



## Propuesta didáctica: “¿Hay vida más allá de las pantallas?”



### Objetivos:

Reflexionar acerca del tiempo que estamos frente a las pantallas y el contenido al que accedemos.

Conocer las herramientas digitales que nos permiten un uso más controlado de las pantallas.

### Descripción:

Internet, las redes sociales, los videojuegos, las tabletas, celulares y computadoras, han hecho posible que en tiempos donde el contacto persona a persona era muy escaso, pudiéramos estar conectados, vernos, jugar, trabajar, estudiar y encontrarnos con nuestras personas más queridas.

Sin embargo, esto también trajo algunos problemas como el uso excesivo de las pantallas.

¿Qué hacemos en ese tiempo? ¿qué contenido consumimos? ¿cómo nos afecta esto?

A través de esta propuesta intentaremos dar respuesta a estas preguntas.



## Tipo de actividad:

Las actividades propuestas se proponen en un formato digital, ya que las mismas se realizan a partir de videos, juegos y presentaciones que se encuentran online. De todas maneras, cada docente podrá incorporar además tareas en territorio que involucren otro tipo de soporte sin conexión.

## Tiempo de aplicación:

Estas actividades pueden formar parte de una unidad más amplia que lleve de 10 a 15 días, dependiendo del grupo y sus intereses.

## Nivel:

Segundo y tercer nivel de Educación Primaria

## Grado:

4°, 5° y 6 ° año

## Contenido:

No hay un contenido explícito en el programa de estos años que se plantee estas temáticas pero atendiendo al Área de conocimiento y desde el campo de la Ética se habilita el tratamiento de diversas temáticas que sean acordes a la edad y a los intereses de los estudiantes. Se cita en el mismo:

*“La propuesta no está cerrada a introducir otros temas, el desafío consiste en crear escenarios donde el alumno se exprese, se informe y se posicione, implicándose cognitivamente y afectivamente, aprendiendo a valorar.”<sup>1</sup>*

## Actividades:

I.- Visualiza este video como disparador del tema para luego reflexionar con los estudiantes.

Accede [desde aquí al video](#).

---

<sup>1</sup> ANEP, CEIP, (2008) Programa de Educación Inicial y Primaria. Ed. Rosgal, Montevideo, Uruguay.



**¿Has logrado entender el mensaje que aparece en este video?**

El uso de las pantallas de manera descontrolada y en forma excesiva ha generado cambios importantes en la vida de todas las personas pero más aún en los adolescentes y en los más jóvenes.

Familias que conviven en un mismo hogar y apenas tienen diálogo entre sí, amigos que se reúnen y cada uno se encuentra conectado a otros, a través de su móvil, amigos cibernautas que nunca se han visto pero pasan casi todo el día conectados jugando y así muchos ejemplos más.

Lograr un **"equilibrio digital"** para una vida más saludable y en comunidad, parece ser un camino posible.

## II.- ¿Qué es el Equilibrio digital?

Buscar un **"Equilibrio digital"** es procurar tener una relación saludable con la tecnología, para disfrutar de todas sus ventajas y mantener el control sobre ella.

En el caso de los niños y jóvenes lograrían el bienestar digital si usaran la tecnología para potenciar sus aptitudes y habilidades, sin quitarle tiempo a otras actividades que son necesarias para un sano crecimiento físico y mental.

Accede al video [desde aquí](#)



Si miraste el video con atención podrás responder a estas preguntas:

En esta situación al niño se le presentaban varias opciones de diversión, algunas tecnológicas y otras con sus amigos fuera de las pantallas.

1. ¿Qué actividad le resultó al niño más atractiva?
2. ¿Esta situación te ha pasado alguna vez?
3. Analiza cuántas horas dispones para estar frente a una pantalla y cuántas horas dedicas a hacer otras actividades.

### III.- Aplicaciones que te podrán ayudar

Si crees que no puedes lograrlo tú solo, existen algunas herramientas que te permitirán controlar tu tiempo frente a los dispositivos móviles.

Veamos cómo funcionan en la siguiente presentación. Accede [desde aquí](#)





Luego de mirar la presentación reúnanse en pequeños grupos para conversar acerca de las ventajas y desventajas de estas aplicaciones.

Se sugiere disponer de un tiempo para conocer estas funcionalidades por parte de los estudiantes, sobre todo si no las conocen.

<b>“Modo descanso”</b>	
<b>Ventajas</b>	<b>Desventajas</b>

Intercambien opiniones de por qué usarían alguna de estas aplicaciones y por qué no lo harían.

Indaguen en su entorno familiar si alguien conoce el “*Modo descanso*” y si lo utilizan. Recojan opiniones al respecto.

#### **IV.- Revisa tus opciones**

Queremos saber qué has pensado en relación al tiempo de permanencia frente a las pantallas, sus beneficios y /o problemas.

Te proponemos este desafío donde debes seleccionar la opción que consideres más adecuada de acuerdo a lo beneficioso o no, que te pueda resultar.

Accede a esta actividad desde el siguiente [enlace](#)

Al finalizar podrán intercambiar acerca de cómo ha contestado cada uno, sus opciones y preferencias.



### **Criterio de evaluación:**

Para finalizar les proponemos que trabajen en grupos de no más de 4 personas donde a través del uso de materiales de apoyo (cartelera, juego, presentación digital, audio, muestra de fotos, representación, etc.) logren exponer **3 ideas a favor de la desconexión de las pantallas para una vida más saludable.**

Se recomienda en esta actividad invitar a participar a las familias para un mayor involucramiento en el tema.

### **Bibliografía y Webgrafía:**

CHICOS.NET, "Tiempo de pantallas" [sitio web] en: Asociación Chicos.net [www.chicos.net], s.l., s.f. Disponible en Internet:

[http://www.chicos.net/infografias\\_chicosnet/tiempo\\_pantallas/](http://www.chicos.net/infografias_chicosnet/tiempo_pantallas/)

PANTALLAS AMIGAS, "#BienestarDigital 1/10 - Analiza cuánto y cómo usas el móvil y lo que te pierdes por ello" [video en línea] en: Youtube [www.youtube.com]

Disponible en Internet: [https://www.youtube.com/watch?v=f0\\_2XBod8Hg](https://www.youtube.com/watch?v=f0_2XBod8Hg)

PANTALLAS AMIGAS, "Disfrutar sin Abusar 4de5. Hay un mundo también fuera de la pantalla" [video en línea] en: Youtube [www.youtube.com] Disponible en Internet:

<https://www.youtube.com/watch?v=7U8VVQn06Yw>

S.A. Playa, mar [Imagen] en : Pxhere <https://pxhere.com/es/photo/1260584>



SCETTINI DIENITH, "Equilibrio digital" [video en línea] en: Youtube  
[[www.youtube.com](http://www.youtube.com)], s.f., s.l. Disponible en Internet:  
<https://www.youtube.com/watch?v=EgvydixKHAK>

UNICEF, "Estado Mundial de la Infancia 2017. Niños en un mundo digital" [pdf en  
línea] en: Unicef [[www.unicef.org](http://www.unicef.org)], EE.UU., diciembre 2017. Disponible en Internet:  
<https://www.unicef.org/media/48611/file>

**Autor/a:**

Gáinza, Verónica

**Licencia:**

[Licencia Creative Commons Atribución-CompartirIgual 4.0 Internacional.](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Uruguay Educa – Mtra. Verónica Gáinza San Millán

Septiembre 2022