **MOI IMPORTANTE**, e para o alumnado **maior de 7 anos**, a vida dixital é xa parte do seu mundo, polo que non podemos pedirle aos nosos fillos e fillas que non empreguen as Novas Tecnoloxías a partir desa idade, sería como pedirles que vivisen en Marte. O noso planeta é dixital. Estamos na sociedade da información, pero os nosos fillos e fillas aínda que teñen acceso a ela non sempre saben aproveitala ou son capaces de diferenciar se é boa, mala ou digna de confianza.

No noso afán por protexelos podemos decidirnos por dous camiños:

1. Disciplina e censura
2. Educación en valores.

A disciplina e a censura poden tranquilizar a conciencia dos pais, pero non resolven o problema. Aplícanse por inseguridade e porque nun entorno que non coñecemos moi ben como é o dixital, é máis sinxelo. Pero non podemos esquecer que dentro de pouco para os nosos fillos e fillas, non ter competencia dixital é coma se nós non houbésemos aprendido a ler na nosa infancia e sen un referente de comportamento non saberán enfrontarse aos dilemas éticos que se lles presenten. Serán máis propensos a desenvolver hábitos pouco saudables e estarán máis expostos a posibles riscos. Está na vosa e na nosa man que iso non suceda.



### EDUCACIÓN EN VALORES

As novas tecnoloxías da información e da comunicación (TIC) non conducen por si mesmas a situacións de risco. É o sistema de valores e os hábitos inaxeitados cos que se empregan o que da lugar a ditas situacións. Pensemos en que a partir dunha determinada idade consentimos que os nosos fillos e fillas saian de casa sos, pero antes diso asegurámonos de ensinarlles o camiño a casa e á escola, a mirar a ambos lados antes de cruzar, a non falar con descoñecidos e a non pasear por lugares perigosos. Da mesma maneira non hai que ter un medo irracional a que usen as TIC sempre e cando nos preocupemos de ensinarlles a facelo de forma responsable e segura.

### UTILIDADE DAS TIC

#### Son unha ferramenta?

Unha ferramenta é un medio para un fin. Se pensamos nunha bicicleta é unha ferramenta que nos serve para ir dun punto a outro e polo tanto permítenos ir a sitios aos que antes non

podíamos ir e experimentar novas sensacións. Polo que amplifica a nosa percepción da realidade. O mesmo pode suceder coas TIC.

#### Son un xoguete?

Así é como perciben os nenos e nenas as tecnoloxías da información e da comunicación (TIC) como a cámara, o móbil, os videoxogos, etc. Pero non podemos permitir que xoguen todo o día nin pensar que son xoguetes que non conlevan perigos. Non se trata de prohibir o xogo senón de regular o xogo. É importante que non perciban as normas ou consellos dos pais e nais como imposicións sen sentido, senón como ensinanzas útiles.

#### Son unha trampa?

Prohibindo o uso de Internet corremos o risco de que accedan aos contidos que lles ofrece pero sen que nós podamos mediar no proceso. Se non os educamos axeitadamente para o uso das TIC deixámoslos orfos e indefensos.

Hoxe en día hai ferramentas que vos poden axudar a regular o tempo que adican a consola ou filtros para impedir que accedan a determinados contidos en Internet; pero estas medidas só Terán éxito se logrades que entenda para que se empregan. A regulación empeza pola negociación. Tedes que sentarvos con eles e elas e escoitar o seu punto de vista, as súas demandas para logo razoarlles o que pode ser e o que non. Videoxogos? Por suposto, pero cales? A que hora? Durante canto tempo?

As TIC poden ser moi útiles pero depende do que se faga con elas. Os contidos aos que os nenos e nenas accedan dependerán do responsables que sexan ao usalas.

### POR QUE AS TIC SON NECESARIAS PARA OS NOSOS FILLOS E FILLAS?

**Alfabetización tecnolóxica:** o uso da TIC é hoxe tan indispensable como saber ler ou escribir.

**Desenvolvemento social:** serven para poñer en contacto a unhas persoas con outras. Están impondéndose novas formas de interacción social que antes non existían.

**Apoio á aprendizaxe:** supoñen unha fonte inesgotable de coñecemento que pode ser aproveitada polas familias como polos nenos e nenas, tanto para formarse como educadores como para ser educados.

**Futuro desenvolvemento profesional:** as TIC son unha ferramenta imprescindible para ter saída no mercado laboral, senón hai a competencia necesaria moitas portas estarán pechadas.

**Ocio e desenvolvemento persoal:** as TIC ofrecen posibilidades de entretenemento e diversión. Están dotadas dun gran potencial educativo, moitas veces a través delas, os nosos fillos e fillas están aprendendo á vez que xogan, tendo en conta, así a todo, que hai outras formas de ocio mais enriquecedoras.



### ONDE XOGAN OS VOSOS FILLOS E FILLAS?

**No dormitorio:** Non é moi recomendable que de entrada teñan acceso autónomo ás TIC, igual que non os deixamos saír sos da casa para ir a todas partes.

**Na sala de estar:** É o sitio máis axeitado para que os nenos e as nenas pequenas disfruten das TIC, porque dende sempre se lles educa a compartir o seu uso con máis persoas e a ter unha conversa fluída cos pais sobre elas.

**A rúa:** A rúa ten que ser un espazo para falar, cantar, pasear, saltar, correr e a familia debe ser a primeira en fomentar estes hábitos aínda que non sempre sexa fácil ou cómodo. Cada vez é máis común ver a nenos e nenas cos seus pais nas terrazas xogando cunha consola portátil. Non é recomendable que o xogo individual ille da actividade social.