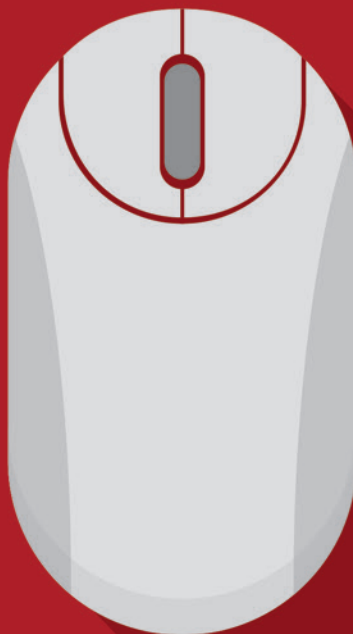




AJUNTAMENT DE VALÈNCIA
REGIDORIA DE SALUT I CONSUM RESPONSABLE

CLICKEANDO

Guía didáctica **para talleres**
de Primaria y Secundaria



**+ CONTENIDO
DESCARGABLE**

Presentación de diapositivas y material actualizado



UPCCA
VALENCIA



AJUNTAMENT DE VALÈNCIA

CLICKEANDO

Guía didáctica para talleres de Primaria y Secundaria



› **Taller de prevención**
para el buen uso de las Tecnologías de la
Información y la Comunicación (TIC)



AJUNTAMENT DE VALÈNCIA

REGIDORIA DE SALUT I CONSUM RESPONSABLE

Edita:

Unidad de Prevención Comunitaria en Conductas Adictivas (UPCCA-València)

Plan Municipal de Drogodependencias y otros Trastornos Adictivos (PMD)

Concejalía de Salud y Consumo Responsable

Ajuntament de València

Autores:

Rocío Benito Corchete
Trabajadora Social. Técnica del Área de Prevención Escolar del PMD-UPCCA València.

Armando Serrano Badía
Psicólogo. Técnico del Área de Prevención Escolar del PMD-UPCCA València.

Colaboradores:

Se agradece a todos y todas las Practicums de Psicología de la Universidad de Valencia, que han realizado sus prácticas en el Servicio de Drogodependencias, las aportaciones realizadas al taller Clickeando. Así como a técnicos/as de Audiovisuales y Diseño Gráfico.

Practicums Psicología

*Alberto Manero Villagrasa
Esteban Carbone Tagliamonte
Javi Mari Soler
Sebastián Barceló Guerrero
Raquel de la Paz Huescar*

*Raúl Palacios Romero
Alicia Monleón Carratalá
Cristina Guerola Gómez
Eduardo Bertomeu Galán
Óscar García Buelga
Héctor Herrero Parada
Carlos Manzana Lacueva
Christian Martín Gisbert
Belén Mira Carreras
Francisco Pastor Agustí
Lydia Ull Marco
Alicia Sanchis García
Javier Comes Fayos
Elena Beato Murcia
Pedro José García Montañés
Rocío Piris Llopis
Eva Sempere Ferrando
Francisco Javier Navarro Cuenca
Jessica López Ruiz
Ana Sempere Blanes
Ángel Asensio Cuevasanta
Alex Calvo Cubells
Rosa Mares Escrivá
Sandra Sebastià Llopis
Andrea Villanueva Sánchez
Juan Antonio Sastre López del Castillo
Ana Isabel Ponce Domínguez
Andrea Matoses Ferrando
Ángela Latorre Romero
Mar Tímor Sarrió
Sara Subirats Gauxachs
Cristina Lluch Sanz
Laura Calderón Miralles
Paula Mollá Blanch
Rebeca Biosca Padilla
Francisco José Molins Correa
Ainhoa Hernández Félix
Miriam Carcelén López
Ivan Albert Carlo
Hnazand Ghukasyan
Sonia Alandete Cortina
Estela Huertas Viudes
Mekyas Tessema Cardona
Cristian Mondejar Ros
Jonathan Sánchez Forner
Mirela Morata Macián*

*Noelia Moscardó Ureña
Marta Llorca Soler
Cecilia Córdón Moreno
Silvia Marín Felip
Rosa Guill Vidal*

Audiovisuales

*Diego Ramonde Martínez
Rubén Mantecón Gadea
Luz Bellod
Edita Bote Boabaila
Javier Cuenca Mellá
Alba Verdés Rubio
Joan Masià Candela
Andrea Estruch Ballester
Javier Juan Sendra
Pablo Nadal Catalá
Catalina Marambio Forte*

Diseño gráfico

*Paula García Moya
Sandra Roch Vallejo*

de esta edición:

Mireia M. Selma

ISBN: 978-84-9089-205-3
D.L.: V-2877-2019



**Descarga aquí
la Presentación
de Diapositivas
actualizada de los
talleres.**

Índice

Introducción	Tercer ciclo de Educación Primaria	Primer ciclo de Educación Secundaria Obligatoria	Anexo Cuestionario sobre el uso de las TIC
	1. Qué redes sociales utilizan pág.12	1. Qué redes sociales utilizan pág. 38	
	2. Ventajas de las tecnologías pág.13	2. Ventajas de las tecnologías pág. 39	
	3. Inconvenientes pág.14	3. Inconvenientes pág. 40	
	3. a. Físicos pág.14	3. a. Físicos pág. 41	
	3. b. Sociales pág.16	3. b. Sociales pág. 42	
	3. c. Tecnológicos pág.17	3. c. Tecnológicos pág. 44	
	4. Privacidad pág. 21	4. Privacidad pág. 46	
	5. Sexting pág. 22	5. Grooming pág. 47	
	6. Grooming pág. 22	6. Sexting pág. 48	
	7. Cyberbullying pág. 23	7. Cyberbullying pág. 48	
	8. Del uso al abuso pág. 31	8. Del uso al abuso pág. 54	
	8. a. Videojuegos pág. 33	8. a. Videojuegos pág. 57	
	9. Redes "K me cuentas" Cierre del Taller pág. 34	9. Redes "K me cuentas" Cierre del Taller pág. 58	
	9.a. Actividades para casa pág. 34	9.a. Actividades para casa pág. 58	
	9.b. Valoración Material Complementario pág. 35	9.b. Valoración Material Complementario pág. 59	
	9. Fuentes pág. 35	9. Fuentes pág. 62	

Leyenda gráfica

4 Ventajas de las Tecnologías

En este apartado haremos hincapié en la utilidad de las TIC como herramientas indispensables en la vida cotidiana, sin demonizarlas, ya que usadas correctamente tienen muchas utilidades.

Es recomendable preguntarles qué ventajas consideran que tienen las tecnologías, con lo que conseguimos que de entrada sepan que **Clickando** es un taller participativo, donde pueden expresar sus opiniones.

Una vez hecho esto se comentan las ventajas que no se hayan tratado durante sus aportaciones.

ANOTACIONES

5 Ventajas de las Tecnologías

En este apartado haremos hincapié en la utilidad de las TIC como herramientas indispensables en la vida cotidiana, sin demonizarlas, ya que usadas correctamente tienen muchas utilidades.

Es recomendable preguntarles qué ventajas consideran que tienen las tecnologías, con lo que conseguimos que de entrada sepan que **Clickando** es un taller participativo, donde pueden expresar sus opiniones.

Una vez hecho esto se comentan las ventajas que no se hayan tratado durante sus aportaciones.

6 Juego-Adivinanza

A modo de introducción sobre los inconvenientes de las tecnologías, se puede realizar este juego-advinanza preguntando cuánto tiempo pasan en cada situación:

- ¿Si vais al W.C. por lo general cuánto tiempo estáis?
- ¿Y si os lleváis el móvil?
- ¿Y si además hay Wifi?
- Por último, ¿Y si además de Wifi, tenéis cargador para el móvil...?

(En cada grupo de iconos se para la animación y se espera sus respuestas. A posteriori se pone el tiempo estimado).

¿Cuánto tiempo tardas en ir al W.C.?

Iconos: W.C., Móvil, Wifi, Cargador

• W.C. = 3 min
 • W.C. + Móvil = 15 min
 • W.C. + Móvil + Wifi = 30 min
 • W.C. + Móvil + Wifi + Cargador = 40 min

© 2014, FAMILIAS AL BARRIO - TALLER EDUCATIVO - PREVENCIÓN DE RIESGOS - FAMILIAS AL BARRIO



Tercer ciclo
de educación
primaria



Primer ciclo
de educación
secundaria
obligatoria

1

Título de la diapositiva.

2

Captura de la diapositiva de la
Presentación que corresponde con
la explicación e indicaciones que
aparecen en el lateral para su
desarrollo.

3

Indicaciones para impartir el taller
de cada diapositiva.

*En cursiva aparecerán los ejemplos
o las interacciones que la persona
que imparta el taller podrá usar.*

4

Número de explicación en la
Guía Didáctica e indicador de
módulo en el que estamos:

MÓD. 1

MÓD. 2

MÓD. 3

5

Número de diapositiva en la
Presentación del taller.

6

Espacios para **anotaciones** de la
persona que imparta el taller.



Enlace a **vídeo** en diapositiva.



IN TRO DUC CIÓN N

Clickeando es una actividad informativa y formativa que pretende profundizar en el uso que actualmente hacen niños, niñas y jóvenes de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) y en los posibles problemas derivados de la mala utilización de las mismas.

Este taller surge por la necesidad de proporcionar a las y los jóvenes información básica sobre la adecuada utilización de las Tecnologías, a la vez que se pretende desenmascarar los riesgos más comunes que pueden suceder por el uso inadecuado de las TIC. Trabajaremos estrategias para la reflexión y la acción, que ayuden en la toma de decisiones personales al respecto.

Esta guía que presentamos pretende facilitar la exposición de la Presentación de Diapositivas del taller **Clickeando**, aportando explicaciones y estrategias concretas que posibiliten una adecuada comprensión por parte del alumnado.

Este programa impulsado por el Ayuntamiento de Valencia recoge la experiencia acumulada a lo largo de diez cursos escolares por profesionales del Plan Municipal de Drogodependencias (PMD) y colaboradores/as (practicums de la Facultad de Psicología de Valencia). Sin duda, esta guía también recoge las aportaciones de los protagonistas del taller, es decir, los niños, niñas y jóvenes que han participado y que nos han marcado el camino a seguir, con sus dudas, experiencias, opiniones, etc.

El lenguaje empleado en esta guía didáctica es un lenguaje formal y enfocado a cualquier adulto que necesite realizar su lectura y comprensión, pero es imprescindible tener en cuenta que quienes impartan el taller deberán adaptar el lenguaje tanto a la edad como a las características de los interlocutores. Esto implica eliminar ciertos formalismos y expresiones y sustituirlos por las más pertinentes en cada caso. Para ayudar a esta labor, se introducen párrafos con explicaciones en un lenguaje coloquial y cercano al alumnado, siempre marcado mediante cursivas.

El tiempo mínimo para realizar este taller es de dos horas en una única sesión, sin embargo, si se desea profundizar más en la temática del mismo, sería recomendable ampliar el número de sesiones. Otra forma de aproximación al uso de este material, es trabajar de

manera independiente alguno o varios de los módulos recogidos en el mismo.

Este taller forma parte de un programa más amplio que incluye además del alumnado, a sus familias y al profesorado del Centro Educativo, de forma que todos manejen la misma información. Las personas responsables de la educación conocerán lo aprendido por el alumnado y confluirán en las formas de acercamiento a las TIC.

Por otro lado, este taller tiene una segunda parte que aborda esta temática de forma diferente, mediante la metodología de la Gamificación, que permite el refuerzo del aprendizaje de estos contenidos a través del juego. (Publicado en una monografía independiente).

La experiencia de **Clickeando** resulta muy positiva para el alumnado y sin duda enriquecedora para todos y todas las profesionales que tenemos la oportunidad de aprender con las aportaciones del alumnado.

Pequeños consejos que ayudan a que las sesiones fluyan:

- **Mente abierta.**
- Las anécdotas personales son una forma muy efectiva de captar la atención.
- Cuando el ambiente se revoluciona, el silencio ayuda más que alzar la voz.
- El espacio es nuestro mejor aliado, reorganicemos la clase para que juegue a nuestro favor.
- Ordenar claramente los turnos de palabras.
- Utilizar la paráfrasis.
- No decir nombres cuando se cuenten experiencias cercanas (privacidad).
- La Escucha Activa siempre ayuda.
- Aprender disfrutando.
- Respeto por la diversidad de opiniones.
- Conocer mejor al compañero/a de clase.

Clickeando, además de facilitar información, pretende que el alumnado durante el desarrollo de la actividad se encuentre reconocido y valorado, es decir, que el paso por este taller sea una experiencia positiva y enriquecedora, que se suma a la labor educativa del profesorado y acompaña a los y las estudiantes en su crecimiento personal.

Nuestro deseo es que este taller resulte útil y crezca con las aportaciones de todos aquellos/as que lo lleven a las aulas.

Tercer ciclo de educa- ción pri- maria

Inicio

¡Bienvenidos/as al taller **Clickeando**!

En la primera diapositiva nos presentaremos comentando la temática del taller y se les explica que vamos a hablar de una nueva adicción, las Tecnologías.

Se informa al alumnado, que la finalidad del mismo es aprender a usar las Tecnologías de forma responsable. A continuación se explica su duración y estructura (3 módulos).

También explicaremos aquí que **Clickeando** es un taller participativo. No obstante, sugerimos dos reglas que nos ayudarán a recoger las aportaciones que querrán hacer. En primer lugar, para hablar **pedirán el turno de palabra** levantando la mano. En segundo lugar, hay que explicar que a lo largo del taller es posible que surjan momentos en los que se quieran contar experiencias personales o de otros, especialmente en este último caso **no deben decir nombres**. Especificar que hacemos esto para respetar la intimidad de los demás.

Módulo 1

En este módulo se trabajan los siguientes temas:

- Redes Sociales que utilizan habitualmente.
- Ventajas de las Tecnologías.
- Inconvenientes de las TIC:
 - Físicos.
 - Sociales.
 - Tecnológicos.

QUÉ REDES SOCIALES UTILIZAN

Es importante conocer la realidad del alumnado en cuanto a las Redes Sociales que utilizan para interactuar y así, poder adaptar nuestro discurso a las situaciones concretas en cada momento.

Una vez contestan sobre las redes más habituales, se les pregunta si están usando alguna que no se haya nombrado. De esta manera pulsaremos la realidad de cada grupo.

¿Conocéis estos símbolos? ¿Quién usa Twitter, Instagram, Facebook, WhatsApp...?

En el caso de YouTube por ejemplo, se puede preguntar por los vídeos que ven, para establecer mayor cercanía y fomentar la participación. También se puede preguntar si alguien es *Youtuber* y si es así, que contenido sube.

1

D01
D02



2

D03



3

D04



VENTAJAS de las TECNOLOGÍAS



4

VENTAJAS DE LAS TECNOLOGÍAS

En este apartado haremos hincapié en la utilidad de las TIC como herramientas indispensables en la vida cotidiana, sin demonizarlas, ya que usadas correctamente tienen muchas utilidades.

Es recomendable preguntarles qué ventajas consideran que tienen las tecnologías, con lo que conseguimos que de entrada sepan que **Clickeando** es un taller participativo, donde pueden expresar sus opiniones.

Una vez hecho esto se comentan las ventajas que no se hayan tratado durante sus aportaciones.

5

Te entretienen y son divertidas

(esto será la introducción de las siguientes.)

VENTAJAS



- Te diviertes
- Tienes más información y contenido interesante
- Te facilita el contacto con familiares, amigos/as que están lejos
- Te ahorras tiempo en tus trabajos
- Si estás en una situación de emergencia más fácil pedir ayuda

D05

Tienes más información: se les recomienda que contrasten varias fuentes antes de admitir cualquier información como válida.

Ej.: Preguntarles si saben que Wikipedia puede editarla cualquier persona, por lo que no es una fuente del todo fiable. Si la utilizan deben contrastarla con otras fuentes o páginas.

Contacto con Familiares lejanos:

Ej.: Skype como aplicación para poder comunicarte.

Ahorro de tiempo en trabajos de clase: se puede comentar lo difícil que resultaba antes acceder a la información.

Situación de emergencia: decir que el 112 funciona aunque no tengas cobertura y que pueden compartir su ubicación en tiempo real (google maps, wikiloc...) para que sus familiares sepan dónde están.

6

Juego-Adivinanza

A modo de introducción sobre los inconvenientes de las tecnologías, se puede realizar este juego-advinanza preguntando cuánto tiempo pasan en cada situación:

- ¿Si vais al W.C. por lo general cuánto tiempo estáis?
- ¿Y si os lleváis el móvil?
- ¿Y si además hay Wifi?
- Por último, ¿Y si además de Wifi, tenéis cargador para el móvil...?

(En cada grupo de iconos se para la animación y se espera sus respuestas. A posteriori se pone el tiempo estimado).

¿Cuánto
tiempo
tardas en
ir al
W.C.?



= 5 min

+ = 15 min

+ + = 55 min

+ + + = ∞

D07
D08

INCONVENIENTES DE LAS TECNOLOGÍAS

Para iniciar este apartado se les pregunta por los inconvenientes que, según ellos y ellas, pueden tener las Tecnologías. Habitualmente el alumnado aporta numerosos ejemplos que se desarrollarán a lo largo del taller.

Podemos comentar la siguiente situación:

*¿Os ha pasado que por WhatsApp tenéis más discusiones?
Y, ¿por qué creéis que ocurre esto?
Pasa porque no le vemos la cara a la otra persona para saber si está alegre, bromeando o enfadada, y a través de la pantalla no podemos acabar de interpretar lo que nos dice. De esta forma, si un día estamos de mal humor todo lo que nos digan lo interpretaremos erróneamente.*

*¿Os ha pasado esto alguna vez?
Y, ¿cómo os sentisteis? Nos falta el tono de voz, los gestos, la expresión de la cara... en resumen, la comunicación no verbal.*

Lo mejor es que las conversaciones largas o importantes las tengáis siempre en persona.

7

D09

INCONVENIENTES
de las
TECNOLOGÍAS

Inconvenientes físicos

ACTIVIDAD "NOS VAMOS DE VIAJE" (Video 1)

Esta actividad sirve como introducción a los inconvenientes físicos.

Se pretende que experimenten de forma vivencial los riesgos del uso inadecuado de los teléfonos móviles en el coche.

Se colocan **4 sillas en la clase simulando que son los asientos de un coche** y se pide la colaboración de 4 voluntarios/as: una vez en su sitio se les pregunta adonde quieren viajar y quiénes son (madres, padres, hijo, hija...) y poco a poco se les va poniendo en situación: se proyecta el vídeo que simula un coche en una carretera, se les dice que bajen la ventanilla y sientan la brisa, que describan lo que están viendo, que canten una canción.

Finalmente, se les pide que se hagan un **Selfie** todos/as los ocupantes del vehículo incluyendo a la persona que conduce. En ese momento se pone la grabación del audio del **accidente del coche a un volumen alto, y se finaliza la representación explicando lo grave que puede resultar utilizar el móvil en esas situaciones.**

8

D10

Nos vamos de viaje...

INCONVENIENTES FÍSICOS



9

➤ Conviene destacar que el riesgo también existe cuando van por la calle mirando el móvil.

D11

INCONVENIENTES FÍSICOS



• Si pasas muchas horas delante de pantalla, puedes tener:

- Dolores de espalda.
- Ojos cansados.
- Dolor de cabeza, etc.
- Dolor de brazos, piernas, etc.
- Dormimos menos.
- Posible aumento de peso.

10

D12

¿Alguna vez os ha pasado que habéis estado muchas horas con el ordenador (o el móvil) y os acaba doliendo la espalda por la postura, os pican los ojos, etc.?

Les informamos que vamos a ver un vídeo y deben estar atentos para descubrir lo que los protagonistas están haciendo mal. (Vídeo 2)

Una técnica recomendable es parar el vídeo en cada personaje antes de que se corrija su postura, y se pregunta, ¿Qué os parece que están haciendo mal? Ponemos el vídeo de nuevo y **remarcamos lo que han acertado**. Conviene insistir en la necesidad de descansar las horas suficientes para que su cuerpo y su cerebro puedan trabajar bien al día siguiente.

Cuando hablemos de la correcta higiene del sueño se pueden poner los siguientes ejemplos:

Ya hemos visto todo lo que puede suponer una mala postura, alguna vez ¿os ha pasado que habéis dicho “va, a las 11 apago el ordenador y me voy a dormir” y luego han pasado de las 11, se han hecho las 11 y media, luego las 12, y ha pasado el tiempo hasta que al final os habéis ido a dormir muy tarde? ¿Y a qué hora entráis aquí al día siguiente? O sea que sólo habríais dormido x horas... Y, ¿cómo os sentíais al día siguiente? (Cansados). Bien, pues tened en cuenta que es muy importante dormir bien para estar bien, y que vuestro cerebro trabaje bien al día siguiente.

Además de esto también se puede preguntar quienes, después de estar mucho rato en el ordenador no han podido dormir o le ha costado mucho hacerlo. Decirles que esto se debe a que su cerebro confunde la luz de la pantalla con la luz solar por lo que “se cree” que todavía es de día y por lo tanto nuestro organismo no empieza a producir las sustancias que nos ayudan a dormirnos.

Les recalcaremos que hemos de compensar el tiempo que estemos en el ordenador con actividad física, para mantener nuestra salud y bienestar, y evitar un posible aumento de peso.

<https://culturainternet.wordpress.com/2013/05/21/el-principito-y-el-nativo-digital-capitulo-perdido-de-el-principito-por-regina-carra/>

El principito y el nativo digital

Esta actividad nos sirve de introducción para hablar de los Inconvenientes Sociales.

Se les pide que lean la historia de Regina Carrá (una reescritura del Principito) y por grupos opinen lo que les parece. Algunas preguntas para dinamizar la actividad:

- ¿Veis normal como actúa el niño?
- ¿Pensáis que sus amigos/as son verdaderos?
- ¿Qué se está perdiendo este niño?

Otra alternativa sería pedir dos voluntarios/as, para que representen el papel de principito y nativo digital y después la clase realiza comentarios al respecto.

Inconvenientes sociales

Los siguientes inconvenientes de los que hablaremos, están relacionados con cómo los Dispositivos Electrónicos están haciendo que dediquemos menos horas a las relaciones personales y más al mundo virtual. El uso excesivo de las TIC nos puede llevar al aislamiento:

- Cuando pasamos la tarde de cara al ordenador, con el móvil o jugando a videojuegos y pensamos que no tenemos tiempo para apuntarnos a actividades que nos gustan como baile, la falla, tocar la guitarra, fútbol, baloncesto, etc.
- Si comenzamos a pasar de nuestros amigos/as y de la familia cuando nos hablan, cuando nos llaman para algo...

No dejéis de apuntaros a todo lo que os guste y en el tiempo que quede ya disfrutaréis del móvil y de las consolas, etc.

Y recordar siempre lo importante que es disfrutar el tiempo que pasamos con la familia y amistades.

Ejemplo:

"Pensad en una persona que juega mucho al Fortnite y se relaciona mucho con los amigos/as que tiene en ese juego... 'amigos' que incluso son de otro país y no puede verlos en persona. Esa persona va dejando poco a poco de ver a los amigos/as del barrio, de clase, de toda la vida... ¿Por qué? Porque prefiere quedarse en casa hablando con los otros jugadores de Internet y a los cercanos les da excusas. Algo parecido ocurre con los padres... Seguro que os han echado alguna bronca porque cenáis mientras estáis con el WhatsApp. Pues si los amigos/as se enfadan y nos dejan de lado y los padres también... al final nos aislamos poco a poco."

11

D13
D14
D15



El principito y el nativo digital

no pienso estar hablando por un nativo digital. un Smartphone en la mano y no cesas de tocarlo con los dedos. venos diál - dijo el principito. venos diál - respondió contentamente el nativo, pero no alzó la mirada de su y pensó de sus dedos no cesaban de posarse sobre la pantalla. ¿qué haces? - preguntó el principito. converso con mis amigos - contestó el nativo sin alzar la mirada. ¿no estás solo. ¿dónde están tus amigos? - ¿ahí... Por allá... contestó el nativo.

El principito y el nativo digital

¿venos a mirar un atardecer? - ¿puedo - contestó el nativo - Estoy conversando con mis amigos. ¿no estás solo. - ¿ahí... Por allá... contestó el nativo. - ¿algunas veces nos vemos en persona. Pero la mayor parte del tiempo nos reunimos por aquí. En mucho mejor, no tengo que ir a ningún lado y ellos si. - ¿de qué sirven tener amigos si así nunca los ves? - ¿ahí... Por allá... contestó el nativo. - ¿ahí... Por allá... contestó el nativo. - ¿ahí... Por allá... contestó el nativo. - ¿ahí... Por allá... contestó el nativo.

12

D16
D17



INCONVENIENTES SOCIALES



INCONVENIENTES TECNOLÓGICOS

13

Inconvenientes Tecnológicos

D18

Los inconvenientes tecnológicos (virus, estafas, spam...) que trataremos aquí, se nombrarán para que el alumnado sea consciente de su existencia y de la necesidad de protegerse ante ellos. Como en las anteriores diapositivas, les preguntaremos qué tipo de inconvenientes tecnológicos conocen.

(Video 3)

Vamos a ver un vídeo que nos enseña qué tipos de amenazas hay.

Cuando acaba el vídeo preguntar si lo conocen todo, ya que debemos asegurarnos de que todos los términos quedan claros.

Este vídeo suele interesar mucho e incrementa la atención por parte del alumnado, generando bastantes preguntas.

Recomendarles que nunca tengan **dos antivirus operativos en el mismo dispositivo ya que se pueden anular mutuamente**, por lo tanto, antes de poner en funcionamiento un nuevo antivirus desconectar o desinstalar el otro en caso de tenerlo. Dos antivirus no hacen nada.

Dentro del material complementario de Educación Secundaria existe información adicional sobre riesgos tecnológicos, para su consulta.

INCONVENIENTES TECNOLÓGICOS

14

DESCONFÍA DE LOS REGALOS POR INTERNET

D19

Con esta diapositiva explicaremos la importancia de desconfiar de "los regalos" en los que te piden datos personales para poder disponer de ellos. Además de ser un timo, pueden infectar nuestro dispositivo o acceder a nuestra información confidencial.

Decirles que en ocasiones este tipo de mensajes suelen tener un texto en letra pequeña en la parte inferior, que deben leer siempre (por ejemplo, el cobro por envíos de SMS).

Una forma de evitar esta publicidad engañosa es descargar la extensión de google "AdBlock" y la mayoría desaparece. Existen otras aplicaciones similares, y con ellas conseguimos bloquear gran cantidad de spam.



Explicaremos la importancia de NO PONER nuestra dirección en Internet, o de NO mantener siempre activada la ubicación ya que si es así, cualquiera podría averiguar dónde encontramos.

"De todas formas aunque no la pongas también pueden saberla si compartes fotos tomadas con tu móvil, ya que en los datos de la foto, se graba el sitio donde se tomó. Por ello, debes comprobar si tu móvil está geolocalizado, para poder activarlo cuando lo necesites y desactivarlo después (Se puede desactivar desde los ajustes del móvil).

Y tened en cuenta que en algunos casos es necesario que esté activada la ubicación, como por ejemplo para utilizar el GPS".

"Bien, para que entendáis el posible peligro de tener la ubicación activada, os vamos a poner un ejemplo. En este caso, imaginad que yo siempre hago fotos con la ubicación activada. Hago fotos en mi casa y las cuelgo diciendo que se trata de mi casa. Y después me voy de vacaciones a otro país y hago lo mismo. Subo fotos diciendo que estoy allí con toda mi familia. ¿Si un ladrón ve las dos fotos qué podría hacer? Pues sabiendo que la casa está vacía tiene su robo en bandeja de plata."



(Video 4)

Con esta diapositiva y el video que le acompaña, pretendemos hacer hincapié en la cantidad de información personal que compartimos en las Redes sin ser conscientes de ello, exponiéndonos a que toda nuestra vida quede al descubierto si nos piratean.

- ¿Qué pasaría si viesen vuestras fotos de la primera a la última? ¿Qué adivinarían? Sabrían quiénes son vuestros amigos y amigas, con quién vais habitualmente, si estáis en una falla y pone cuál es, si tenéis o habéis tenido novio/a, etc.
- Alguien con malas intenciones podría ir a vuestro encuentro, porque conoce vuestras rutinas.
- Además, tened en cuenta que todo lo que colguéis en la red lo pueden ver tanto conocidos como desconocidos. Por eso, os damos dos consejos:
1. Configurad muy bien la privacidad en vuestras redes sociales y tened cuidado al seguir y agregar amigos y amigas. Todos/as los que agreguéis deben ser siempre gente que hayáis conocido en persona.
2. Pensad siempre antes de publicar cualquier cosa, ya sean fotos, comentarios o vídeos, porque en manos de algunas personas se pueden volver en vuestra contra."

15

D20

INCONVENIENTES TECNOLÓGICOS



16

D21
D22



INCONVENIENTES TECNOLÓGICOS

¿Qué podrían adivinar de vosotros/as si vieran vuestras fotos de Instagram, WhatsApp...?



INCONVENIENTES TECNOLÓGICOS

SEGURA TU INFORMACIÓN PERSONAL

No des tu contraseña por Internet
No marques "recordar contraseña"
Usa números, letras, símbolos,
mayúsculas-minúsculas
Si es larga mejor

Seguro que se te ocurren
contraseñas originales y complicadas
¡Usalas!



17

D23
D24

Estos consejos sobre las contraseñas se pueden trabajar haciendo que cada alumno/a lea una frase. Esto facilita que exista una mayor atención por parte del alumnado. Seguidamente se comentarán posibles situaciones peligrosas en caso de no seguir estos consejos:

- *No des vuestra contraseña por Internet aunque os la pidan: nunca la mandéis a través de Internet, ni se la deis a nadie (como mucho a vuestros padres o madres).
Un desconocido con vuestra contraseña en su poder podría haceros mucho daño. Por ejemplo, enviando mensajes con vuestro nombre a personas que conocéis diciendo cosas feas. Incluso puede ocurrir que se la deis a un amigo/a, y si algún día discutís puede entrar en tu cuenta y hacer lo mismo que el desconocido/a.*
- *No le des a recordar contraseña: Ya que estas se guardan en un sitio virtual, y si lo Hackean, podrán acceder a todas las contraseñas que tengamos guardadas.*
- *También puede ocurrir que si perdéis el móvil, tengan acceso a todos vuestros datos. Y aunque tengáis bloqueo de pantalla, debéis saber que se puede desbloquear con ciertos programas, con lo que no es una barrera totalmente segura.*
- *Usa números, símbolos, letras, mayúsculas-minúsculas en tu contraseña de forma combinada. Pero eso sí, procurad acordaros de ella. Otra recomendación muy útil que podéis aplicar es la de utilizar en vuestras contraseñas la letra Ñ.
Esta letra solo existe en el alfabeto español de manera que se lo pondréis mucho más difícil a hackers de otros países.
Decir que la contraseña más usada de este año fue 123456, seguida de "1qaz2wsx" y "qwerty" que son combinaciones de dígitos del teclado.*
- *No se recomienda utilizar palabras fáciles o que puedan relacionar con nosotros/as como nuestro nombre, apellidos o fecha de nacimiento.*
- *La contraseña tiene que ser diferente en cada sitio que la utilicemos, pero de esta forma corremos el riesgo de no acordarnos; el truco consiste en poner la misma contraseña para todo, pero añadiendo algunos caracteres dependiendo de la red social o aplicación que utilicemos. Por ejemplo, en Instagram se pone "insta" o en Facebook "face".*

- Pon un pósito en la Webcam cuando no la utilices..., ya que pueden grabaros o fotografiaros sin que os deis cuenta, pues existen programas que las activan de forma remota. También en las cámaras del móvil.
- Cierra tu sesión cada vez que acabes, sobre todos si estás en un sitio público: si alguien entra al mismo ordenador que tú y no has cerrado la sesión, puede hacerse pasar por ti, o acceder a tu información privada (por ejemplo, podría ver los mensajes privados que habéis mandado a alguien a través de una red social).

18

D25



Y acuérdate de
cerrar tu sesión
cada vez que acabes, sobre todo si
estás en un sitio público

19

D26

¡RECUERDA!

cualquier Ordenador, Móvil, Tablet ...
se puede piratear (hackear)

Actividad general para trabajar el MÓDULO 1

Otra forma de trabajar este módulo sería dividir la clase en **cuatro grupos**, con el fin de que el alumnado participe desde el primer momento.

Cada grupo deberá **pensar y debatir** acerca del tema que se le haya asignado (ventajas, inconvenientes físicos, sociales y tecnológicos de las TIC).

Es conveniente que el monitor/a vaya grupo por grupo controlando que aporten ideas relacionadas con el tema. Si vemos que no se les ocurre nada podemos **darles pistas**. Al final se les pide que elijan a **una persona del grupo para exponer** lo trabajado a toda la clase.

El monitor/a ayudará a **concretar las ideas** más relevantes de cada exposición.



MODO PARTICIPATIVO



20

Módulo 2

En este módulo se trabajan los siguientes temas:

- Privacidad en la Red
- Sexting
- Grooming
- Cyberbullying

D27

Pero esto no es todo,
también tenemos que atender a...

21

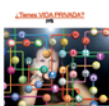
PRIVACIDAD EN LA RED

El siguiente vídeo nos ayudará a introducir el Módulo 2. El objetivo principal es dotar al alumnado de las herramientas básicas para que empiecen a ser conscientes de la información que cada uno sube a la red, así como, de las importantes consecuencias que estos actos pueden tener en nuestra vida.

D28

Opcionalmente se puede pedir que indiquen si las cuentas las tienen configuradas como públicas o privadas (recomendar que siempre sean privadas), lo que nos puede servir para trabajar este aspecto en el taller.

PRIVACIDAD en la RED



22

(Video 5) ¿Tienes Vida Privada?

D29

Explicaremos que solemos tener una falsa sensación de seguridad en las Redes Sociales porque creemos que nuestras publicaciones sólo las pueden ver nuestros amigos/as. Sin embargo, si tenemos la cuenta configurada como pública, es muy común que gente desconocida mire nuestro contenido e incluso nos comente en las publicaciones.

Además de esto, incidiremos en que nuestra seguridad no depende sólo de nosotros/as sino también de los que tenemos como “amigos/as” en las Redes, y que a su vez pueden difundir nuestra información.

(Video 6) Piensa antes de publicar

En este vídeo podemos observar lo que puede pasar al publicar en la Red una imagen comprometida. Ésta puede ser utilizada por alguien con intenciones inadecuadas y derivar en consecuencias negativas para la persona que colgó la foto. Por tanto, la medida más importante es pensar siempre antes de publicar. Ya sean comentarios, vídeos, fotos...

Lo que importa es que cuando lo publiquéis, estéis seguros/as de que no puede volverse en vuestra contra.

Además, remarcar la importancia de no agregar/seguir en redes sociales a personas desconocidas.

SEXTING

Empezaremos preguntando si saben lo que es el **Sexting**.

El sexting consiste en enviar o recibir fotos y/o videos íntimos, con contenido sexual, desde dispositivos tecnológicos.

(Video 7)

Comentario del video:

La chica le pasa una foto comprometida a su novio, éste se la pasa a su amigo, éste a otro amigo...

No debéis enviar nunca imágenes comprometidas de este tipo. Ni siquiera a vuestros amigos/as en los que más confiáis. ¿Por qué? Pues porque ese amigo o amiga con el que os lleváis tan bien a día de hoy, puede convertirse en todo lo contrario mañana; o podéis tener una discusión en la que el enfado le lleve a difundir vuestras fotos.

Por eso remarcamos: no enviéis fotos comprometidas a NADIE. Además, tened en cuenta que vosotros/as sois menores de edad, por lo que el hecho de que alguien tenga fotos vuestras comprometidas se considera un delito.

Por otro lado, tampoco debéis difundir fotos o videos comprometidos que hayáis recibido, porque eso os convierte en cómplices (y es un delito).

Pero lo más importante es, que difundiendo estas fotos o videos, podéis hacer que la persona que aparece en ellas se sienta mal.

Si cortáis la cadena evitaréis que llegue a más personas.

23

D30



GROOMING

Se pregunta al alumnado si conocen el término **Grooming**.

(Video 8 y/o 9)

El grooming es cuando una persona se hace pasar por otra en las Redes Sociales, con el objetivo de obtener beneficios sexuales de menores.

En vuestro caso puede hacerse pasar por alguien de vuestra edad, para hablar con vosotros/as y pedir os fotos comprometidas o intentar quedar para ver os en persona.

24

D31



Con estos vídeos trabajaremos el problema del grooming e informaremos de que son situaciones que se dan con relativa frecuencia.

Explicar que aunque los vídeos pueden parecer graciosos o rápidos, en realidad los/as pederastas se toman su tiempo para ganarse la confianza y que no se puede tomar a broma.

En este proceso la víctima establece una relación y confía en quien parece su amigo/a, por lo que accede a enviarle fotos inapropiadas, que después son utilizadas por el/la pederasta para hacer chantaje a la víctima. Suelen amenazar con hacerlas públicas (a sus amistades, familiares, colegio) si no le envía nuevas fotos. Ante esto, lo primordial es no ceder nunca al chantaje, y contárselo a alguien de confianza para que nos ayude.

Pero recordad, tened siempre mucho cuidado a la hora de chatear o hablar con gente por Internet, porque la persona detrás de la pantalla puede ser una muy diferente a la que vosotros/as creéis.

25

CYBERBULLING

La leyenda de
La Rosa Azul

D32

ACTIVIDAD "LA LEYENDA DE LA ROSA AZUL"

MODULO PARTICIPATIVO



Se les pide que cada uno se **dibuje una rosa azul en la mano** (en la parte opuesta a la palma). Después se empieza a contar la leyenda diciéndoles que más tardes se les explicará el porqué del dibujo:

"Hace muchos, muchos años en un reino lejano que estaba rodeado por altas montañas, vivía el rey, la reina y sus súbditos.

Los sábados tenían la costumbre de celebrar una fiesta a la que acudían todas las personas del reino, en estas fiestas se hablaba, cantaba y bailaba, y durante la semana esperaban este día con impaciencia porque se lo pasaban muy bien.

Sin embargo, en la Corte había un grupito de nobles que no trabajaban nunca y ocupaban su tiempo metiéndose con alguien y no paraban hasta que hundían a la persona por completo. ¿Os preguntaréis como elegían a sus víctimas? Dependía... unas veces era porque tenían el pelo moreno y la mayoría de la corte eran rubios, otras era por el color de la piel que según su gusto no era lo suficientemente blanca. A veces, era por una cuestión de envidia, ya que la persona a la que molestaban era más inteligente o más simpática que ellos.

Cuando Óscar fue esa tarde a la fiesta no sabía que lo elegirían a él... Le gastaron las bromas más crueles, le ridiculizaron y hasta le pegaron.

Ese día, sin duda, fue uno de los más tristes de su vida, sin embargo, Óscar no se agobió, pensó que tenía seis días por delante y que intentaría olvidarse de lo ocurrido. Sin embargo, a la mañana siguiente llegó una paloma mensajera (que era la forma de comunicarse en

aquel reino), abrió el mensaje sin saber lo que contenía y, cuando lo leyó, le cambió la cara por completo, el pergamino tenía un montón de insultos hacia su persona.

Óscar apretó los dientes y siguió con sus ocupaciones, cuidando a los animales de la granja, pero llegó otra paloma y otra y otra..., con más amenazas y burlas.

Y Óscar se puso cada vez más triste, no podía escapar de ese grupo de acosadores ni siquiera en su granja, (sabía que eran los mismos de la fiesta, porque todas las palomas de una persona tenían algo que las diferenciaba de las demás, una marca en las plumas, el pico de una forma determinada....)

Finalmente, Óscar se hundió definitivamente y le entró la enfermedad de la Melancolía, no tenía ganas de hacer nada más que estar llorando en un rincón, sintiendo vergüenza y pensando que él no valía nada y su vida no tenía futuro.

Y cuando miró sus manos lo supo, allí estaba, claramente dibujada: la Rosa Azul, la señal de que tenía la enfermedad de la Melancolía. Óscar creyó morir, ya que en ese reino existía la creencia que la enfermedad de la Rosa Azul era contagiosa, por lo que expulsaban del reino a las personas que la padecían; y cuando fuera el próximo sábado a la fiesta lo descubrirían, ya que la guardia real les obligaba a quitarse los guantes para comprobar todas las manos de los súbditos.

No tenía escapatoria, la condena por sufrir esta enfermedad era el destierro, nunca más volvería a ver estos prados tan verdes, no podría comer estas frutas que eran las más sabrosas que existían, y sobretodo lo separarían para siempre de Mónica, la chica que vivía en el pueblo cercano a su granja, la que siempre veía en su imaginación antes de dormirse y era lo primero en que pensaba nada más despertarse.

En su desesperación contó lo que le pasaba a sus amigos y amigas más cercanos y cuando llegó el sábado fue a la última fiesta que podría asistir antes de ser desterrado. Se acercó con temor a los guardias para mostrar su Rosa Azul, esperó tembloroso en la cola y la sorpresa le despertó de sus pensamientos, todas las personas de la cola mostraron a los guardias una Rosa Azul que se habían pintado la noche anterior. Óscar no podía creerlo, todo el pueblo (excepto los nobles acosadores) se había arriesgado para salvarlo dibujando esa Rosa Azul...

El rey estaba desconcertado, no podía expulsar a toda su corte, no tendría trabajadores/as para recoger las cosechas, ni alimentar el ganado, ni.... (Además el grupo de nobles eran los únicos que no tenían la rosa, unos inútiles que no sabían hacer nada). Finalmente el rey decidió que todos y todas debían permanecer en el reino, a pesar de "padecer" la enfermedad de la Rosa Azul.

Óscar miró a Mónica y supo que le esperaba una larga vida en el Reino, lleno de felicidad...."

Pues bien, miraros la mano. Ahora cuando salgáis al recreo y os lavéis las manos, quizás se borre la tinta de vuestra Rosa, pero la tinta que habéis utilizado estaba encantada, y se borra a los ojos de la gente, pero vosotros/as y toda vuestra clase siempre la veréis, porque ya tenéis el honor más grande que se puede tener, ser del grupo de la Rosa Azul.

Y eso significa que no dejaréis que insulten, que humillen o desprecien a ninguno de vuestros compañeros o compañeras, ni en persona, ni por las Redes Sociales. Y como los súbditos de la leyenda, no tenéis miedo, y mirad lo que pasa cuando dejamos que los matones actúen:



El grupo de La Rosa Azul

26

D33

Nos sentimos impotentes, pensamos que son más fuertes y poderosos que nosotros. Pero ¿qué pasa? ahora que ya sois todo un grupo unido:



El grupo de La Rosa Azul

27

D34

Reflexión para el alumnado:

Pensad que si todos actuáis juntos, siempre seréis más numerosos que el acosador, puesto que la unión hace la fuerza. Imaginaos una clase en la que todos los alumnos rechazan el bullying.

En esa clase, un día alguien acosa a un compañero, y el resto de la clase hablan con el acosador/a y le dicen, por ejemplo: "esperamos que sea la última vez que haces lo que has hecho, porque en esta clase nos respetamos entre nosotros y no toleramos el acoso entre compañeros".

¿Qué creéis que pasará?

Pues que probablemente el acosador/a no volverá a hacerlo y aprenderá la lección.



El grupo de La Rosa Azul

28

D35

Y fijaros que cuando actuáis unidos, como una pila, sois invencibles. A partir de ahora ya no hay nadie débil, porque siempre se encontrará apoyado por sus compañeros/as.

Preguntar con qué tiene relación esta actividad y esperar a que respondan que está relacionada con el Acoso. Remarcar que es un tema que se debe tomar muy en serio. (Explicamos el concepto, teniendo en cuenta que no debemos limitarnos solamente al Acoso sino que también trataremos el Ciberacoso.

Se les pregunta:

¿A qué os recuerdan las palomas mensajeras?

(Redes Sociales)

¿Y que tengan una señal que las identifique?

(dirección IP).



CIBERACOSO D36

29

D36

Ciberacoso

(Vídeo 10)

Este vídeo nos servirá para introducir la grave problemática del Cyberbullying y Bullying en los colegios.

La idea es reflexionar con todos ellos y ellas sobre las razones por las que esto ocurre y trabajar acerca de cómo podemos contribuir a su desaparición.

¿Eres valiente?

Se les pregunta si son valientes, y se les pide que definan qué es para ellos/as ser valiente. A continuación se pone el siguiente video.

30

D37

¿Eres valiente?

¿Qué es ser valiente?

Se buscan valientes

(Video 11)

Definición: el acoso escolar es cualquier forma de maltrato psicológico, verbal o físico producido entre estudiantes de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado tanto en el aula, como a través de las redes sociales, en este caso con el nombre específico de Ciberacoso o Cyberbullying.

“Es importante que no confundáis el bullying con un enfado o discusión normal. El primero se refiere a acosar de manera repetitiva a la misma persona. Por otro lado, los enfados suelen ser ocasionales y se solucionan casi siempre dialogando”.

¿Conocéis los componentes o principales actores del cyberbullying?

Como pista os diremos que son tres.

Esperamos a ver si aciertan. Si no es así, se informa que el tercer actor es el espectador/a o testigo.

31

D38



32

D39



Acoso

ACTIVIDAD “CYBERBULLYING GRUPOS”

Se divide la clase en tres grupos (**acosado/a - acosador/a - espectadores/as**) y **cada uno de ellos tiene que ver, de las frases sugeridas, cuales corresponden a su tipología.**

A continuación se les pide que reflexionen sobre las características de la figura que les ha correspondido, y finalmente un representante lo transmite a toda la clase.

En cada una de las figuras se recomienda trabajar, si no lo ha expresado el alumnado, las ideas que se enumeran como apoyo al monitor/a, y que se indican a continuación:

33

D40



ACOSADO/A

ACOSADOR/A

ESPEC-
TADORES/AS

ACOSADO/A – VÍCTIMA: Persona que sufre las agresiones

Palabras de la diapositiva que se corresponden con la víctima:

Apartado/a - Diferente - Sensible - Tímido/a - Miedo - Sentimiento de Inferioridad - Pocos amigos/as - Marginación

Apoyo al monitor/a para profundizar en esta figura:

- *No es culpa tuya, son los agresores/as quienes actúan mal.*
- *No pienses que no tiene importancia.*
- *Dile a la otra persona que te molesta. Tú no eres inferior.*
- *Corta el contacto con el acosador/a.*
- *Si continua/n, no te calles pide ayuda:*
 - * *Contárselo a tu padre o a tu madre.*
 - * *Decírselo a tus profesores/as.*
 - * *Denunciarlo a la policía.*

Trabajar el concepto de la empatía: *Quiero que todos y todas penséis por un momento cómo os sentiríais si os estuviesen acosando. Por lo tanto es importante integrar a la víctima en el grupo y que no se sienta ignorada.*

ACOSADOR/A: Persona que insulta o amenaza al otro/a

Palabras de la diapositiva que se corresponden con el acosador/a:

Falta de empatía - No lo hace solo/a - Yo estoy bien si los/las demás mal - Sin motivo - Inseguridad - Llamar la atención - Causar Daño

Apoyo al monitor/a para profundizar en esta figura:

- **LO QUE NUNCA VALE:** *"Es sólo una broma, no pasa nada"*
- *¿Te has parado a pensar cómo se siente la otra persona por esa "broma"?*
- *Recuerda que siempre, se sabe desde qué ordenador se ha realizado el acoso, gracias a la dirección IP del ordenador, que es como nuestro DNI y nos identifica. De esta manera la policía puede seguir el rastro y descubrir desde que ordenador se ha realizado el acoso.*

ESPECTADOR/A – TESTIGO: Persona que sabe lo que pasa y no hace nada

Palabras de la diapositiva que se corresponden con el espectador/a

Mirar - Reír las gracias - No decir nada - No apoyar - Pensamiento crítico - No hacer lo que los demás - Hacer piña - La unión hace la fuerza - Empatía

Apoyo al monitor/a para profundizar en esta figura:

- *No ayudar a la víctima es apoyar y aceptar la agresión.*
- *Recuerda RECHAZAR el bullying y APOYAR a la víctima.*
- *¿Cómo te sentirías tú si fueras víctima y no te ayudaran tus compañeros/as? EMPATÍA.*
- *RESPETO al compañero/a.*
- *Remarcamos la importancia del Espectador/a (Testigo), y la relevancia de que actúe en defensa de su compañero/a.*

Debate valientes

(Video 12)

Este video-debate tiene la finalidad de completar la actividad anterior explicándola claramente.

34

D41



UNESCO

Actividad

"CYBERBULLYING GRUPOS"

Con los **grupos** que anteriormente hemos formado se contestan las preguntas de la diapositiva (una por grupo) siguiendo la misma dinámica de la actividad anterior.

A continuación se exponen **algunas sugerencias de apoyo al monitor/a:**

- ¿Por qué continúa el acoso?
 1. No hay apoyo de los espectadores/as.
 2. Nadie da el primer paso.

Aquí se puede comentar que no todos los espectadores/as son neutros, algunos están del lado de la víctima y otros del lado de los acosadores/as. Es importante sumar espectadores hacia el lado de la víctima y que lo digan abiertamente frente a los abusadores/as y quienes les apoyan.

Otro de los factores que mantiene el acoso es que a veces se refuerza al acosador/as, es decir "se ríe la gracia", por lo que éstos se sienten integrados en el grupo, con posición de estatus y reconocidos por el resto de la clase.

Diferencia entre chivato – denunciante

Marcar muy bien este punto ya que es uno de los frenos para que se lo cuenten al profesorado. **Hay que desmontar el concepto de chivato/a, que a partir de ahora llamaremos valiente.**

*Al igual que cuando somos testigos de un accidente nuestro deber es llamar a la policía, con el acoso debe ser igual. Es vuestro deber ayudar a quien tenga un problema, así que, llevar a cabo esta misión **no será nunca de chivatos/as sino de valientes.***

¿Por qué la víctima no lo denuncia?

MIEDO:

- Represalias de los acosadores/as
- Sentirse ridículo/a, vergüenza.
- Que lo juzguen
- Admitir que eres la víctima, que alguien es superior.

MODO PARTICIPATIVO



35

D42

¿Por qué continúa el acoso?

Diferencia entre chivato y denunciante

¿Por qué la víctima no lo denuncia?

Acoso / bullying y ciberacoso

Da a conocer a tus compañeros las formas de acoso y ciberacoso.

Debemos que se sientan seguros al usar el ordenador.
Díselo a tus padres o a tus amigos.
En la escuela, evita las ofensivas que te envíen por correo electrónico.



36

Acoso / Bullying y Ciberacoso

Estas diapositivas refuerzan los mensajes de acción, específicos para la víctima.

D43
D44

37

Acoso / Bullying y Ciberacoso

Finalmente se explica la manera en la que pueden realizar capturas de pantalla, tanto en el ordenador como en el móvil, para poder recabar las pruebas necesarias en caso de decidir denunciar ante la policía.

D45

Esta manera de proceder debe aplicarse también a los casos de **grooming**.

38

Acoso y Centro Educativo

Igualmente se insiste en que el **profesorado del Centro puede ser un gran aliado**, especialmente cuando el acoso o el ciberacoso surge de compañeros/as del Centro Educativo.

D46



39

Teléfono de Ayuda

Se les dice que anoten este teléfono para ellos/as o algún amigo/a que conozcan. Este teléfono está atendido por profesionales especialistas que orientan sobre la manera de actuar más adecuada.

D47



Se puede explicar que **no deja rastro en la factura**, ya que si algún niño o niña no tiene confianza en casa para contárselo a sus padres/madres, éstos no se enterarán. En este punto insistir que el **apoyo de la familia** es muy importante y siempre que puedan, lo mejor es contarle por mucha vergüenza que puedan pasar.

40

Teléfono de Ayuda

Además, los propios niños y adolescentes pueden llamar para recibir un asesoramiento cercano y adaptado a su comprensión y madurez. Todo ello de forma **gratuita y confidencial**.

D48





1. ESCRIBE en el papel este curso has padecido acoso o ciberacoso o visto en un compañero
2. Si no es el caso escríbelo en el papel: "EN MI CLASE NO HAY ACOSO"
3. NO PONGAS TU NO ES ANÓNIMO

ACTIVIDAD "¡TE TOCA A TI!"

¿Qué mensaje pondrías en la botella?

Se explica la actividad:

Utilizando el símil de los naufragos, cuando en una isla desierta ponen mensajes en una botella para que lo puedan leer personas que estén en otros lugares y ser rescatados, nosotros propondremos al alumnado hacer lo mismo con diferentes temas para que el monitor/a pueda ayudarlos/as.

Se reparte un papel a cada alumno/a. A continuación, se les explica que deben responder a la siguiente pregunta:

¿Has sufrido acoso durante este curso?

Se especifica que todos/as deben escribir la respuesta de forma anónima y sin comentarlo con el resto y que solo lo va a leer el monitor/a.

Con esta actividad se facilita que puedan contar algo comprometido que en público no harían.

Cuando todos y todas han escrito su respuesta podemos aprovechar esta actividad para preguntar sobre otras cuestiones importantes:

¿Te ha pasado algo en Internet o en las Redes Sociales que no te has atrevido a contar?

¿Algo relacionado con las TIC ha "cambiado" tu vida...? (En positivo o en negativo).

¿Has tenido algún problema con tu familia o amistades por usar las tecnologías?

Finalmente se recogen todas las respuestas, y si se detecta algún caso de acoso o ciberacoso se debe comunicar al Centro Educativo para que se tomen las medidas oportunas.

La información recopilada se analiza valorando lo que se puede retomar en la segunda parte de Clickeando (Gamificación). Cuando se trabaje tendremos muchísimo cuidado de no dar algún dato que desvele a la persona que lo ha escrito para preservar el anonimato, ya que si es algo que ha ocurrido en la clase todos/as estarán al corriente de lo que ha pasado.



3/
MÓ
DU
LO

42

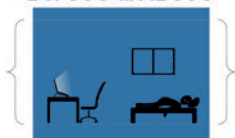
Módulo 3

En este módulo se trabajan los siguientes temas:

- Del uso al abuso (Adicción)
- Videojuegos

D50

Del USO al ABUSO



43

DEL USO AL ABUSO (ADICCIÓN)

A partir de aquí se explica cómo se pasa de un uso correcto de las Tecnologías al abuso de las mismas.

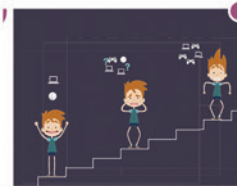
D51



44

Estas diapositivas nos muestran una visión del propio alumnado sobre un uso correcto de las Tecnologías..

D52
D53



45

Del uso al abuso

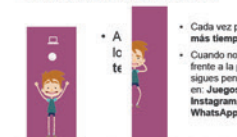
Esta diapositiva nos sirve de apoyo para explicar de forma visual el proceso que se da hasta llegar a la adicción a las Tecnologías. Hablaremos de la evolución, es decir, de cómo podemos ir pasando de un uso correcto de las mismas hasta que se genera una dependencia.

D54

Si os fijáis en la escalera, el chico de abajo hace un buen uso de las tecnologías: las usa moderadamente y sin que influyan de manera negativa en su vida diaria. Un poco más arriba, el del centro está empezando a tener dudas sobre cómo invertir su tiempo (tecnologías versus otras actividades). Finalmente, el de arriba parece que está muy "enganchado", hasta el punto de que su abuso está teniendo consecuencias negativas en su vida diaria.

Es importante recalcar que, igual que podemos subir escalones (es decir estar más cerca de la adicción), también se pueden bajar. Si se ha iniciado el proceso hacia la adicción costará más volver a los primeros escalones, pero es posible.

Del USO al ABUSO

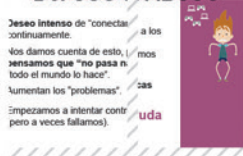


46

Estas diapositivas describen el proceso anterior (escalera). Cada una de las realidades que se reflejan nos acerca más a la adicción. Con estas situaciones del día a día, entienden como cada vez más las tecnologías se van convirtiendo en el centro de su vida, pudiendo tener consecuencias muy negativas a nivel familiar y social.

D55
D56
D57
D58

Del USO al ABUSO



Después de las reflexiones anteriores y con el apoyo de esta diapositiva, les pediremos que piensen en qué escalón se encuentran, con la intención de cada uno/a haga una autoevaluación de su situación.

*¿En qué escalón estás?
¿Pensáis que podéis llegar a tener un problema?*

47

D59



Esta diapositiva pretende que el alumnado reflexione sobre **posibles alternativas para no llegar a depender de las TIC**. Cuando hayan hecho algunas aportaciones, pasamos a la siguiente diapositiva.

48

D60



Del uso al abuso (Soluciones)

Comentamos cada uno de los cuatro puntos. Estos son algunos ejemplos que ellos pueden y deben realizar por sí mismos, para evitar un enganche a las TIC o reducir su uso en caso de que sea excesivo.

49

D61



Todos/as hemos vivido situaciones donde nos hemos conectado a Internet y cuando finalmente salimos de la Red, comprobamos que hemos estado mucho más tiempo del inicialmente previsto.

50

D62



Dado que las pantallas a todos nos atrapan y el tiempo transcurre a un ritmo muy diferente del percibido, cobran especial relevancia los dispositivos que nos ayuden a desconectar.

Para poder cumplir los horarios que nos hemos marcado resultan muy útiles las "alarmas dobles". En este caso, la primera alarma nos avisará de que nuestro tiempo frente a la pantalla está a punto de acabar, para que podamos finalizar la partida, despedirnos, guardar información, etc. La segunda nos pondrá en la situación definitiva del fin de la conexión.

Otras herramientas que nos ayudan a mejorar nuestro autocontrol son las descargas de alguna de las siguientes aplicaciones diseñadas para este fin.

51

D63



En general, sirven para tomar consciencia del uso que hacemos del móvil, así como para ayudarnos a reducir su uso.

Del USO al ABUSO

SOLUCIONES
Apps "anti-enganche" para móvil



Forest
Propone plantar un árbol virtual que sólo crece apartándose media hora seguida sin desbloquear el móvil. Podrás tener un bosque si lo logras.

52

D64

Aquí tenemos un ejemplo con algunas imágenes.

Como veis, se trata de una aplicación en la que plantas un árbol de manera virtual, el cual sólo crece si estamos al menos media hora sin desbloquear el móvil.

Si desbloqueamos el móvil antes de tiempo, el árbol se morirá, pero si superamos el reto podremos plantarlo en una parcela, creando progresivamente nuestro bosque con árboles como este.



53

D65

VIDEOJUEGOS

Finalmente se consulta sobre si juegan a videojuegos y si estos son Online. En el caso de que no jueguen, este apartado se puede explicar de forma más resumida. Ahora vamos a hablar de los videojuegos, los cuales constituyen uno de los problemas principales de adicción en jóvenes y niños/as.

Vídeo 13 (Opcional)

<https://www.youtube.com/watch?v=MeuiN7kS73M>

NOTA: El vídeo es estridente y estresante, por lo que se valorará la conveniencia de su proyección. También es reseñable que el niño dice numerosos "tacos", por lo que se recomienda elegir segmentos concretos del vídeo.

Se puede decir que el vídeo es un ejemplo de una persona que sufre un alto nivel de adicción. (Se trata de una recreación, el niño lo hizo voluntariamente, pero puede servir para concienciar a los más pequeños.) En este caso, un niño enloquece porque no puede jugar a un videojuego.

¿Os parece normal lo que hace el niño?

¿Creéis que podría necesitar ayuda?

Este vídeo suele provocar risas en el alumnado, en ese caso cuando finalice el vídeo se debe decir que esto es un tema muy serio y que conviene tomárselo con la importancia que requiere.

Por otra parte conviene decir la adicción en niños no suele llegar a estos casos tan extremos.

Del USO al ABUSO



¿Sabes qué si
¿Entonces...?

54

D66

Símbolos Videojuegos

Los símbolos PEGI son recomendaciones de uso de los videojuegos en función de la edad del jugador/a y el contenido del juego. Estos se encuentran en la parte trasera de la carátula del videojuego.

Preguntamos si conocen estos símbolos y se visualiza el vídeo que muestra de forma educativa el significado de cada uno de ellos. *Vídeo 14*

Explicar que la adaptación de los videojuegos está hecha por expertos/as en la materia, con la intención de proteger a los jugadores/as de elementos inapropiados.

REDES "K ME CUENTAS"

En este apartado se informará de la existencia de diversas Redes Sociales que transmiten información educativa y de interés sobre estos temas, y están adaptadas a la edad del alumnado al que dirigimos el taller.

En el caso del Ajuntament de València, también se les informa de las páginas propias para niños/as y jóvenes que se engloban en la denominación **"K me cuentas"** en Twitter, Instagram y YouTube. En estas páginas encontrarán consejos, noticias, carteles y vídeos sobre el buen uso de las Tecnologías y los riesgos del consumo de drogas, que resultarán de su interés y en las que continuarán aprendiendo.

Es importante insistir al alumnado en que antes de visitar estas páginas, deben decírselo a sus padres/madres para que les den permiso, ya que son menores de edad y es aconsejable que la familia esté al tanto de la información que recibe su hijo/a, así como de las cuentas a las que sigue.

55

D67



FINALIZACIÓN TALLER

Actividades para casa

Antes de la finalización del taller es recomendable proponer una serie de actividades, con la finalidad de que los temas tratados en el taller puedan ser **compartidos en el ámbito familiar**.

También se puede buscar la implicación del propio alumnado, para que realice acciones enriquecedoras con las Tecnologías como protagonistas dentro de su **Centro de Enseñanza**.

Valoración

Además de los cuestionarios que se pueden utilizar para la evaluación del taller, es conveniente realizar una valoración en el momento, preguntando al alumnado cuestiones como las siguientes:

¿Qué habéis aprendido que no sabíais?

¿Qué se podría mejorar del taller?

¿Qué parte os ha gustado más?

¿Os habéis divertido?

56

D68

D69



D70

¿Qué os ha parecido el TALLER?



D71



MODULO PARTICIPATIVO





57

MATERIAL COMPLEMENTARIO

D72
D73
D74

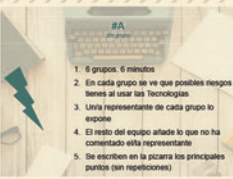
Esta **forma de trabajo grupal** nos puede resultar muy útil con determinado alumnado que no esté receptivo a la información que facilitamos o al visionado de vídeos. En estos casos el hecho de participar activamente puede ayudar a que se “enganchen” al taller.

La intención será profundizar en cualquier aspecto tratado en el taller (las diapositivas sólo son un ejemplo de tema a tratar), con la finalidad de que **sea el alumnado el que llegue a sus propias conclusiones**, e intentar que participe toda la clase. El monitor/a escuchará en primera persona el punto de vista del alumnado.

En los grupos pequeños el monitor/a debe pasar por cada uno de ellos, comprobar que estén centrados en el tema y ver las ideas y el estilo de participación de cada alumno/a.

En el caso de los debates, una buena moderación es imprescindible, ya que en ocasiones los diferentes puntos de vista pueden llegar a crear situaciones de enfrentamiento que conviene calmar.

Se hará una puesta en común donde el monitor/a cuestionará las ideas erróneas que puedan surgir, subrayando y reforzando positivamente aquellas aportaciones más interesantes, originales o que les puedan ser de utilidad. Finalmente el monitor/a **deberá destacar las conclusiones principales**.



58

Deberes del profesor Italiano

D75
D76
D77
D78
D79

Esta actividad se puede realizar opcionalmente como cierre del taller.

Se pide a cada alumno/a que lea un punto.

Plantea temas del interés del alumnado en estas edades y que se dirigen más al plano emocional.

59

Créditos y enlaces vídeos

Cuestionario sobre uso de las TIC

D80
D81

Lo podrás encontrar en la **página 64** de esta guía.



Primer ciclo de educación secunda- ria obliga- toria

Inicio

¡Bienvenidos/as al taller Clickeando!

En la primera diapositiva nos presentaremos comentando la temática del taller y se les explica que vamos a hablar de una nueva adicción, las Tecnologías.

Se informa al alumnado, que la finalidad del mismo es aprender a usar las Tecnologías de forma responsable.

También explicaremos aquí que **Clickeando** es un taller participativo. No obstante, sugerimos dos reglas que nos ayudarán a recoger las aportaciones que quieran hacer. En primer lugar, para hablar pedirán el **turno de palabra** levantando la mano. En segundo lugar, hay que explicar que a lo largo del taller es posible que surjan momentos en los que se quieran contar experiencias personales o de otros, especialmente en este último caso **no deben decir nombres**. Especificar que hacemos esto para respetar la intimidad de los demás.

Módulo 1

En este módulo se trabajan los siguientes temas:

- Redes Sociales que utilizan habitualmente.
- Ventajas de las Tecnologías.
- Inconvenientes de las TIC:
 - Físicos.
 - Sociales.
 - Tecnológicos (navegación segura).

QUÉ REDES SOCIALES UTILIZAN

Es importante conocer la realidad del alumnado en cuanto a las Redes Sociales que utilizan para interactuar y así, poder adaptar nuestro discurso a las situaciones concretas en cada momento.

Una vez contestan sobre las redes más habituales, se les pregunta si están usando alguna que no se haya nombrado. De esta manera pulsaremos la realidad de cada grupo.

¿Conocéis estos símbolos? ¿Quién usa Twitter, Instagram, Facebook, WhatsApp...?

En el caso de YouTube por ejemplo, se puede preguntar por los vídeos que ven, para establecer mayor cercanía y fomentar la participación. También se puede preguntar si alguien es *Youtuber* y si es así, que contenido sube.

1

D01
D02



2

D03



3

D04

¿Quién usa?



VENTAJAS de las TECNOLOGÍAS

4

VENTAJAS DE LAS TECNOLOGÍAS

En este apartado haremos hincapié en la utilidad de las TIC como herramientas indispensables en la vida cotidiana, sin demonizarlas, ya que usadas correctamente tienen muchas utilidades.

Es recomendable preguntarles qué ventajas consideran que tienen las tecnologías, con lo que conseguimos que de entrada sepan que **Clickeando** es un taller participativo, donde pueden expresar sus opiniones.

Una vez hecho esto se comentan las ventajas que no se hayan tratado durante sus aportaciones.

5

➤ Te entretienen y son divertidas

El monitor/a comenta que en su tiempo libre o de ocio pueden pasar el rato jugando. Decirles que jugar no está mal, pero con moderación.

Tienes más información: se les recomienda que contrasten varias fuentes antes de admitir cualquier información como válida.

Ej.: Preguntarles si saben que Wikipedia puede editarla cualquier persona, por lo que no es una fuente del todo fiable. Si la utilizan deben contrastarla con otras fuentes o páginas.

Contacto con Familiares lejanos:

Ej.: Skype como aplicación para poder comunicarte.

Mejoran habilidades: Se puede hacer referencia a que mejoran la memoria “de barrido” que es la que hace que recuerdes más información cuando miras una imagen o vas navegando por una página en Internet. También se puede hablar de juegos que pueden mejorar habilidades como la estrategia, el cálculo, los reflejos, etc...

Internet nunca cierra: Wsto no significa que tengan que estar las 24 horas del día conectados/as, pero que si en algún momento tienen que, por ejemplo, mirar una palabra que no sepan en inglés, pueden consultarla.

Conocer gente: Esto es un aspecto positivo. No obstante, es importante aclarar que hay que tener precaución cuando hablas con una persona desconocida e informar sobre los riesgos de quedar con ella, desaconsejándolo rotundamente (se profundizará más acerca de este tema cuando hablemos de grooming).

VENTAJAS



- Te entretienes cuando estás aburrido
- Tienes más información y cosas interesantes
- Te facilita el contacto con familiares y amigos que están lejos
- Mejoran algunas habilidades (visión, coordinación...)

D06

D07

D08

VENTAJAS



- Internet no cierra nunca y siempre está disponible
- Puedes conocer a gente nueva (con precaución)
- A algunas personas les ayuda a expresarse fácilmente
- Te ahorran tiempo en tus trabajos

VENTAJAS



- Puedes contactar fácilmente con profesores o profesoras y enviarle tus trabajos desde casa
- Si estás en una situación de emergencia, es más fácil contactar alguien para que te ayude
- Si algo se te da bien (cantar, dibujar, escribir...) puedes compartirlo con todo el mundo

Expresarse más fácilmente: a las personas tímidas las TIC les pueden ayudar inicialmente, pero debemos recomendar que hay que superar esa timidez en el cara a cara.

Ahorro de tiempo en trabajos de clase: se puede comentar lo difícil que resultaba antes acceder a la información.

Contactar con profesores: esta es una opción cada vez más utilizada en los Centros Educativos.

Situación de emergencia: decir que el 112 funciona aunque no se tenga cobertura, y que se puede compartir la ubicación a tiempo real (google maps, wiloc...) para que los familiares sepan dónde están.

Compartir habilidades: Se puede poner ejemplos de artistas que han comenzado su carrera profesional subiendo vídeos a YouTube (Pablo Alborán, Justin Bieber...). Hoy en día el lettering está muy de moda y en pleno auge con la poesía.

INCONVENIENTES DE LAS TECNOLOGÍAS

Decir que, al igual que las Tecnologías bien usadas nos traen ventajas, cuando realizamos un mal uso aparecen los inconvenientes.

Se les pregunta por los inconvenientes que pueden tener las Tecnologías.

Habitualmente el alumnado aporta numerosos ejemplos que se desarrollarán a lo largo del taller.

Preguntarles qué les sugiere la imagen y visualizar el vídeo a continuación.

Vídeo 1

Como todos los vídeos de este taller, una vez visualizado, dejamos un espacio para comentarlo.

¿qué os ha parecido?...

Este vídeo se explica por sí mismo, no necesita especial dedicación. Se puede preguntar si les ha pasado. También les podemos explicar el porqué de este fenómeno: es una señal que nos envía nuestro cuerpo y que deberíamos escuchar; nos dice que llevamos mucho tiempo en esa posición y que perdemos fuerza en las manos, por eso se nos cae el móvil. Se les pregunta qué podrían hacer para evitar situaciones similares (la clave es que no tienen que dedicar tanto tiempo a la Tecnología).

6

INCONVENIENTES de las TECNOLOGÍAS

D09



INCONVENIENTES de las TECNOLOGÍAS

7

D10

- 1 La tecnología se usa demasiado en los quehaceres cotidianos y esto afecta la salud.
- 2 Pueden llegar a depender de los dispositivos para todo, incluso para cosas básicas como comer o dormir.
- 3 La comunicación entre las personas se reduce y se pierde la capacidad de expresarse verbalmente, lo que afecta la salud mental.

Obsoleta: además del consumismo y el gasto que suponen, explicar que nos pueden crear insatisfacción por no estar a la última. Anécdota explicativa:

Un amigo tenía el iPhone 6s y le iba bien pero Apple dejó de crear actualizaciones y apps disponibles con este modelo, dejándolo entonces obsoleto e inservible pese a que iba perfectamente y no le pasaba nada. (Este ejemplo es extensible a otras marcas de teléfonos móviles).

Me gusta: anécdota explicativa del segundo punto:

En un colegio, una chica de vuestra edad nos contó que ella subía fotos a Instagram, y que si no llegaban en un día a los 200 me gusta la borraba, porque le daba vergüenza que sus amigos/as vieran que tenía "pocos" me gusta.

Malos entendidos: Se pregunta si les ha pasado alguna vez, con el fin de mostrarles la importancia de la comunicación no verbal en el "cara a cara". También se puede utilizar el corto de Dani Montes. [Video 2 \(Opcional\)](#)

INCONVENIENTES FÍSICOS

8

D11

- Si pasas muchas horas delante de pantalla, puedes tener:
 - Dolores de espalda
 - Ojos cansados
 - Dolor de cabeza, etc.
 - Posible aumento de peso por pasar mucho tiempo sentado
 - Duermes menos: al día siguiente estás agotado

Inconvenientes Físicos

Dolores de espalda: pueden formarse contracturas en el cuello y las lumbares ocasionados por una mala postura. Recomendarles que intenten estar bien sentados cuando utilicen los dispositivos electrónicos. Resulta muy gráfico preguntar:

¿Quién está bien sentado ahora?

Y automáticamente todos/as cambiarán de postura.

Ojos cansados: incluso pudiendo derivar en problemas visuales más severos y que requieran utilizar gafas. El alumnado suele comentar que se les pone los ojos rojos, o que les empiezan a picar cuando llevan mucho rato jugando a la Play, por ejemplo. Decirles que eso es una señal de que deberían parar y descansar.

Dolor de cabeza: desarrollo de cefaleas y migrañas que pueden aparecer con el tiempo, provocadas por la luz intensa de los dispositivos, entre otras causas.

Aumento de peso: mantener hábitos sedentarios, unido al consumo de alimentos poco sanos, puede conducir a problemas de sobrepeso, colesterol u obesidad a edades tempranas.

Dormir menos: el sueño reparador es vital en la etapa de crecimiento. Por esta razón, cuando se duerme menos, el rendimiento escolar puede bajar y empeorar algunas funciones cognitivas. También preguntar qué-

nes, después de estar mucho rato en el ordenador, no han podido dormir o les ha costado mucho hacerlo. Decirles que esto se debe a que su cerebro confunde la luz de la pantalla con la luz solar, por lo que “se cree” que todavía es de día y por ello, nuestro organismo no empieza a producir las sustancias que nos ayudan a dormir.

Caso real:

Un profesor contó en una conversación que un alumno suyo, pasó el verano jugando a videojuegos hasta las 6 de la mañana y luego durmiendo hasta las 3 de la tarde. Finalizadas las vacaciones y al reanudar las clases siguió jugando por la noche, por lo se quedaba siempre dormido en clase (problemas de rendimiento escolar, concentración, etc. por lo que necesitó ayuda de un profesional).

Recomendación general: Si tenéis que estar mucho tiempo delante del ordenador o la Tablet (por ejemplo para hacer un trabajo para clase), debéis descansar al menos 15 minutos por cada hora que paséis delante de la pantalla.

En esta imagen explicar que también existen riesgos físicos por posibles accidentes al utilizar el móvil en la vía pública, ya que podemos tropezar, nos puede atropellar un coche, etc.

Actualmente la principal causa de muerte de los peatones es debida a la **distracción que supone el teléfono móvil**.

Advertencia:

Si el grupo no toma este tema con la suficiente seriedad, el monitor/a puede decidir utilizar el video: “Making magic in traffic with a Smartphone” de muy alto impacto; sin embargo este clip no lo recomendamos para utilizar habitualmente.

Vídeo 3 (Opcional)

<https://www.youtube.com/watch?v=MPoQgbYn8fU>

Inconvenientes Sociales

Vídeo 4

Juego de adivinanza: Se inicia la visualización del clip y **se detiene antes de que la chica empiece a desmaquillarse y cambie la música (minuto 0:27)**. En ese momento se pregunta al alumnado cuántos amigos/as creen que tiene la protagonista y una vez lo han dicho se continúa con el vídeo. Una vez finalizado, se les vuelve a preguntar:

*Ahora ¿cuántos amigos/as creéis que tiene la protagonista?
¿Cómo se siente?
¿Por qué se muestra así en la red?*

Aunque esta actividad es una introducción para hablar de los inconvenientes sociales, el vídeo puede dar lugar a un debate sobre el mundo Real vs. Mundo Virtual.

9

D12



10

D13



45

Inconvenientes Tecnológicos

Para iniciar el siguiente bloque de inconvenientes, se puede preguntar:

¿Creéis que la navegación por Internet y las Redes es segura?

¿Qué medidas se pueden tomar para que nuestros datos estén protegidos?

14

D18



El Adivino

(Vídeo 6)

Proponemos ver el vídeo del adivino, para comenzar a hablar de algunos inconvenientes tecnológicos con los que nos podemos encontrar.

Tras la visualización preguntamos qué es lo que ha pasado en el vídeo y cómo el adivino sabía toda la información.

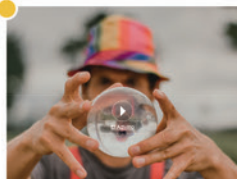
¿Qué habéis entendido?

El alumnado suele decir que se trata de hackers. Informarles que no lo son. Lo que ha pasado es que estas personas han colgado toda esa información privada en sus redes sociales o en otras webs de manera pública, por lo que el equipo de encapuchados sólo ha tenido que buscar el nombre de cada persona y extraer sus datos de las Redes para transmitirlos al falso adivino a través de un pinganillo.

Lo más importante de este apartado es que comprendan que en Internet y en las Redes Sociales, siempre hay cierta vulnerabilidad. Si no subimos información sensible o imágenes comprometidas, aunque nos hackeen, no repercutirá negativamente en nuestras vidas.

15

D19



Navegación Segura

(Vídeo 7)

En este vídeo escuchamos consejos básicos pero muy interesantes explicados por un experto en seguridad. El hecho de que sea un experto el que habla hace que al alumnado le resulte creíble.

Como consejos reseñables está, por un lado, la necesidad de ser precavidos/as cuando nos conectamos a una red wifi gratis. Por otro lado, invita a tapar siempre la Webcam cuando no la estemos utilizando, ya que puede ser activada de forma remota.

Se explica que, para que activen tu webcam, es necesario que previamente hayan instalado un programa que les permita acceder a ella.

16

D20

NAVIGACIÓN SEGURA



Entrevista con Chema Nemo



Este programa puedes instalarlo tú mismo/a sin darte cuenta, cuando ejecutas algún archivo. Por ejemplo, piensas que estás abriendo una foto que te has descargado, pero en realidad es un programa Spyware que activa de forma remota tu cámara web, pudiendo observarte.

Por ello, es importante poner un pósit en la web-cam si no la estás utilizando, para evitar este tipo de situaciones. También puede ocurrir en la Tablet y en el móvil.

Tener el antivirus actualizado y evitar sitios no seguros, ayuda a reducir el riesgo.



17

D21
D22

Consejos:

Aconsejar activar la ubicación del móvil únicamente cuando se vaya a hacer alguna actividad que se salga de la normalidad, ya sea salir de la ciudad, pasar unos días fuera... para que te puedan localizar en caso de que ocurra algo, pero desaconsejarla para el día a día.

Explicar que si hacemos una foto y tenemos activada la geolocalización del móvil las fotos automáticamente quedan geolocalizadas (es decir, que se tiene la ubicación geográfica exacta), y cuando las enviamos "adjuntamos", aunque no lo veamos, dónde se ha hecho. Como ejemplo se puede citar la cronología de google maps, que dice dónde has estado, cuánto tiempo, en qué medio de transporte, etc., en todos los momentos que tuviste activada la localización.



18

D23
D24

Si se va hacer una compra por Internet recomendamos desconectarse primero de cualquier red Wifi y después realizar la compra mediante la Red Móvil. Insistir en la importancia de seguir los consejos de las diapositivas para mantener seguros nuestros datos y nuestra intimidad.

Consejos para las Contraseñas:

*No dar la contraseña por Internet **NUNCA**. Esto evitará robos de cuenta o de información personal (mensajes, fotos, etc.).*

No "darle" a recordar contraseña, así evitaremos que los hackers la puedan copiar, ya que se queda archivada.



19

D25

En este módulo se trabajan otros riesgos asociados al uso de las Tecnologías:

- Privacidad en la Red
- Grooming
- Sexting
- Cyberbullying

A woman with a large blue eye and gears, with the text "PRIVACIDAD EN LA RED" and "Ciberseguridad".

**PRIVACIDAD
en la RED**

CONSEJOS

**PRIVACIDAD
en la RED**

CONSEJOS

Piensa que
lo que subes a la RED lo puede ver
CUALQUIER PERSONA
que conozcas

y que **NO CONOCES**

PRIVACIDAD
de...

"Ojalá a Snapchat una licencia mundial, para que
el mundo entero pueda ver, compartir, editar, publicar, crear contenidos derivados, usarlos
sóloamente, retransmitirlos, etc. sin que nadie, prom
muestra publicitaria, o cualquier otro tipo de distribución".



24

GROOMING

D31



Es la manera en la que los pederastas se ganan la confianza de los/as menores en Internet para conseguir concesiones sexuales. Crean perfiles falsos en las Redes Sociales que utilizan para contactar con los menores.

(Video 10 y 11)

Videos de alto impacto.

Genera mucha atención en la clase.

El presentador realiza un experimento por el cual se va ganando la confianza de los niños y niñas.

Aunque en el video ocurre en muy poco tiempo, en la vida real, los pederastas tardan meses en ganarse la confianza de sus víctimas. Les piden fotos, etc. que después utilizarán para conseguir más material a través del chantaje. Incluso pueden llegar a quedar con la víctima.

Les explicamos que no existe forma de asegurar que las personas que conocemos por internet, son verdaderamente quienes dicen ser. Incluso utilizan videos pregrabados para dar apariencia de realidad a través de la Webcam.

En el caso de haber contactado con alguien y haberle facilitado material personal, si amenaza con sacarlo a la luz, se deberá acudir a los padres, madres o a cualquier adulto de confianza para pedir ayuda, aunque esto nos de vergüenza.

Una nota importante es comentar con el alumnado el hecho de que algunos protagonistas del video habian hablado con sus padres o madres del tema y, aun así, cometieron el error de quedar con desconocidos, porque se suele pensar que nunca nos pasará a nosotros/as.

En base a los estudios más recientes, hay que advertir que en la actualidad, el groomer es un adulto cada vez más joven, de unos 22-25 años, que no miente en relación a su aspecto, su edad, su nombre, etc., pero que aborda a un/a menor a través de Internet adoptando una estrategia de manipulación y ganándose su confianza, bien sea comportándose de forma amistosa, o fingiendo un interés romántico en la víctima.

➤ En las diapositivas 32,33 y 34 se aportan una serie de **consejos** que comentaremos junto al alumnado.

TEN CUIDADO

Publicar nunca información privada:

- Usar un pseudónimo
- No pongas tu dirección, colegio, figura bien tus cuentas, usa las opciones de privacidad

un post en la Webcam y en el móvil cuando no la utilices se puede activar remotamente

¡Cuidado que existen perfiles falsos!

Cuidado porque los acosadores pueden usar otras estrategias en vez de hacerse pasar por un/a menor

- Su edad, su nombre, su aspecto: pueden ser reales. Sus intenciones: NO!
- Manipulación: fingen una relación romántica o de amistad, se ganan tu confianza, pero solo quieren aprovecharse de ti

ESCOGE cuidadosamente a tus AMIGOS/AS:

- Verificar todos nuestros contactos
- No aceptar solicitudes de amistad de personas que no conocemos
- Y sobre todo, no enviar fotos, videos... manipulados

D32

D33

D34

SEXTING

(Video 12 y 13 - Opcional)

El sexting consiste en el envío o difusión, especialmente a través del teléfono móvil, de fotografías y videos con contenido de cierto nivel sexual, en ocasiones tomadas o grabados por el/la protagonista de los mismos.

Se pretende que los chicos y las chicas se den cuenta del riesgo que corre su privacidad al mandar por internet videos o fotos eróticas de si mismos, así como del delito en que incurrirían por la propagación de contenido sexual de otros/as menores de edad. Por tanto, si lo reciben deben eliminarlo.

No obstante, también les debemos decir que todas las personas podemos equivocarnos alguna vez, y que si ellos han cometido el error de enviar este tipo de material y ahora les estuvieran haciendo cualquier tipo de chantaje, les explicaremos que deben capturar pantalla o registrar las pruebas de algún modo para después denunciarlo.

Les tenemos que recordar que a pesar de la vergüenza que puedan sentir, o el miedo a la "bronca", deben contárselo a sus padres/madres porque lo más importante para estos es el bienestar de sus hijos/as.

También deben saber que si tienen ese tipo de fotos comprometidas, aunque no las envíen, se las pueden robar o hackear del móvil (ejemplo: famosos/as a las cuales les han robado fotos de la nube).

Help

(Video 14)

Con este video sobre un caso real, se puede plantear un debate sobre lo ocurrido a la protagonista y cómo podemos ayudarla.

CIBERACOSO / CYBERBULLYING

(Video 15 Opcional)

Video-poema para iniciar este apartado.

Es el acoso a través de Internet o mediante las TIC. El acoso antes se producía en un lugar concreto (por ejemplo en el colegio), pero ahora con las Redes Sociales, este acoso "persigue" a la persona a cualquier hora del día, por lo que resulta muy difícil "desconectar". Hoy en día con las Pantallas, algunas personas, bajo la falsa sensación de anonimato, insultan o expresan opiniones inadecuadas que no dirían cara a cara. Dejar bien claro que un insulto aislado, o cuando riñen con alguien de forma puntual, **no es acoso**. Para que se dé el acoso, se tiene que repetir en el tiempo y estar centrado en una persona.

25

D35
D36



26

D37



27

D38





D39

ACOSADO/A: Explicar que hay gente con menos recursos personales y que, por tanto, son blancos más fáciles para los acosadores/as. Les haremos ver que estas personas suelen tener baja autoestima.

En la diapositiva están explicados los pasos que la víctima tiene que realizar para afrontar el acoso. Es importante entender que estos van por orden; damos un paso y si no funciona se pasa al siguiente nivel.

Por ejemplo, si alguien de la clase te acosa, no vas directo/a a la policía, primero les dices que te molesta y si no cambia, el siguiente paso será cortar con él (ej. Bloqueándolo en las redes sociales).

(Video 16 Opcional)

<https://www.youtube.com/watch?v=Pc1sK1WX2LA>

Si el grupo lo requiere, porque no son conscientes de la gravedad del problema, el profesional valorará la conveniencia de trabajar sobre los pensamientos suicidas que los acosados/as pueden llegar a tener porque no soportan la situación. Video de apoyo a este trabajo: Amanda Todd.



D40

ACOSADOR/A: la agresión física, verbal o de otro tipo es inaceptable, no se puede “pegar” o “insultar” (desmontar la excusa de que “es una broma”).

También hay que explicar las consecuencias legales del bullying/cyberbullying: la policía actúa, se **localiza la IP porque se deja rastro a través de la red** y, finalmente, se localiza al acosador/a.

Pero, además de las consecuencias legales para el acosador/a, hay que incidir en su responsabilidad personal, en la necesidad del rechazo de la violencia, en la empatía que debe tener hacia la víctima y hacerle consciente del daño que causa. No centramos en la parte “policial” sino sobre todo en la parte “psicológica”.



D41

ESPECTADOR/A: Es una de las figuras más importantes, ya que si se pusiera del lado de la víctima, el acoso o ciberacoso **no existiría**.

Si el espectador/a no refuerza positivamente al acosador/a ("le ríe las gracias"), posiblemente las agresiones irán disminuyendo.

Quando se trabaja la figura del espectador se debe comentar que cualquier pequeño gesto en favor de la víctima es muy importante. El apoyo moral, el calor humano, que le digáis que estáis con ella, que le escucháis... puede conseguir marcar la diferencia, pasando de sentirse solo/a. a que sufra menos.

Por último insistiremos en que si la persona acosada, no es capaz por sí misma de denunciar la situación, los espectadores/as deben contarle a cualquier profesor/a de confianza. Este acto nunca debe ser considerado como “un chivatazo” sino como el paso definitivo hacia la solución de un grave conflicto. Es decir, no son chivatos/as sino **valientes**.

31

D42



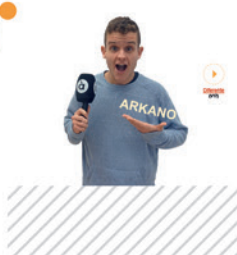
Diferente

(Video 17)

Después de escuchar esta canción de un famoso rapero sobre el bullying (contado en primera persona, ya que lo padeció en el Instituto), podemos debatir con el alumnado sobre los sentimientos de una persona acosada y opciones para superar esta situación.

32

D43



Igualmente, se insiste en que el profesorado del Centro puede ser un gran aliado, especialmente cuando el acoso o el ciberacoso surge de compañeros/as del Centro Educativo.

33

D44



Teléfonos de Ayuda

Se les dice que anoten este número. Este teléfono está atendido por profesionales especialistas que orientan sobre la manera más adecuada de actuar.

Se explica que **no deja rastro en la factura**, ya que si algún niño o niña no tiene confianza en casa para contárselo a sus padres/madres, éstos no se enterarán. En este punto insistir en que el apoyo de la familia es muy importante y siempre que puedan, lo mejor es contarle, por mucha vergüenza que puedan sentir.

34

D45



Teléfono de Ayuda

➤ Además, los propios niños y adolescentes pueden llamar para recibir un asesoramiento cercano y adaptado a su comprensión y madurez. Todo ello de forma **gratuita y confidencial**.

D46



En este teléfono se atienden consultas relativas a privacidad e identidad digital, virus y fraudes, uso excesivo de nuevas tecnologías, sexting, ciberacoso, protección de dispositivos, contenidos inapropiados, comunidades peligrosas (como pueden ser pro-anorexia o pro-bulimia), uso y configuración segura, o mediación parental, entre otros.

¡TE TOCA A TI!

35



1. ESCRIBE en el papel este curso has padecido o presenciado visto en un compañero
2. Si no es el caso escribir el papel: "EN MI CLASE NO HAY ACOSO"
3. NO PONGAS TU NOMBRE. Es anónimo

D47

ACTIVIDAD "¡TE TOCA A TI!"

¿Qué mensaje pondrías en la botella?

Se explica la actividad:

Utilizando el símil de los naufragos, cuando en una isla desierta ponen mensajes en una botella para que lo puedan leer personas que estén en otros lugares y ser rescatados, nosotros propondremos al alumnado hacer lo mismo con diferentes temas para que el monitor/a pueda ayudarlos/as.

Se reparte un papel a cada alumno/a. A continuación, se les explica que deben responder a la siguiente pregunta:

¿Has sufrido acoso durante este curso?

Se especifica que todos/as deben escribir la respuesta de forma anónima y sin comentarlo con el resto y que solo lo va a leer el monitor/a.

Con esta actividad se facilita que puedan contar algo comprometido que en público no harían.

Cuando todos y todas han escrito su respuesta podemos aprovechar esta actividad para preguntar sobre otras cuestiones importantes:

- ¿Te ha pasado algo en Internet o en las Redes Sociales que no te has atrevido a contar?
- ¿Algo relacionado con las TIC ha "cambiado" tu vida...? (En positivo o en negativo).
- ¿Has tenido algún problema con tu familia o amistades por usar las tecnologías?

Finalmente se recogen todas las respuestas, y si se detecta algún caso de acoso o ciberacoso se debe comunicar al Centro Educativo para que se tomen las medidas oportunas.

La información recopilada se analiza valorando lo que se puede retomar en la segunda parte de Clickeando (Gamificación). Cuando se trabaje tendremos muchísimo cuidado de no dar algún dato que desvele a la persona que lo ha escrito para preservar el anonimato, ya que si es algo que ha ocurrido en la clase todos/as estarán al corriente de lo que ha pasado.

MODO PARTICIPATIVO



ACTIVIDAD "FACE TO FACE"

Esta actividad trabaja el acoso y ciberacoso desde lo emocional generándose en la clase un clima muy positivo. Sólo se utilizará si ha habido un buen ambiente de trabajo en el grupo.

La actividad se realiza en parejas. Se recomienda dar las instrucciones necesarias al principio para evitar el descontrol. La clave es crear un buen clima y explicar bien las instrucciones para que la actividad sea ágil.

Una opción para plantear esta actividad es generar un clima "mágico" empezando de la siguiente forma:

¿Quién tiene la Red Social "Face to Face"?

Lo normal es que digan que no la conocen; se le dice que es lógico ya que es muy nueva. Es el último adelanto en tecnología, funciona con unas ondas especiales, sin necesidad de depender de un dispositivo para comunicarse (Móvil, Tablet u Ordenador).

Face to Face es una Esfera de Energía que se alimenta de comentarios positivos, que provocan que la esfera se haga más grande y más bonita; pero al decir comentarios negativos, automáticamente se rompe y se acaba la comunicación.

Para que resulte "creíble" será el monitor/a quien inicie la actividad simbolizando esa esfera que posteriormente se "lanzará" al alumnado.

Cuando están por parejas se les dice que miren y se concentren en la bola que hay entre ellos/as, que vean de qué color es, que sientan su temperatura, tamaño, si pesa... También se les puede decir que cada pareja junte las yemas de los dedos para "traspasarse la energía"... Al finalizar la actividad se puede preguntar si la esfera de energía ha cambiado de tamaño, de color, etc...

La actividad propiamente dicha comienza cuando **un miembro de la pareja le dice al otro qué cualidades positivas ve en él/ella**. Se pueden decir cosas positivas de su aspecto físico, pero lo más importante es que digan algo bueno de la forma de ser, de su personalidad...

Para romper el hielo el monitor/a empezará diciendo con énfasis, cualidades positivas que realmente ha visto, por ejemplo: el grupo ha sido activo, con mucha energía, simpático, con compañerismo, movido pero a la vez atento, inteligente, respetuoso, etc.

Es importante que sólo se comenten cualidades positivas, de manera sincera y sin ironías o sarcasmos. Es decir, está absolutamente **prohibido decir cosas negativas**. Después se intercambian papeles y es la otra persona la que dice cómo ve a su pareja.

Existen diferentes posibilidades para realizar el Face to Face, que utilizaremos en función del grupo, del espacio y tiempo disponible:

1/ DE FORMA SIMULTÁNEA

Todas las parejas empiezan a la vez. Se les dice que tienen que andar por la clase y cuando escuchan una palmada, pararse y emparejarse con la persona que esté más cerca.

Este planteamiento tiene como ventaja que se puede dedicar **más tiempo a la actividad en sí, incluso permite interactuar con más de una pareja.**

Con esta versión al no tener que decir públicamente las cualidades positivas de su pareja, **se gana**

en privacidad, lo que permite al alumnado más tímido expresarse más libremente. Otra utilidad de esta modalidad es que las parejas se eligen aleatoriamente.

En el lado de las desventajas destacaríamos que, al estar todas las parejas haciendo la actividad a la vez, **no podemos escucharlas a todas** y puede ocurrir que se digan cosas negativas sin que las detectemos y podamos corregirlas.

2/ POR TURNOS

2A) Cada vez interactúa una pareja en "voz alta". El resto de la clase les escucha. Una vez finaliza una pareja, continúa la siguiente hasta que toda la clase haya participado. Durante la actividad es importante mantener la atención de los compañeros/as enfocada hacia quien está hablando en ese momento.

2B) Sólo unas pocas parejas voluntarias, realizan al actividad delante de la clase (una a una). Únicamente optaremos por esta opción cuando no tengamos tiempo suficiente, ya que es la forma menos interesante de desarrollarla.

La utilidad de trabajar por turnos es que conseguimos tener toda la **información de lo que se dice**, con lo que podemos cortar inmediatamente cualquier comentario no positivo. Otra ventaja, es que es más fácil el control del grupo y se mantiene muy bien la atención del resto de la clase.

En el lado negativo, destacaríamos que con esta forma a algunos alumnos/as **les cuesta más hablar** en público frente a toda la clase.

Es destacable que con este ejercicio pueden aparecer algunas reticencias, expresadas mediante bromas o risas vergonzosas. Esto es normal, ya que en nuestra sociedad, a nivel general, está más extendida la crítica y lo negativo que el refuerzo positivo.

Para que la actividad no se vuelva contra-preventiva, el monitor/a deberá estar muy atento/a a cualquier comentario negativo. Si esto ocurre, se invitará a la persona que ha realizado dicho comentario a que lo reformule delante de toda la clase y lo convierta en algo positivo hacia su pareja.

También es reseñable que si el monitor/a no se siente cómodo al hacer esta práctica, es mejor no realizarla, ya que "hay que creerse" la actividad para llegar a la parte emocional del alumnado. Si disfrutamos durante su realización el alumnado también lo hará. Puede ser una de las actividades más divertidas. Además, se crea un clima muy positivo y una buena sensación en el aula.

FACE TO FACE

¿Y ahora cómo estás?



37

D49

ACTIVIDAD "FACE TO FACE" (2)

La actividad finaliza invitando a que cuenten qué les ha gustado de lo que le ha dicho su compañero/a.

¿Cómo os encontráis después de la actividad?

¿Cómo os habéis sentido?

En ocasiones pueden surgir reticencias y decir que se sentían raros o que lo que han dicho no era verdad, etc. También podemos preguntar ¿Alguien ha tenido vergüenza?, a lo que respondemos que es normal tener este sentimiento. Es muy importante que entiendan que esta actividad se trabaja dentro del apartado del Acoso y Ciberacoso: Es decir, tiene sentido si se contrasta con cómo se sienten cuando reciben cumplidos, frente a cómo se sienten cuando reciben insultos o amenazas.

Bien, pues si os habéis sentido bien, pensad en lo fácil que ha sido, tan solo diciendo cosas positivas a la persona que tenemos al lado conseguimos que todos y todas nos sintamos mucho mejor. Así que ya sabéis, no cuesta tanto porque todos/as tenemos cosas positivas, ¡a practicarlos!

Módulo 3

En este módulo se trabajan los siguientes temas:

- Del uso al abuso (Adicción)
- Videojuegos

38

D50

3/
MÓ
DU
LO

¿Enganchados/as?

(Video 18)

Preguntar si han entendido el vídeo. Destacaremos la obsesión actual por grabar con el móvil cada uno de los momentos importantes, perdiéndonos con ello las sensaciones que se tienen al disfrutar del “aquí y ahora”.

(Video 19 Opcional)

Con este otro vídeo, en clave de humor, también podemos iniciar este módulo sobre la adicción a las Tecnologías.

39

D51



40

D52



DEL USO AL ABUSO

Para explicar la **ADICCIÓN** a las Tecnologías hablaremos de las similitudes que tiene con la adicción a las drogas. Podemos formular las siguientes preguntas:

¿Qué pasa cuando estás enganchado a una droga? ¿Y qué pasa cuando estamos enganchados al móvil? ¿En qué se parecen?

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) una de cada cuatro personas sufre trastornos de conducta relacionados con las nuevas adicciones, que interfieren en su vida.

A partir de aquí, explicaremos que es la dependencia de las TIC, es decir, la necesidad que la gente siente de estar constantemente conectado o haciendo uso de las tecnologías, ya sean redes sociales, Internet, Móviles y/o Videojuegos.

Les proponemos el siguiente reto:

Intentad estar una semana sin móvil, para comprobar como os sentís y cómo os afecta en todos los aspectos de vuestra vida. Si os cuesta mucho, empezad por un día, a ver qué pasa.

41

D53



Al igual que en primaria, se utiliza el símil de las escalera para hablar del proceso de adicción, por ser muy visual y fácilmente comprensible. Esta diapositiva sirve para explicar cómo se produce el proceso de “enganche” a las Tecnologías, desde que empieza siendo un simple pasatiempo, hasta que finalmente, acaba siendo una verdadera adicción.

Explicar los 3 escalones “principales” basándose en las imágenes de la escalera:

- El niño que usa bien las tecnologías: aprende y se divierte pero no depende de ellas.
- El niño al que le gustan tanto, que empieza a preguntarse si estar con los amigos/as o quedarse en casa jugando con el ordenador, o mirando el móvil.
- El niño que ya está arriba porque lo único que hace es jugar a videojuegos o estar en Redes Sociales todo el tiempo.

Es importante recalcar que, igual que podemos subir escalones (es decir estar más cerca de la adicción), también se pueden bajar. Si se ha iniciado el proceso hacia la adicción costará más volver a los primeros escalones, pero es posible.

Poner ejemplos de casos cercanos ayuda a que los niños/as interioricen mejor que se trata de un problema que puede llegar a ser realmente grave.

Explicar que es un proceso, a veces lento, y que cuando estamos enganchados no nos damos cuenta. No somos conscientes del tiempo que pasamos realmente con el ordenador, móvil, videojuegos...

Se les pregunta en qué escalón creen que están; si dicen que en lo alto de la escalera, no hay que alarmarse, ser neutros, simplemente decir que explicaremos trucos para bajar escalones.

**Opcionalmente se puede preguntar en que escalón creen que les situarían sus padres/madres, y si coinciden con la valoración de ellos hacen de sí mismos.*

Nota: Hablar de Abuso y utilizar "sinónimos" de esta palabra para que les ayude a comprenderlo mejor: dependencia, necesidad, adicción, "viciado/a", "enganchado/a"...

Adicción a las tecnologías

¿Cómo saber si tienes un problema?



Pierdes el tiempo y estudias

Dedicas menos tiempo a las relaciones interpersonales y a actividades de ocio

Sufres ansiedad, irritabilidad o malestar físico en los momentos que no puedes utilizar el ordenador o Tablet

Estás más agresivo/a

42

D54

¿Cómo saber si tienes?

A continuación, explicaremos las claves para detectar si se tiene este problema. Esta diapositiva sirve para que aprendan a identificar síntomas y para explicar cómo se produce el proceso de enganche a las tecnologías, desde que empieza siendo un simple pasatiempo, hasta que finalmente acaba siendo una verdadera adicción. Es decir: los escalones de la escalera.

También decir que si alguno/a se identifica en los cuatro apartados, lo que debería hacer es seguir al pie de la letra los consejos que se dan a continuación. Si a pesar de intentar aplicarlos no puede "desengancharse", igual necesita ayuda.

¿Qué puedes hacer?

Antes de pasar a esta diapositiva se les hace la siguiente pregunta:

¿Qué podéis hacer vosotros mismos/as si veis que pasáis mucho tiempo con el móvil o el ordenador?

Se dan algunos consejos para que puedan gestionar su tiempo.

Ponerse un horario estricto (recaltar que este horario se pone para cumplirlo).

Poner alarmas para hacernos conscientes del paso del tiempo.

Por ejemplo: nos hemos puesto 30 minutos para jugar o estar en las Redes... Pasan los 30 minutos y suena la primera alarma, que nos avisa de que se nos acaba el tiempo y durante los 5 minutos que tenemos "extra" nos dedicamos a acabar la partida, despedimos de los amigos/as, guardar documentos, etc. Entonces suena 2ª alarma para cerrar todo inmediatamente.

La última opción, si no podemos por nosotros mismos, existen APPs o programas que apagan automáticamente el ordenador o el móvil.

Después explicamos que lo más aconsejable para desengancharse es hacer cosas incompatibles con las TIC, como apuntarse a otras actividades (fútbol, música, quedar con los amigos/as...).

Apagar todas las "pantallas" cuando vamos a dormir: Las pantallas encendidas nos desconcentran, estamos pendientes de los mensajes y emiten luz que nos dificultan conciliar el sueño. Nos quitan horas de descanso.

Finalmente, explicar la aplicación Forest, que sirve para tomar consciencia del uso que hacemos del móvil, así como, para ayudarnos a reducir su uso.

"Se puede hacer con amigos/as o familia, y "picarse" para ver quién usa menos el móvil (por lo tanto, el que tendrá el bosque más frondoso)."

43

Adicción a las tecnologías
¿Qué puedes hacer?

D55



Nomofobia

Preguntar si saben qué es la nomofobia. Se comenta que no tiene nada que ver con los nomos, en tono de broma.

(Video 20)

Explicar el concepto y comentar que puede ser una señal de dependencia. Si la ansiedad que tenemos por no tener el móvil operativo no es excesiva, estaría dentro de la normalidad.

44

D56

D57





45

VIDEOJUEGOS

Con esta diapositiva indagaremos cuántas personas juegan a videojuegos, incluidos los online. Será interesante ver la diferencia, si es que la hay, entre el tipo de juegos preferidos por los chicos y las chicas.



46

Los videojuegos tienen aspectos positivos, “pueden estimular la coordinación visomotora, el razonamiento deductivo, la memoria a corto y largo plazo, el razonamiento abstracto, la atención y el autocontrol”.

En el apartado de mejora la inteligencia, hacer referencia a que mejoran la memoria “de barrido”; esta memoria es la que hace que recuerdes más información cuando miras una imagen o vas navegando por una página en Internet. También se puede hablar de juegos que pueden mejorar habilidades como la estrategia, el cálculo, los reflejos, etc...



47

No son buenos cuando...

¿Cómo saber que estás enganchado? La diapositiva nos muestra una serie de síntomas que van apareciendo en el proceso de dependencia a los videojuegos. Se puede interactuar con el alumnado preguntándoles si les ocurre alguno de los síntomas.

A mayor número de síntomas sentidos, más posibilidades de encontrarnos frente a una persona adicta a los videojuegos. Conviene recordar que la dependencia a los videojuegos interfiere en los estudios al dedicarles menos horas, y en los casos más graves se da un abandono escolar.



48

(Video 21)

En la actualidad los videojuegos que crean más problemas de adicción son los juegos multijugador online. Lo más importante es que muchos de ellos no tienen final. Se puede llegar a un máximo nivel, pero siempre puedes continuar haciendo misiones y mejorar cada vez más.

Por otro lado, en los juegos por equipos, el juego “nunca” para. Si abandonas la sesión el resto del equipo se queda jugando, el juego avanza y tú no estás apoyando a tus “amigos/as”. Esto puede producir un sentimiento de culpabilidad. Además, en algunos casos, la adicción o el uso excesivo de este tipo de juegos puede llevar a sufrir una disociación de la realidad. Esto es, que se llegue a confundir la vida real con la “realidad” del videojuego.



49

(Video 22 - 2x03 - 3ª temporada TBBT - Opcional)

A modo de resumen, en el capítulo de The Big Bang Theory se describe claramente cómo puede darse un **proceso de adicción a los videojuegos**, y cómo se altera la vida de la protagonista influyendo negativamente en su entorno, sus relaciones y sus actividades cotidianas, sin ser consciente de ello.

REDES "K ME CUENTAS"

En este apartado se informará de la existencia de diversas Redes Sociales que transmiten información educativa y de interés sobre estos temas, y están adaptadas a la edad del alumnado al que dirigimos el taller.

En el caso del Ajuntament de València, también se les informa de las páginas propias para niños/as y jóvenes que se engloban en la denominación **"K me cuentas"** en Twitter, Instagram y YouTube. En estas páginas encontrarán consejos, noticias, carteles y vídeos sobre el buen uso de las Tecnologías y los riesgos del consumo de drogas, que resultarán de su interés y en las que continuarán aprendiendo.

Es importante insistir al alumnado en que antes de visitar estas páginas, deben decírselo a sus padres/madres para que les den permiso, ya que son menores de edad y es aconsejable que la familia esté al tanto de la información que recibe su hijo/a, así como de las cuentas a las que sigue.

50

D63



FINALIZACIÓN TALLER

Actividades para casa

En esta "tarea para casa" se les propone pasar una mañana o una tarde completa sin el móvil. Esta actividad se plantea para ver qué grado de **Nomofobia** tienen; podrían descubrir si realmente tienen ese "miedo" a salir de casa sin el móvil o no tener un cargador cerca para que siga en funcionamiento.

Antes de la finalización del taller es recomendable proponer una serie de actividades, con la finalidad de **hacerles conscientes del uso que ellas y ellos hacen de las TIC**.

También se puede buscar la implicación del propio alumnado, para que realice acciones enriquecedoras con las Tecnologías como protagonistas dentro de su **Centro de Enseñanza**.

Valoración

Además de los cuestionarios que se pueden utilizar para la evaluación del taller, es conveniente realizar una valoración en el momento, preguntando al alumnado cuestiones como las siguientes:

- ¿Qué habéis aprendido que no sabíais?
- ¿Qué se podría mejorar del taller?
- ¿Qué parte os ha gustado más?
- ¿Os habéis divertido?

Opcionalmente, se les puede pedir que **valoren el taller** mediante una sola palabra (en este caso serán adjetivos), o bien con una frase corta. La ronda tiene que ser dinámica y rápida. También, si se ve conveniente, el monitor/a valorará a la clase, diciéndoles en ese momento sus sensaciones con el grupo, subrayando los **aspectos positivos** de éste.

Ahora un aplauso para vosotros y vosotras porque habéis sido una clase muy buena (participativa, trabajadora, dinámica...).

51

D64

D65



¿Qué os ha parecido el TALLER?

D66



D67



D68





52

D69

MATERIAL COMPLEMENTARIO

El material que se expone a continuación, pretende poner a disposición del monitor/a determinados **conceptos** que pueden surgir a lo largo del taller, para aclarar las dudas que plantea el alumnado. Estos conceptos se presentan como material complementario, dado que el Taller Clickeando no tiene como objetivo principal profundizar en aspectos puramente técnicos de las TIC, sino ofrecer al alumnado recursos personales para relacionarse con las tecnologías de una manera responsable.

INCONVENIENTES TECNOLÓGICOS "GUSANO"

Malware que tiene la propiedad de replicarse a sí mismo.
Se propaga de ordenador a ordenador sin la ayuda de una persona.
Capacidad para replicarse en el sistema informático.



53

D70

Inconvenientes Tecnológicos

➤ GUSANO

Los Inconvenientes Tecnológicos se pueden concretar en gusanos, troyanos, virus, etc. creados por personas que tienen como finalidad apoderarse de tus datos, tu dinero, tu privacidad, estropear el equipo o la información que tienes en él.

Los **gusanos** utilizan las partes automáticas de un sistema operativo que generalmente son invisibles al usuario.

INCONVENIENTES TECNOLÓGICOS "TROYANO"

El término proviene de la historia "El Caballo de Troya".
Objetivo principal: creación puerta trasera (backdoor) que de acceso para robar información personal.
Fácil detección. Puede estar oculto durante meses sin que el usuario perciba nada.



54

D71

➤ TROYANO

Podemos pedirles que nos cuenten la historia del caballo de Troya, si no la saben la explicará el monitor/a, para que vean la similitud con el concepto. Solemos instalar los **Troyanos** sin darnos cuenta, cuando descargamos y ejecutamos algún archivo de Internet, de alguna página no segura. Sólo se necesita instalar un troyano en tu Móvil, Tablet u Ordenador para que los Hackers tengan acceso completo al dispositivo.

INCONVENIENTES TECNOLÓGICOS "SPYWARE"

Recopila información de un ordenador y la transmite a una entidad externa sin el consentimiento del propietario.
Se autoinstala en el sistema de forma que se ejecuta cada vez que se pone en marcha el ordenador.
En ocasiones, pérdida considerable del rendimiento del sistema y el ordenador se queda "colgado".



55

D72

➤ SPYWARE

El **spyware** puede infectar el sistema del mismo modo que cualquier otro malware, mediante un troyano, un virus, un gusano, un exploit, etc.

INCONVENIENTES TECNOLÓGICOS "HACKER"

Significado real: persona con talento y conocimiento en cuanto a los sistemas de programación.
Significado coloquial: Persona que tiene los conocimientos informáticos necesarios para modificar el sistema para que se pueda emplear con otros fines que no son los previstos.



56

D73

➤ HACKER

También existen los **hackers** "buenos" que ayudan a las empresas y su organización para evitar los fallos en su seguridad informática y que no queden "brechas" sin cubrir, como por ejemplo Chema Alonso.

Pero insistir que **no todos** tienen buenas intenciones, en ocasiones están dentro de organizaciones criminales (también conocidos como piratas informáticos).

► SPAM

El **Spam** son ventanas o páginas que se abren al entrar en un sitio poco seguro, son muy molestas y a veces cuesta cerrarlas.

También pueden entrar vía correo electrónico. Algunos de estos correos pueden estar infectados por un virus. Por esta razón no deberemos abrir los correos dudosos.

Para que el spam no se difunda, se recomienda utilizar la opción de correo CCO. Con esto se garantiza la privacidad de las personas que reciben los e-mails y se previene el envío de virus.

Un último consejo para evitar el spam es utilizar programas para bloquear este tipo de mensajería.

► PHISHING

El **Phishing** es una forma de robo de identidad: un hacker realiza una copia exacta de la página de inicio de cualquier Web o Red Social, siendo la trampa perfecta para que introduzcamos nuestros datos y así robarnos la contraseña y nuestra información.

► URL FALSA

Cuando navegamos por Internet debemos comprobar los enlaces que clicamos para ver si nos llevan a la verdadera dirección Web.

En la diapositiva se nos advierte que antes de "clicar" en un enlace, hay que asegurarse de que el link es el adecuado. Nos fijaremos en que la dirección web que aparece al situar el dedo o el cursor sobre el enlace, sea coherente con el sitio que queremos visitar.

En esta diapositiva se explica cómo saber si una URL nos quiere llevar a una página falsa.

Detectaremos que la página es falsa si después del último .es .org .com .net o similar, aparece otro punto antes de la primera barra "I".

Con este truco, los Hackers simulan una página web con un nombre igual o muy parecido al original, con la finalidad de confundir a los usuarios/as.

Por ejemplo, si queremos entrar a la Wikipedia en español nos aparece la siguiente URL:

<https://es.wikipedia.org/wiki/Wikipedia:Portada>

Si un hacker quiere engañarnos, podría poner una dirección como la que aparece a continuación o similar:

<https://es.wikipedia.org.info/wiki/Wikipedia:Portada>

► URL FALSA

Explicar la diapositiva diciéndoles que, a partir de ahora, tienen que fijarse en que las páginas que visiten tengan el candado verde, es decir sean páginas seguras.

57

INCONVENIENTES TECNOLÓGICOS "SPAM"

D74
D75

Dos nombres: Correo basura y mensaje basura

Mensajes no solicitados, no deseados o con contenido desconocido

Son habitualmente de tipo publicitario se envían en grandes cantidades (incluso masivas)



NAVEGACIÓN SEGURA

¿Cómo evitamos el SPAM?

Para que un e-mail no guarde las direcciones de los destinatarios cuando lo enviamos a mucha gente, enviamos por CCO/CCO, para saber tenga los correos electrónicos de sus amigos/as

CCO: Copia de Carbon Oscuro

58

INCONVENIENTES TECNOLÓGICOS "PHISHING"

D76

Intento de adquirir información confidencial de forma fraudulenta

entorno llamado "suplantación de identidad"

phisher se hace pasar por una persona de confianza a través de WhatsApp, correo electrónico, llamadas telefónicas... con las páginas web! Pueden ser falsas ¿verdad los datos?



59

INCONVENIENTES TECNOLÓGICOS "URL FALSA"

D77
D78

Atención: Sitio no reconocido

La dirección muestra el sitio no reconocido para poder seguir utilizando el Sitio de Control, a continuación el Sistema de Seguridad algunas veces detecta...

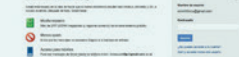
Y finalmente su cuenta Autorizada... http://www.cualquierweb.com/autorizar_plantilla...

En caso contrario, si usted que accede a la seguridad más reciente para de...

atención de su cuenta, así el navegador puede de la dirección...

NAVEGACIÓN SEGURA

URL FALSA



60

NAVEGACIÓN SEGURA

D79

Es un certificado que nos dice que la página es segura, aparece en verde

Si aparece rojo nos dice que no es página segura, por lo que indica a facilitar nuestros datos personales

página web tiene en verde su candado y que se ha certificado



NAVEGACIÓN SEGURA



61

COOKIES

D80

Las **cookies** son pequeñas huellas del recorrido que vamos haciendo por Internet; se quedan guardadas en nuestro navegador (Chrome, Firefox, etc.) y algunas empresas las utilizan para mostrarnos publicidad de productos que anteriormente hemos buscado. Por ejemplo, si has estado mirando zapatillas, es posible que al visitar otras páginas distintas os aparezcan anuncios de marcas de zapatillas.

El aspecto positivo es que cuando visitamos una página, gracias a las cookies, si volvemos a entrar en ésta, el acceso será mucho más rápido.

De todas formas, si no queremos recibir publicidad, lo recomendable es borrarlas cuando acabemos la sesión.

INCONVENIENTES TECNOLÓGICOS

Páginas Inapropiadas



62

DEEP WEB

D81

Las Deep Web o web profunda es el lugar de Internet donde se guarda lo que habitualmente no se puede ver a través de los motores de búsqueda.

En este lugar, existen diferentes páginas web que tienen algún contenido que no puede ser mostrado, tanto en Google como otros buscadores conocidos a nivel mundial, debido a que, en su mayoría, infringen la Ley. (Video 23)

Como siempre preguntarles si lo han entendido y que les parece.

Un consejo para no entrar en la Deep Web por error, es fijarse en la extensión de dominio de la Web en la que vamos clicar. Tienen que ser extensiones normales como por ejemplo:

- .com para uso comercial
- .org para asociaciones sin fines de lucro
- .edu para instituciones académicas
- .net para servicios de internet
- .info para sitios web informativos
- .biz para negocio
- .jobs empresas relacionadas con el empleo
- .travel restringido a empresas de viajes y turismo

Y todas las de diferentes países:

- .mx para México
- .es para España
- .ar para Argentina
- .tv para Tuvalu.
- .us Estados Unidos

En el siguiente enlace se encuentran las extensiones de dominio de todos los países:

<http://www.webusable.com/ExtensionsTable.htm>

Nota: insistir en que visitar sitios de la DeepWeb puede tener consecuencias legales.

ESTAFA

Otro truco con el que podemos encontrarnos son las pestañas que se abren y nos piden que pongamos nuestro número de teléfono, por ejemplo, cuando queremos ver una película o una serie, ya sea porque te “dan” una contraseña o porque hay que suscribirse, etc.

Es probable que sea una **estafa**, como la mostrada en la diapositiva, ya que al introducir tu número, estás accediendo a recibir SMS's no gratuitos que te cobrarán en tu factura. Es difícil darse de baja de estos servicios.

APAGA EL ORDENADOR

Estas aplicaciones se programan para que apaguen el ordenador a una determinada hora y se utilizan cuando alguien no puede “desconectarse” por sí mismo. Son de gran ayuda para personas con falta de autocontrol para utilizar las Redes Sociales, videojuegos,...

Algunos te avisan antes para que puedas cerrar los programas y documentos que estés trabajando, pero pasado un tiempo, apagan el ordenador, por lo que si no lo has guardado, el trabajo se pierde. Estos son sólo algunos ejemplos de programas.

Problemas con las TIC

ACTIVIDAD “EL CASO DE JUAN”

Con esta actividad pretendemos redundar en la **toma de conciencia** de lo adictivas que pueden ser las TIC y que el alumnado reflexione y aporte soluciones al problema. Una forma de introducirlo, es explicar que es el caso real de un niño que recibió tratamiento por su dependencia a los videojuegos. Se explica el caso brevemente y se pregunta:

“¿Qué haríais si fueseis el padre o madre de Juan?”

Dejar que respondan varias personas y a continuación se pone la imagen del esqueleto. Se puede decir en clave de humor una frase del estilo:

“Menos mal que tomaríais cartas en el asunto si no Juan podría acabar así”.

A menudo, cuando se ponen en el papel de sus Padres o Madres, las soluciones que proponen son muy drásticas: romper el ordenador, castigarles sin móvil durante todo el curso...

Este sencillo ejercicio ayuda a que los niños/as vean las cosas **desde otra perspectiva** (en este caso la de sus progenitores/as) para que, si en algún momento les dicen lo mismo a ellos, recuerden que el deseo de los padres/madres es solucionar el problema.

Hay que entender que las posibles soluciones no son las únicas, sólo son algunas tentativas para afrontar el problema.

63

D82



64

D83

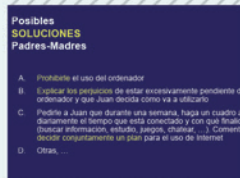
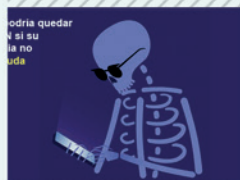
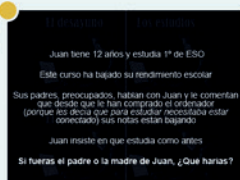


65

D84

D85

D86



Créditos y enlaces videos



D87

D88

Cuestionario sobre el uso de las TIC

QÜESTIONARI SOBRE L'ÚS DE LES TECNOLOGIES CUESTIONARIO SOBRE EL USO DE LAS TECNOLOGÍAS

Aquest qüestionari és anònim i confidencial / Este cuestionario es anónimo y confidencial

CENTRE EDUCATIU / CENTRO EDUCATIVO

DATA / FECHA

EDAT / EDAD	SEXE / SEXO
	☐ MASCULÍ MASCULINO
	☐ FEMENÍ FEMENINO

CURS / CURSO	NIVELL / NIVEL
	☐ PRIMÀRIA PRIMARIA
GRUP / GRUPO	☐ SECUNDÀRIA SECUNDARIA



0	1	2	3	4
Mai / No utilitze Nunca / No Uso	Poques vegades Pocas Veces	A vegades A veces	Amb freqüència Con frecuencia	Moltes vegades Muchas veces

Quant temps utilitzes les següents Aplicacions? / ¿Cuánto tiempo usas las siguientes Aplicaciones?

FACEBOOK	0	1	2	3	4
INSTAGRAM	0	1	2	3	4
TWITTER	0	1	2	3	4
TIK TOK	0	1	2	3	4
WHATSAPP	0	1	2	3	4
GOOGLE	0	1	2	3	4
YOUTUBE	0	1	2	3	4
SNAPCHAT	0	1	2	3	4
VIDEOJOCs / VIDEOJUEGOS	0	1	2	3	4
ALTRES, QUINS? / OTROS, ¿CUÁL?	0	1	2	3	4

Respon a les següents preguntes / Responde a las siguientes preguntas

Dorm menys hores que abans, per a poder usar més temps les Tecnologies <i>Duermo menos horas que antes, para poder usar más tiempo las Tecnologías</i>	0	1	2	3	4
Deixes els deures sense fer, per usar les Tecnologies? <i>¿Dejas los deberes sin hacer, por usar las Tecnologías?</i>	0	1	2	3	4
Deixes d'eixir amb els teus amics/as o fer coses que t'agraden, per usar les Tecnologies? <i>¿Dejas de salir con tus amigos/as o hacer cosas que te gustan, por usar las Tecnologías?</i>	0	1	2	3	4
Discuteixes amb el teu pare/mare per l'ús de les Tecnologies? <i>¿Discutes con tu padre/madre por el uso de las Tecnologías?</i>	0	1	2	3	4
Quan no pots usar les Tecnologies et sents malament? (irritat/a, nerviós/a...) <i>Cuando no puedes usar las Tecnologías ¿te sientes mal? (irritado/a, nervioso/a...)</i>	0	1	2	3	4
Has intentat limitar el teu temps de connexió i no l'has aconseguit? <i>¿Has intentado limitar tu tiempo de conexión y no lo has conseguido?</i>	0	1	2	3	4
Has mentit sobre les hores que estàs connectat/a amb el mòbil, videojocs...? <i>¿Has mentido sobre las horas que estás conectado/a con el móvil, videojuegos...?</i>	0	1	2	3	4
Estar utilitzant les Tecnologies et produeix una eufòria especial, intensa? <i>¿Estar usando las Tecnologías te produce una euforia especial, intensa?</i>	0	1	2	3	4
Entre setmana, uses les Tecnologies 3 hores o més al dia? <i>Entre semana, ¿usas las Tecnologías 3 horas o más al día?</i>	0	1	2	3	4
Has enviat o compartit fotos íntimes o inapropiades? Encara que siga amb algú de confiança, en aquest curs / ¿Has enviado o compartido fotos íntimas o inapropiadas? Aunque sea con alguien de confianza, en este curso.	0	1	2	3	4
Aquest curs t'han insultat o t'has sentit assetjat/per internet, mòbil? <i>¿Este curso te han insultado o te has sentido acosado/a por internet, móvil?</i>	0	1	2	3	4

Per favor, repassa perquè no quede cap pregunta sense contestar. / Por favor, repasa para que no quede ninguna pregunta sin contestar.







AJUNTAMENT DE VALÈNCIA
REGIDORIA DE SALUT I CONSUM RESPONSABLE



UPCCA
VALÈNCIA



GENERALITAT
VALENCIANA
Conselleria de Sanitat
Universal i Salut Pública