Educar en la era digital
(sin perder la calma)



FUNDACIÓN Para la Convivencia Digital

¿Cómo te gustaría que fuera tu hijo(a) a los 30 años ?



Imagen creada con IA

¿Cómo te gustaría ser hijo a los 30 años?



Imagen creada con IA


Convivencia
Digital
Imagen creada con IA

Convivencia Digital



¿Cuáles son los juegos favoritos de tus compañeros de curso?



Imagen creada con IA



Convivencia
Digital

Años 50. Fumar era recomendado por médicos…





Convivencia Digital

Australia prohíbe el uso de las redes sociales a menores de 16 años con la legislación de internet más estricta del mundo

Más de la mitad de los adolescentes brasileños de entre 10 y 13 años tiene teléfono móvil. Proporción que sube a 87,6% entre los adolescentes de entre 14 y 17 años.

Compartir en:

Este miércoles se conoció que el **Congreso de Brasil** aprobó una ley que les prohíbe a los alumnos en las escuelas de primaria y secundaria el uso de los celulares como forma de contraatacar los efectos nocivos de las pantallas en la salud y el aprendizaje en los jóvenes.

La ley, que aplica a los alumnos de entre 4 y 17 años, fue aprobada por el Senado y debe ahora pa el presidente Lula para ser sancionada, exige que dentro de las escuelas solo sean permitidos dispositivos electrónicos que se usen para fines de carácter estrictamente pedagógico.

Además de que la prohibición de los celulares tiene como excepción a aquellos estudiantes que p razones de **"accesibilidad"** o de **"condiciones de salud"** necesiten de estos aparatos móviles.

GETTY IMA

El ente re

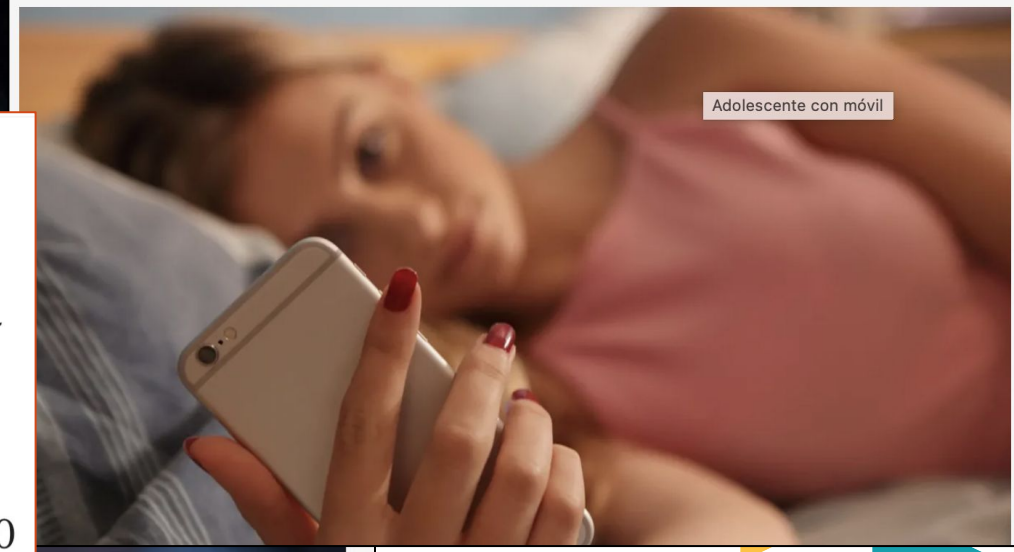
la prohibición.

Miden la huella en la salud mental de los jóvenes que empezaron a usar el móvil antes de los 13 años

Una investigación con datos de 100.000 jóvenes advierte de trastornos como la ansiedad, impulsividad o desconexión mental cuando las pantallas llegan en la infancia

Ciencia y Tecnología

Canadá prohíbe los móviles a menores de 16: cuánto tiempo al día empieza a ser un riesgo



Adolescente con móvil



	TOTALMENTE EN DESACUERDO 1	2	3	4	5	TOTALMENTE DE ACUERDO 6
Mi vida va bien	3.79% 29	3.92% 30	9.54% 73	15.42% 118	23.27% 178	44.05% 337
Mi vida es como yo quiero que sea	7.58% 58	8.89% 68	15.95% 122	18.82% 144	23.53% 180	25.23% 193
Me gustaría cambiar muchas cosas de mi vida	18.30% 140	18.43% 141	9.02% 69	10.33% 79	16.21% 124	27.71% 212
Me gustaría tener otro tipo de vida	49.67% 380	16.34% 125	9.15% 70	8.10% 62	6.54% 50	10.20% 78
Tengo una buena vida	3.40% 26	2.75% 21	3.66% 28	8.76% 67	17.12% 131	64.31% 492
Tengo lo que quiero en la vida	4.84% 37	4.71% 36	9.93% 76	16.21% 124	25.75% 197	38.56% 295
Mi vida es mejor que la de la mayoría de otros niños o niñas de mi edad	7.06% 54	5.62% 43	15.16% 116	16.21% 124	23.53% 180	32.42% 248

Relación pantallas y felicidad

b. Relación entre uso de tecnologías y satisfacción vital:



Uso diario tecnología	Satisfacción vital
Uso diario del teléfono móvil	1 punto ↓
Uso diario computador	0,5 puntos ↓
Uso diario videojuegos	0,4 puntos ↓

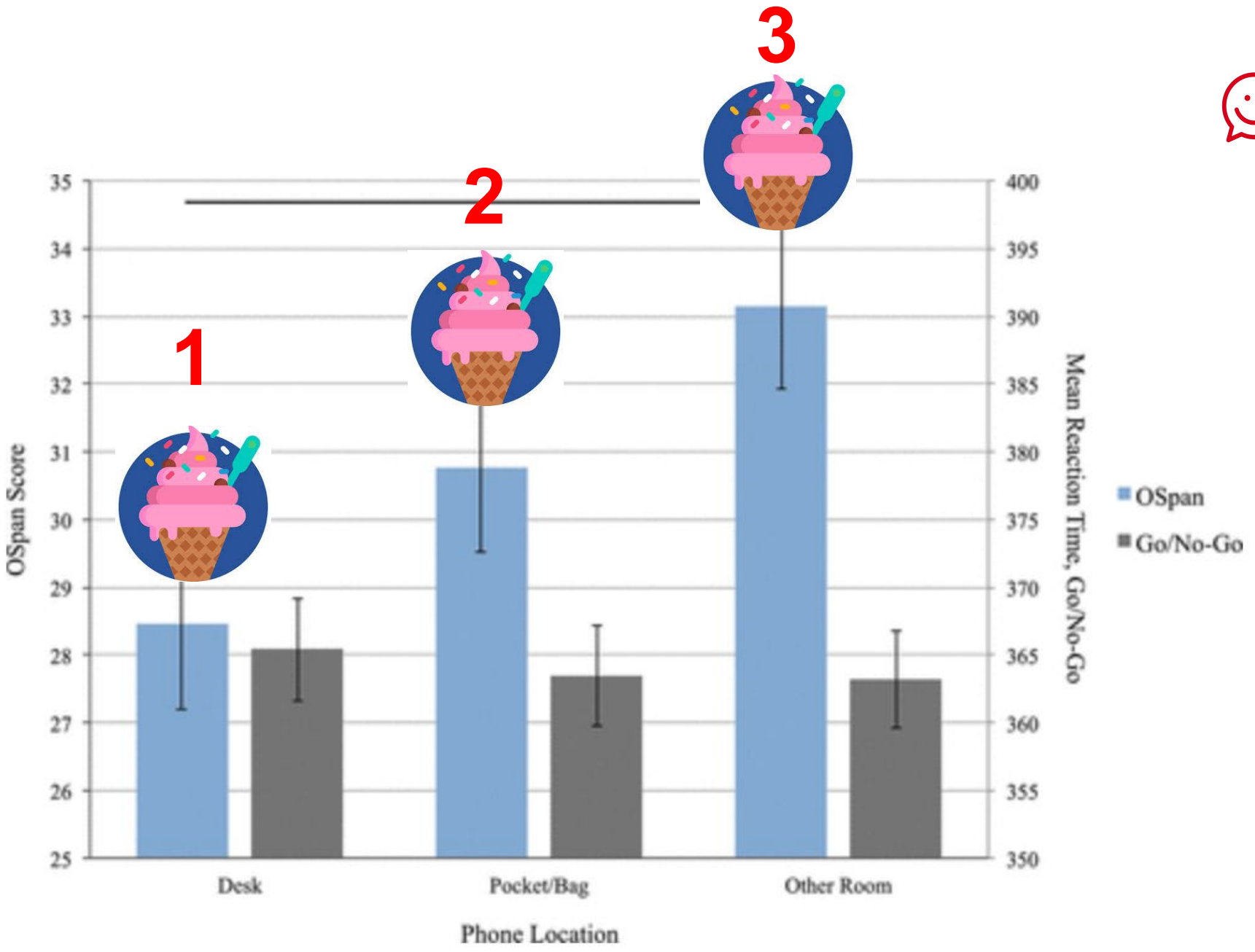
Interpretación de los resultados:

- Cada 1 hora de aumento en el uso de teléfono móvil, disminuye 1 punto la escala de satisfacción vital.
- Cada 1 hora de aumento en el uso de computador, disminuye 0,5 puntos la escala de satisfacción vital.
- Cada 1 hora de aumento en el uso de videojuegos, disminuye 0,4 puntos la escala de satisfacción vital.

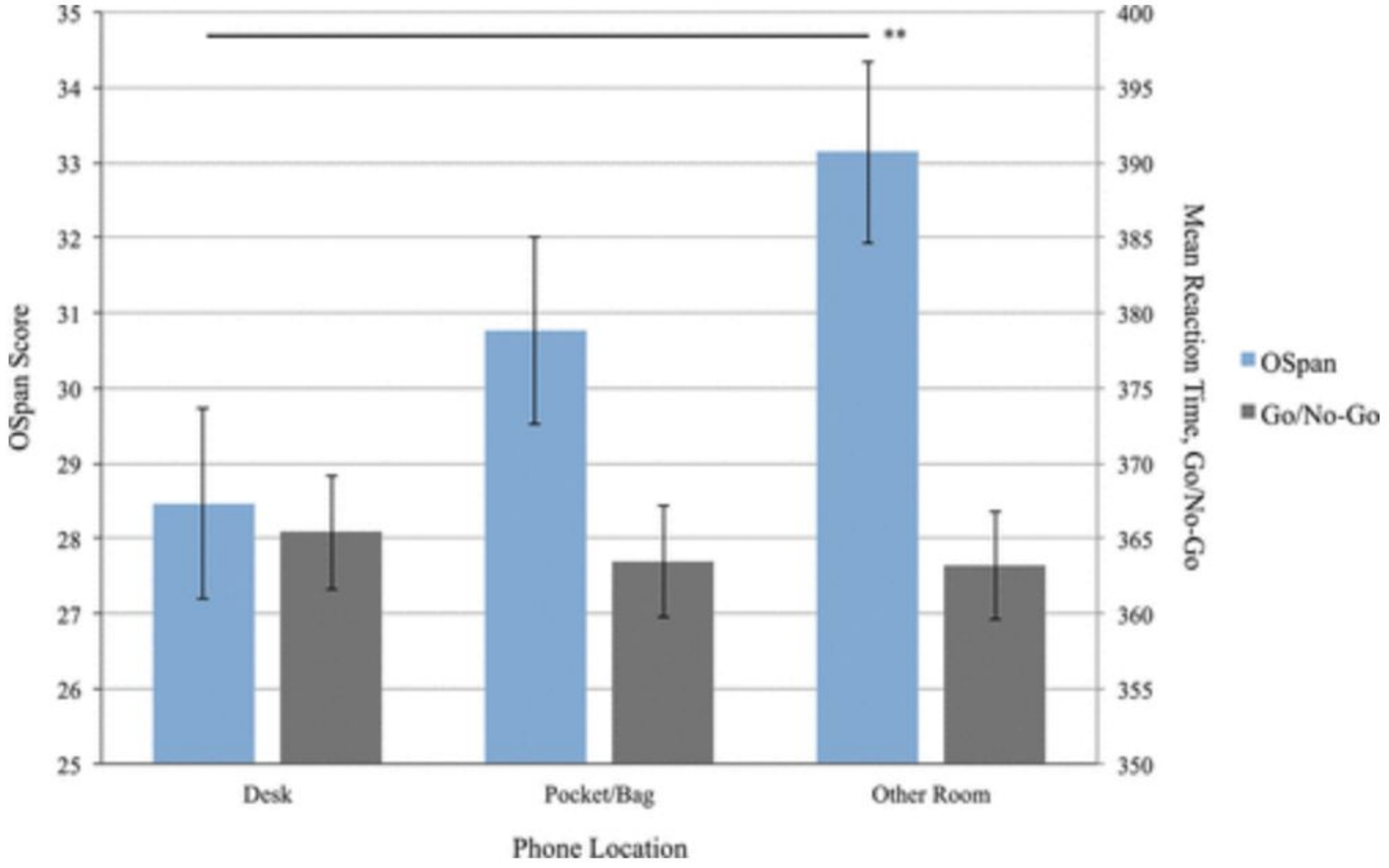
Convivencia Digital

	NO ESTOY DE ACUERDO	ESTOY UN POCO DE ACUERDO	ESTOY COMPLETAMENTE DE ACUERDO
Jugar videojuegos me alteran la vista	27.50% 190	49.49% 342	23.01% 159
Jugar videojuegos me hacen sentir más inteligente	44.57% 308	37.34% 258	18.09% 125
Jugar videojuegos me tranquilizan	20.69% 143	43.99% 304	35.31% 244
Jugar videojuegos me ponen violento(a)	60.06% 415	28.65% 198	11.29% 78
Jugar videojuegos es un vicio para mí y me cuesta dejar de jugar	48.19% 333	33.43% 231	18.38% 127
Jugar videojuegos mejoran mi concentración	39.51% 273	37.34% 258	23.15% 160
Jugar videojuegos después de las 9.00 de la noche afecta mi sueño	23.44% 162	24.89% 172	51.66% 357

52%


1
2
3
OSpan Score
Mean Reaction Time, Go/No-Go
35
34
33
32
31
30
29
28
27
26
25
400
395
390
385
380
375
370
365
360
355
350
OSpan
Go/No-Go
Desk
Pocket/Bag
Other Room
Phone Location

Mira cómo te afecta, el sólo tener un teléfono cerca…















Por favor
¡Apúrate!







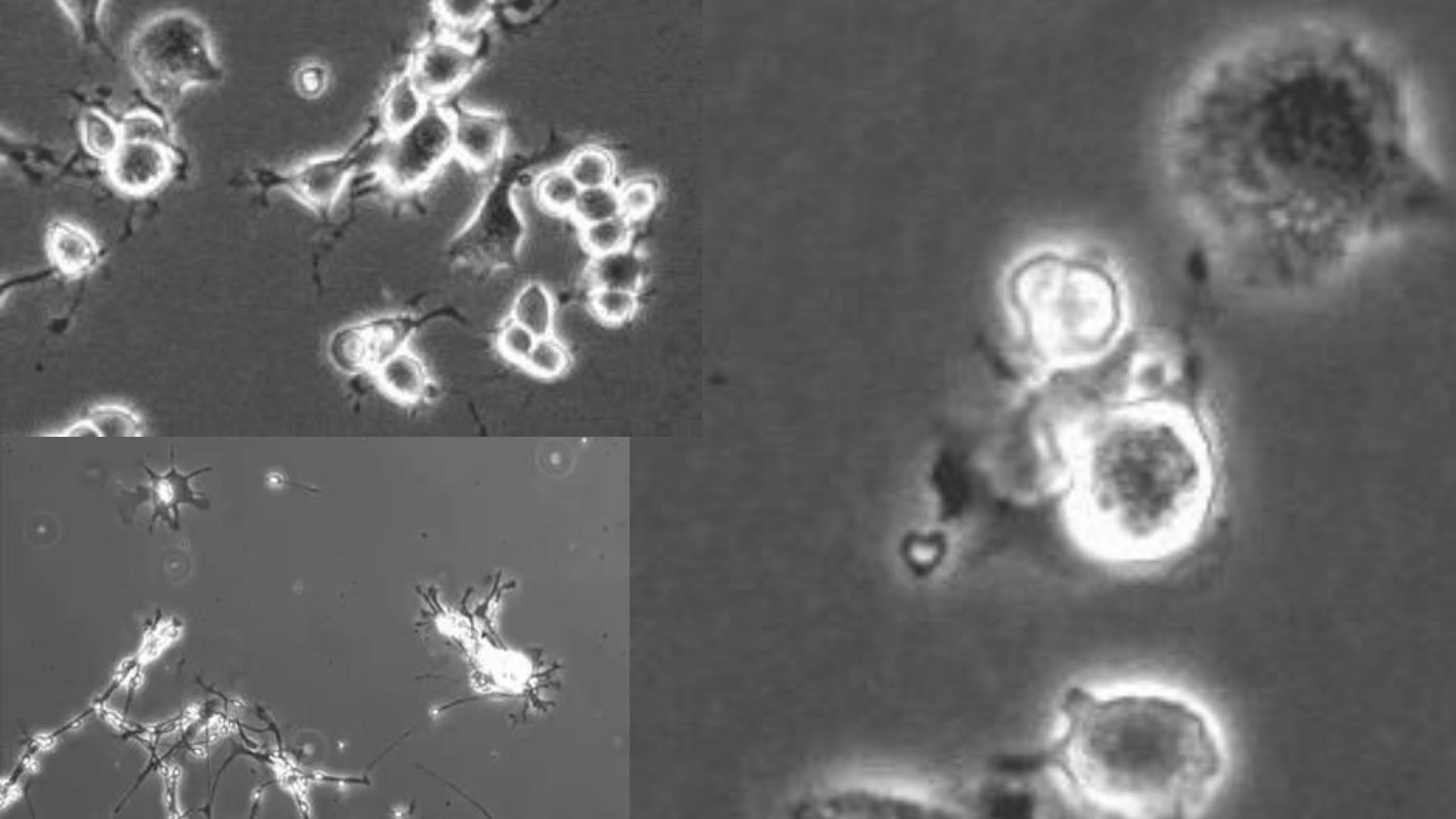




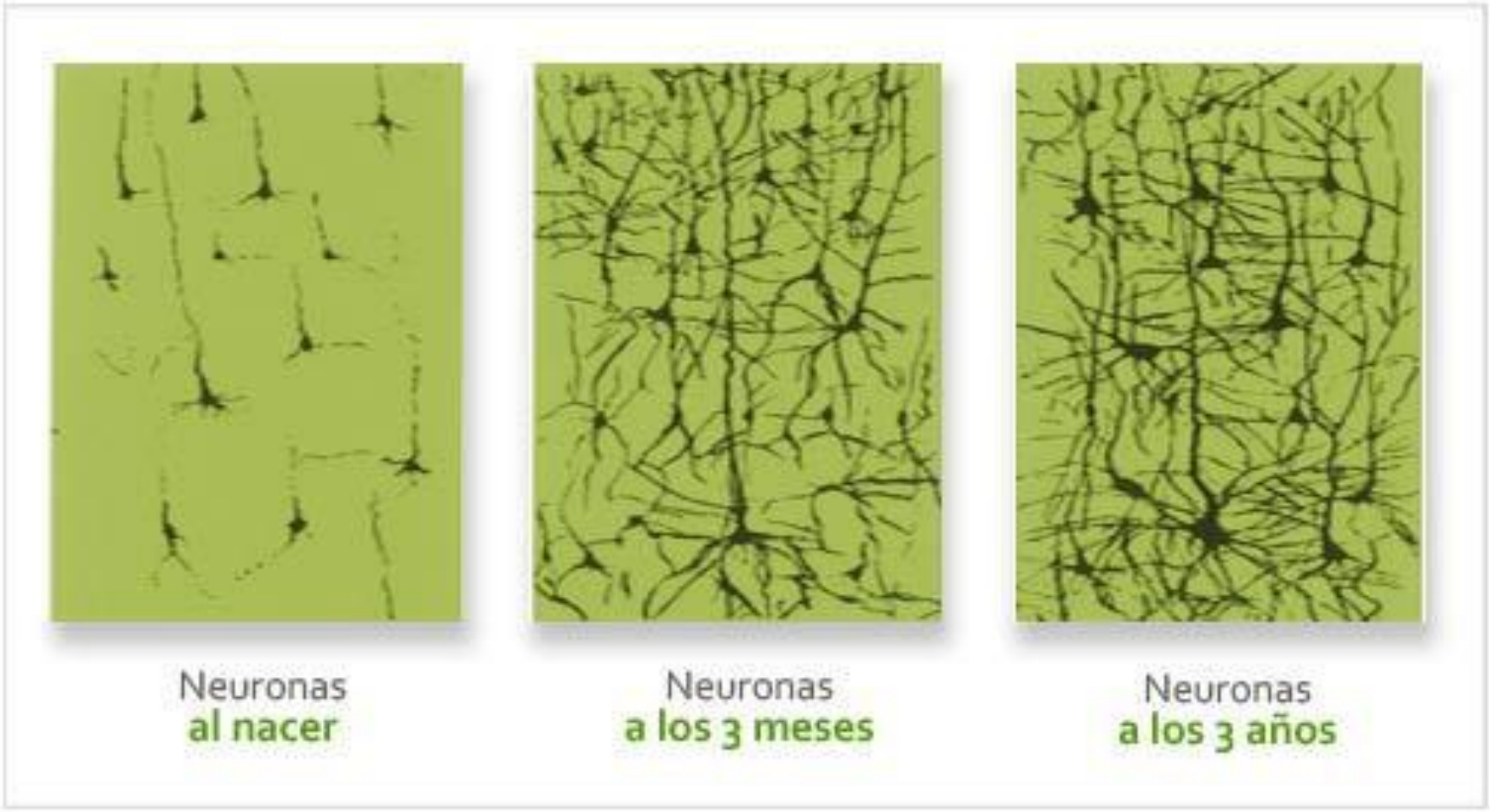
Imagen creada con IA





Imagen creada con IA

Jugando se generan más conexiones



Consideremos un aspecto clave…

- Autorregulación
- Pudor
- Control del tiempo
- Control inhibitorio

Entre otras…

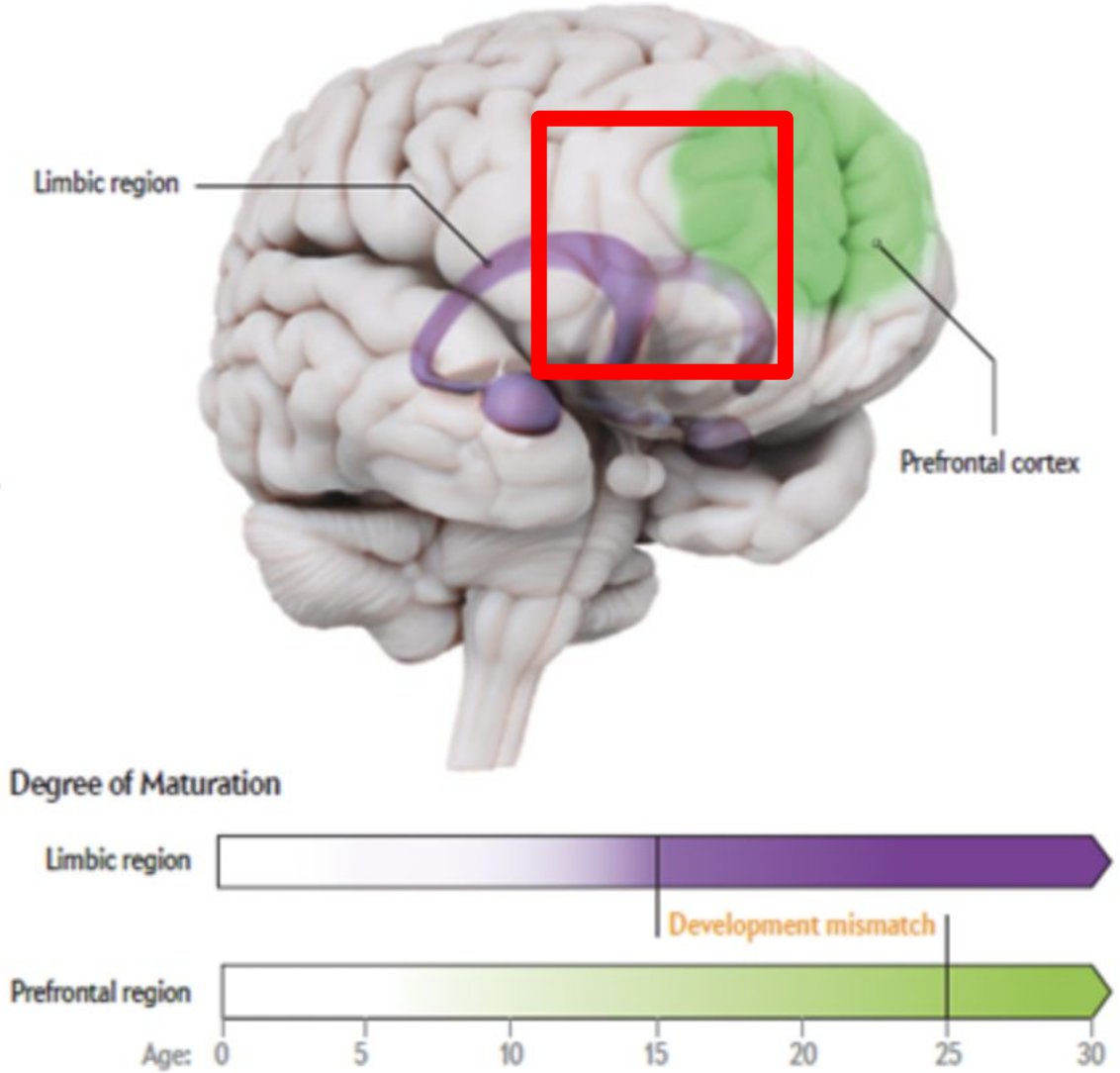


Figura 2. La corteza prefrontal (verde) se aproxima a su máximo desarrollo unos 10 años más tarde que el sistema límbico (lila) (Giedd, 2015).

Convivencia Digital

ACUERDOS EN FAMILIA PARA
ORGANIZAR LAS PANTALLAS EN CASA

Orientaciones para una convivencia digital positiva



Orientación para la familia

Acuerdo de familia: 4 claves para organizar las pantallas en casa

Para tu Convivencia Digital

Acuerdos familiares:

Hemos establecido algunas ideas básicas para conversar en familia, a las cuales pueden agregarle nuevas iniciativas. Complete una hoja por cada hijo(a).

Control del tiempo

Regular el tiempo de exposición a las pantallas, permitirá tener una vida saludable y equilibrada.

Días de la semana	Actividad	Horario
Lunes		
Martes		
Miércoles		
Jueves		
Viernes		
Sábado		
Domingo		

Lugar y momento de conexión

Determinar los espacios físicos donde se pueden usar las tecnologías en el hogar, facilitará la supervisión parental y la comunicación.

Dormitorios	◯ Si	◯ No
Living/sala de estar	◯ Si	◯ No
Cocina	◯ Si	◯ No
Otros	◯ Si	◯ No

Condiciones básicas para entablar amistades virtuales

Establecer medidas de autocuidado para comunicarse con otros a través de redes sociales, videojuegos o chats, permitirá prevenir el contacto con personas malintencionadas.

	Redes Sociales	Videojuegos en línea
Conocidos (amigos)	◯ Si ◯ No	◯ Si ◯ No
Desconocidos	◯ Si ◯ No	◯ Si ◯ No
Edad mínima para autorizar su uso		

Condiciones para acceder a contenidos digitales

Una actitud crítica y herramientas de búsqueda para la información segura ayudan a evitar el contacto con contenidos inadecuados para menores.

A lo que NO debes acceder NUNCA:	◯ Pornografía ◯ Violencia explícita ◯ otros.....
A lo que NO puedes acceder sin preguntar antes a un adulto:	◯ Videos en youtube ◯ Sitios webs no validados ◯ otros.....
A lo que puedes acceder en compañía de un adulto:	◯ Sitios webs o apps educativas ◯ Webs o apps de entretención autorizadas por los adultos de tu familia. ◯ otros.....

Conoce el programa:

CONVIVENCIA DIGITAL Y AUTOCUIDADO EN INTERNET

www.convivenciadigital.cl | #convivenciadigital

Material licenciado

ORIENTACIONES PARA LA FAMILIA

ACUERDOS DE CURSO PARA RETRASAR LA ENTREGA DE TELÉFONOS CON INTERNET

Para tu Convivencia Digital

1 DETERMINAR OBJETIVOS DEL ACUERDO

¿Por qué queremos promover este acuerdo de curso?

Con el objetivo de resguardar la salud mental de nuestros hijos(as) y evitar que el uso excesivo de las pantallas afecten su desarrollo, queremos retrasar la entrega del teléfono celular personal con internet hasta [curso] o edad. (sugerencia mínimo 13 años). Sabemos que las tecnologías tienen muchos beneficios para las personas, pero entendemos que antes de los 14 años o finales de 8° básico, su acceso no regulado, puede significar una alteración importante en la salud mental de nuestros hijos(as).

¿Qué podemos esperar de este acuerdo?

Es posible que si más de la mitad de las familias de un curso adhieran a este compromiso, podamos darle a los hijos(as) una mejor infancia, con tiempos libres para desarrollar actividades de calidad, que aporten a su desarrollo. El nivel de adhesión al acuerdo, va a variar según el espíritu de comunidad que se haya logrado en el colegio.

Lo previo: acuerdos de familia

Se sugiere, que en una primera instancia, cada familia pueda trabajar en sus propios acuerdos. El material compartido en el taller para las familias*, ayuda a lograr de mejor manera los acuerdos de curso. Es necesario haber generado alguna instancia de capacitación o formación para las familias en cuanto a los temas relacionados con el uso de pantallas y su efecto positivo y negativo en el desarrollo infanto-juvenil. El acuerdo de familia puede descargarse desde: https://convivenciadigital.cl/acuerdos-de-familia-para-regular-el-uso-de-pantallas-en-casa/. Cada familia puede implementar los acuerdos que estime necesarios de acuerdo a su realidad, sin perder de vista, las normativas que dispone el colegio en su Reglamento Interno RIE.

* Estos acuerdos están disponibles para los colegios que cuentan el programa "Educando Juntos: colegio y familia en positivo."

2 CONVOCATORIA DE LAS FAMILIAS INTERESADAS EN PARTICIPAR

En esta segunda etapa, deben elegir a los equipos monitores (padre, madre o ambos). La cantidad de monitores se determina, una por cada 5 familias del curso. Si un curso tiene 30 estudiantes, se necesitarán 6 monitores o parejas monitoras. Ojalá sean familias diversas, que tengan buena llegada en la comunidad. Mientras más temprano se logren estos acuerdos, más efectivos son sus resultados. Los acuerdos de familia para retrasar el acceso a teléfonos móviles con internet, permiten resguardar la infancia por más tiempo, tan solo retrasando la llegada de los riesgos que conlleva el uso de internet en el teléfono personal. El colegio puede dar ideas y proponer a las familias monitoras si es que lo requiere.

Conoce el programa:

CONVIVENCIA DIGITAL Y AUTOCUIDADO EN INTERNET

www.convivenciadigital.cl | @convivencia_digital

Material licenciado



Imagen creada con IA

1

Control del tiempo

45:00

MÁXIMO POR SESIÓN



SIEMPRE DE DÍA
NUNCA DE NOCHE



ENTRETENCIÓN:
2 veces por semana

NUNCA en mismo horario, haciendo rutinas

2 Lugar y momento de conexión



FUNDACIÓN Para la Convivencia Digital



POCAS REGLAS (EDAD Y ETAPA DE DESARROLLO)
Dónde y cuándo





LÍMITES CLAROS, NORMAS CLARAS



marcan **pautas de comportamiento**



Nos protegen. Son innegociables, apuntan a fortalecer la seguridad y el cuidado.

3



Condiciones básicas para entablar amistades virtuales

FUNDACIÓN Para la Convivencia Digital





+16

1 a la vez

NUEVA Ley N° 21.719 REGULA LA PROTECCIÓN Y EL TRATAMIENTO DE LOS DATOS PERSONALES Y CREA LA AGENCIA DE PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES





Imagen creada con IA

4 Condiciones para acceder a contenidos digitales



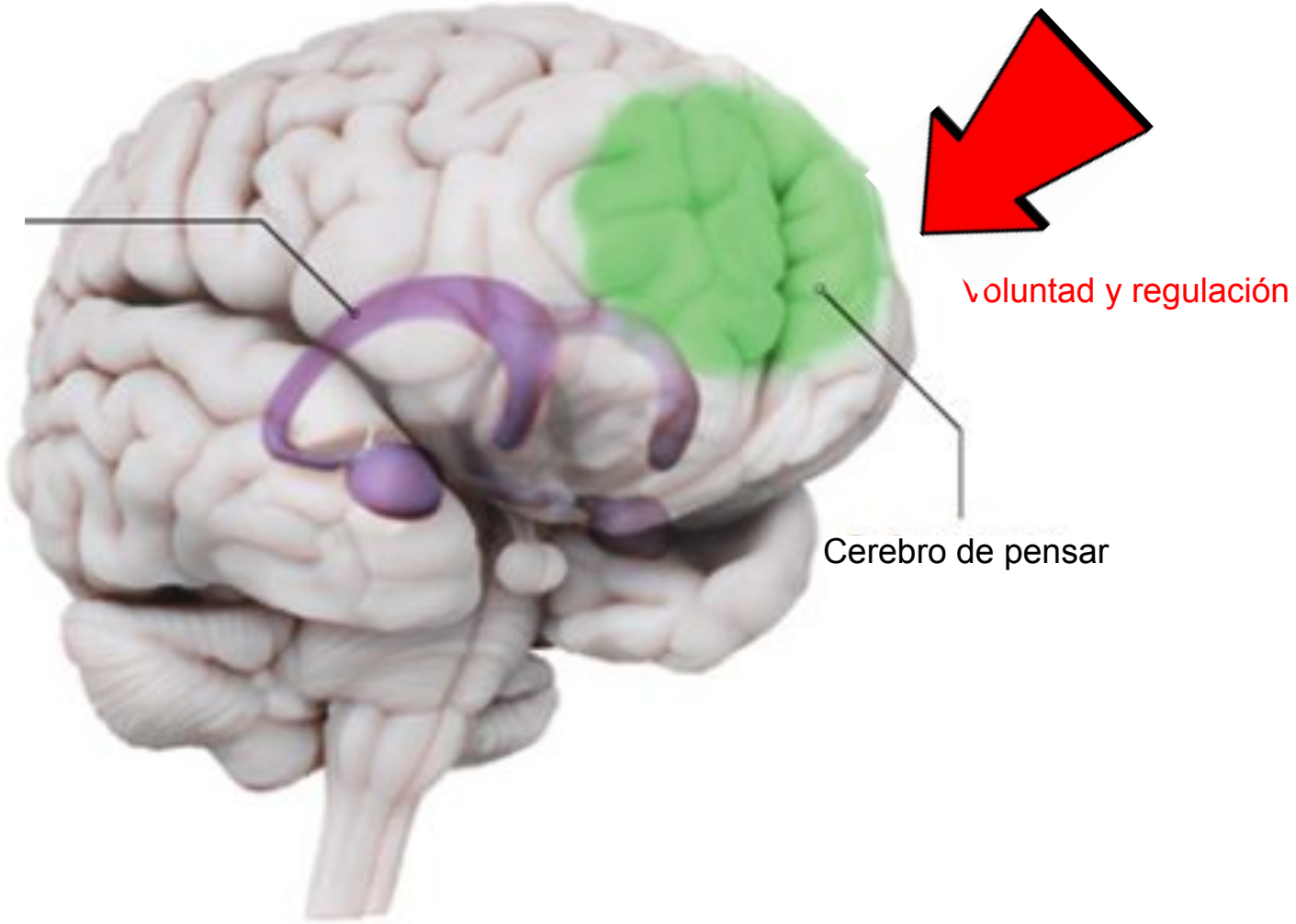
FUNDACIÓN Para la Convivencia Digital





YouTube

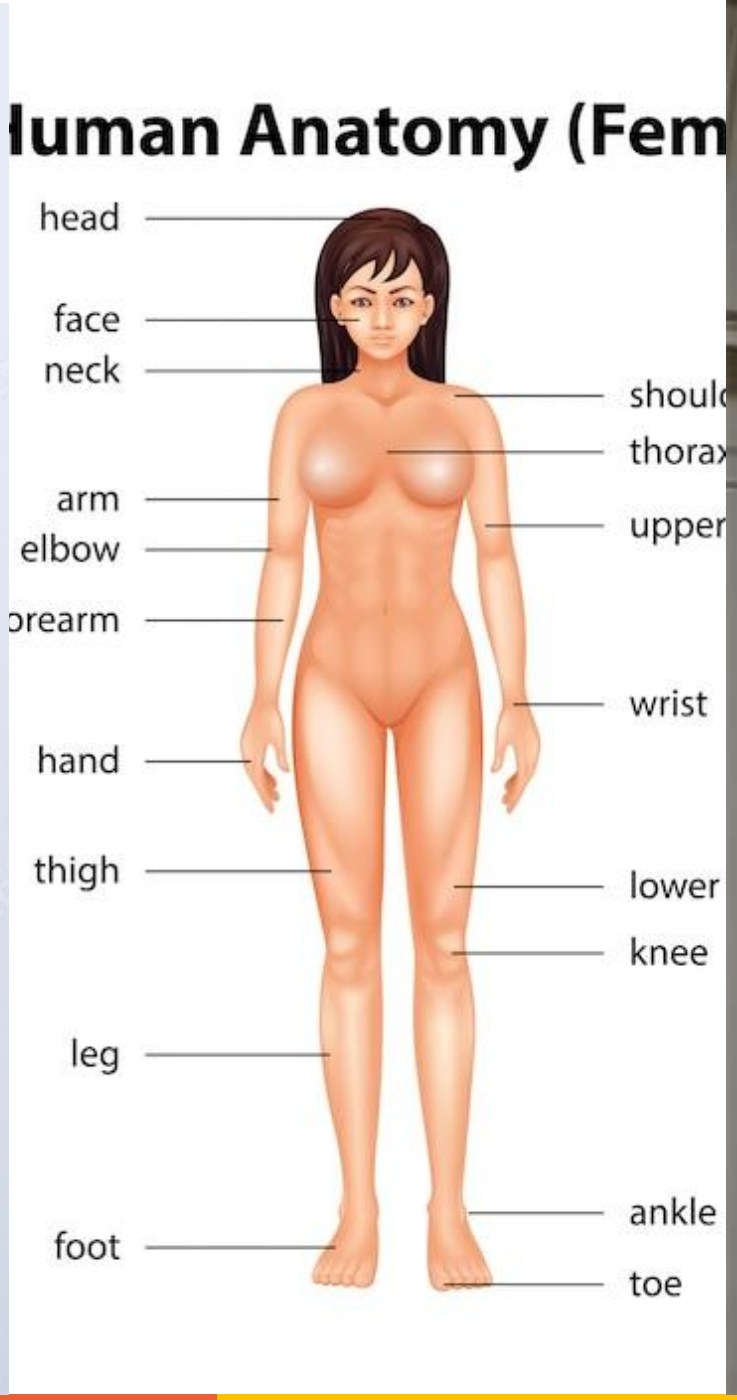
Aprende a rechazarlas….





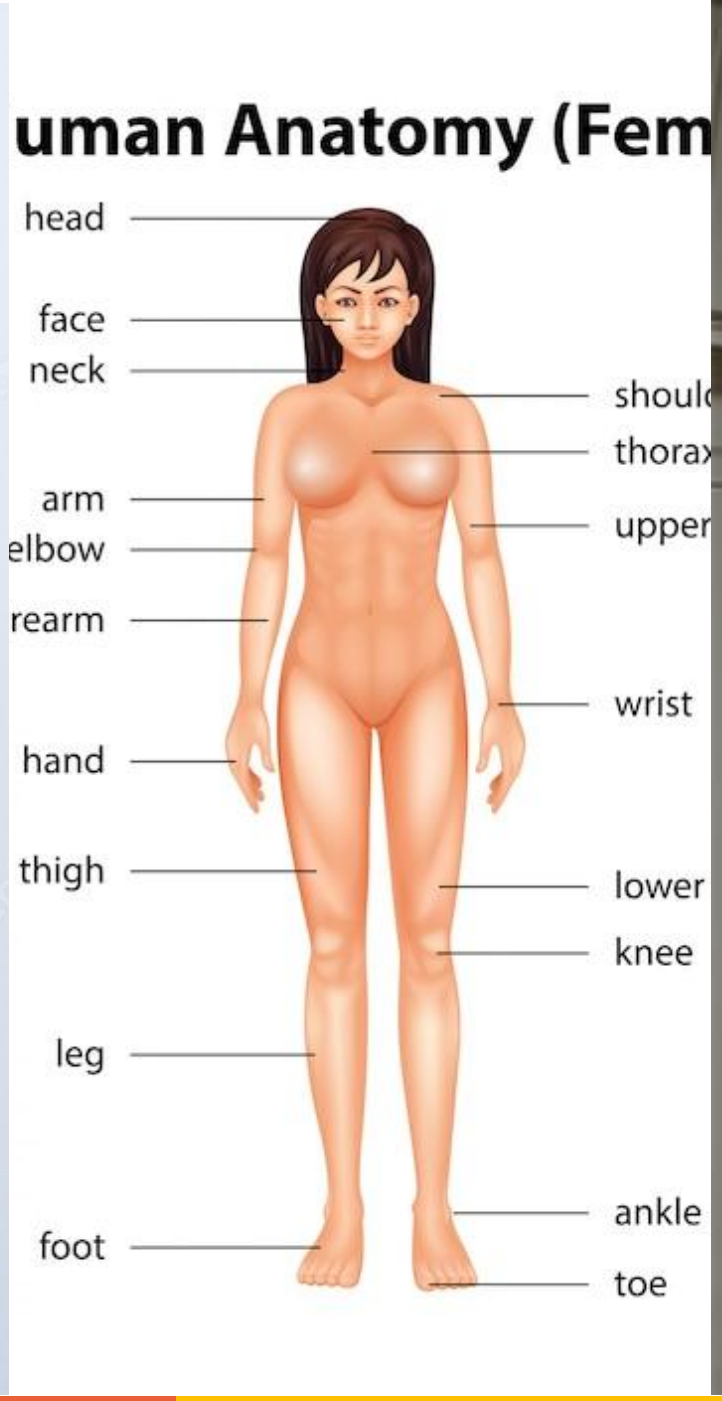




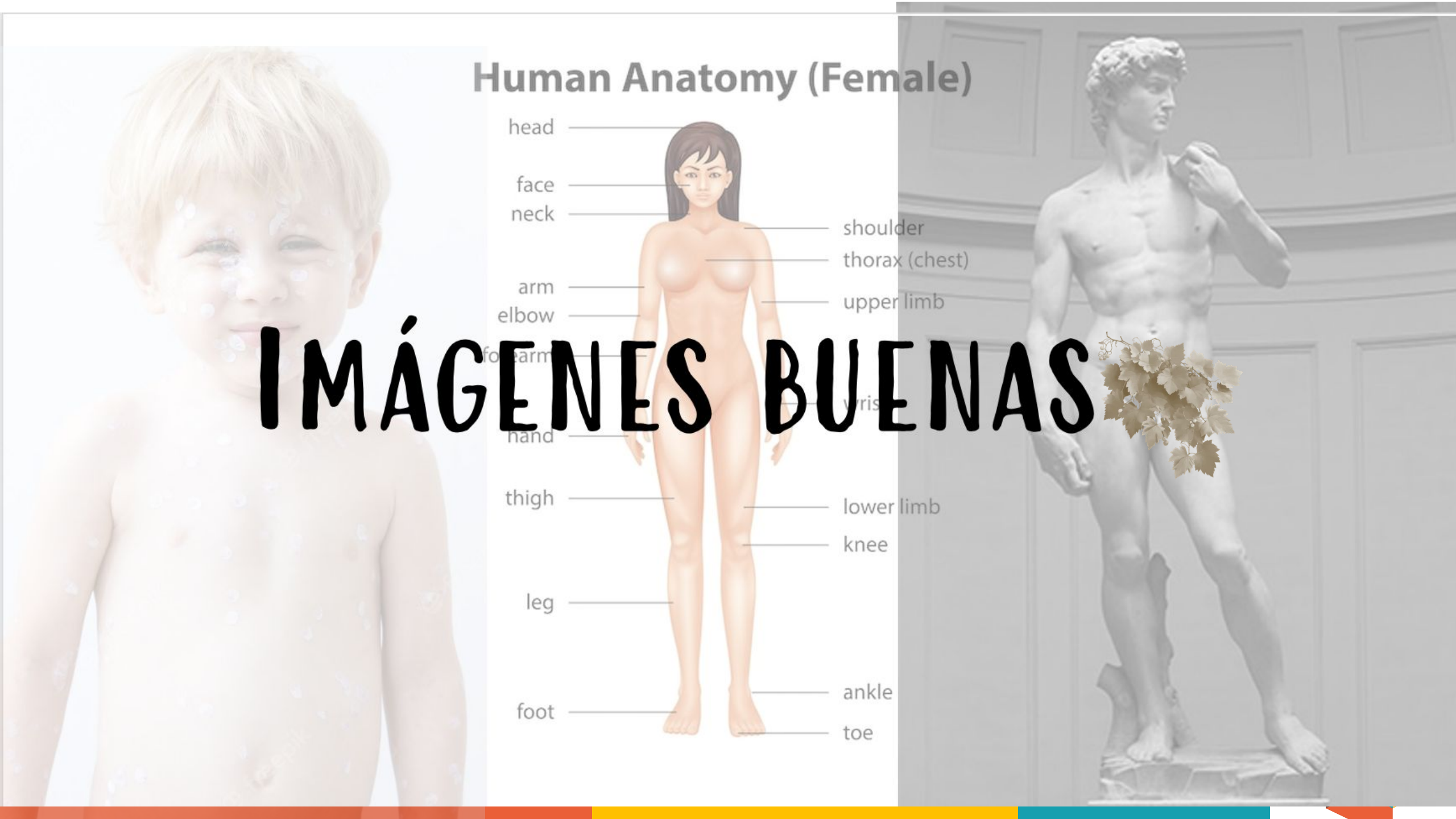

Human Anatomy (Fem
head
face
neck
arm
elbow
forearm
hand
thigh
leg
foot
shoulder
thorax
upper
wrist
lower
knee
ankle
toe






uman Anatomy (Fem
head
face
neck
arm
elbow
rearm
hand
thigh
leg
foot
shoul
thorax
upper
wrist
lower
knee
ankle
toe





IMÁGENES BUENAS


La Opinión
de Chiloé

Asco…



Vergüenza…



Incomoda….










Imagen creada con IA

Cuéntame qué aprendiste hoy




gifak.net

Sigamos conectados en:
www.convivenciadigital.cl

o en redes sociales:

Instagram:
@convivencia_digital
@solegarceso

soledad@convivenciadigital.cl

@solegarceso TIKTOK



2 Lugar y momento de conexión



FUNDACIÓN Para la Convivencia Digital



POCAS REGLAS (EDAD Y ETAPA DE DESARROLLO)
Dónde y cuándo





LÍMITES CLAROS, NORMAS CLARAS



marcan **pautas de comportamiento**



Nos protegen. Son innegociables, apuntan a fortalecer la seguridad y el cuidado.

3



Condiciones básicas para entablar amistades virtuales

FUNDACIÓN Para la Convivencia Digital





+16

1 a la vez

NUEVA Ley N° 21.719 REGULA LA PROTECCIÓN Y EL TRATAMIENTO DE LOS DATOS PERSONALES Y CREA LA AGENCIA DE PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES

4 Condiciones para acceder a contenidos digitales

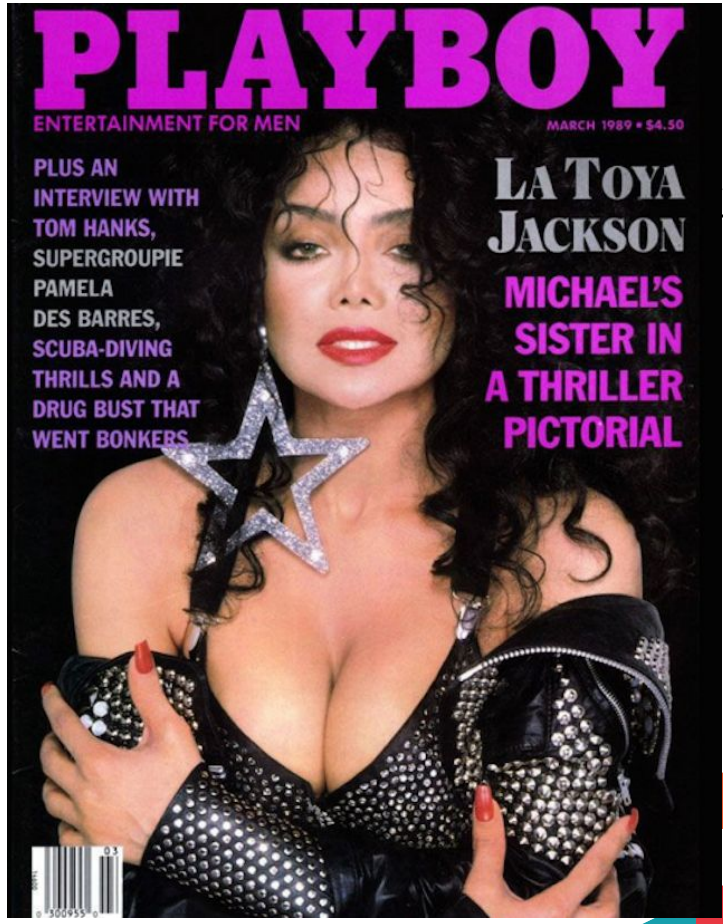


FUNDACIÓN Para la Convivencia Digital

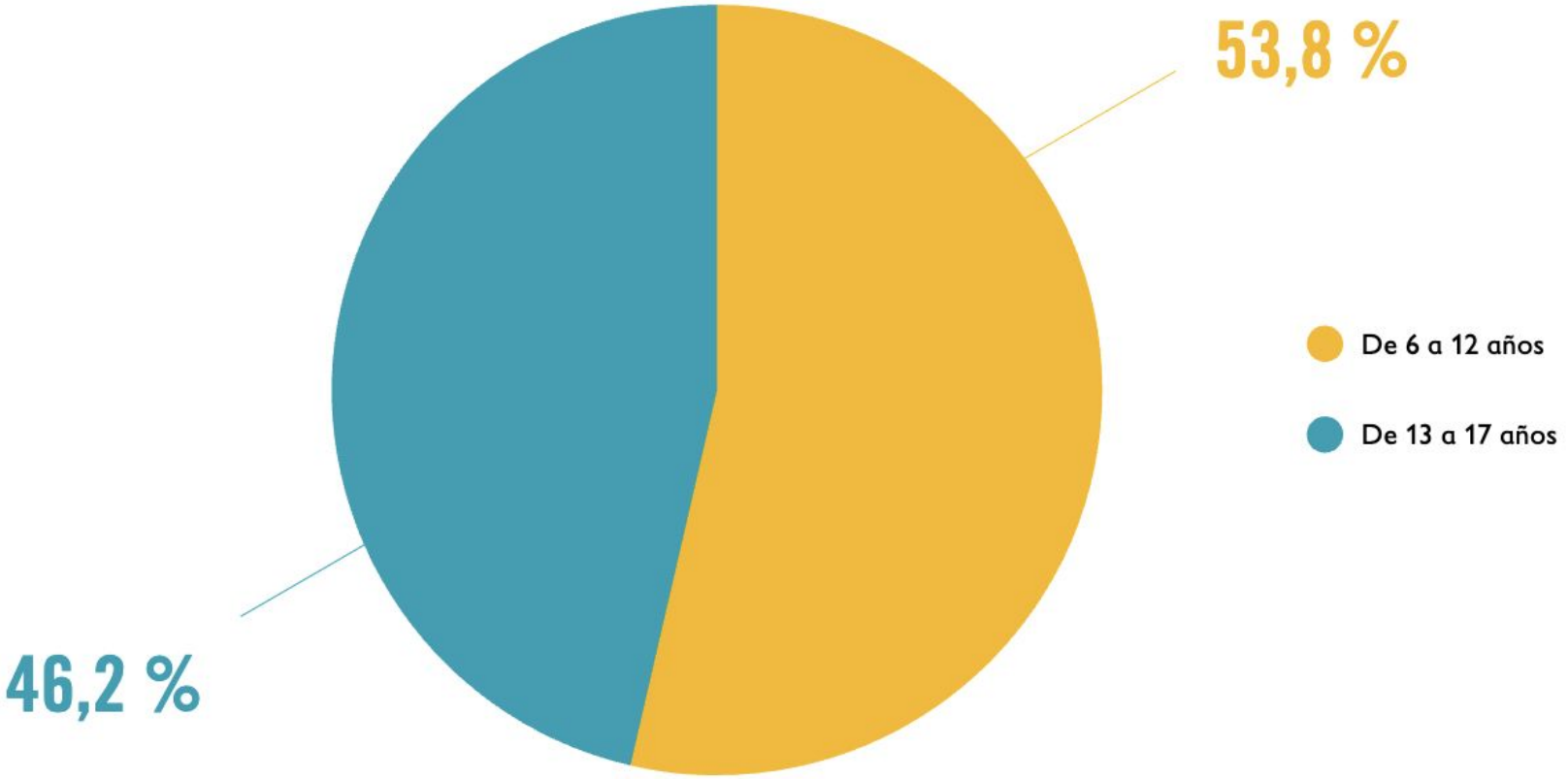




YouTube



¿Cuándo fue la primera vez que viste pornografía?




ROBLOX
Enderman




Remove Hats
Hide Name


BELTOMNSFW
PATREON.COM/BELTOMNSFW


VideoGamesR34


bombastter3d


Xv

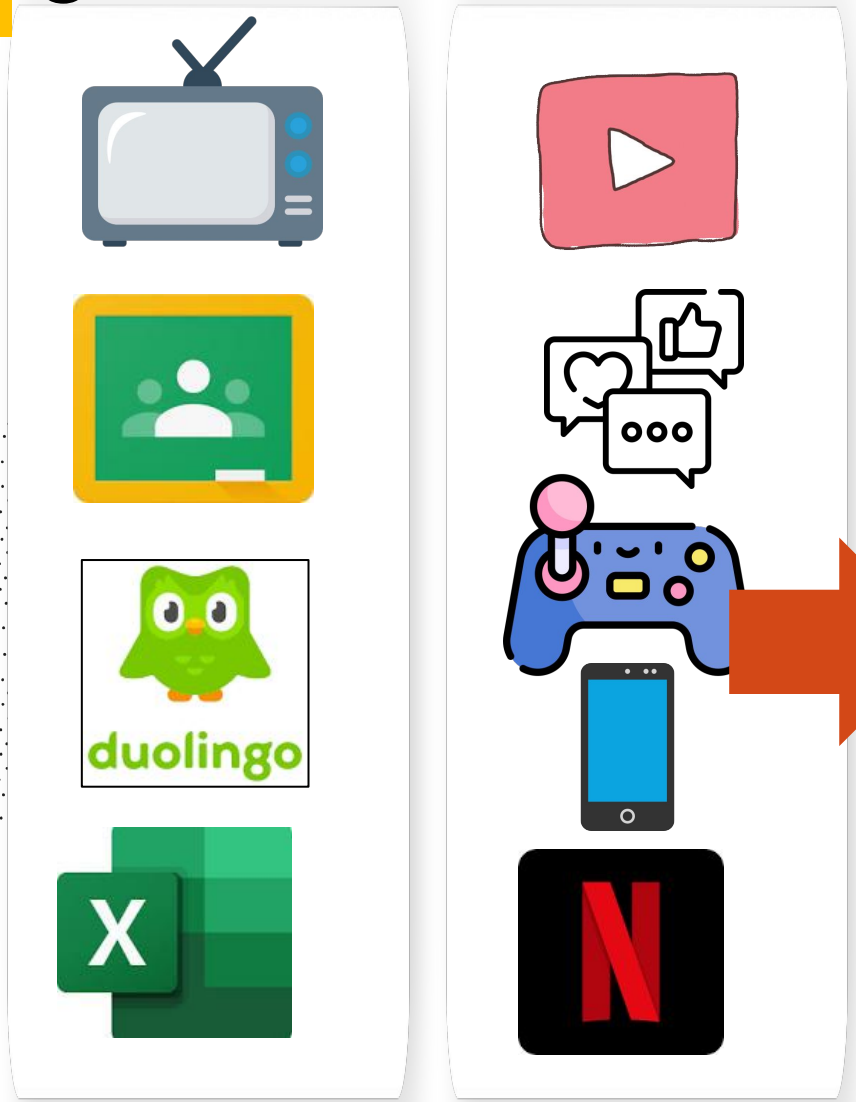
¿cómo actuar frente a la exposición de contenidos inadecuados?

- Agradece la confianza de venir a contarte
1. con quién estaba cuando vio esas imágenes
2. en qué dispositivo lo vieron
3. cuánto tiempo vieron ese contenido

Convivencia Digital

Imagen creada con IA

¿SON TODAS LAS PANTALLAS IGUALES?







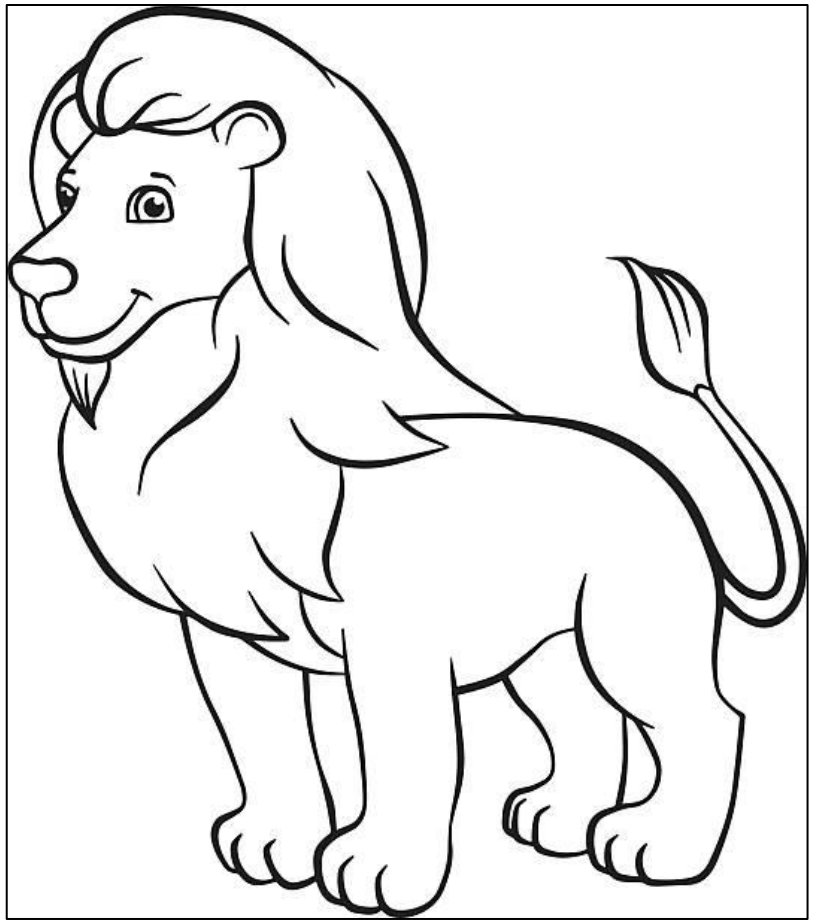
¿SON TODAS LAS PANTALLAS IGUALES?





Aprender desde la realidad….





¿SON TODAS LAS PANTALLAS IGUALES?

Ejemplos de Ritmo de Escenas por Minuto:

- **Muy Rápido (30-35/min):** Cocomelón, Bob Esponja
- **Rápido (25/min):** La Patrulla Canina (Paw Patrol)
- **Moderado/Lento (14/min):** Caillou, Pocoyó
- **Clásico (8/min):** Tom y Jerry



VER la realidad

CÓMO se FABRICA el CHOCOLATE en MEGA...
306 visualizaciones • hace 1 hora

CÓMO se HACEN los LÁPICES de COLORES en la...
15 K visualizaciones • hace 4 días

Así se FABRICAN las CUCHILLAS de AFEITAR 🔪 |...
51 K visualizaciones • hace 5 días

CÓMO se HACEN los ÁRBOLES de NAVIDAD en la...
235 K visualizaciones • hace 7 días

CÓMO se HACE el AZÚCAR de CAÑA en la FÁBRICA 🍾 |...
37 K visualizaciones • hace 11 días

MEGA FÁBRICAS: Cómo Se Hacen Los Productos Más Famosos Del Mundo

▶ Reproducir todo

¿Alguna vez te has preguntado cómo se hacen los productos más famosos del mundo? En este documental de Mega Fábricas, te llevamos al interior de las instalaciones industriales más...



CÓMO se PRODUCE la CARNE de CERDO en...
Mega Fabricas
2,2 M de visualizaciones
• hace 7 meses



CÓMO se HACE el POLLO de KFC en FÁBRICAS 🍗 | Todo ...
Mega Fabricas
1,2 M de visualizaciones
• hace 7 meses



CÓMO se HACE la MANTEQUILLA en FÁBRICA...
Mega Fabricas
1,2 M de visualizaciones
• hace 6 meses



ASÍ se PROCESAN MILLONES de COCODRILOS por su PIE...
Mega Fabricas
1 M de visualizaciones
• hace 7 meses



CÓMO SE FABRICA el ACEITE de GIRASOL 🌻 | Así...
Mega Fabricas
962 K visualizaciones
• hace 4 meses

¿Cómo te gustaría que fuera tu hijo(a) a los 30 años, en un mundo dinámico, inestable Y con el desarrollo de IA?



Imagen creada con IA

Sigamos conectados en:
www.convivenciadigital.cl

o en redes sociales:

Instagram:
@convivencia_digital
@solegarceso

soledad@convivenciadigital.cl

@solegarceso TIKTOK



FUNDACIÓN Para la Convivencia Digital

Las apuestas deportivas lideran el mercado del juego online

Ingresos mundiales del mercado de apuestas y juegos de azar en línea, por segmento (en miles de mill. de USD)



* Previsiones

Fuente: Statista Digital Market Insights

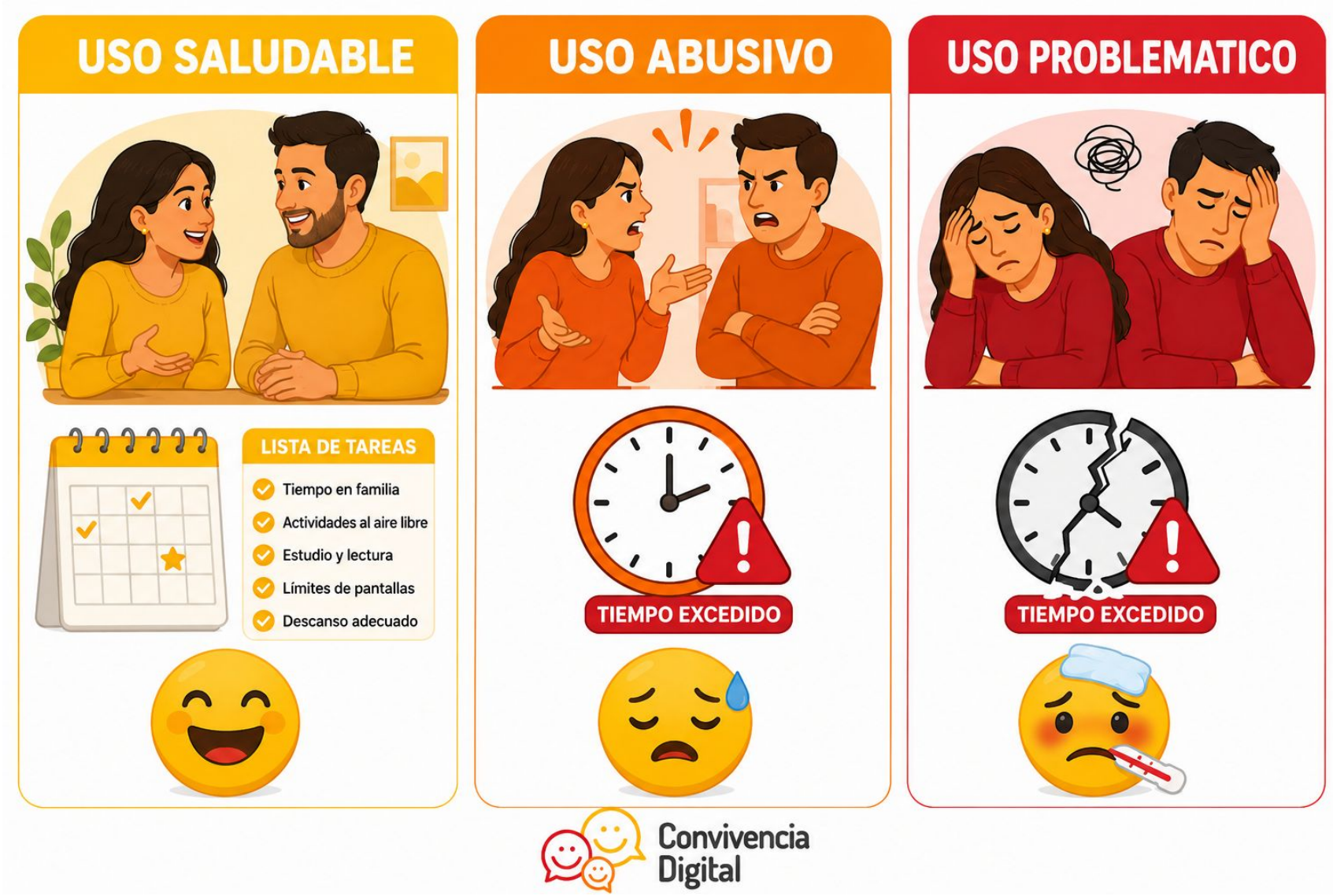
statista


SIEMPRE
COOLBET
JUEGA CON RESPONSABILIDAD. +18




#LAVELADADELAÑO2
LA VELADA DEL AÑO II

¿Cuál es uso que le damos a la tecnología en NUESTRA familia?



¿Hay alguien en la familia que se identificaría con estas frases?

- Le es difícil controlar el tiempo de conexión
- Sustituye una conducta adictiva por otra
- Suele presentar de forma constante ansiedad y estrés.
- Tiene poco compromiso con sus metas personales.
- Niega sus problemas o los minimiza.
- Se ve solitario(a) o privilegia amistades virtuales
- Altera sus horarios de sueño y descanso



USO SALUDABLE





LISTA DE TAREAS

- Tiempo en familia
- Actividades al aire libre
- Estudio y lectura
- Límites de pantallas
- Descanso adecuado



¿Cómo vamos a ser/seguir siendo una familia con uso de tecnología saludable?

¿Cómo organizaremos el tiempo en pantalla?

¿En qué espacios en casa se pueden usar pantallas?

¿En qué momentos del día se pueden usar pantallas?

¿Qué actividades digitales son permitidas en casa y cuáles no?

Convivencia Digital

LUGAR SEGURO:

1. Donde hay adultos que protegen
2. Donde hay contención y diálogo (imperfecto)
3. Donde nos sentimos queridos por lo que somos



Convivencia Digital

EL REAL PROBLEMA...



Indica la(s) alternativa(s) que mejor te represente(n).

Se restringe el uso de pantallas de los hijos(as) cuando:

	MUY DE ACUERDO		DE ACUERDO
Tienen mala conducta	**81%**	47.13%	34.48%
Bajan notas	**63%**	36.78%	26.44%
Pelean entre hermanos(as)	**67%**	37.93%	28.74%
No obedecen a los adultos	**71%**	37.93%	33.33%
Por otros motivos	**67%**	26.51%	40.96%
Nunca	**24%**	16.22%	8.11%

Convivencia Digital