

LA RESPONSABILIDAD

Aprendiendo a utilizar la tecnología de forma responsable

PÁRATE *a pensar*

PROGRAMA DE
EDUCACIÓN EN VALORES
SECUNDARIA
CURSO 2024-2025



4 EDUCACIÓN
DE CALIDAD



ALDEAS
INFANTILES SOS

Aldeas Infantiles SOS
contribuye con este
programa a conseguir
el objetivo nº 4:



LA RESPONSABILIDAD

Aprendiendo a utilizar las tecnologías de forma responsable.

Es un placer daros la bienvenida a una nueva edición del programa educativo "Párate a Pensar" de Aldeas Infantiles SOS.

Nos complace enormemente reiniciar este proyecto en el curso 2024-2025.

Nuestro objetivo sigue siendo el de proporcionar herramientas educativas para abordar los temas que más preocupan a la escuela, a la sociedad y a los chicos y las chicas, siempre con la infancia y la adolescencia en el centro de nuestra atención.



Pedro Puig
Presidente de Aldeas Infantiles SOS
de España

Queridos profesores y profesoras,

Este curso escolar tan especial para nosotros por el retorno del programa, nuestro enfoque se centrará en el valor de la Responsabilidad, con un tema de gran relevancia: el uso responsable de la tecnología.

Queremos incidir en el papel de cada persona, en especial de cada adolescente, para que hagan un buen uso de la tecnología. Esto no solo por su propia seguridad y salud, sino también en busca de una buena convivencia y relación con los demás, y por la construcción conjunta de un futuro en el que ellos mismos son protagonistas, partícipes y responsables.

Además, como parte complementaria de este enfoque, os ofrecemos a los centros la posibilidad de participar voluntariamente en una Semana sin Pantallas. Esta iniciativa, basada en experiencias internacionales y nacionales previas, servirá para constatar el grado de adicción que tenemos a las pantallas y tecnologías, y para reflexionar sobre su impacto en nuestras vidas. Para ello hemos creado un material nuevo, un Manual para las Familias, que os invitamos a distribuir libremente para facilitarles la experiencia, si es que os animáis a aplicarla, o para que puedan hacerlo aquellos a quienes preocupa especialmente el tema de la adicción a las pantallas.

Os recordamos que, para culminar el curso, celebraremos en Madrid la novena edición de la Jornada Nacional de Jóvenes. En este evento, invitaremos a un profesor y un alumno de cada comunidad autónoma a participar en un encuentro muy enriquecedor. Allí podrán poner en común su trabajo sobre el tema del año y colaborar en la creación de un Decálogo sobre el Uso de las Tecnologías, hecho por y para los jóvenes como un ejercicio práctico de participación y de responsabilidad. ¡No dejéis de pedirnos participar en ella!

Nuestro agradecimiento más sincero a todos los profesores, profesoras, orientadores y orientadoras que vuelven a acoger este programa en sus aulas. Vuestro compromiso y dedicación son fundamentales para el éxito de esta iniciativa y para el desarrollo integral de nuestros adolescentes. ¡Estábamos deseando volver con vosotros!

Recibid un cordial saludo y mis mejores deseos para un curso único, especial y lleno de valiosos aprendizajes.

Ningún niño nace para crecer solo

Uno de cada diez niños [crece en el mundo sin el cuidado parental](#) o está en riesgo de perderlo. En España, son 300.000 los niños y las niñas que padecen esta situación, 1 de cada 25, algo que pone en grave riesgo su desarrollo emocional, físico y mental, y que atenta contra sus derechos fundamentales.

Aldeas Infantiles SOS [trabaja para proporcionar un entorno familiar protector](#) a aquellos niños y niñas que no pueden tenerlo, y para fortalecer a las familias vulnerables para que puedan cuidar adecuadamente de sus hijos e hijas y evitar, así, su posible separación.

Sobre Aldeas

[Aldeas Infantiles SOS](#) es una organización internacional, privada, de ayuda a la infancia, sin ánimo de lucro, interconfesional e independiente de toda orientación política, fundada en Imst (Austria) y con presencia en 136 países y territorios. [Premio Princesa de Asturias de la Concordia 2016](#).

Nuestra labor se centra en garantizar el derecho de todos los niños y niñas a crecer en familia: en un hogar en el que sientan queridos, protegidos y seguros. Para lograrlo, acompañamos a las familias que están pasando por dificultades y fortalecemos sus capacidades para que puedan cuidar mejor de sus hijos, y ofrecemos un nuevo hogar a los niños y niñas que no pueden vivir con sus padres, bajo el cariño y la protección de personas de referencia estables, y garantizando el principio de no separación de los hermanos. Un acompañamiento que continúa más allá de la mayoría de edad, hasta la plena integración de los jóvenes en la sociedad. Su objetivo es que cada niño, niña, adolescente y joven crezca con los vínculos afectivos que necesita para desarrollar todo su potencial.



NUESTRO TRABAJO

Aldeas Infantiles SOS trabaja en once Comunidades Autónomas: Andalucía, Aragón, Canarias, Cantabria, Castilla-La Mancha, Cataluña, Comunidad de Madrid, Comunidad Valenciana, Galicia, Islas Baleares y Principado de Asturias a través de:

Programas de Protección

En convenio con las Comunidades Autónomas, garantizamos un entorno familiar cuando el núcleo biológico no lo permite a través de:

Una familia SOS: cuando el niño o la niña no puede vivir con su familia, le ofrecemos un entorno protector en una familia con una persona de referencia estable que le ofrece los cuidados y el afecto necesarios para su desarrollo integral. Cada familia vive en un hogar de la Aldea, que está formada por un conjunto de hogares donde residen grupos de hermanos, garantizándose la no separación de los mismos.

Acogimiento familiar: si el niño o la niña forma parte de un programa de acogimiento en familia ajena, extensa o profesionalizada, ofrecemos a sus acogedores apoyo y asesoramiento, velando siempre por el interés del menor, de los padres biológicos y de las familias que acogen.

Programa de Primera Acogida y Valoración: es un recurso especializado que ofrece atención temporal y con carácter de urgencia a los niños, niñas y adolescentes en grave situación de vulnerabilidad, mientras se determina la medida de protección más adecuada en cada caso.

Programas de Jóvenes

Nuestro trabajo no termina con la mayoría de edad de los jóvenes. Continuamos acompañándolos, si ellos así lo quieren, en su proceso de desarrollo. Se da respuesta a sus necesidades individuales y se les presta el apoyo y la formación necesaria hasta su independencia.

Programas de Prevención

Son programas de fortalecimiento familiar que dan apoyo a las familias vulnerables para mejorar sus condiciones de vida y ayudarlas a cuidar mejor de sus hijos e hijas. El objetivo es que padres e hijos no tengan que separarse. Algunos de estos programas son los Centros de Día, las Escuelas Infantiles y los Programas de Familia.

Academia SOS

Es la encargada de la formación, la gestión del conocimiento, la investigación y el sistema de gestión de calidad de la organización. Gracias a ella, Aldeas garantiza la formación inicial y continua de todos sus profesionales y realiza una labor de análisis de la realidad social para ofrecer respuestas eficaces a las situaciones actuales y de futuro. Externamente establece alianzas y acuerdos de colaboración con universidades, organizaciones, asociaciones y organismos públicos o privados que le permitan alcanzar sus objetivos.

Programa de valores

Nuestro programa de educación en valores para escolares de Infantil y Primaria nos permite reflexionar con los niños, niñas, profesores y familias, a fin de que entre todos podamos construir una sociedad más justa, donde no tenga cabida la marginación.

Consideramos necesario no solo trabajar con los niños y niñas más desfavorecidos de la sociedad, sino también contribuir a la educación en valores y el crecimiento personal de los escolares.

En estos años se han abordado temas como la solidaridad, la inteligencia emocional, la amistad, la confianza, la responsabilidad, el compromiso y la prudencia. En los últimos cursos se han relacionado los valores con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)

En Latinoamérica y África

Aldeas Infantiles SOS de España financia programas de protección y fortalecimiento familiar en Latinoamérica: Tiquipaya (Bolivia); San Miguel, San Vicente y Sonsonate (El Salvador); Jocotán, San Jerónimo, y San Juan de Sacatepéquez (Guatemala); Choluteca y Tegucigalpa (Honduras); Estelí, Jinotega, Juigalpa, León, Managua y Somoto (Nicaragua); Lima y Pachacámac (Perú); y 3 en África: Agadir (Marruecos), y Louga y Ziguinchor (Senegal).

Y dos programas de asistencia quirúrgica a niños en Guinea Ecuatorial y Senegal (?).

ALGUNOS LOGROS



27.544 niños, niñas y jóvenes atendidos en 2023 en España



1.320 niños, niñas y adolescentes acogidos en nuestros Programas de Protección en España.



24.836 niños, niñas y adolescentes atendidos en nuestros Programas de Prevención en España.



1.388 jóvenes a los que acompañamos en nuestros Programas de Jóvenes en España.



26.203 niños, niñas y adolescentes y 4.495 familias apoyados por Aldeas Infantiles SOS de España en Latinoamérica y África, y Programas de Respuesta a emergencias en Ucrania, Marruecos y Siria.



ALDEAS EN EL MUNDO



Aldeas Infantiles SOS

se fundó en 1949 en Imst (Austria) y hoy está presente en 136 países y territorios.



Ofrecemos un **entorno familiar protector a 69.000 niños y niñas y jóvenes** en todo el mundo en 1.325 Aldeas, programas de apoyo al acogimiento familiar, Residencias de jóvenes y otros programas de cuidado alternativo.



Apoyamos a **549.800 niños, niñas, jóvenes y familias** en 708 Programas de Fortalecimiento Familiar y proyectos comunitarios.



Contribuimos a la formación de **238.900 niños, niñas y jóvenes** en 575 colegios, Centros de Educación Infantil, Centros Sociales y Centros de Formación Profesional.



Ofrecemos atención sanitaria a **654.600 personas** gracias a 60 programas de salud y tratamientos médicos.



Hemos ayudado a **1.385.800 personas** en 61 Programas de Respuesta a Emergencias.

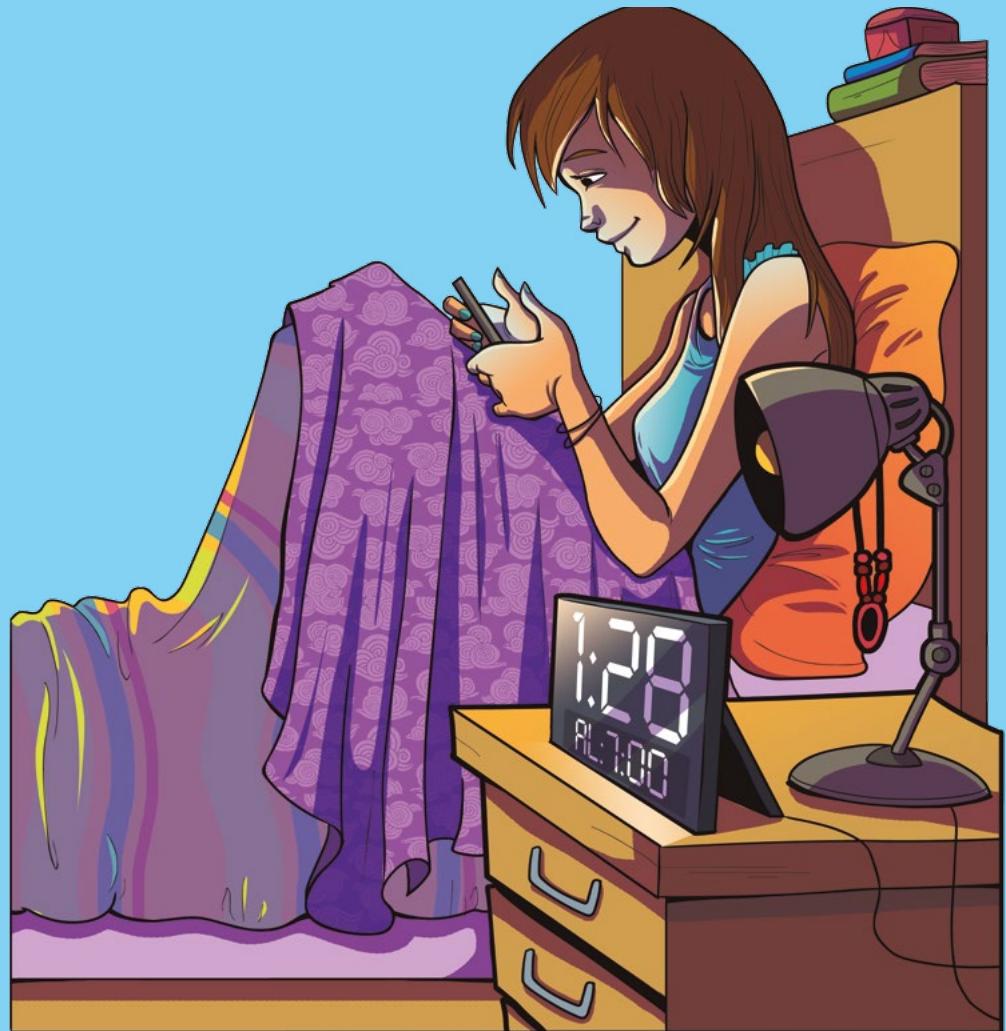
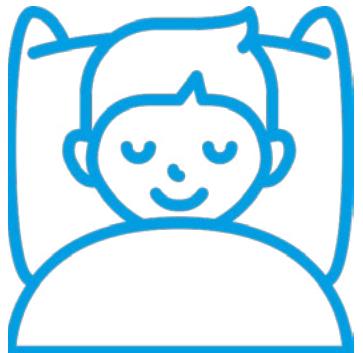


En 2023, Aldeas Infantiles SOS Internacional contribuyó a que **2.993.600 personas en el mundo crecieran en un ambiente familiar y en un entorno seguro.**



Bloque 1

Responsable
de quererme
y de cuidarme



Bloque 1

Responsable de quererme y de cuidarme



Vivimos en una era donde la tecnología es parte de nuestro día a día. Desde que nos despertamos hasta que nos vamos a dormir, estamos rodeados de pantallas: móviles, tabletas, ordenadores y televisores. Nos encanta toda la información, diversión, conexión y oportunidades que nos ofrecen. Pero, aunque la tecnología conlleva muchas ventajas, también puede afectar nuestra salud si no la usamos conscientemente.

Pasar mucho tiempo frente a las pantallas tiene efectos secundarios que quizás no te habías planteado. El 60% de los adolescentes reconocen problemas para dormir por el uso del móvil antes de acostarse. La luz azul que emiten las pantallas puede interferir con la producción de melatonina, la hormona que nos ayuda a dormir. Esto se conoce como insomnio digital y afecta el rendimiento académico y el estado de ánimo a largo plazo.

Además, el uso prolongado de las pantallas puede provocar problemas de visión, como el cansancio visual o la sequedad, después de largas horas jugando a videojuegos o viendo series. Esto es el "Síndrome de la visión por pantallas", que incluye síntomas como visión borrosa y dolores de cabeza. De hecho, uno de cada tres adolescentes sufre de fatiga ocular digital.

Los efectos de la tecnología no se limitan a la vista o al sueño. También puede influir en nuestro cerebro. La constante estimulación de notificaciones y contenido rápido en mensajería instantánea, correo electrónico y redes sociales puede reducir nuestra capacidad de concentración. Más del 50% de los jóvenes dicen que les cuesta más mantener la atención en clase después de usar las redes sociales en el tiempo de recreo.

El uso excesivo de la tecnología también puede afectar nuestro bienestar emocional.

Bloque 1

Responsable de quererme y de cuidarme



Pasar horas viendo la vida "perfecta" de otros en redes sociales puede hacernos sentir inseguros o insatisfechos con nuestras propias vidas. Compararse constantemente con los demás puede disminuir nuestra autoestima y hacernos sentir menos felices.

Finalmente, la tecnología también puede tener efectos neurológicos a medio y largo plazo. El uso prolongado de dispositivos electrónicos puede cambiar la estructura y función del cerebro. Hay estudios científicos que muestran que pasar mucho tiempo en actividades digitales puede reducir la materia gris en áreas del cerebro responsables de funciones importantes como la planificación y el control de impulsos.

El truco está en encontrar el equilibrio. No se trata de renunciar para siempre a la tecnología, sino de usarla de manera que no interfiera con nuestra salud y bienestar. Dormir bien, comer de forma equilibrada, mantenerse activo, relacionarse con los demás de manera saludable y tener momentos en los que las pantallas queden apartadas es tu responsabilidad. No tienen que ser

los padres, expertos, profesores o adultos quienes lo digan, sino cada uno de nosotros, por una cuestión de responsabilidad.

¿Y cómo encontramos el equilibrio? Ser responsables de cuidarnos y querernos significa decidir conscientemente cuánto tiempo pasamos frente a las pantallas y buscar otras actividades que nos enriquezcan. Es importante aprender a desconectarse cuando sea necesario y disfrutar de actividades que nos apasionen y nos ayuden a desarrollarnos como personas. ¿Listos para aceptar el reto de ser responsables y cuidarse y quererse a uno mismo? ¡Vamos a por ello!



Yo, en un *tuit*



Objetivo

Tomar conciencia de las cualidades destacadas que tenemos y saberlas comunicar entre las personas que nos rodean, para que nos conozcan mejor.



Ideas clave

Tener confianza en uno mismo, en nuestras cualidades y aptitudes; saber comunicar a la gente que nos rodea quiénes somos y por qué merece la pena conocernos.



Recursos

Cuaderno y ordenador con procesador de textos con recuento de espacios.



Desarrollo

Un twit es un mensaje que se publica en la red social Twitter y que toma la forma de una especie de titular sobre temas muy diferentes.

Estos twits no pueden tener más de 140 caracteres y tienen que resumir muy bien lo que se quiere decir para que se entienda el mensaje.

Los alumnos tienen que escribir un twit sobre ellos mismos destacando sus puntos fuertes.

Tendrán que pensar muy bien qué quieren explicar y qué palabras van a utilizar, porque 140 caracteres no dan para extenderse demasiado.

A continuación, el profesor los puede leer en voz alta en clase y los alumnos tienen que adivinar quién los ha escrito.



Más

Los twits en muchas ocasiones van acompañados de imágenes o vídeos; los alumnos también pueden acompañarlos con una imagen o un vídeo ilustrativo de lo que explican, o simplemente una foto o un vídeo de ellos mismos que transmita los valores que describen.



En casa

Para comprobar si el resto de la gente nos ve como nosotros mismos lo hacemos, le pediremos al resto de los miembros de nuestra familia que escriban un twit sobre nosotros.

¡A ver cuál es el titular destacado!



Quítate los #hashtags



Objetivo

Entender que los humanos somos seres complejos, cuya personalidad está en constante evolución dependiendo de las experiencias que vayan viviendo en el día a día.



Ideas clave

La personalidad es algo cambiante; las personas no se pueden limitar a unos cuántos adjetivos, sino que las influencias externas y el carácter de cada persona hace que estemos en constante proceso de cambio y de aprendizaje.



Recursos

Caja de plástico o cartón, etiquetas adhesivas o tipo *post-it*, rotuladores, cartulinas, tijeras, imperdibles y adhesivos o *post-it* con forma de corazón.



Desarrollo

Junto con el profesor, los alumnos crearán unas etiquetas redondas con cartulinas, rotuladores e imperdibles; en estas etiquetas escribirán adjetivos que se utilizan habitualmente para describir a sus compañeros por sus aptitudes y/o cualidades: líder, trabajador, constante, amable, social, alegre, positivo, energético, contradictorio, extrovertido, introvertido, etcétera.

Luego, las colocarán en una caja de plástico. A continuación, uno por uno se pondrán de pie delante del resto de sus compañeros y entre todos, decidirán qué etiquetas colocarle.

También puede hacerse como un juego de acción en la que todos pueden poner etiquetas a la espalda del resto de compañeros y compañeras.



Cuando termine el juego, cada uno podrá ver qué etiquetas lleva en la espalda y decidir si se siente identificado o no con ellas. Las que no le representen podrán ir al a basura.

Finalmente, todos se pondrán las etiquetas por delante y los demás podrán jugar a ponerles adhesivos de corazón, a modo de *like* en vivo.

Más

Se realizará una lista de asistencia con el nombre de todos los alumnos, las etiquetas que se han puesto entre todos y, por último, cada alumno se etiquetará a sí mismo.

El objetivo es entender que nadie puede ser reducido a un solo adjetivo, cada persona es algo mucho más complejo y amplio.



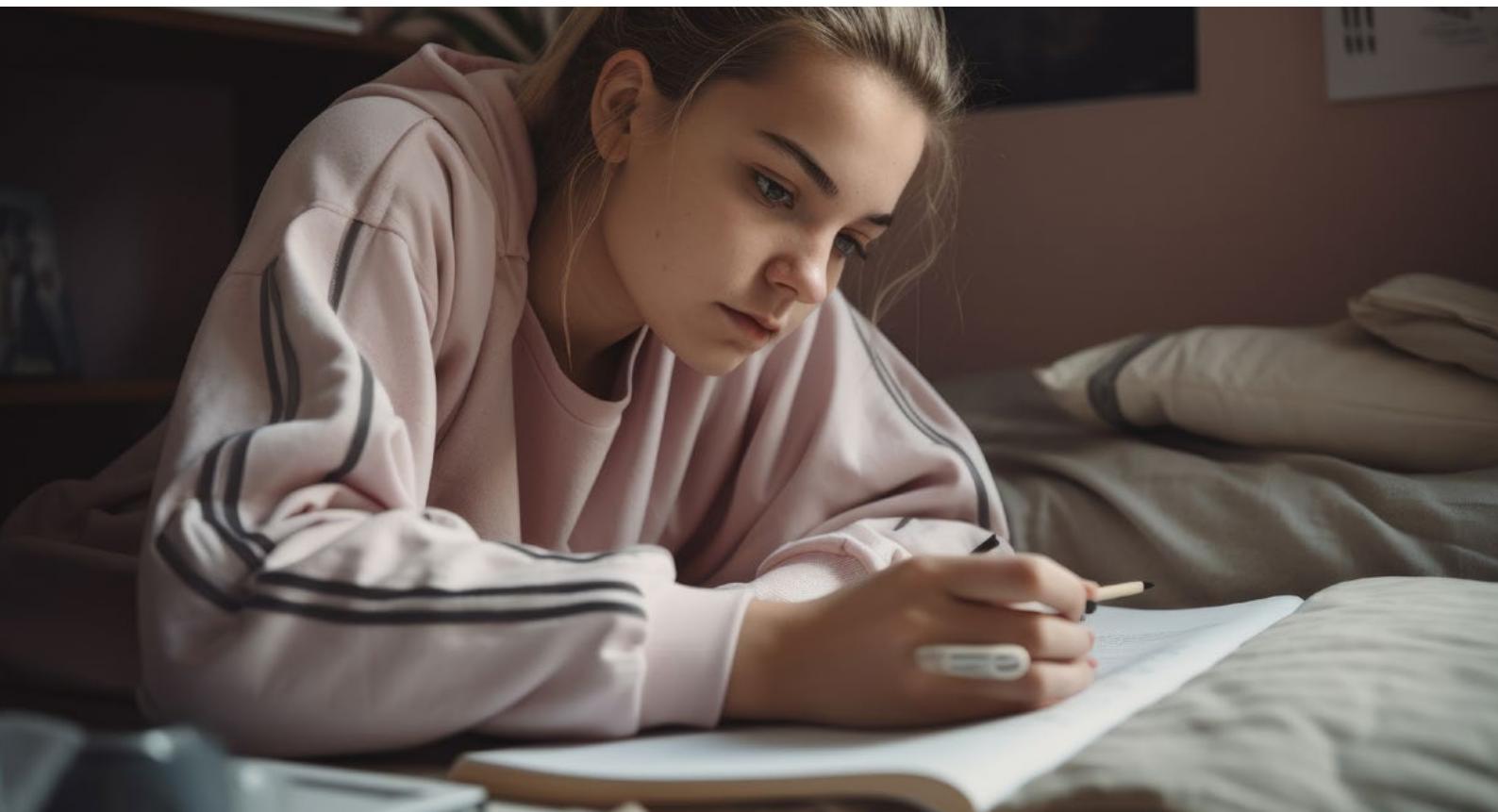
En casa

Tienen que pedirles a sus padres y abuelos que les expliquen historias reales de cuando eran jóvenes; descubrirán que sus progenitores son mucho más que la imagen que tiene de ellos en la actualidad.

También pueden pedirles a sus hermanos y hermanas, padre, madre, abuelos, tíos, primos o familiares, que crean que les conocen bien, que les den sus propias etiquetas, pero esta vez de forma oral, y las comenten.



Diario del sueño, diario de tus sueños



Objetivo

Tal y como recomiendan todos los médicos, unos hábitos saludables pasan por un descanso adecuado.

Tener en cuenta especialmente el tiempo de separación de las pantallas y su luz azul, que se recomienda que sea al menos de dos horas antes de ir a dormir y apartarlo de la zona de descanso (el 76% de los adolescentes europeos utiliza pantallas antes de dormir y hasta un 86% admite dormir con el dispositivo al lado).



Ideas clave

Sueño reparador, sueño profundo, las horas necesarias de sueño (9 horas para los adolescentes) y descanso. Relajación, salud mental y ansiedad. Día mundial del sueño: 14 de marzo.



Recursos

Diario, bolígrafo o lápices.



Desarrollo

En la clase de Tutoría, los alumnos se comprometen a confeccionar un "Diario del sueño".

Durante todo un mes, cada mañana al levantarse, deberán anotar:

- ¿A qué hora se fue a dormir? ¿Le costó coger el sueño?
- ¿Cuántas horas han dormido?
- ¿Cómo ha sido la calidad de su sueño? (puntuación 0 a 10)
- ¿Utilizó el móvil hasta el último momento?
- ¿Estaba nervioso, triste, contento, emocionado o preocupado por algo en concreto?
- ¿Se ha despertado a lo largo de la noche o ha dormido del tirón?



- ¿Por qué se ha levantado? ¿ha oído ruidos en la calle o en la casa? ¿era un despertar tranquilo?
- ¿Ha ido al baño o ha bebido agua?
- ¿Ha soñado? ¿Recuerda el sueño? ¿Era apacible, divertido, fantástico o una pesadilla? ¿De qué iba?...
- ¿A qué hora se ha despertado?
- ¿Se ha levantado con facilidad o le ha costado? ¿Estaba de buen humor?
- ¿Ha cogido el teléfono nada más levantarse y para hacer qué?

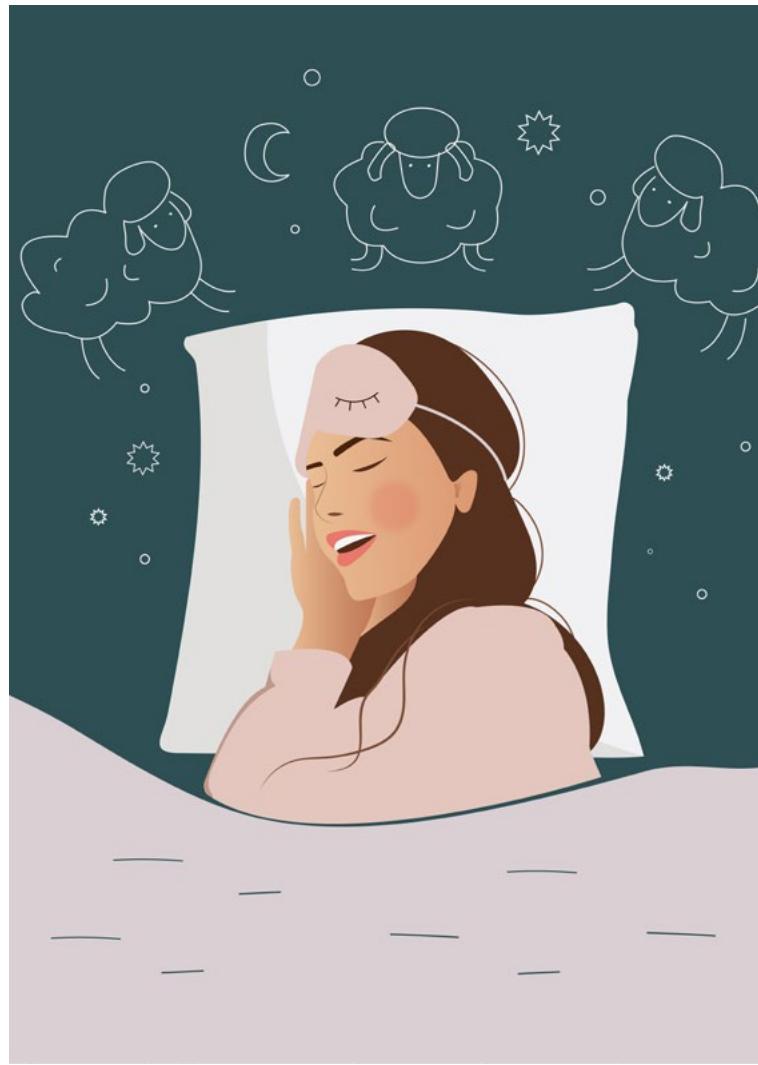
Al final del trimestre se invita a algún médico o pediatra para que explique cuántas horas deberían dormir el día, como debería ser su sueño para descansar lo suficiente y qué sucede a nivel físico y mental cuando no descansan adecuadamente.



Más

Si recuerdan sus sueños pueden analizarlos relacionándolos con sus vivencias o buscando su significado. Se darán cuenta que a menudo están vinculados a las cuestiones que les preocupan, las experiencias que han tenido durante el día, las historias que escuchan, etcétera, y cómo funciona el cerebro cuando "archiva" la información durante la noche.

Puede pedírseles que anoten esos sueños y utilicen esos apuntes para crear estupendas historias de ficción para un concurso literario sobre "la imaginación dormida".



En casa

Se establecen un mínimo de horas diarias de sueño y distancia del móvil desde dos horas antes de dormir.

Les recordamos a nuestros padres y hermanos que quien duerme poco tiene más posibilidades de padecer obesidad, colesterol, insuficiencia cardíaca, etcétera. Lo ideal son, al menos, ocho o nueve horas diarias.



¡Fotos no, gracias!



Objetivo

En nuestra sociedad, la imagen se ha convertido en una señá de identidad para jóvenes y adultos; la inmediatez de las comunicaciones y las redes sociales permiten que nuestras fotografías las vean personas de todo el planeta. Todo un logro. Pero hay que ir con cuidado: no todo el mundo quiere estar así de expuesto.

Cada persona tiene derecho a controlar su imagen y su derecho a la privacidad, especialmente cuando ésta puede dejar una huella en internet que podría quedar allí durante mucho tiempo.

Ideas clave



Hay que respetar las normas de convivencia; cuando una persona no quiere que le hagan una fotografía es que "no" y punto; todos tenemos derecho a la intimidad y a la privacidad.



Recursos

Fotografías en papel o digital; plastificadora; ordenadores con conexión a internet y tablón de anuncios.



Desarrollo

Los alumnos y alumnas buscarán imágenes en las que se vulnere el derecho a la intimidad, ya sea porque se trata de una situación comprometida o simplemente porque la persona no quería que la captasen: *celebrities* mostrando partes íntimas debido a un descuido; fotografías de personas "cazadas" flirteando con otras personas que no son su pareja oficial; familias famosas que no quieren que se publiquen imágenes de sus hijos; etc.

A continuación, la clase reflexionará sobre el peligro de las fotografías robadas y podrán exponer ejemplos



más cercanos que les afecten en su día a día. Se comentará cómo se sienten cuando su familia o sus amigos publican fotos suyas y si todo vale o no para ser publicado.

Más

Organizar un *roleplay* en el que los alumnos imaginen diferentes situaciones que podrían darse en la vida real en las que algún compañero quisiera hacerle una foto sin su consentimiento. Ensayar [formas de negarse](#) de forma educada pero firme: "Por favor, no quiero que me hagas una foto"; "te he dicho que no y no quiero que lo hagas sin mi consentimiento"; "¿sabes que hacer fotos sin permiso es un delito?". Hay que practicar para que todo el mundo reciba nuestro mensaje de manera clara y directa.



En casa

Con la familia, buscarán qué fotos suyas están subidas en las redes sociales y si les gusta o no que sean expuestas públicamente y por qué. ¿Les preguntan antes de hacerlo? ¿Lo hacen ellos por su propia voluntad? ¿Les gusta a los adultos las fotos que publican de la familia o de ellos mismos? ¿Por qué?

También pensaremos qué repercusión podrían tener esas imágenes en nuestro presente y nuestro futuro: si alguien nos busca para una entrevista de trabajo, si alguien nos acosa...



#Tenemosmuchoquedecir

 **Objetivo**

Recibir información interesante y contrastada sobre temas de tecnología e infancia.

 **Ideas clave**

Información, expertos, participación juvenil y temas de interés en tecnología e infancia.

 **Recursos**

Ordenador o pizarra digital con conexión para ver los vídeos.



Desconectando: ¿Cómo desconectar en un mundo hiperconectado? La gamer Thanix charla con el joven Max Kratzmaier y el psicólogo Jordi Royo sobre los efectos del uso excesivo de pantallas.



Conociendo Chatgpt: a medida que la Inteligencia Artificial avanza, aumenta la incertidumbre sobre la forma en la que tecnologías como Chat GPT impactarán en la educación.

**Desarrollo**

Conectar con #tenemosmuchoquedecir, un espacio audiovisual para jóvenes y familias en las que expertos, periodistas o los propios adolescentes, ofrecen interesantes testimonios sobre temas de actualidad. En la categoría de las tecnologías se tocan cuestiones como la adicción a las pantallas, la influencia de la pornografía en la adolescencia o el uso de la inteligencia artificial.



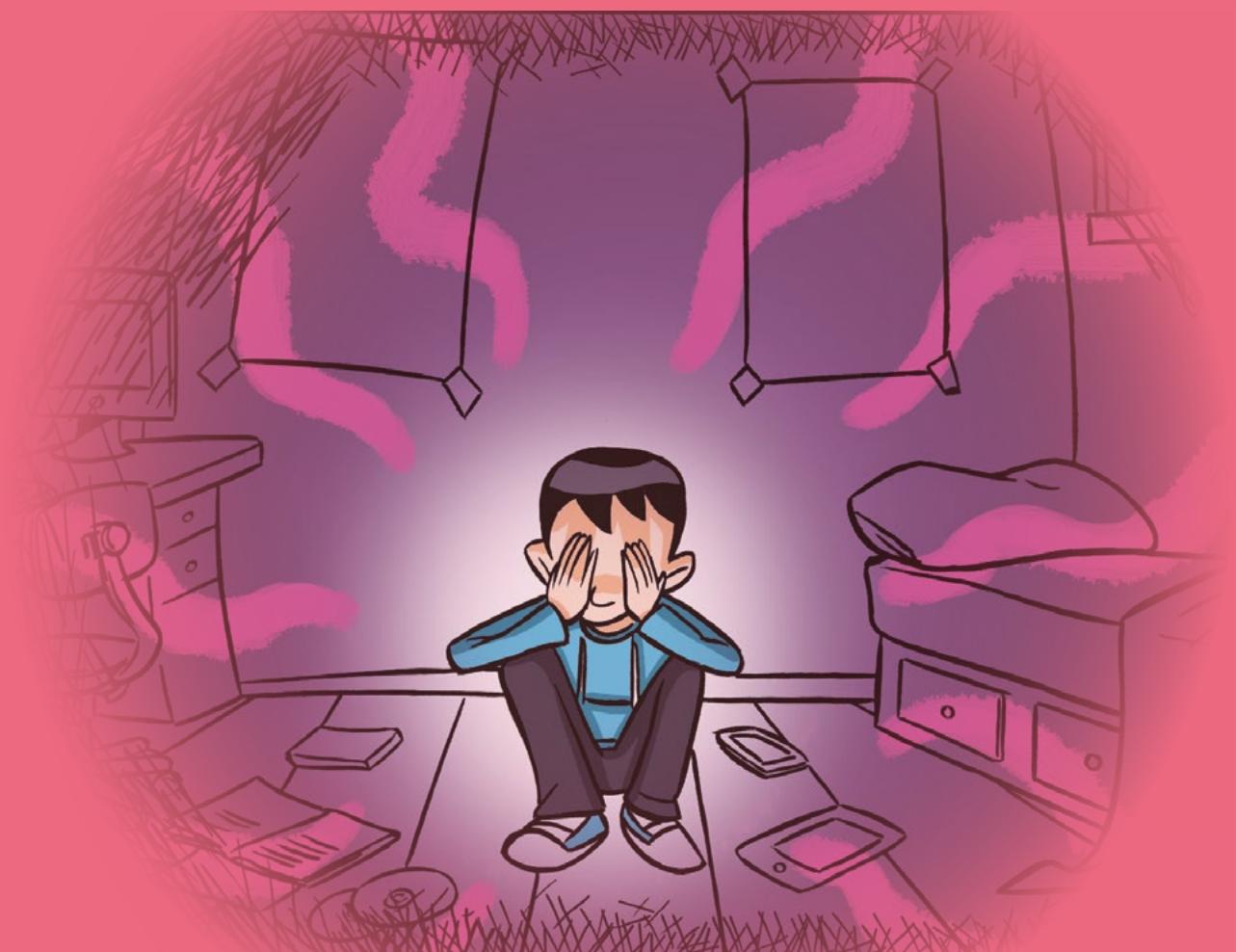
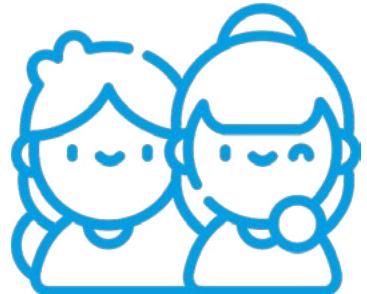
El porno no es sexo: 7 de cada 10 adolescentes consumen contenidos pornográficos y más del 50 % asegura haberlos visto en su infancia. Analizamos el impacto de este tipo de vídeos.



Educando en tecnología: el profesor youtuber David Calle, comparte con Ana González, madre, las principales claves para educar en el uso positivo de la tecnología.

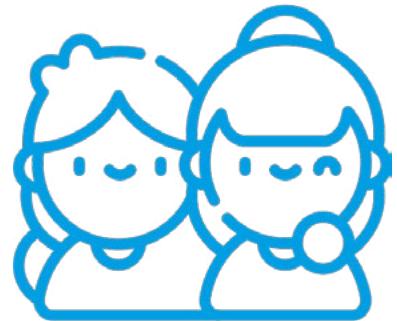
Bloque 2

Responsabilidad
hacia los
demás en el
mundo digital



Bloque 2

Responsabilidad hacia los demás en el mundo digital



La tecnología es increíble. Permite estar conectados con amigos y familiares, acceder a toneladas de información, opinar, participar y divertirse de muchas maneras. Sin embargo, como diría un conocido superhéroe: "todo gran poder conlleva una gran responsabilidad", especialmente hacia los demás. Lo que se hace en línea no solo afecta a uno mismo, sino que también puede tener un impacto real en las vidas de otras personas.

Subir una foto de alguien sin preguntarle primero no está bien. Aunque pueda parecer inofensivo, subir fotos sin consentimiento puede tener consecuencias serias. Una vez que algo está en internet, puede ser difícil eliminarlo. Además, compartir información personal sin permiso puede poner a otros en riesgo de acoso o incluso de robo de

identidad. La privacidad es fundamental: ante la duda, es mejor no hacerlo.

Es crucial seguir las normas de seguridad digital. Mantener las contraseñas seguras y no compartir información personal protege datos y evita que se utilicen para perjudicar a otros. Configurar las opciones de privacidad en redes sociales para que solo los allegados puedan ver lo que se comparte es esencial. Si algo parece sospechoso en línea, probablemente lo sea. Denunciar contenido o usuarios que generen incomodidad es una medida importante.

La etiqueta, o etiqueta en internet, es otro aspecto clave. Este protocolo de buenas maneras implica tratar a los demás con respeto, igual que se haría en persona. No

Bloque 2

Responsabilidad hacia los demás en el mundo digital



contribuir al odio en línea y evitar ser un "hater" o acosador es fundamental para fomentar un ambiente positivo. Las palabras pueden hacer mucho daño, incluso si se escriben detrás de una pantalla.

Las citas online son cada vez más comunes, especialmente entre adolescentes. Es sensato tener en cuenta la seguridad: no compartir demasiada información personal demasiado pronto y siempre quedar en lugares públicos para las primeras citas. Recordar que no todo el mundo en línea es quien dice ser es esencial para evitar situaciones de riesgo.

Finalmente, el ciberacoso es un tema serio que afecta a muchos jóvenes, ya que un 70% afirma que lo ha presenciado o sufrido. Si se es víctima de ciberacoso, o se sabe de alguien que lo sea, es vital buscar ayuda. Hablar con un adulto de confianza y no tener miedo de denunciar a los acosadores, en el colegio o en la comisaría de policía. Es importante crear un entorno seguro para todos en el mundo digital.

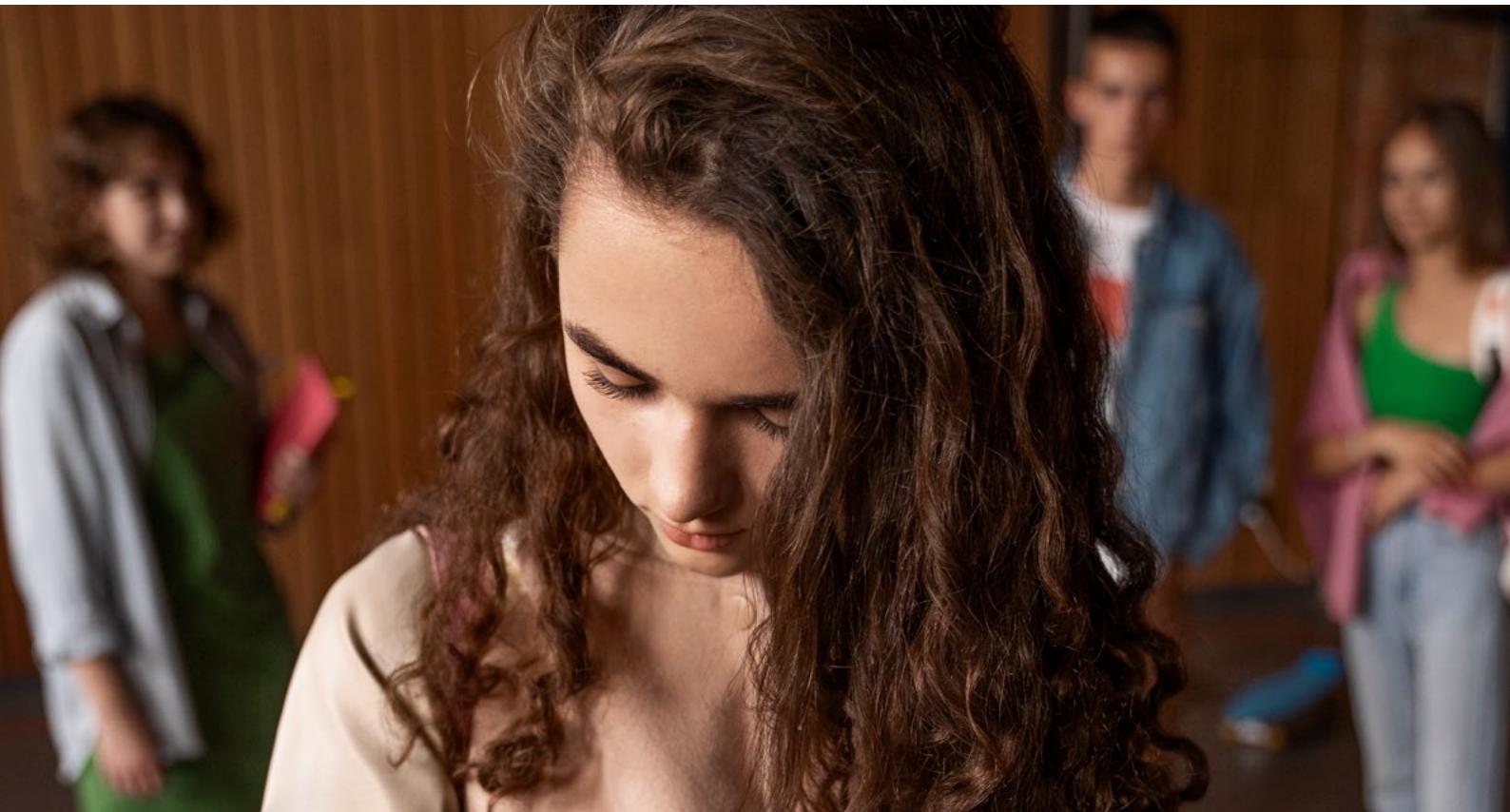
En estas situaciones recordemos que en internet no vale todo, que es un agravante ampararse en el anonimato y que cualquier forma de odio en línea está prohibido y castigado.

También es reprobable el hecho de ser testigo y no ofrecerse a ayudar o creer que la persona lo merece y sumarse al "rebaño". Si no eres parte de la solución, eres parte del problema. Si somos responsables, nos apoyamos todos y no permitimos la mala convivencia ni en clase ni en la red, todo irá bien.

En resumen, ser responsable en el mundo digital significa pensar en cómo las acciones afectan a los demás. Desde respetar la privacidad y la seguridad digital hasta tratar a todos con respeto y denunciar el ciberacoso, todos tienen un papel que jugar para hacer de internet un lugar mejor. Con esto en mente, se puede usar la tecnología de manera que beneficie a todos.



Responsabilidad con el que no está



Objetivo

Una de las claves de la convivencia es ser siempre honesto y consecuente, lo que implica no dedicarse a rumorear, cotillear o criticar a los que no están presentes.

Parte de ese tipo de acciones, junto con el anonimato, están en la base del ciberacoso, que es la modalidad de acoso escolar basada en el hostigamiento en línea.



Ideas clave

Ser respetuoso siempre con todas las personas aunque no estén presentes; su ausencia no da carta blanca para hablar mal o cotillear sin más.



Recursos

Cámara de grabación; ordenador o pizarra digital para ver las imágenes que hemos grabado.

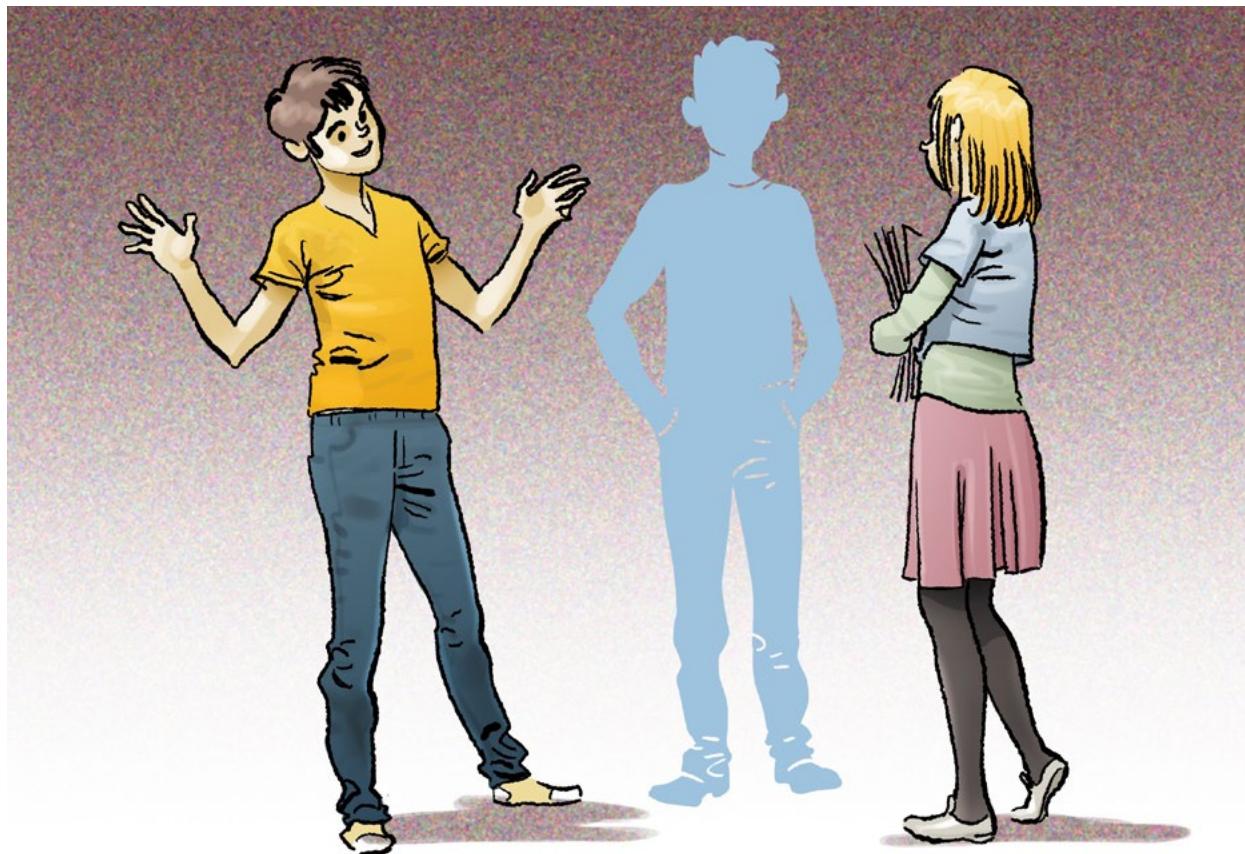


Desarrollo

En tutorías de grupos reducidos, el profesor propondrá a los alumnos que hablen sobre otros compañeros de clase que no se encuentran con ellos en ese momento: cómo los describiría, cómo evaluaría su comportamiento en clase, cómo se relacionan con el resto de compañeros, etcétera.

El profesor les explicará que les está grabando y que luego toda la clase podrá ver esas grabaciones. Seguro que los alumnos se muestran más comedidos y respetuosos al hablar.

La conclusión, que todos deberían sacar de la actividad es que siempre hay que hablar de los demás como si estos estuvieran delante, ser conscientes de lo que decimos como si nos grabaran y tratar a los demás



como quieren que les traten a ellos mismos.

¿Hubiera sido distinto si no se grabara? ¿Y si fuera solo entre amigos? ¿Y si fuera por escrito de forma anónima?

El anónimo es un agravante, una forma de no dar la cara y de hacer daño con impunidad.



Más

Se analizará la expresión "ojos que no ven, corazón que no siente". ¿Es verdad que si no vemos cómo otros compañeros se ríen, se burlan o hablan mal de nosotros cuando no estamos delante, no nos importa o no nos hace daño?



En casa

Junto con la familia, se decidirá o bien no mirar o bien mirar críticamente los programas de televisión donde se hable de terceros de manera crítica, irrespetuosa ehiriente, con el único objetivo de conseguir más audiencia.

Se hacen estas preguntas: ¿Existirían estos programas si nadie los viera? ¿Tendrían audiencia si hablaran con respeto de los demás? ¿Por qué nos gusta presenciar algo que significa hacer daño a otros?



Cibernormas de etiqueta



Objetivo

Clarificar las normas de uso de las tecnologías de la información y la comunicación, que han facilitado y transformado la comunicación, pero que a veces pueden provocar situaciones de conflicto y acoso, el *ciberbullying*.



Ideas clave

Controlar y tomar conciencia del uso de la tecnología; analizar y valorar atentamente lo que se escribe, ya que queda constancia de todo y a posteriori no es fácil borrar nuestra "huella digital". En ningún caso, esconderse detrás de internet y las redes sociales para hacer daño a los demás ni sumarse a quienes lo hagan.



Recursos

Descargar [este PDF](#) sobre acoso y ciberacoso; libretas y bolígrafos y una caja de cartón con una ranura como si fuese una urna.



Desarrollo

Tras descargar el PDF "Basta de *bullying*" para estudiantes de Secundaria, se repartirá o leerá en clase.

La última parte del documento cuenta con una sección dedicada al *ciberbullying* y explica que puede ser un acoso muy invasivo, ya que los mensajes y las imágenes pueden ser enviados en cualquier momento del día, desde cualquier lugar, y ser compartidos con muchísima gente.

La víctima se encuentra expuesta a recibir agresiones a todas horas, hasta en su propia casa. Además, estos comentarios pueden permanecer en internet toda la vida.

Por eso, es importante que, si sucede, se busque ayuda y se explique a un adulto de confianza.

Los alumnos escribirán en una libreta si han protagonizado, sufrido u oído alguna historia relacionada con el *ciberbullying*. Será un escrito anónimo.



Al acabar, lo introducirán en la urna. El profesor o profesora los leerá en clase al acabar el ejercicio, y se analizarán las consecuencias de cada historia.



Se puede ver la película *Acoso en la red social*, de Charles Binamé, y protagonizada por Emily Osment, que explica cómo una chica es acosada y criticada por gran parte de sus compañeros de clase a través de una red social y nadie sale en su defensa.

Más

Editar una pequeña revista con los relatos de ciberbullying de los alumnos y una serie de consejos y recomendaciones de cómo utilizar las tecnologías de forma responsable.



En casa



¿Conectados o desconectados?



Objetivo

Comparar la comunicación personal versus la comunicación a través de la tecnología y dispositivos móviles. La empatía no es posible ni siquiera utilizando emoticonos...



Ideas clave

Comunicación personal, desconexión o aislamiento y tecnología. Adicción a las pantallas.



Recursos

Para abrir el debate se puede utilizar [este vídeo viral](#) sobre la soledad de las personas conectadas al móvil o de las que no lo utilizan. Para votar podemos utilizar tiras de papel rojas (NO) o verdes (SÍ) o amarillas (no sé).



Desarrollo

Se iniciará un debate sobre lo que significa vivir en el mundo virtual, estar pendiente del móvil (vídeo "sin móvil")...

A cada pregunta o afirmación los chicos y las chicas levantarán sus papeles y se podrá ver el estado de la cuestión en el grupo.

El profesor o profesora puede preguntar entonces a quienes han votado la respuesta mayoritaria o a quienes, por el contrario, forman parte de la minoría, para que todos tengan voz.

Algunas posibles preguntas o afirmaciones:

- Me siento más cómodo flirteando por Whatsapp que en persona.
- Me atrevo a decir más lo que pienso por el móvil que a la cara.
- Me divierto más con los chats del móvil que con mis amigos en una reunión.
- Es tan divertida una partida en un videojuego de deportes con amigos en línea como en el campo de juego.



- Lo primero que hago en el día y lo último es mirar mis mensajes en el móvil.
- Si me quitan el móvil siento ansiedad.
- Si no fuera por el móvil no tendría tantos amigos.
- Los amigos de verdad son los que comparten momentos de la vida real.
- Prefiero una maratón de mi serie favorita a salir de excursión con amigos.



En casa

Llevarán a casa las preguntas de clase y hablarán sobre lo que les aportan las relaciones reales frente a las virtuales y viceversa.

Se tratará el tema de la desconexión en familia como cuando cada uno se pone a hacer cosas con su móvil. ¿Es mejor que hablar entre ellos? ¿Por qué?

Podría proponerse una desconexión diaria de 1 hora para ponerse al día de sus cosas, la "hora azul".



Más

Interesante [ponencia de Sherry Turkle en TED](#) ("Conectados, ¿pero solos?") y [Corto de Daniel Montes](#) sobre las relaciones por WhatsApp y móviles.



Retos para hacer crecer tu responsabilidad



Objetivo

Proponerse metas asequibles y alcanzables; controlar la autoexigencia pero asumir pequeños retos, crecientes, de responsabilidad hacia los demás.



Ideas clave

Comprender la importancia de la responsabilidad y el respeto a los demás, comenzando por practicarlo.



Recursos

Tabla de los retos de la responsabilidad fotocopiada o entregada en formato digital.



Desarrollo

Se leerán en clase los Retos de la Responsabilidad y se entregará un folio con la tabla de retos y casillas para marcar su consecución, observaciones y la fecha en que se logran. Se propondrá un plazo de dos semanas para alcanzar el máximo de retos posible y cada alumno se com-

prometerá a llevar a cabo el máximo de retos y a explicar en la tabla qué acciones hace para superarlo.

Al finalizar la primera semana se hará una puesta en común de cómo van consiguiéndolos y se hará un ranking de responsables. Al cabo de las dos semanas, dedicarán una sesión a terminar el ranking y a explicar cómo les ha ido.

Podemos inventar nuestros propios retos según las necesidades de cada grupo. Aquí tenéis algunas ideas:

- **Reto 1:** no hablar de nadie que no esté presente. Si tienes que decir algo negativo de alguien, hazlo como si éste pudiera oírtे.
- **Reto 2:** si te cae un rapapolvo en casa, escucha sin replicar. Y, al terminar, explica tus argumentos sin alterarte.
- **Reto 3:** habla con alguien sin



discutir pero con opiniones diferentes, aceptando que pueda tener parte de razón o, al menos, derecho a opinar así.

- **Reto 4:** no envíes fotos de nadie sin su permiso expreso.
- **Reto 5:** no cuentes un secreto que alguien te confió. Ni a tus mejores amigos.
- **Reto 6:** sé escrupulosamente puntual durante todo un mes en tus citas "profesionales" (en el colegio) y personales, con tu familia y amigos. Y levántate a tu hora sin quejas.
- **Reto 7:** cumple con lo pactado. Si has dicho que harás "X" hoy, lo haces.
- **Reto 8:** no hagas lo que sea para ir con esa gente que te atrae y no te hace caso. Si han de ser tus amigos, ya lo serán.

- **Reto 9:** escucha las historias que tienen que contarte tus abuelos sin interrumpir o desconectar.
- **Reto 10:** antes de hacer cualquier cosa, piensa si te gustaría que te lo hicieran a ti.

Más

Para reforzar sus acciones de superación del reto se puede ilustrar el diario con imágenes que colgarán en Instagram o en Twitter con el hashtag #retoresponsabilidadsuperado.



En casa

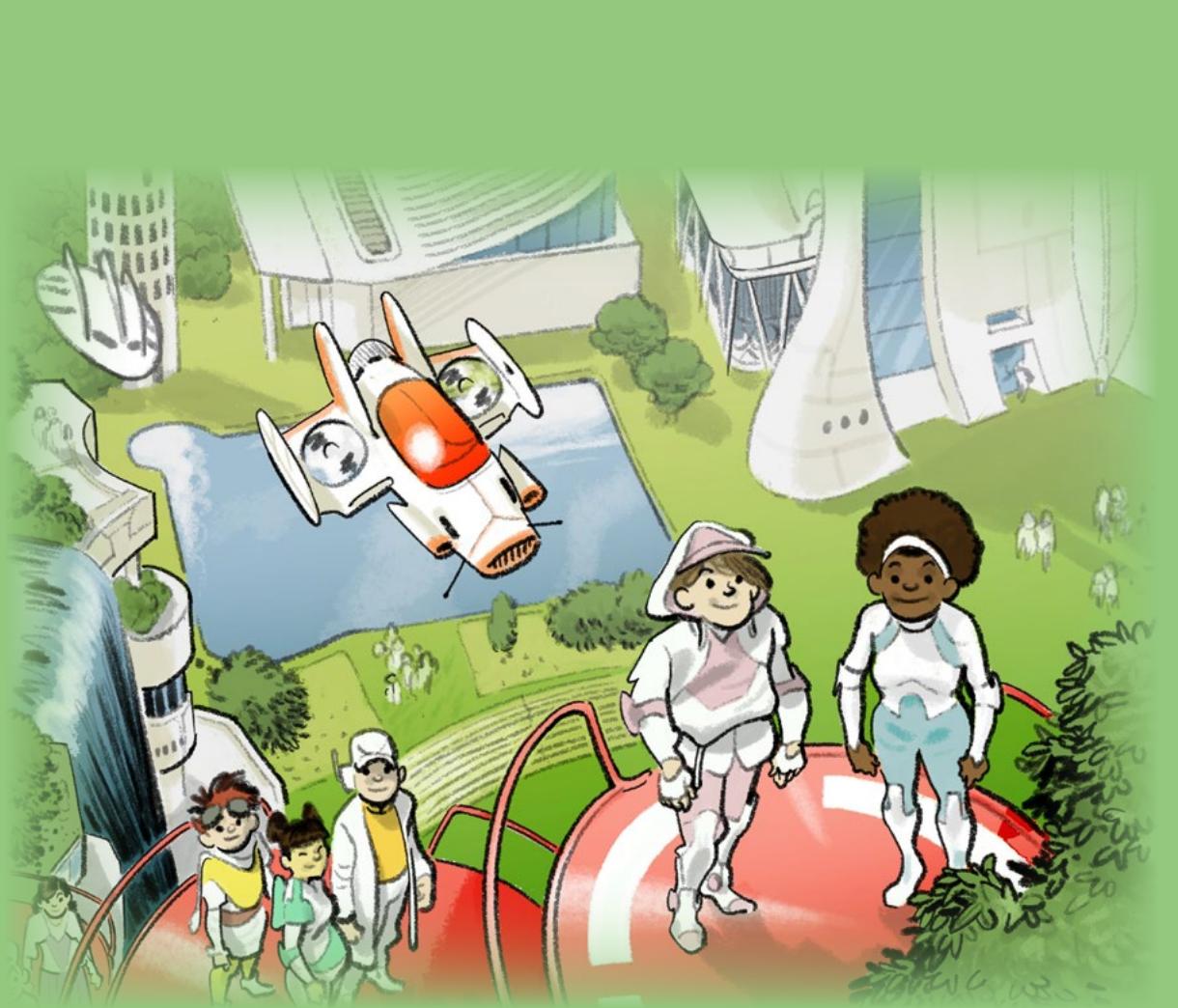
Con la familia, se comprometen a llevar a cabo los retos 2, 7, 8 y 10 durante dos semanas.

También podéis añadir retos de responsabilidad para hacer con los hermanos o incluso para los adultos, si les hace falta mejorar en algún ámbito (fumar, ejercicio, dieta...).

Si los padres y abuelos (el jurado) consideran que han pasado la prueba, los recompensarán con una tarde de cine u otro privilegio.

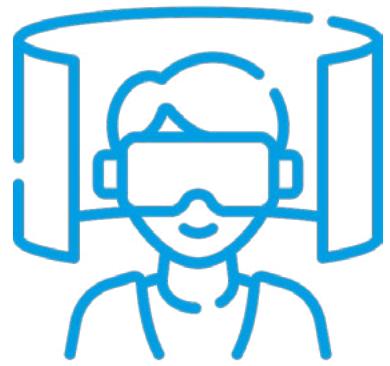
Bloque 3

Crear el mundo del futuro es tu responsabilidad



Bloque 3

Crear el mundo del futuro es tu responsabilidad



La tecnología ha transformado nuestras vidas de manera increíble. Permite acceder a la información al instante, conectar con personas de todo el mundo y cambiar la forma en que trabajamos, estudiamos y nos relacionamos. Nunca en la historia ha habido una progresión de conocimiento y comunicación tan rápida y extensa como la actual, gracias a la tecnología. Sin embargo, estos avances también suponen una gran responsabilidad. No podemos avanzar por simple inercia; cada uno de nosotros tiene un papel crucial en la construcción de la sociedad del mañana.

El avance tecnológico ha facilitado muchos aspectos de nuestras vidas, pero también plantea nuevas cuestiones sobre nuestra

humanidad. Tenemos que cuestionarnos qué queremos preservar y qué dejar atrás. La inteligencia artificial puede ser una herramienta poderosa, pero no debe sustituir nuestra capacidad para crear. La creatividad enfrenta grandes desafíos en esta era digital. La tecnología ofrece herramientas increíbles para la creación, pero no deberíamos depender completamente de ellas y sí mantener y desarrollar nuestra capacidad para imaginar. Que todo esté hecho puede parecer una ventaja, pero no lo es y nos impide desarrollar todo nuestro potencial.

En la infancia y la adolescencia, los procesos de aprendizaje son esenciales. Utilizar herramientas como la calculadora puede impedir el desarrollo de habilidades básicas

Bloque 3

Crear el mundo del futuro es tu responsabilidad



de cálculo, fundamentales para la expansión de nuestros circuitos neuronales. Redactar nos enseña a expresar nuestro pensamiento y a crear líneas de acción, esenciales en la vida. Es importantísimo aprender y realizar actividades que nos desarrollen como individuos.

Toda decisión tiene consecuencias: promovemos la compra online y cambian los modelos de negocio en nuestras calles. Potenciamos la creación en canales audiovisuales y redes sociales, y cambia la industria del disco, televisión, libro o arte. ¿Es eso malo o solo diferente? ¿Nos ayudarán las máquinas en el futuro o dominarán nuestra realidad? ¿O conviviremos pacíficamente con ellas permitiéndonos evolucionar hacia áreas que hasta ahora no podíamos soñar?

El impacto de la tecnología también se siente en nuestras relaciones humanas. Aunque permite estar en contacto con personas en cualquier lugar, no debe sustituir las interacciones presenciales. Las relaciones cara a cara son fundamentales para nuestra salud mental y nuestras redes de apoyo. Las interacciones en línea deben complementar,

no reemplazar, nuestras conexiones humanas. Las citas online y las emociones del encuentro virtual pueden desvirtuar las relaciones de pareja, que no pueden existir de forma verdadera sin contacto real y presencial.

Los adolescentes y jóvenes de hoy son nativos digitales, con una intuición innata para moverse en el mundo digital pero a costa, a menudo, de que el mundo real quede en desventaja. Por eso es crucial enseñarles a valorar las interacciones presenciales, que no se aíslen y que disfruten de su entorno.

En conclusión, crear el mundo que vendrá es una responsabilidad que recae sobre todos, especialmente en los jóvenes. Aprovechar lo mejor de la tecnología sin perder de vista nuestra humanidad es esencial para construir una sociedad equilibrada y justa. Valorar las interacciones presenciales, fomentar la creatividad, y participar activamente en la comunidad son claves para lograrlo. No dejemos que la inercia nos lleve; seamos conscientes de nuestras acciones y decisiones, y trabajemos juntos para construir el mundo que deseamos.



¡Eso es trampa!



Objetivo

Los chicos y chicas reflexionarán sobre cómo distintas herramientas, tecnológicas o no, pueden ser usadas tanto para apoyar como para sabotear su aprendizaje. Se busca fomentar el pensamiento crítico, la ética y la responsabilidad, promoviendo el uso inteligente de la tecnología para potenciar su creatividad.



Ideas clave

Diferenciar entre ayuda y trampa; reflexionar sobre la ética en el estudio; entender la importancia del proceso de aprendizaje y cómo nuestras decisiones afectan a nuestro desarrollo personal y colectivo. Fomentar el uso responsable y creativo de la tecnología, sin depender de atajos que a la larga nos perjudican.



Recursos

Pizarra para anotar ideas clave, dispositivos con acceso a internet para consultar información, ejemplos de trabajos reales o simulados que muestren el uso de Wikipedia o IA (fácilmente detectables por el profesorado), así como hojas de papel y bolígrafos para tomar notas.



Desarrollo

La actividad comienza con una breve introducción sobre el papel de las herramientas en el aprendizaje y cuándo cruzan la línea hacia la trampa. El profesor o profesora planteará varias situaciones para que los estudiantes debatan y reflexionen:

- Copiar de un compañero durante un examen.



- Tener los apuntes al lado mientras se hace una prueba.
- Poder consultar en internet para un trabajo.
- Copiar trozos de texto de diferentes webs para un proyecto escolar.
- Usar la calculadora en un examen de matemáticas.
- Tener un diccionario al lado durante una prueba de inglés.
- Hacer los deberes y/o estudiar en grupo.
- Utilizar una IA para escribir una redacción o hacer un dibujo.

Se analizará si pueden ser o no aceptables prácticas como:

- Que te pasen las preguntas del examen antes de realizarlo,
- Que otra persona se presente en tu lugar,
- Hacer una chuleta con resúmenes para sacarla en el examen,
- Hacer una pregunta al profesor durante una prueba.

Cada una de estas situaciones será evaluada para decidir si se considera trampa, ayuda legítima o un área gris.

Se animará a los estudiantes a considerar no solo las reglas formales, sino también las implicaciones éticas y cómo estas prácticas impactan su aprendizaje y desarrollo personal.

A lo largo del debate, se reflexionará sobre cómo usar la tecnología de manera ética, complementando el esfuerzo propio sin caer en la dependencia o el engaño. Si utilizas la IA para crear, ¿quién aprende, ella o tú?

Al final, se discutirá colectivamente sobre la responsabilidad que cada uno tiene en su aprendizaje.



Más

La actividad podría ampliarse con un taller sobre el uso ético de la tecnología o invitando a un experto en ética académica para compartir su visión. También se podría realizar una encuesta anónima sobre las prácticas comunes entre los estudiantes y discutir los resultados en clase, creando un código ético consensuado para el uso de recursos en trabajos y exámenes.



En casa

Los estudiantes pueden reflexionar sobre estas prácticas poco éticas utilizando la tecnología y compararlas con las trampas que se podían hacer en la época de sus padres o incluso abuelos.

¿Hay otro tipo de trampas que pueden utilizar para eludir sus responsabilidades cotidianas o en el trabajo? Pongámoslo sobre la mesa de forma constructiva.



¡Conexión perdida!



Objetivo

Que los adolescentes entiendan que el uso excesivo del teléfono móvil puede cortar la comunicación real con otras personas y alejarles de la familia o incluso de sus amigos.

El aislamiento que provocan los móviles no es cosa de risa pero podemos quitarle hierro al tema convirtiendo las situaciones deshumanizadas en parodias sobre las que podemos actuar y corregir.



Ideas clave

Entender cómo el uso constante de móviles puede afectar negativamente la calidad de las interacciones personales, familiares y sociales.

Se enfatiza en la importancia de estar presentes y escucharse mutuamente en diferentes contextos.



Recursos

Ropa para disfrazarse, accesorios de teatro, escenario, pizarra o cartel para escribir reflexiones finales.



Desarrollo

La actividad consiste en un pequeño taller de teatro por grupos sobre la conexión y desconexión entre las personas. En primer lugar se explicará lo importante que es comunicarse y pasar tiempo de calidad en familia y con amigos y cómo el uso excesivo de dispositivos móviles puede llevar a desconectarnos de las personas que están cerca.

Se harán grupos de 2 a 4 personas y se repartirán algunos escenarios, como:

- Una cena familiar en un restaurante donde todos están absortos en sus móviles.
- Una cena romántica donde la pareja no se habla ni se mira.
- Un trayecto en coche donde los pasajeros están cada uno en su propio mundo digital.
- Un parque de diversiones donde los amigos ignoran las atracciones porque están con sus dispositivos.



- Un día de campo donde nadie presta atención al entorno natural porque están ocupados con sus móviles.

Los chicos y chicas desarrollan la escena exagerando los gestos y las acciones para hacerla divertida pero reveladora.

En cualquier momento de la representación, el profesor puede decir "¡Conexión perdida!" y todos los participantes deben reaccionar y cambiar de actividad, dejando sus móviles imaginarios y empezando una nueva interacción de reconexión. Por ejemplo:

- En el restaurante, todos podrían empezar a comentar la comida y compartir anécdotas.
- En la cena romántica, la pareja podría empezar a mirarse a los ojos y decir cosas bonitas.
- En el coche, los pasajeros podrían comenzar a cantar una canción juntos.
- En el parque de diversiones, los amigos podrían decidir subirse a una atracción y disfrutarla juntos.
- En el día de campo, la familia podría comenzar a jugar un juego al aire libre o explorar la naturaleza.



Más

Se pueden realizar más rondas de *role-playing* con diferentes escenarios, como una fiesta o una excursión, para explorar cómo cambian las dinámicas de comunicación en distintos entornos.



En casa

Pueden llevar un diario durante una semana donde registren las ocasiones en las que ellos mismos o sus familias utilizan los dispositivos móviles en presencia de otros.

Pueden acordar con sus hermanos, padres o familiares una palabra o una señal (levantar la mano) para advertir de que se está perdiendo la conexión, igual que en el juego.

Juntos pueden ver el reportaje de Catherine L'Ecuyer, autora del libro ["Educar en el asombro"](#), que explica por qué las pantallas perjudican la atención.



Tiempo de silencio



Objetivo

Valorar la relajación y la tranquilidad y sus efectos sobre la mente, sobre la dinámica del grupo y sobre el ritmo de vida en general.



Ideas clave

Reflexionar, ser conscientes del entorno y disfrutar del silencio.



Recursos

Excursión a un espacio natural en el que se pueda disfrutar del silencio o espacio cerrado que pueda aislarse de sonidos.



Desarrollo

Experiencia conjunta e individual. En casa (también podría ser en clase o en el gimnasio del centro), salir para buscar el lugar ideal en la naturaleza donde poder estar callados unos minutos y saborear el silencio.



Más

¿Es posible el silencio absoluto? En este artículo sobre las [cámaras anecoicas](#) y la obra de un músico que intentó experimentarlo para componer.

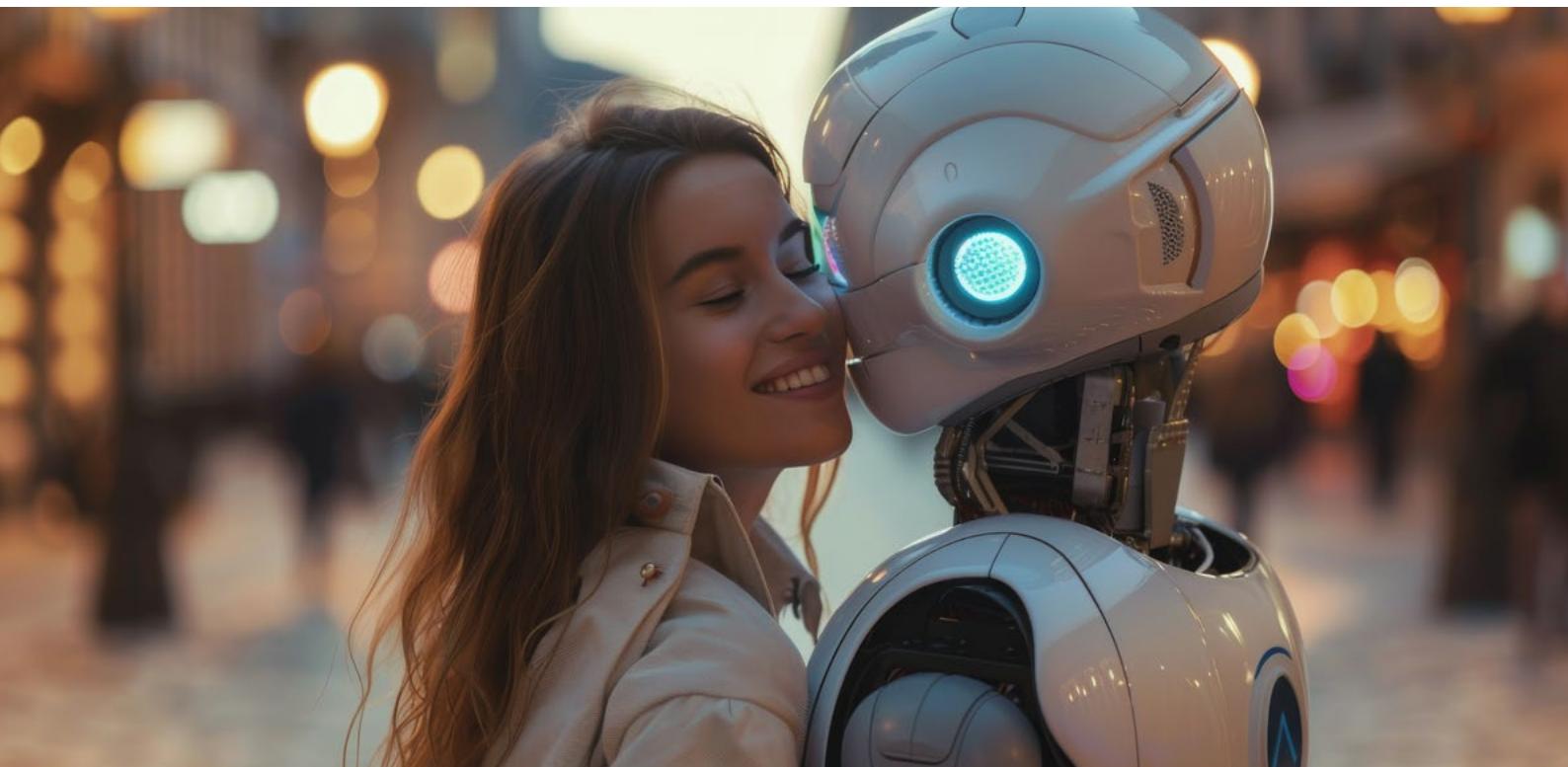


En casa

También puede hacerse el experimento en casa, disfrutando de la compañía de todos pero sin hablar y sin pantallas, en un silencio relajante.



Tierra, siglo XXIV



Objetivo

Los chicos y las chicas reflexionan sobre el futuro de la raza humana y la tecnología mediante la creación de un podcast. Se busca fomentar la creatividad, el pensamiento crítico y la capacidad de expresarse en formato digital.



Ideas clave

Creatividad y futuro; desarrollo social tecnológico; tecnología y hábitos de vida cotidianos, y relación entre humanos y máquinas. Reflexión sobre utopías y escenarios de futuro a largo plazo siguiendo la inercia actual, oponiéndonos o modulándola. Respeto y capacidad de escucha. Comentario crítico del trabajo propio y de los demás.



Recursos

Dispositivos para grabar audio como teléfonos móviles, tablets o grabadoras. Acceso a programas de edición de audio como Audacity para editar los podcasts y a una plataforma donde puedan subir y compartir los

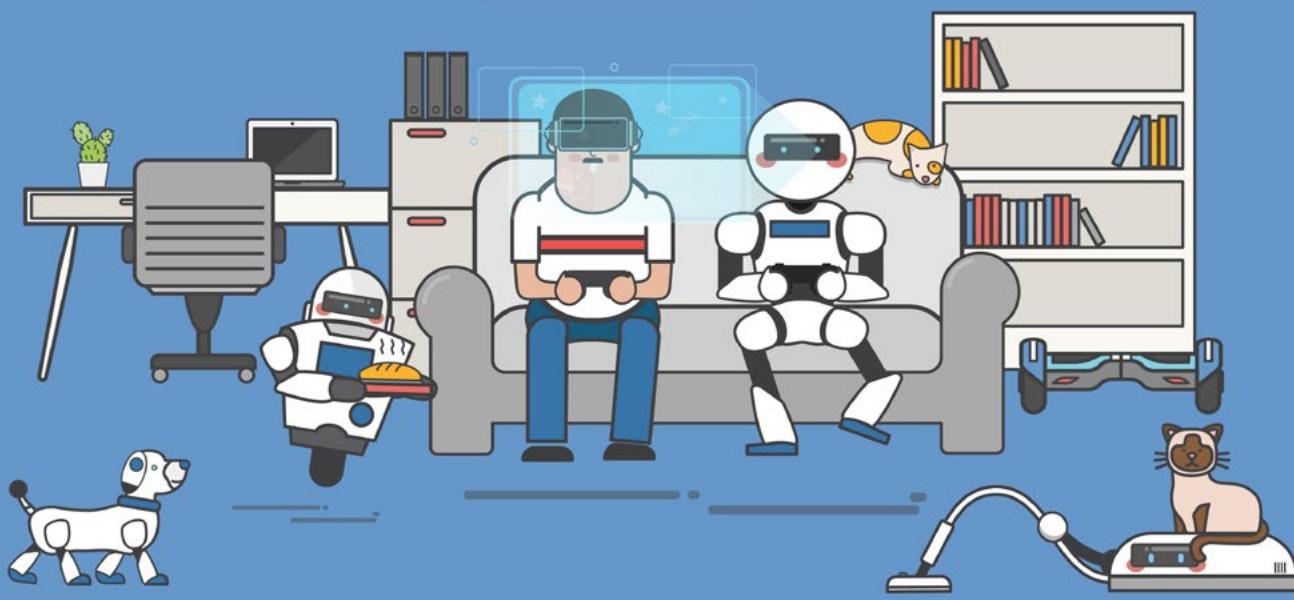
podcasts, como una página de clase, un blog o un canal de audio compartido. También se necesitarán papel y lápiz para guionizar los podcasts, auriculares, fondos musicales y efectos de sonido para enriquecer las grabaciones.



Desarrollo

La actividad comenzará con una introducción sobre el concepto "Tierra, siglo XXIV" y la importancia de imaginar diferentes futuros posibles o de llevar a la máxima las tendencias actuales en relación con la tecnología y su presencia en nuestras vidas.

Se explicará cómo crear un podcast y se ofrecerán ejemplos inspiradores. Los estudiantes se organizarán en parejas o grupos y elegirán el enfoque de su podcast, que puede ser una noticia, un falso reportaje, una historia humana, una película de ciencia ficción, una radionovela corta, entre otros formatos.



A continuación, desarrollarán un guion para su historia, imaginando cómo las máquinas contarían la historia de la humanidad en el siglo XXIV: desde un gobernador planetario androide, hasta una máquina que se esconde por haber sido eliminada de la sociedad o son simples herramientas y testimonios de lo que viven los humanos, pasando por la coexistencia armónica de los seres humanos y artificiales, todos con sus derechos.

Luego grabarán su podcast utilizando dispositivos móviles y, si desean, pueden añadir efectos de sonido o música de fondo para darle mayor riqueza a la narración, usando programas de edición.

Los podcasts se subirán a una plataforma compartida donde los compañeros podrán escucharlos, dar likes y dejar comentarios respetuosos.

Al finalizar, se llevará a cabo una sesión de escucha colectiva donde se discutirá sobre el papel de las acciones individuales en la configuración del futuro y la responsabilidad compartida para crear un futuro positivo.



Más

Se puede organizar una votación para elegir el podcast más creativo, el más reflexivo y el mejor producido o el más ilusionante... y crear trofeos, diplomas o premios adecuados a este certamen tan especial. También pueden invitar a expertos en tecnología y futurismo para que escuchen los podcasts y den retroalimentación a los estudiantes.

Además, se puede dedicar un espacio en la biblioteca del centro o del aula a novelas de ciencia ficción y organizar un cine fórum complementario con títulos como "IA", "Yo, Robot", "Wall-E" y otros clásicos del género.



En casa

Pueden trabajar en casa pidiendo apoyo a los adultos (voces, recursos, entrevistas, opiniones) para mejorar sus podcasts.

Pueden compartir la votación de los podcasts con sus familias y discutir sobre el contenido, fomentando un diálogo sobre el futuro de la tecnología y la humanidad.



Jornada Nacional de Jóvenes



¿Qué es?

Cada año, este proyecto se cierra con una actividad viva y colaborativa en la que participan un joven y un profesor de cada comunidad autónoma: [la Jornada Nacional de Jóvenes](#).

Si estás realizando este proyecto y trabajando el valor de la responsabilidad aprendiendo a utilizar la tecnología de forma responsable, te encantará llevar la voz de tus alumnos a esta experiencia de intercambio tan interesante. Se trata de hacer una encuesta online con toda tu clase sobre el valor de la responsabilidad y elegir un portavoz para que vaya al encuentro nacional a Madrid. Allí podrá trabajar en grupo con otros alumnos sobre el mismo tema, hacer reflexiones y llegar a unas conclusiones comunes.

En cada comunidad autónoma participa un colegio, que puede llevar un alumno y un profesor.

La jornada es una experiencia muy enriquecedora, en la que se produce el encuentro de 17 centros educativos

de distintos entornos geográficos y con diferentes formas de trabajar. Os permite así compartir un día con otros docentes y alumnos que tienen mucho en común y ganas de compartirlo. Y, sobre todo, tiene un enorme interés en la educación en valores.

Si quieres más información o directamente solicitar plaza en la Jornada Nacional de Jóvenes, puedes enviar un correo electrónico a la coordinación del programa [aquí](#).



**Teléfono de asesoramiento permanente
670 696 588**



¿Cómo prepararnos para ser representantes de nuestra comunidad?

OBJETIVO

 Fomentar el debate, la participación activa, la reflexión sobre valores, la expresión de ideas oralmente y por escrito, la toma de decisiones y la asunción de compromisos a nivel individual y grupal.

SOLICITAR LA PARTICIPACIÓN

Si estáis interesados en participar en la Jornada Nacional de Jóvenes, podéis solicitarlo en amelialopez@aldeasinfantiles.es, indicando el nombre del colegio, localidad y provincia, profesor responsable, teléfono fijo y móvil, y correo electrónico para comunicaciones. En ese momento entraréis en una lista de espera.

Damos prioridad a los colegios que no han participado todavía en este acto, por lo que, si lo habéis hecho anteriormente, es posible que quedéis en espera.

En ese momento puede que no sepamos aún la fecha de realización del acto, pero será en el tercer trimestre de curso y se os comunicará tan pronto como la sepamos.



PREPARARSE PARA LA JORNADA

Si habéis recibido la confirmación de vuestra participación, ¡ enhorabuena, un representante del alumnado y un docente van a ir a Madrid a la Jornada Nacional de Jóvenes!

Ahora tenéis que poneros manos a la obra y realizar la Encuesta Observatorio de la Adolescencia de este año entre vuestros alumnos y alumnas, con un mínimo aproximado de 100 encuestas (pueden ser muchas más, si implicáis a todo el centro educativo).

El tema de la Jornada es el valor de la responsabilidad y el uso adecuado de las pantallas y la tecnología. La encontraréis aquí:



POR FAVOR, CLICAD AQUÍ PARA LA ENCUESTA OBSERVATORIO



Os recomendamos que trabajéis algunas de las actividades del programa para familiarizaros con el valor del curso. Podéis elegir hablar de este valor o de vuestra experiencia al poner en práctica el uso equilibrado de las tecnologías y las pantallas.

DECIDIR VUESTRO BLOQUE

Cada centro participante elegirá uno de los tres bloques temáticos de este año y que corresponden a uno de los tres apartados de la encuesta que vuestros alumnos han completado (ATENCIÓN, deben hacerla entera, no sólo esta parte).

Este año los bloques son:

1. Responsable de cuidarme y quererme.
2. Responsable hacia los demás en el mundo digital.
3. Construir el futuro es tu responsabilidad.

Se comunicará el bloque elegido a la coordinación, que os lo asignará definitivamente de forma que los bloques queden equilibrados (4-5 comunidades por bloque).



ELEGIR UN PORTAVOZ

Cada centro elegirá a un o una portavoz, que será quien le represente en el grupo de trabajo correspondiente a su bloque.

Este portavoz recibirá previamente al encuentro los resultados de su centro/comunidad respecto a las preguntas de la encuesta y se centrará en las respuestas del bloque elegido. Deberá presentarlas a su grupo y, entre todos, interpretarlas y sacar una serie de conclusiones que se llevarán al encuentro.



No es necesario llevarlas en ningún formato de presentación, sino conocerlas y comprenderlas.

Durante la Jornada se darán a conocer los resultados globales de las encuestas y en cada grupo se debatirán las conclusiones de estas respuestas. Como cada portavoz llevará algunas, podrá contrastar con los demás si coinciden o no.

Cada grupo elaborará una serie de reflexiones que se presentarán oralmente al resto para elaborar entre todos un Decálogo sobre el Uso Responsable de las tecnologías por y para adolescentes.



LA LOGÍSTICA DE LA JORNADA

Desde Aldeas Infantiles SOS os facilitaremos los billetes para trasladaros a Madrid en la fecha de la Jornada. La idea es ir y volver en el día, a menos que los horarios no lo permitan, lo que haría que se os propusiera llegar la tarde anterior.



AUTORIZACIONES DE IMAGEN

Un paso muy importante es gestionar la autorización para **el uso de la imagen de los adolescentes participantes**, ya que durante el acto se hacen fotografías y vídeos, acuden medios de comunicación y hasta se puede emitir en *streaming*.

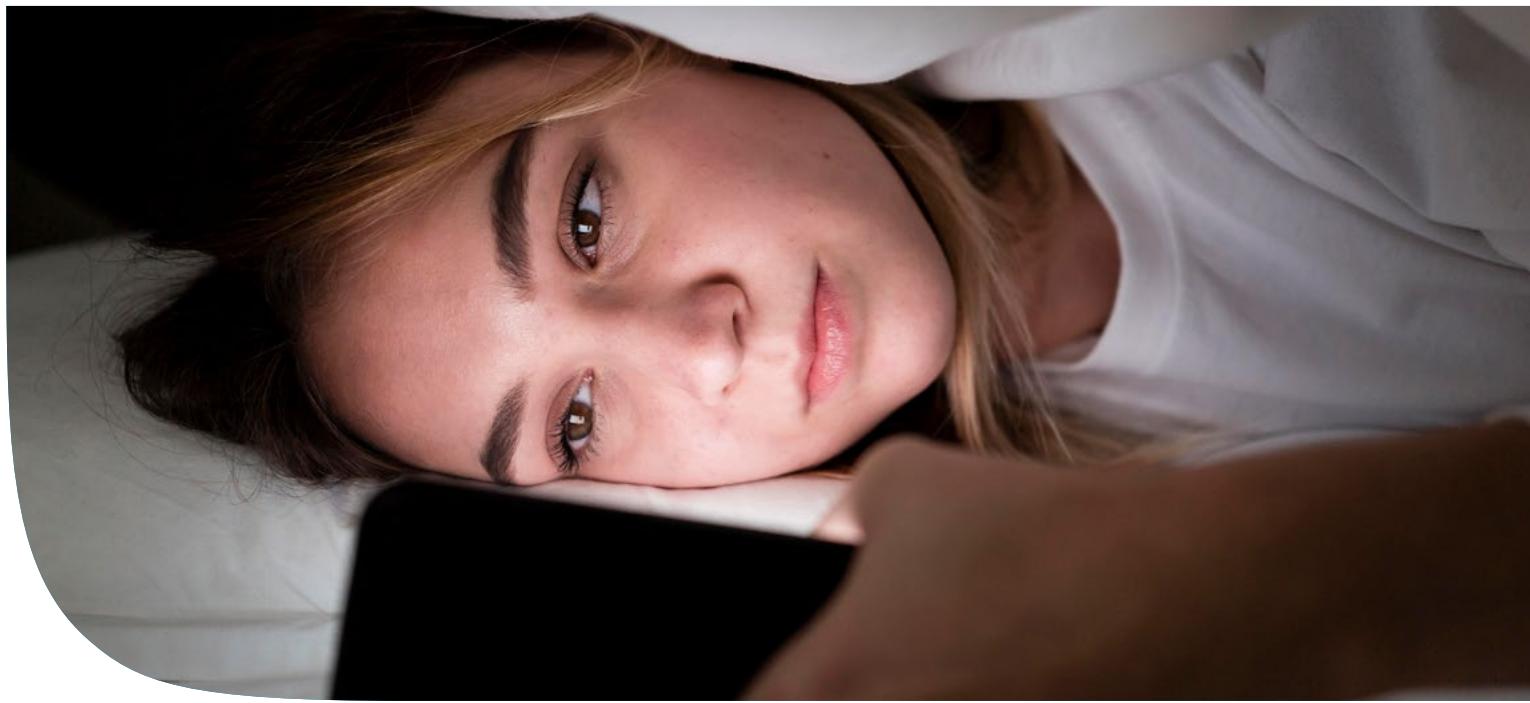
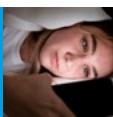
Este apartado es muy importante para garantizar el derecho a la privacidad de los participantes.



En casa

Podéis invitar a los portavoces a que compartan con sus familias los resultados de las encuestas y sus opiniones respecto al tema de la responsabilidad y el uso responsable de la tecnología en el ámbito del hogar.





¿Qué es la Semana sin Pantallas?

Os presentamos un reto para este curso, totalmente voluntario pero muy interesante: pasar una Semana sin Pantallas.

Seguro que algunas familias estarán encantadas porque reclaman una educación menos tecnológica y otras no lo estarán tanto porque saben cuánto dependen de éstas en su día a día.

La idea se inspira y se suma a experiencias ya realizadas a nivel internacional, como el movimiento Screenfree week o los proyectos Power off and play, además de otras iniciativas a nivel nacional como las de Kietoparao o Empantallados, los Colegios sin Pantallas de la Comunidad de Madrid, el Proyecto Semana sin Pantallas en las Baleares o el Despantállame dirigido a niños y niñas de 0 a 3 años, además de otros retos similares para adolescentes.

Podéis limitaros a implementar las actividades preventivas propuestas en los tres bloques anteriores o ir un paso más allá y movilizar a vuestra

clase, vuestro curso, vuestro ciclo o vuestro instituto en esta propuesta más atrevida. ¿Pasamos una semana sin conectarnos, ni en el cole ni en casa?

Animad a las familias a formar parte de este reto y a valorar cómo de enganchados estamos a las pantallas. Nosotros os daremos a continuación algunas ideas para que valoréis cuánto os afecta realmente y también para que las familias aprovechen al máximo estos días para fortalecer sus vínculos sin pasarlo mal, disfrutando en lo posible de liberarse de la tecnología en familia.

Estamos hablando del tiempo que pasamos en el centro y, para las familias, también fuera de él: por las tardes y el fin de semana. Eso no significa que los padres y madres dejen de utilizarlos en su horario laboral, aunque también podrían reducir su uso o concentrarlo para comprobar sus mejoras en concentración, además de solidarizarse con sus hijos e hijas.



¿Cómo preparar la Semana sin Pantallas?



OBJETIVO

Reflexionar sobre el uso de la tecnología en la vida cotidiana, fortalecer los vínculos personales con el alumnado y entre la comunidad escolar, promover las actividades saludables y redescubrir metodologías válidas y significativas.



ANIMAR A LA PARTICIPACIÓN

Si estás interesados en participar en la Semana sin Pantallas que os proponemos, sólo tenéis que poneros de acuerdo si será algo que haga todo el centro o solamente un ciclo, un curso o una clase.

Después, podéis explicarlo en clase y repartir una carta de presentación desde la Dirección del centro, la Coordinación de ciclo o firmado por el tutor o tutora, directamente (el modelo es editable en formato doc.).



REPARTIR EL MANUAL PARA LAS FAMILIAS

Para facilitar la experiencia familiar, hemos creado un Manual lleno de ideas que también hemos mandado al AMPA (si disponemos de su email) para esta



Semana sin Pantallas. Desde cómo planificar actividades hasta qué hacer en ratos como el coche o las salas de espera. Para los días de sol y de lluvia...

Os recomendamos que paséis el enlace o el propio pdf. a través de vuestras plataformas de comunicación para que todos la puedan tener a mano y abordar la experiencia con la mejor actitud posible.



TRABAJAR EN EL COLE SIN PANTALLAS

Para dar ejemplo, durante la Semana sin Pantallas, el colegio se sumará a la reducción de los dispositivos tecnológicos en el ámbito escolar. Esto no significa que dejéis de utilizar teléfonos u ordenadores si es imprescindible, pero sí limitarlos. También os mostrará cómo dependemos cada vez más de la tecnología en todos los ámbitos.

La idea es redescubrir lo mejor de las metodologías analógicas y prescindir de las pizarras digitales, los proyectores y los ordenadores personales para una mayor interacción y participación activa de los alumnos.

Podéis aprovechar para realizar más **actividades al aire libre**, actividades deportivas, excursiones y juegos que promuevan el trabajo en equipo y el desarrollo de las habilidades sociales.

Además, es el momento ideal para fortalecer la **explicación oral** y el debate, permitiendo a los estudiantes expresar sus ideas y aprender a través del diálogo o de cantar.

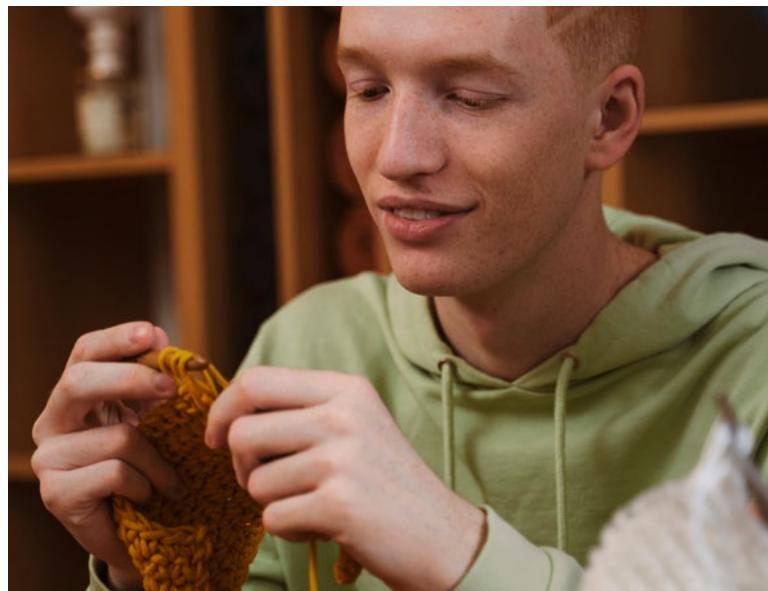
Incorporad actividades de **educación artística**, donde los alumnos puedan desarrollar su creatividad con manualidades y proyectos artísticos.

Fomentad la **lectura y el uso de libros en papel**. Realizad dinámicas de grupo, visitas a la biblioteca del centro o del barrio, lecturas colectivas en voz alta que incentiven la creatividad y el gusto por la literatura.

¿Algunas ideas más?

- Taller de bricolaje, cocina y costura para la vida diaria.
- Pintar un graffiti en un mural del patio.
- Plantar un huerto escolar.
- Realizar una semana de visitas de expertos y charlas interesantes.
- Llevar a cabo unos Juegos Olímpicos juveniles.
- Preparar una exposición artística o un mercadillo por una causa solidaria.

Recordad que la clave es mantener una **actitud positiva** y ver este reto como una oportunidad para redescubrir métodos de enseñanza que pueden enriquecer el proceso educativo de una manera única y significativa.



MÁS

Antes de iniciar la semana sin pantallas ver en clase el vídeo "[The Sound of Silence. Slaves of Technology](#)" , que ilustra muy bien que le podría ocurrir, o está ocurriendo, a una sociedad concentrada únicamente en aquello que tiene lugar a través de las pantallas.



EVALUAR LA ACCIÓN

Al final, llega el momento de reflexionar y valorar la experiencia.

En las aulas, se preguntará a los alumnos y alumnas cómo se han sentido. ¿Ha sido difícil? ¿se han aburrido? ¿qué ha costado más? ¿se sumaron las familias?

A nivel de los profesores, en el claustro o a nivel de ciclo, podéis preguntaros: ¿notasteis cambios en los chicos y las chicas? ¿estaban más nerviosos o menos? ¿recibisteis quejas o comentarios de las familias?

POR FAVOR, RELLENAD EL CUESTIONARIO DE COLEGIOS AQUÍ

POR FAVOR, PEDID A LAS FAMILIAS QUE CONTESTEN AQUÍ

aldeasinfantiles.es



@aldeasEspana



Aldeas Infantiles SOS de España



Youtube user: AldeasInfantiles



aldeasinfantiles_es

Abraza
tus valores

PROGRAMA DE
EDUCACIÓN EN VALORES
INFANTIL Y PRIMARIA
CURSO 2024-2025

La responsabilidad

Aprendiendo a utilizar las pantallas y la tecnología de forma responsable



ALDEAS
INFANTILES SOS

Aldeas Infantiles SOS
contribuye con este programa
a conseguir el objetivos nº 4:

