



# Aprender juntos, crecer en familia

## Escuela y familia unidas en el uso educativo de las pantallas

Módulo de continuidad del módulo 5



# Aprender juntos, crecer en familia

## Escuela y familia unidas en el uso educativo de las pantallas

Módulo de continuidad del módulo 5

## **EDICIÓN**

**Fundación "la Caixa"**

### AUTORES

María José Rodrigo López. Universidad de La Laguna

Juan Carlos Martín Quintana. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria

Sonia Byrne. Universidad de La Laguna

Arminda Suárez Perdomo. Universidad de La Laguna

Estefanía de los Dolores Gil García. Universidad de La Laguna

Ainoa Mateos Inchaurredo. Universitat de Barcelona

Nuria Fuentes-Peláez. Universitat de Barcelona

### DISEÑO GRÁFICO

Cèl·lula, Acció Creativa

### ILUSTRACIONES

Imma Itxart

### CORRECCIÓN LINGÜÍSTICA

Caplletra SL

### IMPRESIÓN

Milimétrica Producciones S.L.

© de la edición, Fundación "la Caixa", 2025

Av. Diagonal, 621, 08028 Barcelona

D. L.: B 17587-2025

# Índice

Introducción .....	5
--------------------	---

Sesión para padres y madres .....	14
-----------------------------------	----

Aprender y relacionarnos en casa .....	16
--	----

Actividad 1. Aprender en casa .....	18
-------------------------------------	----

Actividad 2. Nuevas formas de relacionarnos .....	27
---	----

Sesión para hijos e hijas .....	35
---------------------------------	----

Descubrir mi lugar en el espacio digital .....	36
--	----

Actividad 1. Mi reloj digital .....	38
-------------------------------------	----

Actividad 2. ¿Mi reloj funciona bien? .....	48
---	----

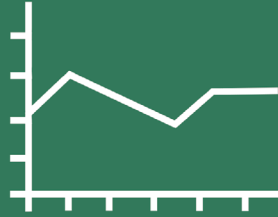
Sesión para familias .....	52
----------------------------	----

Vivir en familia en el espacio digital .....	54
--	----

Actividad 1. Acordamos nuestro plan digital familiar .....	56
--	----

Actividad 2. Nos divertimos con el ocio digital en familia .....	62
--	----

$$\begin{array}{r} 1742 \\ + 236 \\ \hline 1978 \end{array}$$



**Módulo de continuidad del módulo 5**

# Introducción

El espacio digital, conformado por los dispositivos y recursos que tenemos hoy a nuestro alcance gracias a las tecnologías de la información y la comunicación, ha llegado a nuestros hogares. En poco tiempo y casi sin darnos cuenta se ha ido creando un nuevo espacio educativo donde el niño o la niña tiene también la ocasión de adquirir normas y valores, y recibir enseñanzas que le permitan aprender y avanzar en su desarrollo. Ahora bien, aunque sea la tecnología la que lo ha puesto a nuestro alcance, debemos ser conscientes de que *el espacio educativo digital debemos diseñarlo y conformarlo según nuestro criterio como madres y padres positivos y responsables principales del cuidado y la educación de nuestras hijas e hijos*. De otro modo, un espacio educativo digital formado de manera espontánea, guiado únicamente por los avances tecnológicos, sin directrices éticas en la sociedad, dejado a los intereses puramente comerciales y sin organización ni supervisión en el hogar familiar puede desembocar en retrasos o problemas del desarrollo y en aprendizajes o hábitos inadecuados en nuestros hijos e hijas.

En este **módulo, *Escuela y familia unidas en el uso educativo de las pantallas***, como módulo de continuidad del programa *Aprender juntos, crecer en familia*,<sup>1</sup> vamos a reflexionar y a dar ejemplos sobre cómo retomar el diseño de ese espacio educativo digital en la familia. Debemos tomar conciencia de que educar en el espacio digital del hogar, con diferentes personas, pantallas de todo tipo y propósitos de uso diferentes, resulta complicado. Por este motivo se requieren competencias parentales adaptadas a este entorno digital desde la perspectiva de la parentalidad positiva.<sup>2,3</sup>

Nuestra propuesta de definición es la siguiente: «Con *competencias parentales en el espacio digital* nos referimos a aquel conjunto de capacidades, habilidades y actitudes y valores que permiten realizar de modo adecuado la tarea educativa en dicho espacio diseñándolo y supervisándolo de acuerdo con las necesidades evolutivas y educativas de los hijos e hijas como participantes del mismo, con el fin de que desarrollen competencias para la toma de decisiones y actitudes y conductas adecuadas en dicho espacio digital». Este módulo invita a reflexionar sobre cómo podemos conformar este nuevo espacio educativo para que resulte provechoso para el desarrollo y el aprendizaje de los hijos e hijas, incluso aunque la madre, el padre o

1 Amorós, P., Fuentes-Peláez, N., Mateos, A., Pastor, C., Rodrigo, M. J., Byrne, S., Balsells, M. A., Martín, J. C., y Guerra, M. (2011). *Aprender juntos, crecer en familia* (3.ª ed., 2016). Barcelona: Obra Social "la Caixa".

2 Rodrigo, M. J., Máiquez, M., Martín, J. C., Rodríguez, B., y Byrne, S. (2015). *Manual práctico de psicología positiva*. Madrid: Síntesis.

3 Vaquero Tió, E., Suárez Perdomo, A., Fernández-Rodrigo, L., Rodrigo López, M. J., y Balsells Bailón, M. A. (2019). E-parenting: una revisión sistemática de la literatura. *Edutec. Revista Electrónica de Tecnología Educativa* (68), 30-41. <https://doi.org/10.21556/edutec.2019.68.1313>.

la persona cuidadora principal no haya podido acceder fácilmente a dichos recursos o no haya tenido la oportunidad de utilizar algunas de sus herramientas o de conocer su uso educativo.

En el diseño del espacio educativo digital en la familia, además del aprendizaje de normas y valores relativos al uso adecuado y seguro de recursos y dispositivos también se incluye el modo de aprovechar sus potencialidades para el uso creativo y facilitador del aprendizaje en casa y en la escuela, fomentar las relaciones de colaboración entre iguales y perseverar en la realización de actividades escolares colaborativas. Así mismo, hay que abordar la colaboración y participación de los padres y madres en el centro escolar por medios digitales, ya que familia y escuela son espacios próximos que resultan claves para el desarrollo y el bienestar del niño y la niña. La introducción de la tecnología en esta función parental puede requerir una capacitación y unos recursos adicionales que, por otra parte, permiten reducir la brecha digital y facilitan la participación de la familia en la supervisión y la comunicación con la escuela.

Sin duda, la transformación digital ha llegado también a las escuelas, tanto en primaria como en secundaria. El reto al que estas se enfrentan es *normalizar el uso de las tecnologías digitales en el proceso de enseñanza y aprendizaje educativo*.<sup>4</sup> Forma parte de este proceso el diseño de las tareas escolares para la casa que conllevan el uso de estas tecnologías, por lo que resulta clave el papel de apoyo

4 Kamylyis, P., Punie, Y., y Devine, J. (2015). *Promoción de un aprendizaje eficaz en la era digital: Un marco europeo para organizaciones educativas digitalmente competentes*. EUR 27599 EN; doi: 10.2791/54070.

de la familia. Estas tecnologías también facilitan varias formas de comunicación entre iguales y con la familia que son de gran importancia para la socialización de los niños y las niñas. Asimismo, es cada vez más frecuente el uso de dichas tecnologías para favorecer la participación de la familia en la escuela y la comunicación con el centro: correos electrónicos, aplicaciones para el envío de notificaciones, horarios escolares y calendarios de actividades, páginas web y blogs, grupos de WhatsApp de padres y madres, reuniones virtuales, etc.

Además de los procesos de desarrollo y aprendizaje guiados o facilitados por la escuela, el propio espacio familiar es fuente de conocimiento y nuevas experiencias. Por ello, en este módulo exploremos el uso de tecnología digital por parte de los niños y las niñas para ayudarlos a identificar cómo la utilizan en su día a día, ya sea en diferentes situaciones, por diferentes razones, en solitario o en compañía de diferentes personas. Todo ello, haciendo hincapié en que la familia analice los posibles beneficios y riesgos que pueden derivarse de estas actividades, de modo que los propios niños y niñas acaben aprendiendo estrategias para regularse respecto a cómo gestionar su espacio de estudio, por ejemplo.

En dicho espacio familiar se deben crear también ocasiones para consensuar el plan digital familiar, que viene a ser el resultado de debatir las diversas necesidades de uso de los dispositivos y recursos digitales por parte de los miembros de la familia y coordinarlas para que no sean motivo de conflictos ni molestos solapamientos. Dentro de este plan digital también tiene especial cabida la organización del

espacio de ocio familiar, que es un momento privilegiado para realizar un aprendizaje conjunto de seguimiento de normas, actitudes y valores de gran impacto positivo en la cohesión y el bienestar de todos los miembros de la familia. En esta franja de edad de 6 a 12 años se despierta la necesidad de ampliar la autonomía y, con el afán de seguir al grupo de iguales, el imperioso deseo de tener un dispositivo móvil.

Por último, debemos recalcar que conformar un buen espacio educativo digital en la familia tiene una gran relevancia en esta etapa de 6 a 12 años previa a la adolescencia. La prueba la tiene el gran incremento y atractivo comercial de recursos y herramientas para esas edades, los cuales se convierten en una *plataforma de lanzamiento de las habilidades digitales del niño y de la niña* con alto potencial para su desarrollo y aprendizaje. Y no hay que olvidar que dicho potencial evolutivo y educativo tiene que estar pautado de acuerdo con el ritmo de aprendizaje de cada niño o niña, sobre todo teniendo en cuenta la necesidad de posibles adaptaciones en caso de discapacidad o retrasos en el desarrollo.

Además, esta etapa es un momento en el que, *de modo preventivo y proactivo, y no solo restaurativo*, se deben instaurar medidas de control externo mediante reguladores digitales proporcionados por el propio Estado y accesibles para todas las familias. También hay que incluir en la educación escolar el aprendizaje de la autorregulación y la contención ante el libre acceso a contenidos nocivos y de alto riesgo que muestran violencia, acoso, trato discriminatorio de personas de otras culturas, conductas sexistas y pornografía, entre otros,

con gravísimas repercusiones para el desarrollo a estas edades. En suma, en este módulo se va a ilustrar el modo de regular el uso de recursos digitales en el espacio educativo familiar; la relevancia de la práctica compartida y consensuada en la familia frente a la práctica aislada y espontánea; los beneficios y riesgos de los recursos digitales para el desarrollo y el aprendizaje escolar, incluido el aprendizaje colaborativo con los iguales; y el impacto positivo de estos recursos en las relaciones de la familia con el centro escolar.

## Módulo de continuidad del módulo 5

# Escuela y familia unidas en el uso educativo de las pantallas

### Objetivos del módulo

Las tecnologías de la información y la comunicación ya no son nuevas y, además, son tan populares que su uso ha quedado instalado en nuestros hogares. Su efecto invasivo ha ido acompañado de una mayor conciencia sobre la necesidad de que las familias ejerzan acciones para enseñar a regular su uso. Este módulo se inscribe en esta corriente de capacitación de las familias en el diseño y el desarrollo del espacio educativo digital en el hogar. Lo hace en un aspecto novedoso, que es sacar provecho de su alto poder potenciador del desarrollo y el aprendizaje de los niños y las niñas de estas edades, entre los 6 y los 12 años. Para ello, el contenido del módulo incluye, por un lado, el análisis del espacio educativo familiar, para potenciar los procesos de aprendizaje escolar individuales y colaborativos, y los procesos de colaboración con el centro escolar, y por otro lado, el estudio del modo de organización de dicho espacio digital y las características del espacio de ocio construido en familia, que tiene importantes repercusiones en la cohesión de la familia y su bienestar. Todo ello, pasando por el despertar de la conciencia de los niños y las niñas de estas edades para analizar el uso que dan a los dispositivos y recursos digitales, como protagonistas de esta decisión, y para aprender estrategias que regulen dicho uso, ya que son también parte integrante de la composición final de dicho escenario educativo familiar.

### **Competencias parentales**

- Capacidad de diseñar, regular y valorar el escenario educativo digital para potenciar los aprendizajes escolares, tanto individuales como colaborativos, y la colaboración con la escuela.
- Capacidad de diseñar, regular y valorar el escenario de ocio familiar con apoyo digital y evaluar su impacto en la comunicación, la cohesión y el bienestar de la familia.
- Capacidad para facilitar y liderar procesos de negociación y construcción de consensos familiares en torno al uso de los recursos digitales.

### **Competencias de los hijos e hijas**

- Capacidad para desarrollar una conciencia crítica sobre el uso que hacen de las tecnologías digitales en el hogar, comprendiendo y valorando su impacto en su desarrollo personal, académico y social, en el ocio y en el bienestar de la familia.
- Capacidad para regular de manera autónoma y responsable el uso de las tecnologías digitales, respetando los acuerdos familiares en el hogar.
- Capacidad para participar activamente en procesos de negociación y construcción de consensos dentro del entorno familiar, relacionados con el uso de recursos digitales.

### **Sesión para padres y madres**

#### ***Aprender y relacionarnos en casa***

- Actividad 1. Aprender en casa
- Actividad 2. Nuevas formas de relacionarnos

### **Sesión para hijos e hijas**

#### ***Descubrir mi lugar en el espacio digital***

- Actividad 1. Mi reloj digital
- Actividad 2. ¿Mi reloj funciona bien?

### **Sesión para familias**

#### ***Vivir en familia en el espacio digital***

- Actividad 1. Acordamos nuestro plan digital familiar
- Actividad 2. Nos divertimos con el ocio digital en familia



# Sesión para padres y madres

**Somos cada vez más conscientes** de que pasamos media vida desconectados de nuestro alrededor y entre pantallas. También nos vamos informando, a través de los medios de comunicación y de las redes sociales, sobre los numerosos peligros que conlleva este entorno digital tanto para nosotros, como personas adultas, como sobre todo para nuestros hijos e hijas. Sin embargo, es probable que nos haya llegado mucha menos información sobre cómo podemos diseñar y supervisar espacios digitales en nuestro hogar que sean positivos y respetuosos con el desarrollo y el aprendizaje escolar de nuestros hijos e hijas. Ese debe ser un propósito clave para nuestra tarea educativa como madres, padres o figuras parentales a cargo. Por ello es necesario que hagamos un esfuerzo para mejorar nuestras *competencias en el espacio digital basadas en el conjunto de capacidades, habilidades, actitudes y valores que permiten realizar de modo adecuado la tarea educativa en dicho espacio*. En esta sesión aprenderemos a fomentar la gestión y apropiación positiva de las tecnologías digitales en el espacio educativo familiar con tres tipos de actuaciones, que nos van a permitir: a) proporcionar el apoyo digital adecuado a las tareas escolares en el hogar; b) mejorar las relaciones sociales entre compañeros y compañeras de nuestro hijo o hija, así como el aprendizaje colaborativo; y c) mejorar la colaboración y la participación con el centro escolar por medios digitales, todo ello teniendo en cuenta nuestra propia realidad y nuestras necesidades.



# Sesión

## Aprender y relacionarnos en casa

### Objetivos

- Objetivo 1. Fomentar el desarrollo de competencias parentales para el diseño y la regulación del espacio digital en casa, de modo que sea lo más adecuado posible para apoyar el proceso de desarrollo y aprendizaje escolar.
- Objetivo 2. Adquirir competencias parentales para regular el uso de recursos digitales en las relaciones sociales, en el aprendizaje cooperativo entre compañeros del hijo o hija y en la colaboración de los padres y madres con el centro escolar.

### Contenidos

- Contenido 1. Las competencias parentales en la regulación del espacio digital de los hijos e hijas en el desarrollo y el apoyo del aprendizaje escolar.
- Contenido 2. Las competencias parentales en el uso educativo de recursos digitales para las relaciones sociales, el aprendizaje colaborativo y el fomento de la colaboración entre familia y escuela.

### Actividades

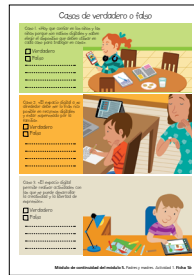
- Actividad 1. Aprender en casa
- Actividad 2. Nuevas formas de relacionarnos

### Materiales

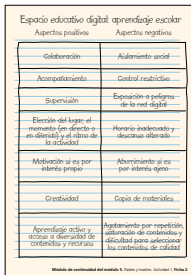
- Ficha 1a. Casos de verdadero o falso, para la persona dinamizadora (actividad 1)
- Ficha 1b. Casos de verdadero o falso, para los padres y las madres (actividad 1)
- Ficha 2. Espacio educativo digital: aprendizaje escolar (actividad 1)
- *Roll-up* o pizarra digital (actividad 2)
- Ficha 3. Nuevas formas de relacionarse con compañeros y compañeras (actividad 2)
- Ficha 4. Nuevas formas de relacionarnos con el centro escolar (actividad 2)



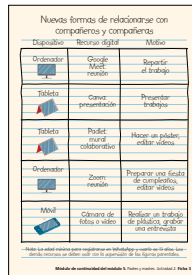
Ficha 1a. Casos de verdadero o falso, para la persona dinamizadora (actividad 1)



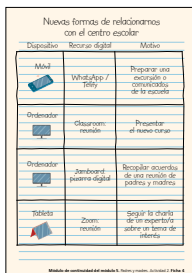
Ficha 1b. Casos de verdadero o falso, para los padres y las madres (actividad 1)



Ficha 2. Espacio educativo digital: aprendizaje escolar (actividad 1)



Ficha 3. Nuevas formas de relacionarse con compañeros y compañeras (actividad 2)



Ficha 4. Nuevas formas de relacionarnos con el centro escolar (actividad 2)

## Desarrollo de la sesión

En esta primera sesión se pretende que los padres y las madres adquieran competencias parentales para que tomen conciencia de que regular el espacio educativo digital en casa es clave para favorecer los procesos de aprendizaje escolar de su hijo o hija, así como para facilitar los espacios de colaboración con sus iguales. Todo ello teniendo en cuenta que es un espacio que debe adaptarse a la edad y al ritmo de aprendizaje del hijo o hija. Asimismo, los padres y las madres deben reflexionar sobre la calidad de su espacio de colaboración y participación con la escuela, que tiene también un alto valor para el desarrollo y el bienestar personal y social de los hijos e hijas, partiendo de la reflexión del propio modelo de colaboración que tienen con su centro escolar.

### Actividad 1

#### Aprender en casa

Estudio de casos y dinámica de verdadero o falso

30 minutos

Objetivo 1

Contenido 1

#### a. Introducción

Actualmente vivimos en la sociedad de la información y de la comunicación, en la que muchos procesos se han trasladado al espacio digital. En dicho espacio creamos nuestra identidad digital, realizamos procesos administrativos, operamos con el banco, compramos, tenemos presencia en redes sociales, etc. Nuestros hijos e hijas también están creando una identidad digital en el contexto educativo, social o familiar. Por ello es fundamental que los padres y las madres desarrollemos competencias para diseñar y regular el uso del espacio educativo digital por parte de los hijos e hijas de modo que se convierta en un espacio con un alto potencial educativo y que contribuya a su aprendizaje escolar.

#### b. Desarrollo

Se introducirá la actividad explicando a las personas participantes que la regulación del uso de las tecnologías digitales en el ámbito familiar va más allá de evitar los peligros o riesgos que dicho uso puede conllevar. En este caso se trata de descubrirles una faceta



positiva del espacio digital: su gran potencial educativo para apoyar el aprendizaje escolar en casa. Para ello hay que recordar que, hace años, el conocimiento escolar se consultaba principalmente en libros que se encontraban en casa, en la escuela o bien en las bibliotecas. Sin embargo, el espacio digital ha abierto en la actualidad un mundo de posibilidades que democratiza el acceso al conocimiento de forma fácil y rápida, por lo que resulta imprescindible que los padres y las madres ayuden a sus hijos e hijas a gestionar su uso de forma adecuada. Para ello, el objetivo de la actividad es propiciar que las personas participantes analicen y reflexionen sobre cuáles deben ser las propiedades de ese espacio digital para que cumpla las funciones que propicien un aprovechamiento de los recursos digitales y sobre cuáles son las características de dicho espacio que no favorecen su calidad.

A continuación, se mostrará la ficha 1a (pp. 22-23), «Casos de verdadero o falso» (para la persona dinamizadora), y se explicará a los padres y las madres que se van a proyectar una serie de seis casos. Para cada uno de ellos se leerá un mensaje con una afirmación y se les preguntará si les parece verdadera o falsa; también se les pedirá que justifiquen su respuesta. En la ficha 1b (pp. 24-25), «Casos de verdadero o falso» (para los padres y las madres), podrán marcar si el mensaje que acompaña a la ilustración es verdadero o falso, y podrán dejar escritas las razones de su respuesta. Los seis casos muestran diferentes tipos de espacios educativos digitales, y se presentan junto a las afirmaciones verdaderas y falsas de manera alterna. Las afirmaciones que acompañan los casos, junto con sus soluciones, son las siguientes:

#### **Caso 1.**

«Hay que confiar en los niños y las niñas porque son nativos digitales y saben elegir el dispositivo que deben utilizar en cada caso para trabajar en casa» (falso).

#### **Caso 2.**

«El espacio digital a su alrededor debe ser lo más rico posible en recursos digitales y estar supervisado por la familia» (falso).

#### **Caso 3.**

«El espacio digital permite realizar actividades con las que se puede desarrollar la creatividad y la libertad de expresión» (verdadero).

#### **Caso 4.**

«El uso del espacio digital debe adaptarse a la edad y a las necesidades educativas e ir acompañado» (verdadero).

### **Caso 5.**

«Los hijos y las hijas deben estar acompañados, guiados y supervisados en el acceso y el uso del espacio digital» (verdadero).

### **Caso 6.**

«El uso de un recurso digital para trabajar está justificado, no importa el tiempo y no tiene por qué perturbar el sueño o dar insomnio» (falso).

Se irán proyectando los casos para que las personas participantes los analicen junto con el mensaje que contienen, anoten si son verdaderos o falsos y justifiquen brevemente las razones de su decisión; todo ello, de forma individual en la ficha 1b (pp. 24-25). Si alguna persona tiene dificultades para escribir, la actividad se puede adaptar abriendo un debate oral después de cada ilustración. Al finalizar, se debe generar un debate grupal que permita discutir la validez de los enunciados (verdadero o falso) conectando con las reflexiones individuales que hayan surgido a partir de cada ilustración. Para ello, las preguntas irán encaminadas a ir viendo las coincidencias en las respuestas de verdadero y falso, así como en las justificaciones. Se ha de tener presente el tiempo que se dedique al debate y a las reflexiones, para que el grupo pueda discutir los casos de manera ordenada.

A continuación, se podrá presentar la ficha 2 (p. 26), «Espacio educativo digital: aprendizaje escolar», que contiene un resumen de la actividad, con el fin de ir comentando paso a paso los aspectos positivos del espacio educativo digital, como la colaboración, el acompañamiento, la motivación, la elección del lugar, el momento y los ritmos de la actividad, la supervisión, la creatividad y el aprendizaje activo. También se abordarán los aspectos negativos, como el aislamiento social, el control restrictivo, la exposición a peligros en la red, los horarios inadecuados, la alteración del descanso, el aburrimiento, el plagio, el agotamiento o la saturación. Durante este análisis, se tendrán en cuenta las aportaciones de las personas participantes.

### **c. Conclusión**

Como conclusión, se destacará la importancia de dar al espacio digital un uso positivo, constructivo y educativo que promueva el desarrollo y el proceso de aprendizaje de los hijos e hijas, cuidando nuestro papel en ese proceso, ya que de ello depende la calidad educativa de ese espacio digital.

En este espacio educativo para el aprendizaje escolar, es importante que el *padre y la madre estén presentes* no solo de forma física, sino también en el entorno digital, asumiendo un papel proactivo y ofreciendo un modelo de conducta positivo en el uso de internet y las redes sociales.



Asimismo, es necesario gestionar de manera proactiva el espacio digital y *adaptar su uso a la edad, al ritmo de aprendizaje y a las necesidades del contexto educativo, social y familiar.*

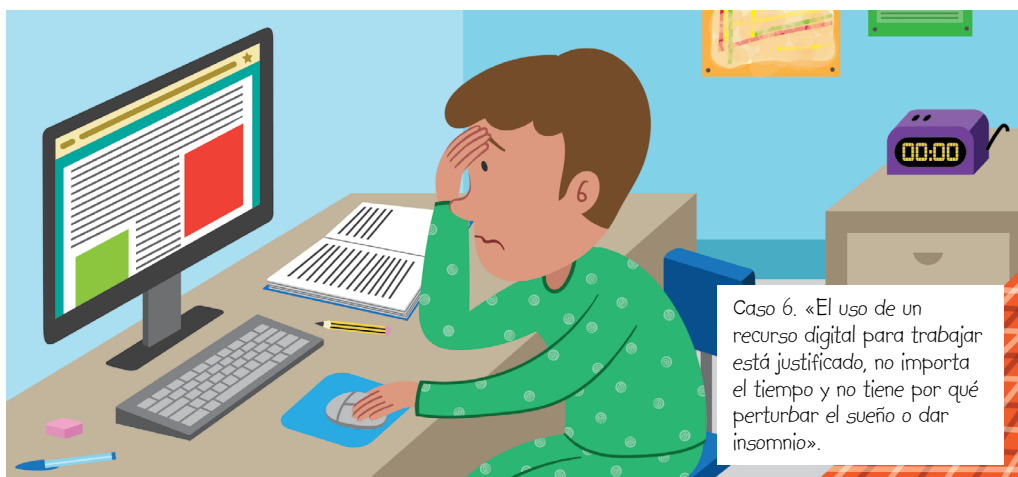
Por último, el espacio *debe estar regulado con pautas, límites y normas claras que aseguren su buen uso* en ese contexto del aprendizaje escolar en casa, evitando la sobreexposición a las pantallas, aunque sea para tareas escolares, y potenciando un equilibrio saludable con la actividad física y las relaciones sociales presenciales. Es importante prestar atención al *lugar* donde los hijos e hijas utilizan estos medios: si es en espacios comunes, como el comedor o la sala de estar, el espacio es abierto y facilita la supervisión; sin embargo, si lo hacen en la habitación, se presta más a la exploración en solitario y sin control.

Finalmente, esperamos que las personas participantes hayan encontrado respuesta a estas preguntas: ¿El espacio digital puede contribuir al desarrollo y la educación de los hijos e hijas? ¿Cuál es el papel de los padres y las madres para potenciar el valor educativo de este espacio digital? Estas reflexiones son fundamentales para que los hijos y las hijas desarrollen competencias que les permitan tomar decisiones adecuadas y tener actitudes y conductas responsables en el uso del espacio digital, así como para promover un uso efectivo de recursos digitales en los procesos de aprendizaje escolar.

# Casos de verdadero o falso



# Casos de verdadero o falso



# Casos de verdadero o falso

Caso 1. «Hay que confiar en los niños y las niñas porque son nativos digitales y saben elegir el dispositivo que deben utilizar en cada caso para trabajar en casa».

Verdadero

Falso

.....  
.....  
.....  
.....



Caso 2. «El espacio digital a su alrededor debe ser lo más rico posible en recursos digitales y estar supervisado por la familia».

Verdadero

Falso

.....  
.....  
.....  
.....



Caso 3. «El espacio digital permite realizar actividades con las que se puede desarrollar la creatividad y la libertad de expresión».

Verdadero

Falso

.....  
.....  
.....  
.....



# Casos de verdadero o falso

Caso 4. «El uso del espacio digital debe adaptarse a la edad y a las necesidades educativas e ir acompañado».

- Verdadero
- Falso

.....

.....

.....

.....



Caso 5. «Los hijos y las hijas deben estar acompañados, guiados y supervisados en el acceso y el uso del espacio digital».

- Verdadero
- Falso

.....

.....

.....

.....



Caso 6. «El uso de un recurso digital para trabajar está justificado, no importa el tiempo y no tiene por qué perturbar el sueño o dar insomnio».

- Verdadero
- Falso

.....

.....

.....

.....



# Espacio educativo digital: aprendizaje escolar

Aspectos positivos

Aspectos negativos

Colaboración	Aislamiento social
Acompañamiento	Control restrictivo
Supervisión	Exposición a peligros de la red digital
Elección del lugar, el momento (en directo o en diferido) y el ritmo de la actividad	Horario inadecuado y descanso alterado
Motivación si es por interés propio	Aburrimiento si es por interés ajeno
Creatividad	Copia de materiales
Aprendizaje activo y acceso a diversidad de contenidos y recursos	Agotamiento por repetición, saturación de contenidos y dificultad para seleccionar los contenidos de calidad



## Actividad 2

### Nuevas formas de relacionarnos

Discusión en grupo

30 minutos

Objetivo 2

Contenido 2

#### a. Introducción

Una de las grandes preocupaciones que ha traído el avance de la tecnología digital es que suponga desventajas para el desarrollo y los procesos de aprendizaje en la infancia y la adolescencia. En la actividad anterior hemos presentado aspectos positivos del espacio educativo digital que dan respuesta a esta preocupación al garantizar su contribución al aprendizaje escolar. Sin embargo, todavía no está muy claro de qué modo se puede superar el peligro potencial del aislamiento social que puede conllevar el uso inadecuado del espacio educativo digital en la familia. En esta actividad, la persona dinamizadora comentará que se van a tratar los beneficios del espacio educativo digital en dos esferas sociales con grandes repercusiones en el ámbito escolar: a) la esfera de las relaciones sociales entre los compañeros y compañeras del hijo o hija, y b) la colaboración de las familias con el centro educativo de sus hijos e hijas gracias a las nuevas formas de comunicación que nos ha proporcionado la tecnología digital. Según el tiempo que se vaya consumiendo se pueden dejar algunas opciones sin comentar o cubrir todas ellas en menor tiempo.

Usada adecuadamente, la tecnología digital puede ayudar a construir relaciones sociales mediante nuevas oportunidades con los videojuegos, las redes sociales, las aplicaciones móviles, etc. Son pasatiempos e intereses de los niños y las niñas, al igual que lo son los deportes, la lectura, las excursiones y otros entretenimientos presenciales que no deben desaparecer con el auge de lo digital. Más bien se deben complementar las actividades y el ocio en casa y fuera de ella con el uso de recursos tecnológicos de carácter educativo y de entretenimiento. Aquí vamos a ir más allá al explorar sus beneficios en las relaciones entre compañeros y compañeras en el centro escolar, conectadas tanto con el aprendizaje colaborativo como con otros ámbitos de relación social también claves en el desarrollo del compañerismo y la amistad. Asimismo, exploraremos los modos de reforzar la colaboración de la familia y el centro escolar, que muchas veces queda empobrecida y resulta poco efectiva cuando se basa únicamente en las relaciones presenciales en el centro y en los escasos eventos participativos.

## b. Desarrollo

Se introducirá la actividad planteando una propiedad muy importante que tienen las herramientas digitales eficaces: se pueden adaptar a las necesidades y preferencias de la persona usuaria. Las actividades pueden tener lugar de forma *sincrónica*, es decir, que se desarrollan en el momento; de manera *simultánea* con otros recursos, por ejemplo, videoconferencias en vivo con participación interactiva, chats programados, tutorías del profesor o profesora; o de forma *asincrónica*, es decir, en otro momento, cuando se trata de recursos que están grabados o que permanecen en la nube, para actividades como completar el trabajo asignado de forma independiente, ver una lista de vídeos disponibles o enviar una presentación para que se vea en otro momento. Muchas fuentes de información pueden usarse de forma asincrónica porque están disponibles en línea, como simulaciones, visitas de museos, bibliotecas y sitios históricos, u otras fuentes web que permiten encontrar cosas nuevas para aprender y para reforzar la curiosidad y el conocimiento experiencial.

A continuación, se plantea la actividad, que está encaminada a compartir experiencias de comunicación digital en el hogar que hayamos observado en nuestros hijos e hijas con sus compañeros y compañeras y amigos y amigas. La dinámica no será ir preguntando uno a uno, sino que se propone que las personas participantes puedan ir interviniendo según lo deseen para aportar información sobre el dispositivo que usa su hijo o hija, el recurso o herramienta digital que utiliza y el motivo de su uso. Estos son ejemplos para ilustrar algunas posibilidades, pero la idea es que se vaya apuntando en un *roll-up* o una pizarra digital lo que se vaya aportando. En la parte superior del *roll-up* se indicará «Nuevas formas de relacionarse con compañeros y compañeras» y se crearán tres columnas en las que se escribirá «Dispositivo» en la primera columna, «Recurso digital» en la segunda y «Motivo» en la tercera, tal como se muestra en la tabla de la ficha 3 (p. 32, para uso de la persona dinamizadora o para compartir al final). Inicialmente, se dejará sin rellenar el contenido de la tabla y, si estos ejemplos no salen espontáneamente, se aportarán después, con el fin de darles ideas. También se puede valorar el empleo de un recurso del tipo Mentimeter o aplicaciones similares, que tras el escaneo de un QR con un dispositivo móvil muestran una presentación visual de la participación de padres y madres. En este caso, se preguntaría primero por el dispositivo digital que usa el hijo o hija, luego por el recurso digital y, en último lugar, por el motivo. Para finalizar se mostrarán las respuestas dadas y se podrán añadir algunos ejemplos adicionales relacionados con cada uno de los dispositivos que aparecen en la tabla de la ficha 3 en el *roll-up*.

Las personas participantes valorarán el uso por parte de su hijo o hija de cada uno de los dispositivos y recursos digitales: escaso, poco útil o enriquecedor. Se hará lo mismo



con los motivos, y se reflexionará sobre cómo se podrían mejorar estos usos. Al hilo de lo que vaya saliendo se puede ir preguntando si los padres y las madres se perciben como competentes para ayudar a sus hijos e hijas, y lo mismo con la comunicación con la escuela, de modo que se pueda reflexionar sobre las áreas de mejora y las fortalezas.

El mismo ejercicio se llevará a cabo con la ficha 4 (p. 33, para uso de la persona dinamizadora, pero cuyo contenido puede también compartirse), relativa a las *formas de comunicación digital con el centro escolar*, como se muestra a continuación. Con el uso del *roll-up* se presentarán los encabezados de cada columna y se irán aportando formas de comunicación que las personas participantes están utilizando o que su centro les facilita; se dejará para después la aportación de alguno de los ejemplos que se mencionan en la ficha 4, si no han salido espontáneamente. En este caso dependerá mucho de lo estipulado por cada centro escolar, pero será interesante comprobar las posibles diferencias en los medios más usados para la comunicación, los beneficios que reportan y los aspectos en los que se puede mejorar. Según valore la persona dinamizadora, se puede volver a introducir la herramienta Mentimeter para recoger de forma sincrónica las aportaciones de los padres y madres utilizando su dispositivo móvil.

Los padres y las madres irán analizando los ejemplos que van saliendo de las propias personas participantes y las nuevas propuestas incluidas en la tabla en función de su posible viabilidad (de qué manera pueden llevarse a cabo en la escuela de su hijo o hija). También irán reflexionando sobre las mejoras que aportan de cara a la comunicación familia-escuela y sobre la participación de las familias en el centro escolar. Para ello se pueden plantear las siguientes preguntas: ¿Es necesario que se desarrolle esta iniciativa en la escuela con la participación de la familia? ¿Sería viable? ¿Qué beneficios aportaría? Se trata de dialogar sobre cuáles serían las condiciones que deberían darse, tanto por parte de la familia como por parte del propio centro, para que estas acciones se pudieran realizar en el centro escolar de sus hijos e hijas, y valorar en qué sentido servirían para mejorar la comunicación entre familias y escuela, así como la participación de las familias en el centro.


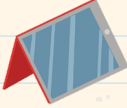
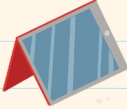


### **c. Conclusión**

Los últimos minutos estarán destinados a destacar los beneficios que ambos escenarios de comunicación digital reportan. El aprendizaje colaborativo del hijo o hija puede lograrse realizando con sus compañeros y compañeras actividades escolares tales como trabajos, proyectos, ensayos o incluso una galería de fotos que le permita compartir experiencias. También participando en debates y trabajando en grupos donde pueda intercambiar preguntas, comentarios y preocupaciones sobre la clase y hablar sobre cómo se siente como alumno o alumna. Su autoconcepto como escolar puede ir haciéndose

más completo al contar también con esta fuente de información externa para conocer y mejorar su identidad digital.




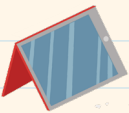
A su vez, los padres y las madres que están en contacto regular con la escuela y la comunidad escolar pueden apoyar mejor la educación de sus hijos e hijas. El centro escolar puede hacerles llegar informaciones y noticias importantes sobre las que las familias deben tener conocimiento. Se puede regularizar la comunicación con el profesorado, lo que incluso puede dar lugar a una comunicación informal y al apoyo formal personalizado mediante reuniones telemáticas en las que participen el profesor o profesora, el hijo o hija y los padres o madres o figuras responsables, para que conozcan mejor su progreso en las diferentes materias que está estudiando y su relación con los compañeros y compañeras de clase. Por último, el sentido de pertenencia a la comunidad educativa puede mejorar, pues al reforzarse la colaboración es también posible que se incremente la participación en la toma de decisiones y los eventos del centro. De este modo, la familia y la escuela pueden colaborar juntas para educar entre pantallas.

# Nuevas formas de relacionarse con compañeros y compañeras

Dispositivo	Recurso digital	Motivo
Ordenador 	Google Meet: reunión	Repartir el trabajo
Tableta 	Canva: presentación	Presentar trabajos
Tableta 	Padlet: mural colaborativo	Hacer un póster, editar vídeos
Ordenador 	Zoom: reunión	Preparar una fiesta de cumpleaños, editar vídeos
Móvil 	Cámara de fotos o vídeo	Realizar un trabajo de plástica, grabar una entrevista

Nota: La edad mínima para registrarse en WhatsApp y usarlo es 13 años. Los demás recursos se deben usar con la supervisión de las figuras parentales.

# Nuevas formas de relacionarnos con el centro escolar

Dispositivo	Recurso digital	Motivo
Móvil 	WhatsApp / Telify	Preparar una excursión o comunicados de la escuela
Ordenador 	Classroom: reunión	Presentar el nuevo curso
Ordenador 	Jamboard: pizarra digital	Recopilar acuerdos de una reunión de padres y madres
Tableta 	Zoom: reunión	Seguir la charla de un experto/a sobre un tema de interés







# Sesión para hijos e hijas

**En las últimas décadas**, el uso de internet y de los recursos digitales se ha convertido en parte de la vida cotidiana de niños y niñas. Sus experiencias con los recursos digitales han cambiado mucho: ya no solo ven vídeos, escuchan música o se relacionan con familiares y/o amigos, sino que también han incorporado el uso de juegos en línea, redes sociales, etc., con finalidades muy diversas. Las posibilidades de acceso son cada vez mayores, tanto en el tiempo como en el lugar de uso, y aumentan considerablemente a medida que son mayores.

En esta sesión se trabajan competencias relacionadas con la facultad de analizar el empleo de recursos digitales, sus posibles beneficios y riesgos, la capacidad de regular su uso y el papel esencial que tiene la familia en la adquisición de buenos hábitos al respecto desde la infancia.

El objetivo de esta sesión es que cada niño y niña sea capaz de identificar cuál es su situación real con respecto al empleo de recursos digitales, los beneficios y también los riesgos a los que se expone, y que busque alternativas que permitan un uso saludable.

# Sesión

## Descubrir mi lugar en el espacio digital

### Objetivos

- Objetivo 1. Compartir los recursos digitales que utilizan los niños y las niñas en su día a día, su finalidad y la forma de uso.
- Objetivo 2. Identificar señales de beneficios y riesgos en el empleo de recursos digitales.

### Contenidos

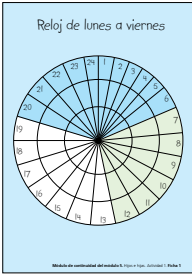
- Contenido 1. Recursos digitales, momento de uso de los recursos y acompañamiento en su empleo.
- Contenido 2. Señales de riesgos y beneficios de los recursos digitales.

### Actividades

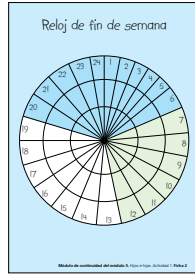
- Actividad 1. Mi reloj digital
- Actividad 2. ¿Mi reloj funciona bien?

### Materiales

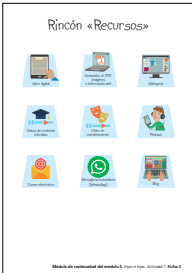
- Etiquetas
- Pegamento
- Pizarra o cartulina
- Ficha 1. Reloj de lunes a viernes (actividad 1)
- Ficha 2. Reloj de fin de semana (actividad 1)
- Ficha 3. Rincón «Recursos» (actividad 1)
- Ficha 4. Rincón «Motivo de uso» (actividad 1)
- Ficha 5. Rincón «Con quién» (actividad 1)
- Ficha 6. Beneficios de los recursos digitales (actividad 2)
- Ficha 7. Riesgos de los recursos digitales (actividad 2)



Ficha 1. Reloj de lunes a viernes (actividad 1)



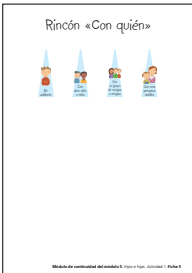
Ficha 2. Reloj de fin de semana (actividad 1)



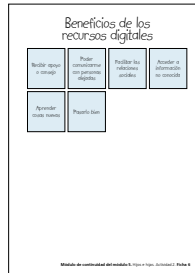
Ficha 3. Rincón «Recursos» (actividad 1)



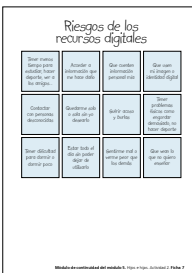
Ficha 4. Rincón «Motivo de uso» (actividad 1)



Ficha 5. Rincón «Con quién» (actividad 1)



Ficha 6. Beneficios de los recursos digitales (actividad 2)



Ficha 7. Riesgos de los recursos digitales (actividad 2)

## Desarrollo de la sesión

En esta sesión se pretende que los niños y las niñas identifiquen la exposición que tienen a los diferentes recursos digitales y el uso diario que les dan, y que reflexionen sobre los posibles beneficios y riesgos que pueden conllevar y cómo contrarrestarlos con el buen uso.

### Actividad 1 Mi reloj digital

Historia y etiquetas

30 minutos

Objetivo 1

Contenido 1

#### a. Introducción

A diario vemos, cada vez con mayor frecuencia, que las personas buscan contenidos mediante las herramientas digitales en casa, en la escuela, en la calle, etc. Cualquier recurso digital tiene gran influencia en nuestro día a día y a veces ni nos damos cuenta de ello. Por eso es tan importante que hagamos un esfuerzo para identificarlos y recordarlos, y así conocer el uso real que damos a los diferentes recursos digitales.

#### b. Desarrollo

Se introduce a los niños y las niñas en la actividad a través de la siguiente historia:

*Noa se levanta temprano para ir a su escuela, desayuna, se asea, se viste y, sin saber cómo, al mirar el reloj se le ha hecho tarde. «¿Cómo es posible?», se pregunta. Pero es que mientras desayunaba aprovechó para coger el móvil de su madre y echar un vistazo, pasó por el salón y le llamó la atención algo que miraba su padre en la televisión... Parecía que no había hecho nada, pero el día corría y corría sin que se diese cuenta.*

Una vez introducida la historia, se pregunta a los participantes si alguna vez les ha ocurrido lo mismo que a Noa, si se les ha ido el tiempo sin darse cuenta cuando utilizaban algún recurso digital. Con esta reflexión se pretende que niños y niñas tomen conciencia de que utilizamos los recursos digitales mucho más de lo que creemos e incluso, en ocasiones, sin que seamos conscientes de ello.



Acto seguido se les explica que en la sesión se va a analizar cuál es su uso de recursos digitales a diario, tanto en los días de clase como en los fines de semana. Para ello, cada participante dispondrá de un gráfico con el título «Reloj de lunes a viernes» (ficha 1, p. 41) y otro con el título «Reloj de fin de semana» (ficha 2, p. 42). Esos relojes contienen las 24 horas del día señalizadas con colores diferentes: la mañana, en verde; la tarde, en blanco, y la noche, en azul. El tamaño del reloj debe permitir la colocación de las fichas; se puede imprimir en un DIN A4, pero mejor si es un DIN A3.

Además, la persona dinamizadora previamente habrá dispuesto conjuntos de diferentes etiquetas en varios rincones de la sala:

1. Rincón «Recursos» (ficha 3, pp. 43-44), con etiquetas que representen en imágenes distintos recursos, por ejemplo, series y películas, blogs, juegos, videollamadas, redes sociales...
2. Rincón «Motivo de uso» (ficha 4, p. 45), con etiquetas que representen para qué se utilizan los recursos, con qué objetivo, como por ejemplo buscar información, divertirse, encontrar un consejo, comunicarse, etc.
3. Rincón «Con quién» (ficha 5, p. 46), con diferentes etiquetas que indiquen si la actividad se realiza en solitario o en compañía de otras personas, como otro niño o niña, una persona adulta o un grupo.

En primer lugar, se pide a los niños y niñas participantes que se acerquen al rincón «Recursos» y se les explica que en él encontrarán diferentes recursos digitales que pueden utilizar. Deben elegir solo los recursos digitales que más utilizan en un día normal de sus vidas, en cualquier momento y lugar. Al volver a la mesa deben pegar ese recurso en el horario en el que lo utilizan (en la parte más externa de la circunferencia del reloj). Si lo usan en más de una hora deben pegar el mismo recurso en todas las casillas que corresponda. Para que esto sea posible, en los diferentes rincones debe haber unas quince copias de cada elemento para cada uno de los participantes.

A continuación, deben dirigirse al rincón «Motivo de uso», donde encontrarán etiquetas con las diferentes funciones para las que usan los recursos seleccionados. Deberán elegir todos los motivos que tengan y colocarlos junto al recurso que corresponda, en la parte intermedia del reloj.

Por último, deben acercarse al rincón «Con quién», en el que seleccionarán las etiquetas que indican con qué compañía emplean el recurso para pegarlas en la parte más interna del reloj.

Todo este proceso deben realizarlo tanto para el «Reloj de lunes a viernes» como para el «Reloj de fin de semana».

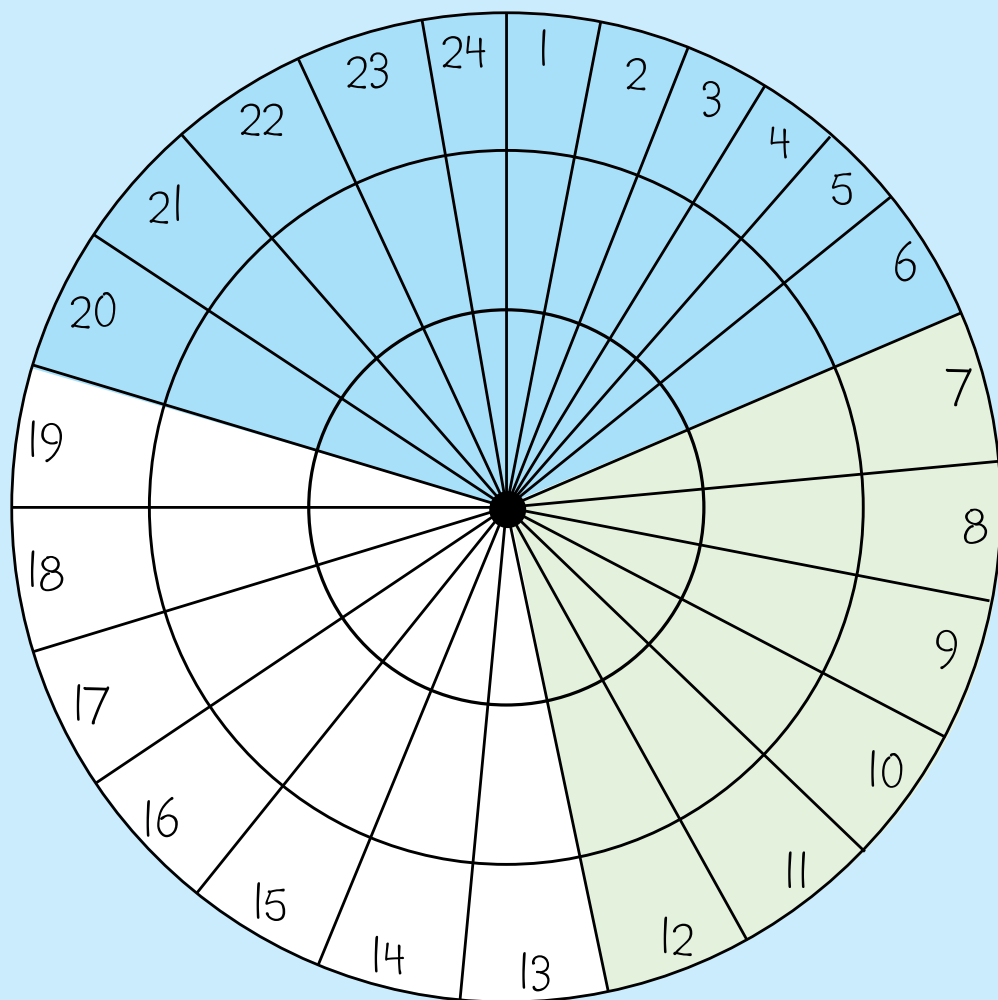
Una vez que han terminado de pegar la información de los tres rincones se pide a los niños y las niñas que respondan a las siguientes preguntas en gran grupo mientras exponen a los demás la información contenida en sus relojes:

- ¿Cuál es el recurso digital que más utilizo?
- ¿Para qué uso principalmente los recursos digitales?
- ¿Cuánto tiempo al día dedico al empleo de los recursos digitales?
- ¿Quién me suele acompañar más veces cuando utilizo los recursos?

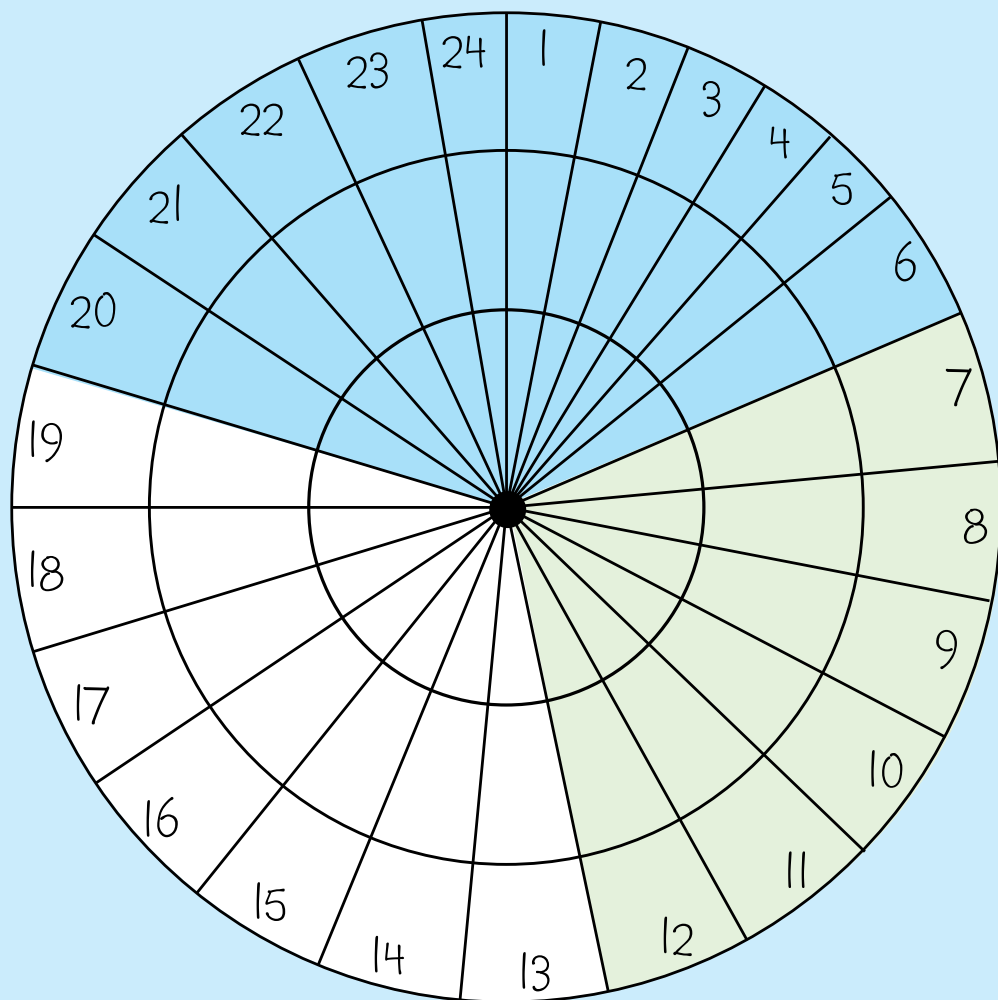
### **c. Conclusión**

Se concluye la actividad destacando el valor de reflexionar sobre el tiempo real de uso de los recursos digitales (que en la mayoría de los casos es mucho mayor de lo que pensábamos) e indicando a los niños y niñas participantes que estos recursos pueden quitar tiempo a otros aspectos de nuestra vida, como nuestras relaciones con la familia y con los amigos y amigas, o cansarnos y agotarnos, de modo que tenemos menos tiempo para otras actividades al aire libre o de descanso. Para que el empleo de recursos educativos sea saludable, todos los miembros de la familia deben utilizarlos de forma adecuada.

# Reloj de lunes a viernes



# Reloj de fin de semana



# Rincón «Recursos»



Libro digital



Contenidos en PDF,  
imágenes  
o información web



Webquest



Videos de contenido  
educativo



Vídeo de  
entretenimiento



Pódcast



Correo electrónico



Mensajería instantánea  
(WhatsApp)

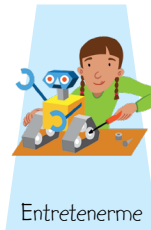


Blog

# Rincón «Recursos»



# Rincón «Motivo de uso»



# Rincón «Con quién»





## Actividad 2

### ¿Mi reloj funciona bien?

Lluvia de ideas, etiquetas y reflexión grupal

30 minutos

Objetivo 2

Contenido 2

#### a. Introducción

Los niños y las niñas aprenden de todo lo que los rodea y, por tanto, también de los recursos digitales, que pueden ejercer una gran influencia en sus vidas (relaciones sociales, visión de sí mismos, habilidades, rendimiento, etc.). Por ello es tan evidente la necesidad de identificar en qué les pueden beneficiar realmente y qué aspectos pueden suponer un riesgo para su desarrollo e incluso para su vida.

#### b. Desarrollo

Se comienza esta actividad pidiendo a los niños y las niñas que digan los beneficios que se les ocurren que puede traer la utilización de recursos digitales, a través de la pregunta «¿Qué beneficios y ventajas tiene para mí usar los recursos digitales?». Para ello habrá que contar con la lista «Beneficios de los recursos digitales» (ficha 6, p. 50) que se correspondan con las etiquetas que se utilizarán en la actividad y que se irán pegando en una pizarra o cartulina a medida que los participantes los vayan diciendo. En el caso de que surja algún beneficio que no esté contemplado en las etiquetas, es importante tener fichas en blanco para anotarlo en ellas e incorporarlas a la pizarra. Y en el caso de que los participantes no expongan todos los beneficios, se puede ir orientando la reflexión con preguntas o incluso proponer directamente algunos beneficios.

Una vez identificados todos los posibles beneficios habrá que realizar la misma tarea para los posibles riesgos que conlleva el empleo de los recursos digitales, para los cuales también se dispondrá de la lista «Riesgos de los recursos digitales» (ficha 7, p. 51) que se correspondan con las etiquetas, a través de la pregunta «¿La utilización de recursos digitales puede perjudicarme o hacerme daño de algún modo?». Se debe seguir el mismo procedimiento que el usado para los beneficios.

A continuación, se colocan las etiquetas que representan los beneficios y los riesgos en montones sobre la mesa (debe haber al menos dos copias de cada riesgo y de cada beneficio por participante) y se pide a cada participante que vuelva a mirar su reloj digital y seleccione como máximo dos riesgos y dos beneficios que considere que podría



tener el uso que da a cada uno de los recursos, considerando el tiempo que les dedica, el momento en que lo realiza, la finalidad con la que los utiliza y la compañía con la que lo hace. Deben pegar las etiquetas junto al recurso que tienen identificado en su reloj digital, en la parte exterior del mismo.

Una vez que todos los niños y niñas del grupo han identificado los posibles riesgos y beneficios en sus relojes «de entre semana» y «de fin de semana», se realizará una reflexión grupal a través de las siguientes preguntas:

- ¿Qué recurso habéis considerado que es más beneficioso? ¿Por qué?
- ¿Qué recurso habéis considerado que puede entrañar más riesgos? ¿Por qué?
- ¿Es el propio recurso el que es beneficioso o supone un riesgo, o ese riesgo tiene más que ver con la forma o el momento en que usamos el recurso?

La persona dinamizadora debe reflejar y sintetizar las aportaciones de todos los niños y las niñas enfatizando el aspecto del empleo del recurso que realmente puede conllevar un beneficio o un riesgo (la finalidad, el momento, la duración, la compañía, etc.).

### **c. Conclusión**

Se concluye la actividad subrayando que los recursos en sí mismos no son buenos ni malos, sino que es el uso que les damos (el momento, la duración, la compañía) el que va a determinar si son beneficiosos o si pueden llegar a ser perjudiciales para nosotros. Y que la mejor forma de evitar los riesgos asociados a la utilización de un recurso es hacerlo en compañía o seguir los consejos de una persona adulta que pueda servirnos de guía y orientación.

# Beneficios de los recursos digitales

Recibir apoyo  
o consejo

Poder  
comunicarme  
con personas  
alejadas

Facilitar las  
relaciones  
sociales

Acceder a  
información  
no conocida

Aprender  
cosas nuevas

Pasarlo bien

# Riesgos de los recursos digitales

Tener menos tiempo para estudiar, hacer deporte, ver a los amigos...

Acceder a información que me hace daño

Que cuenten información personal mía

Que usen mi imagen o identidad digital

Contactar con personas desconocidas

Quedarme solo o sola sin yo desearlo

Sufrir acoso y burlas

Tener problemas físicos como engordar demasiado, no hacer deporte

Tener dificultad para dormir o dormir poco

Estar todo el día sin poder dejar de utilizarlo

Sentirme mal o verme peor que los demás

Que vean lo que no quiero enseñar

# Sesión para familias

**Actualmente, las tecnologías digitales** se han integrado con tanta naturalidad en nuestra rutina diaria que se han convertido en parte esencial de nuestro estilo de vida. Este fenómeno se manifiesta de forma automática en diversos ámbitos, pues facilita la realización de tareas académicas y laborales, influye en nuestras relaciones personales y enriquece nuestras experiencias de ocio digital. La reflexión sobre este comportamiento nos brinda la oportunidad de tomar conciencia de nuestro entorno digital, estudiar sus impactos y reconocer las consecuencias derivadas del uso de las tecnologías.

Esta sesión nos invita a analizar los dispositivos y servicios digitales presentes en nuestro hogar, a reflexionar sobre su empleo y a comprender su impacto en la esfera personal y familiar. A partir de ese reconocimiento, el objetivo principal es elaborar un plan digital familiar que nos ayude a decidir de qué manera queremos que la tecnología digital forme parte de nuestra vida cotidiana. Esto implica establecer reglas consensuadas que garanticen un uso seguro y enriquecedor de los recursos digitales.

Además, sabiendo que nuestros hijos e hijas usan principalmente dispositivos y recursos digitales para entretenerse, exploraremos juntos actividades de ocio digital de manera segura y responsable. Este tiempo compartido no solo proporcionará momentos divertidos, sino que también fortalecerá los lazos familiares.



# Sesión

## Vivir en familia en el espacio digital

### Objetivos

- Objetivo 1. Tomar conciencia, a partir del reconocimiento de los dispositivos y recursos digitales presentes en nuestro hogar, de la importancia de acordar un plan digital familiar que promueva un uso equilibrado y saludable de los mismos para lograr que tengan un impacto positivo en nuestra vida personal y familiar.
- Objetivo 2. Explorar y descubrir nuevas maneras de disfrutar en familia mediante actividades de ocio digital que promuevan la cohesión y el bienestar familiar.

### Contenidos

- Contenido 1. Plan digital familiar a partir del reconocimiento de la presencia de los recursos digitales en el hogar y de su repercusión en la vida personal y familiar.
- Contenido 2. Actividades de ocio digital en familia y su impacto positivo.

### Actividades

- Actividad 1. Acordamos nuestro plan digital familiar
- Actividad 2. Nos divertimos con el ocio digital en familia

### Materiales

- Tabletas
- Conexión a internet o MiFi (rúter portátil)
- Bolígrafos
- Folios en blanco y/o cartulinas
- Ficha 1. Evaluación de los dispositivos y servicios digitales en el hogar (actividad 1)
- Ficha 2a. Nuestro plan digital familiar, para las familias (actividad 1)
- Ficha 2b. Nuestro plan digital familiar, para las personas dinamizadoras (actividad 1)
- Recurso en línea: «Cree o actualice su plan familiar de uso de pantallas», de la American Academy of Pediatrics: <https://www.healthychildren.org/Spanish/fmp/Paginas/MediaPlan.aspx#/family> (actividad 1)
- Recurso en línea: «Plan digital familiar de la Asociación Española de Pediatría en colaboración con la Agencia Española de Protección de Datos», con numerosas recomendaciones para la elaboración del plan: <https://plandigitalfamiliar.aeped.es/> (actividad 1)
- Recurso en línea: Gartic Phone (juego del teléfono descompuesto): <https://garticphone.com/es/lobby> (actividad 2)



## Desarrollo de la sesión

Esta sesión proporciona un espacio dedicado a que las familias reflexionen sobre los dispositivos y servicios digitales presentes en sus hogares para explorar el modo en que los utilizan y comprender su impacto en la vida familiar. El objetivo principal es establecer un plan digital familiar que oriente a las familias en la reflexión sobre el papel que desean que la tecnología desempeñe en su hogar. Además, se busca que las familias se acerquen a las potencialidades y beneficios de las actividades de ocio digital en familia explorando y descubriendo nuevas experiencias en este ámbito. La sesión estará conducida por las dos personas dinamizadoras de las sesiones para padres y madres y para hijos e hijas.

### Actividad 1

## Acordamos nuestro plan digital familiar

Trabajo en pequeño y gran grupo

30 minutos

Objetivo 1

Contenido 1

#### a. Introducción

En los últimos años hemos incorporado una variedad creciente de dispositivos electrónicos a nuestros hogares, a veces sin plena conciencia de cómo impacta en nuestra vida el uso que les damos. Esta actividad permitirá identificar los dispositivos y servicios digitales presentes en nuestros hogares, explorar cómo los empleamos y evaluar su impacto en nuestras vidas personales y familiares. El propósito es generar una reflexión colectiva sobre la importancia de implementar un plan digital familiar para abordar posibles conflictos familiares derivados del uso de estos dispositivos y servicios digitales, y fomentar un uso consciente y equilibrado de la tecnología entre todos los miembros de la familia. Es esencial tener en cuenta que un plan digital familiar es un acuerdo consensuado por todos los miembros de la familia y diseñado para promover un uso equilibrado y saludable de la tecnología dentro del hogar.

#### b. Desarrollo

Esta actividad comenzará con una reflexión acerca de la abundancia en nuestros hogares de dispositivos y servicios digitales, los cuales desempeñan un papel crucial al facilitar diversas tareas y actividades como el trabajo, la educación y el ocio. Aunque estas tecnologías son



esenciales en nuestra vida diaria, a menudo las utilizamos de manera automática, sin ser plenamente conscientes de su impacto en nuestra vida personal y familiar.

Con el objetivo de tomar conciencia de nuestra relación con la tecnología digital y entender cómo afecta esa relación tanto a lo personal como a lo familiar, se proporciona a cada familia una copia de la ficha 1 (p. 59), titulada «Evaluación de los dispositivos y servicios digitales en el hogar». Se les pide que, en un plazo de 5 minutos, marquen en grupo con una X los dispositivos y servicios digitales presentes en su hogar e indiquen la cantidad en caso de tener más de uno. También se les animará a añadir aquellos dispositivos y servicios que posean y no estén recogidos en la ficha.

Una vez completada la lista, se invita a cada unidad familiar a que entre sus miembros compartan los siguientes aspectos durante otros 5 minutos:

- ¿Habéis experimentado conflictos relacionados con el uso de estos dispositivos en el hogar? En caso afirmativo, ¿cómo creéis que se podrían mitigar estos conflictos?
- ¿Consideráis importante establecer acuerdos para un uso óptimo y equitativo de estos dispositivos?

Esta breve reflexión en familia pretende fomentar el diálogo y la toma de decisiones conjuntas para establecer un plan digital familiar que promueva un uso consciente y equilibrado de la tecnología en el entorno familiar, sin la aspiración de resolver en este instante todos los conflictos. Así pues, a continuación, se anima a cada familia a crear su propio plan digital familiar. Se podrá realizar de dos maneras:

a) Para las familias que prefieran hacerlo de manera digital, se les ofrece el recurso en línea adaptado de la American Academy of Pediatrics:

<https://www.healthychildren.org/Spanish/fmp/Paginas/MediaPlan.aspx#/family>.

b) Para los que prefieran hacerlo de modo más personalizado, se les proporciona la ficha 2a (p. 60), titulada «Nuestro plan digital familiar», así como bolígrafos y folios o cartulinas.

En primer lugar, y teniendo en cuenta que el formato del enlace de la American Academy of Pediatrics y de la ficha 2 es bastante similar, se sugiere a todas las familias que asignen un nombre distintivo a su plan, como por ejemplo «Plan digital familiar de los Santana García». A continuación, siguiendo las instrucciones de la ficha 2a, se les anima a abordar una serie de aspectos que les ayuden a definir los objetivos y propósitos de su plan digital familiar: los dispositivos cuyo uso o acceso en el hogar está autorizado, las zonas y el tiempo de uso permitidos, así como los contenidos a los que se puede acceder y las actividades que se pueden realizar de forma individual y familiar. También se les

pide que se comprometan a revisar de manera periódica si el plan se está cumpliendo y a ajustarlo según las características y circunstancias de la familia. Todos los miembros de la familia deben mostrar su acuerdo firmando el plan. Además, se animará a las familias a agregar otros aspectos que consideren relevantes para la dinámica familiar y el uso seguro de la tecnología en el hogar.

Cuando cada familia haya acordado su propio plan digital, para finalizar la actividad se promoverá un debate en gran grupo mediante el planteamiento de las siguientes cuestiones:

- ¿Qué acuerdos habéis alcanzado como familia en la creación del plan digital familiar?
- ¿Ha sido necesario ajustar las normas específicamente para algún miembro de la familia?
- ¿Habéis establecido consecuencias en caso de incumplimiento de alguna norma?
- ¿Habéis experimentado dificultades para llegar a acuerdos en la creación del plan digital familiar? En caso afirmativo, ¿cuáles han sido los desafíos y cómo los habéis superado?

Tras el debate, las personas dinamizadoras resaltarán la importancia de que este plan sea flexible y sugerirán revisiones periódicas para adaptarlo a las cambiantes circunstancias familiares. Asimismo, recomendarán colocar el plan en un lugar visible en casa.

A continuación, se puede presentar el plan digital familiar de la ficha 2b (p. 61), donde aparecen instrucciones detalladas para completar las diversas secciones del plan. Este documento servirá como guía para que las personas dinamizadoras expliquen claramente el proceso de elaboración del plan. Asimismo, se invitará a las familias a ajustar la propuesta a sus propias necesidades y a personalizarla. Si lo desean, se les proporcionarán rotuladores, folios en blanco o cartulinas.





### **c. Conclusión**

Esta actividad facilita la toma de conciencia sobre los dispositivos y servicios digitales que tenemos en el hogar, así como sobre el uso que les damos y su impacto en nuestra vida personal y familiar. El objetivo es elaborar un plan digital familiar que mitigue posibles conflictos y solapamientos derivados de la presencia y el uso de dichos recursos, y que nos ayude a fomentar un uso positivo y responsable de las tecnologías digitales.

# Evaluación de los dispositivos y servicios digitales en el hogar

Instrucciones: Debe indicarse con una X si el dispositivo o servicio digital mencionado está presente en el hogar y especificar la cantidad en caso de poseer más de uno. También está la opción de añadir aquellos dispositivos y/o servicios que están presentes en el hogar, pero no están incluidos en la tabla proporcionada.

Presente en el hogar Cantidad ....

<p>Conexión a internet</p>  <p><input type="checkbox"/> ....</p>	<p>Teléfono inteligente («smartphone»)</p>  <p><input type="checkbox"/> ....</p>	<p>Ordenador portátil</p>  <p><input type="checkbox"/> ....</p>	<p>Ordenador de sobremesa</p>  <p><input type="checkbox"/> ....</p>
<p>Tableta</p>  <p><input type="checkbox"/> ....</p>	<p>Televisor inteligente («smart TV»)</p>  <p><input type="checkbox"/> ....</p>	<p>Consola de videojuegos</p>  <p><input type="checkbox"/> ....</p>	<p>Altavoces inteligentes</p>  <p><input type="checkbox"/> ....</p>
<p>Impresora</p>  <p><input type="checkbox"/> ....</p>	<p>Luces inteligentes</p>  <p><input type="checkbox"/> ....</p>	<p>Aspirador robotizado</p>  <p><input type="checkbox"/> ....</p>	<p>Otros (especificar)</p> <p>.....</p> <p><input type="checkbox"/> ....</p>
<p>Otros (especificar)</p> <p>.....</p> <p><input type="checkbox"/> ....</p>	<p>Otros (especificar)</p> <p>.....</p> <p><input type="checkbox"/> ....</p>	<p>Otros (especificar)</p> <p>.....</p> <p><input type="checkbox"/> ....</p>	<p>Otros (especificar)</p> <p>.....</p> <p><input type="checkbox"/> ....</p>

# Nuestro plan digital familiar

---

Objetivos y propósito:

---

---

---

Dispositivos autorizados:

---

---

---

Zonas de uso permitidas:

---

---

---

Tiempo de uso permitido:

---

---

---

Actividades y contenidos permitidos:

---

---

---

Revisión periódica:

---

---

---

Firmas:

---

---

---

# Nuestro plan digital familiar

---

## Objetivos y propósito:

- Definir claramente los objetivos del plan digital familiar. ¿Qué metas desean alcanzar como familia al establecer este plan?
- Establecer un propósito común para el uso de la tecnología en el hogar. ¿Cómo desean que la tecnología sea parte de su vida familiar?

## Dispositivos autorizados:

- Enumerar los dispositivos permitidos en el hogar. Incluir teléfonos, tabletas, ordenadores, consolas de videojuegos y otros dispositivos relevantes.
- Especificar cualquier restricción o limitación adicional respecto a los dispositivos autorizados.

## Zonas de uso permitidas:

- Identificar las áreas específicas del hogar donde estará permitido el uso de dispositivos electrónicos.
- Establecer normas sobre el uso de dispositivos en áreas comunes y privadas.

## Tiempo de uso permitido:

- Especificar las horas del día en que estará permitido el uso de dispositivos, tanto entre semana como los fines de semana.
- Establecer límites de tiempo diarios para el uso individual y familiar de la tecnología.

## Actividades y contenidos permitidos:

- Definir los tipos de contenido y actividades digitales permitidos de forma individual y familiar. Incluir juegos, aplicaciones y redes sociales, entre otros.
- Fomentar actividades familiares que promuevan la interacción y el aprendizaje conjunto.

## Revisión periódica:

- Establecer la frecuencia con la que se revisará y actualizará el plan digital familiar. Considerar posibles cambios en las necesidades familiares y en la tecnología disponible.
- Designar un momento regular para discutir y ajustar el plan según las experiencias y el crecimiento de la familia.

## Firmas:

- El plan digital familiar debe ser consensuado y aprobado por todos los miembros de la familia, que deben firmarlo como manifestación de su conformidad.

## Actividad 2

# Nos divertimos con el ocio digital en familia

Trabajo en pequeño y gran grupo

30 minutos

Objetivo 2

Contenido 2

### a. Introducción

Es ampliamente reconocido que los niños, niñas y adolescentes utilizan los recursos sobre todo para actividades de ocio digital individual. Este tipo de ocio, en especial cuando se comparte, no solo permite la generación de recuerdos compartidos, sino que también promueve la cohesión familiar, estimula la comunicación y en general contribuye a la satisfacción familiar. En los últimos años, cada vez más padres y madres se están animando a participar con el resto de la familia en actividades de esta índole, impulsados por dos motivos principales. Por un lado, buscan conocer las actividades que realizan sus hijos e hijas con los dispositivos digitales. Al compartir con ellos experiencias de ocio digital pueden supervisar su uso y mantenerse informados de su participación en el entorno virtual. Por otro lado, han percibido que esta es una actividad divertida que promueve el bienestar familiar. Por ello, la presente actividad tiene como objetivo impulsar la participación de los padres y las madres en actividades de ocio digital compartido con sus hijos e hijas, lo cual facilita un entendimiento más profundo de los recursos y promueve un enfoque positivo y constructivo de su uso.

### b. Desarrollo

Las personas dinamizadoras empiezan la actividad recordando a las personas participantes la importancia de dar un uso adecuado a los recursos para aprovechar sus beneficios y oportunidades, incluidas las actividades de ocio digital, que pueden tener además un carácter educativo. Con este fin propondrán a las familias jugar al Gartic Phone, un juego en línea que combina el clásico juego del teléfono descompuesto con la creatividad artística. Para ello podrán utilizar sus tabletas u otros dispositivos digitales a los que tengan acceso.

En primer lugar, se invitará a las personas participantes a acceder al enlace del juego en línea Gartic Phone (<https://garticphone.com/es/>) y se animará a quien ya conozca el juego a compartir su experiencia y a explicar cómo se juega al resto del grupo. Si nadie está familiarizado con el juego, las personas dinamizadoras se encargarán de explicar en detalle su funcionamiento y las reglas.



El Gartic Phone es una mezcla entre el Pictionary y el juego del teléfono descompuesto: un mensaje que va pasando de persona a persona se va distorsionando a medida que avanza hasta llegar a la última persona, quien debe descifrarlo y compararlo con el mensaje original. Sin embargo, este juego añade un componente adicional a la dinámica usual: además de frases o acciones, se integra el dibujo.

En el modo normal del juego, cada persona piensa una frase y la escribe. Puede ser cualquier cosa que se les ocurra. Estas frases se reparten al azar entre las demás personas participantes, que deben dibujarlas lo mejor posible. Posteriormente, al redistribuir los dibujos, la persona a quien le toque debe adivinar la frase original a partir del dibujo. Este proceso se lleva a cabo dentro de un límite de tiempo y en un número de rondas determinadas.

Además del modo normal, el Gartic Phone ofrece una variedad de modalidades adicionales: imitación, secreto, animación, rompehielos, puntuación, sándwich, entre otras. Es fundamental que las personas dinamizadoras, teniendo en cuenta el tiempo asignado a esta actividad, elijan una o dos modalidades que se ajusten bien a las características del grupo y animen a las personas participantes a explorar más modalidades en casa.

Una vez que todas las personas han comprendido cómo se juega, se pide a una voluntaria o voluntario que cree la sala de juego y que consensúe con el grupo la configuración de la misma, incluido el número de rondas y el tiempo.

La persona voluntaria crea la sala y comparte el código de acceso con las demás para que puedan unirse al juego. Con todas las personas participantes ya incluidas en la sala, se inicia la ronda presentando una palabra o frase a una de ellas.

Es importante tener en cuenta que, dado que el juego permite un máximo de 14 participantes, si el número es mayor se puede dividir el gran grupo en dos subgrupos. En tal caso se pedirá que haya dos personas voluntarias en lugar de una para crear dos salas diferentes.

Tras jugar durante unos minutos se dedican los últimos minutos a que las familias compartan impresiones, comenten las dificultades encontradas y discutan sobre cómo podrían incorporar juegos de este tipo a sus rutinas de ocio digital familiar. Algunas preguntas sugeridas para facilitar el debate podrían ser:

- ¿Cómo ha sido la experiencia de jugar al Gartic Phone? ¿Os habéis divertido?
- ¿Cómo podríais integrar de manera creativa este tipo de actividades en vuestra rutina de ocio digital familiar?
- ¿Ya conocíais esta actividad? ¿Qué otras actividades de ocio en familia conocéis y os gustan?

Para finalizar, se puede aprovechar esta última pregunta para registrar en un lugar visible todas las ideas, de manera que las familias se vayan con un listado de juegos que puedan usar (las personas dinamizadoras podrán hacer uso de la ficha 3 (p. 67), «Lluvia de ideas: actividades de ocio digital», para propiciar la lluvia de ideas).

Una vez concluida la puesta en común del listado de juegos de ocio digital, que contribuirá a ampliar y enriquecer los momentos de ocio compartidos en familia, las personas dinamizadoras, durante los siguientes minutos, introducirán la idea de utilizar los recursos digitales para planificar ciertas actividades de ocio en familia fuera de línea, que no requieren conexión a internet, y otras tradicionales, es decir, aquellas para las que no son necesarios los dispositivos o servicios digitales, como por ejemplo pasar el día en la playa o ir al campo. Es importante reconocer que la llegada de las TIC ha enriquecido nuestras opciones de entretenimiento y ha facilitado la planificación y selección de actividades familiares. De hecho, muchas familias recurren a internet para buscar ideas cuando planean actividades al aire libre. Además, en plataformas como TikTok, Facebook e Instagram cada vez es más común encontrar perfiles que muestran las diversas opciones de entretenimiento en nuestro municipio, incluidos conciertos, visitas a museos, actividades culturales y fiestas locales.

Conscientes de la importancia de la actividad física y la conexión con la naturaleza para nuestro bienestar y nuestra calidad de vida, las personas dinamizadoras propondrán a las familias que organicen una salida al aire libre. Entre las opciones se pueden contemplar actividades como el senderismo, el ciclismo, los paseos por parques naturales, las visitas a jardines botánicos, las excursiones a ríos locales, las acampadas, los picnics, etc.

Como se les habrá indicado previamente, la consigna para esta actividad implica utilizar las TIC para planificar ese día en familia. Para ello, las personas dinamizadoras proporcionan un ejemplo práctico sobre cómo emplear los recursos digitales para organizar un día de caminata, utilizando como referencia la ficha 4b (p. 69), titulada «Un día en familia al aire libre».

Siguiendo la ficha 4b, las personas dinamizadoras dicen: «Imaginaos que queréis organizar un día de caminata en familia. Para disfrutarlo plenamente sería interesante comenzar consultando el pronóstico del tiempo para evitar condiciones desfavorables. Se pueden utilizar sitios web como el de la Agencia Estatal de Meteorología AEMET (<https://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/municipios>), que proporciona una predicción para una zona específica con hasta 7 días de antelación. Esto os ayudará a seleccionar el día adecuado y a programar la ropa, el calzado y otros elementos que serán necesarios según las condiciones climáticas. Para decidir la ruta que queráis hacer es importante considerar las características de cada una de las personas que configuran el núcleo familiar, para adaptarse a sus posibilidades y garantizar que sea una actividad de disfrute para toda la familia. Para



ello podéis acceder a las páginas oficiales de la comunidad autónoma que planeáis visitar, ya que la sección de turismo suele contener información sobre rutas recomendadas. También hay sitios web como Wikiloc que proporcionan rutas y mapas de senderismo compartidos por otros usuarios con comentarios sobre sus experiencias. Esto ayuda a tomar decisiones sobre la ruta más adecuada, determinar la distancia, si es circular o no, el punto de partida y llegada, y el nivel de dificultad, entre otros aspectos. Para aprovechar la experiencia y aprender cosas nuevas es recomendable buscar información sobre el lugar que decidáis visitar, como la población, la flora y la fauna de la zona, y aspectos históricos interesantes como la historia de los antepasados de esa región o si el sendero que recorreréis fue utilizado con algún fin mercantil. También podéis considerar las opciones de hacer un picnic o de comer en un lugar conocido de la zona, para lo cual podéis buscar recomendaciones en páginas web como TripAdvisor (<https://www.tripadvisor.es/>), que facilitan la búsqueda de un restaurante con una buena relación calidad-precio.

Tras proporcionar esta breve orientación, las personas dinamizadoras distribuyen entre las familias la ficha 4a (p. 68), y también folios, cartulinas y rotuladores para que personalicen la propuesta según sus preferencias. En este caso, la idea es usar las TIC como herramienta para planificar y enriquecer las actividades de ocio familiares, ya sean tradicionales o fuera de línea. Por ello es importante dar libertad para que cada familia decida si usarán las TIC únicamente para planificar la actividad de forma previa (elemento que se trabaja en esta actividad) o si, una vez en la actividad, también será interesante el uso de las TIC para continuar «enriqueciéndola». Además, si así lo desean, pueden utilizar aplicaciones como Canva, PowerPoint o Word para darle un toque más creativo; asimismo, se les puede sugerir la posibilidad de incluir otros aspectos que consideren pertinentes según la actividad elegida, como por ejemplo dibujar la ruta que seguirán durante la caminata. Este tipo de opciones se contempla para grupos familiares con competencias en el uso de estas plataformas o para grupos donde los hijos e hijas sí que tienen dichas competencias, lo que permite que desarrollen un papel más activo en el diseño de la propuesta y muestren a sus padres y madres el uso y manejo de estas plataformas (fenómeno denominado *transmisión de tecnología ascendente*).

En caso de no finalizar durante la sesión, se les invitará a terminar en casa la planificación del día en familia al aire libre.

### c. Conclusión

Esta actividad pretende ser una oportunidad para que las familias conozcan las potencialidades de practicar actividades de ocio digital en familia, al mismo tiempo que fomenta el uso de recursos digitales en la planificación de actividades recreativas al aire libre.



# Lluvia de ideas: actividades de ocio digital

En caso de que las personas dinamizadoras lo consideren útil, pueden utilizar este listado como una lluvia de ideas para fomentar la participación de las familias y descubrir nuevas actividades de ocio digital.

1. *League of Legends*. Juego de estrategia en equipo que ofrece emocionantes batallas en línea.
2. *Among Us*. Juego para descubrir al impostor en un grupo de astronautas realizando tareas en una nave espacial.
3. *Roblox*. Plataforma que ofrece una amplia variedad de juegos creados por usuarios, desde simuladores hasta juegos de aventuras.
4. *Fortnite*. Popular juego de batalla real con modos creativos y eventos especiales.
5. *Gartic.io* y *Pinturillo*. Dos juegos de dibujo y adivinanzas en línea.
6. *UNO Online*. Versión en línea del clásico juego de cartas UNO.
7. *Fall Guys: Ultimate Knockout*. Competición caótica en línea con minijuegos divertidos y desafiantes.
8. *Minecraft Dungeons*. Versión de Minecraft centrada en la acción y la aventura en mazmorras.
9. *Brawlhalla*. Juego de lucha en plataformas con personajes variados y modos de juego emocionantes.
10. *QuizUp*. Desafíos de conocimientos generales en tiempo real contra jugadores de todo el mundo.
11. *PUBG Mobile*. Juego de disparos en línea en el que los jugadores luchan por ser los últimos en pie.
12. *Wizard101*. Juego en línea que combina elementos de rol y estrategia con magia y criaturas mágicas.
13. *Town of Salem*. Juego de misterio y estrategia donde los jugadores deben descubrir a los villanos en un pueblo.
14. *Spaceteam*. Juego caótico de cooperación donde los jugadores deben comunicarse para mantener en funcionamiento su nave espacial.
15. *Words With Friends 2*. Juego de palabras similar a Scrabble que permite competir en línea con amigos y familiares.
16. *Dead by Daylight*. Juego de horror asimétrico en el que un jugador controla al asesino y otros intentan escapar.
17. *GeoGuessr*. Para adivinar la ubicación de un lugar del mundo a través de imágenes de Google Street View.
18. *Drawful 2*. Juego de dibujo y adivinanzas donde la creatividad y el ingenio son claves.
19. *Worms W.M.D.* Batallas estratégicas entre equipos de gusanos armados con armas locas.
20. *Ludo King*. El clásico juego de mesa Ludo, ahora disponible en línea para disfrutar en familia.

# Un día en familia al aire libre

Pronóstico del tiempo:	
Equipo necesario:	
Elección de la ruta:	
Perfil y estado de la ruta:	
Historia e información del lugar:	
Otros aspectos de interés:	

# Un día en familia al aire libre

(Debe indicarse el lugar que se visitará o la actividad que se realizará)

Pronóstico del tiempo:	Consultar AEMET para ver el pronóstico del tiempo y anotar las condiciones climáticas.
Equipo necesario:	Hacer una lista del equipo necesario (ropa, calzado, agua).
Elección de la ruta:	Explorar Wikiloc u otras apps de senderismo para seleccionar una ruta adecuada.
Perfil y estado de la ruta:	Revisar los perfiles de elevación para conocer las variaciones de altitud durante la caminata, evaluar el grado de dificultad y tener en cuenta aspectos relevantes del trayecto. Esto incluye la identificación de puntos de interés en la ruta como miradores, arroyos o sitios históricos.
Historia e información del lugar:	Investigar en línea sobre la historia, flora, fauna y otros aspectos notables del lugar.
Otros aspectos de interés:	Compartir la ruta y el horario con alguien de confianza y asegurarse de tener señal para emergencias, respetar las normativas medioambientales, llevar una bolsa para recoger la basura generada, etc.





Tipos de papel utilizados en esta publicación.

Papel de la cubierta:

Vandia, cartulina gráfica FSC de 200 g

Papel interior:

Navigator, offset blanco FSC de 100 g







Puedes descargar  
los materiales de las  
actividades con este QR.

