

# REDES SOCIALES

MATERIAL DIDÁCTICO



**USO RESPONSABLE DE LAS REDES SOCIALES (EDUCACIÓN PRIMARIA)**



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



Castilla-La Mancha



# PRESENTACIÓN

El presente material didáctico se enmarca dentro de las actuaciones del Plan Estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional en el ámbito educativo, puesto en marcha por la Consejería de Educación, Cultura y Deportes del gobierno de Castilla-La Mancha.

El plan se encuentra dentro de la línea de lo recogido en la Estrategia de Salud Mental y en el Plan de Acción de Salud Mental 2022-24.

Su principal objetivo es el de mejorar y proteger, de manera integral, la salud y el bienestar emocional tanto del alumnado como del resto de los agentes de la comunidad educativa de los centros educativos de Educación Primaria, Secundaria, Bachillerato y Formación Profesional sostenidos con fondos públicos de nuestra comunidad autónoma. Además, pretende dotar al profesorado de herramientas para el desarrollo del bienestar socioemocional, la prevención de conductas suicidas, adicciones con y sin sustancias y estrategias para la educación afectivo-sexual, en un marco que promueva la escuela inclusiva.

# REDES SOCIALES

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

1. Introducción

2. Objetivos de aprendizaje

3. Palabras claves

4. Actividades

- ¿Qué hacemos en nuestro día a día?
- Pelota
- Protege tu actividad
- ¿Cómo lo harías tú?

5. Recursos para saber más

6. Glosario de términos

7. Evaluación



# 1. Introducción

En las últimas décadas se ha visto impulsado exponencialmente el uso de internet y de las nuevas tecnologías en prácticamente todos los ámbitos de nuestra vida. Pese a los grandes beneficios que esto pueda aportar, también puede provocar, si no se dispone de la educación y el conocimiento necesario, que la persona se exponga a ciertos riesgos derivados de su mal uso, en especial en edades más tempranas. Por ejemplo, que vean a sus referentes realizando conductas peligrosas, difundiendo información falsa, causando daño a otras personas, entre otras.

Características de internet como la **inmediatez**, el **anonimato** y su gran **alcance**, hacen que se incremente el impacto negativo de algunas situaciones, como por ejemplo en el **ciberacoso**, o que aparezcan situaciones nuevas como podrían ser el **grooming** o la **adicción a las tecnologías**.

La escuela, como agente de socialización y de cambio, puede ayudar a incorporar las tecnologías a través de la **alfabetización audiovisual**, reduciendo los posibles riesgos que implican.



Por todo esto, se hace necesario **educar en el uso seguro y responsable de las tecnologías de la relación, información y comunicación** (TRIC). Se trata de dotar al alumnado de las herramientas necesarias para que eviten posibles situaciones de riesgo como el grooming, la sextorsión o el sexpreading (*ver Glosario*), para relacionarse desde el respeto con sus iguales y ser capaces de gestionar de manera adecuada su información en Internet, además de gestionar el tiempo de uso.

Las redes sociales y los videojuegos suponen un **espacio de ocio** donde las chicas y chicos invierten gran parte de su tiempo, pudiendo afectar a las actividades fundamentales de su día a día como puede ser el descanso o los estudios.

Para poder conocer el **impacto que las TRIC** están teniendo en el alumnado es necesario conocer los siguientes conceptos:

### **Uso cotidiano**

La conducta no se realiza de forma continuada. La persona es capaz de interrumpir la acción en cualquier momento, sin que esto produzca ningún problema o disgusto.

### **Abuso**

La persona dedica todo el tiempo posible a esta actividad y puede llegar a abandonar otras que antes le gustaban para dedicarse exclusivamente a esta. La conducta es desadaptativa.

### **Adicción**

La conducta es reiterada. La persona ha ido adaptando sus necesidades (de emoción, compañía, reto, superación, distracción, etc.) a la adicción y las suple con ello.

## 2. Objetivos de aprendizaje

- **Promover un uso responsable de las TRIC** incorporando nuevos valores como la intimidad, el respeto y la igualdad de género.
- **Promoción del ocio saludable** mediante la reflexión acerca de alternativas de ocio sin tecnología.
- **Potenciar el pensamiento crítico** sobre el uso de las nuevas tecnologías en la vida cotidiana y **reflexionar** sobre el impacto que está teniendo en sus vidas y en la de las demás personas.



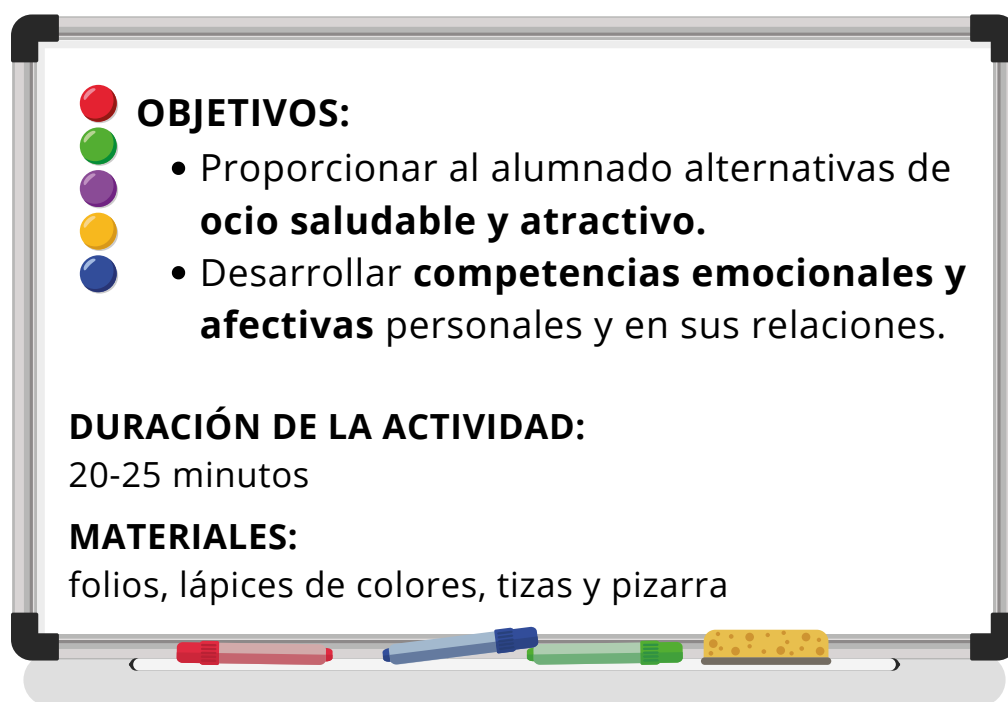
## 3. Palabras clave



## 4. Actividades

### Actividad 1

"¿Qué hacemos en nuestro tiempo libre?"



**OBJETIVOS:**

- Proporcionar al alumnado alternativas de **ocio saludable y atractivo**.
- Desarrollar **competencias emocionales y afectivas** personales y en sus relaciones.

**DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD:**  
20-25 minutos

**MATERIALES:**  
folios, lápices de colores, tizas y pizarra

### Desarrollo

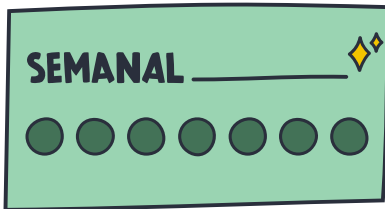
Esta actividad está compuesta por 2 fases: →



#### Fase individual

"Después del colegio, ¿qué actividades realizáis en casa?"

Se entregará a cada participante un folio y varios lápices de colores y se les pide que **realicen un dibujo, un relato o una carta** (en función de la edad) que describa las **actividades** que realizan en su **tiempo de ocio**.

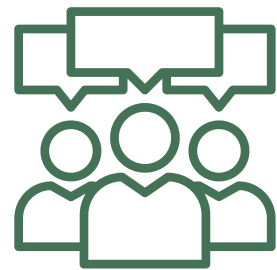


Se puede plantear hacer un **calendario semanal** para ayudar a recordar todas las actividades que realizan cada día.

Se pide que cada persona explique las actividades que le gusta hacer, cómo se siente al hacerlas y en qué creen que les beneficia. Los objetivos son: **generar inquietudes** entre el alumnado ante otras opciones de ocio y fomentar **intereses comunes** entre las diferentes personas.

### Fase Grupal "Visibilizar actividades de ocio"

Se proporciona a cada grupo una cartulina que tendrán que dividir en dos partes: **actividades individuales y actividades colectivas**.



En cada una de las columnas el alumnado irá plasmando sus actividades de ocio con el objetivo de visibilizarlas. Para finalizar la actividad, se realizará una **propuesta conjunta de ocio saludable y alternativo a las redes sociales y videojuegos**.

### Evaluación grupal

Se pedirá que cada alumno/a realice un **calendario de actividades** de una semana, ya sea mediante dibujos o un relato (en función de la edad), respetando un ocio variado.

Se deberán incluir actividades individuales y en grupo. Para facilitar esta tarea, el alumnado podrá interactuar con el resto del grupo para encontrar actividades afines a todo el grupo.



## Actividad 2 "Pelota"

### OBJETIVOS:

- Reflexionar sobre la **cantidad de tiempo** libre que pasamos utilizando las nuevas tecnologías.
- Buscar **alternativas de ocio** al uso de nuevas tecnologías.
- **Mejorar la organización** del tiempo libre.

### DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD:

30-40 minutos

### MATERIALES:

folios, bolígrafos, una pelota o bola de papel

### Desarrollo

Esta actividad está compuesta por 2 subapartados:



### 2.1. ¿Cuánto tiempo pasamos al día en las redes sociales?

Esta actividad consiste en **crear conciencia** a cada persona sobre el **uso que hace de las redes sociales**. Para ello, se facilitarán herramientas de **monitorización**, además de las que ya tienen integradas algunas redes, como TikTok o Instagram.

Herramientas de **monitorización** integradas en las **redes sociales**, en la pestaña de configuración.



"Tiempo de uso"

Permiten ver el nivel de uso diario, semanal y mensual



"Tu actividad"



"Tiempo de uso"

Herramientas de **monitorización** propias de los **teléfonos**, según su sistema operativo.



"Bienestar digital y control parental"

Con los datos obtenidos en esta dinámica, se introduce un pequeño debate sobre cómo las aplicaciones **se diseñan** de cierta manera **para enganchar** y qué podemos hacer como alternativa.



El objetivo de las redes sociales es acaparar el tiempo de las personas. **¿Cómo llaman nuestra atención las redes?:**

- El algoritmo: cuantas más horas pasa una persona conectada a una red social, más información obtiene de ella.
- Desplazamiento automático y scroll infinito.
- "Chupetes digitales": me gusta y comentarios con elogios.
- Fake news "la verdad aburre": Las noticias falsas se propagan más rápido que las verdaderas.

Recomendación: “El dilema de las redes sociales” en Netflix.

## 2.2 Historia de María y Carlos

Para comenzar, se pide al alumnado que se coloque en un **amplio círculo** donde se puedan intercambiar una pelota. Una vez estén situados, se plantea la siguiente **historia abierta** al alumnado mientras que la persona encargada de impartir la actividad sujeta la pelota.

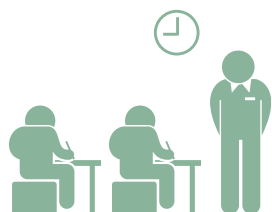


---

*“Había una vez dos hermanos: María y Carlos. A María le gustaba mucho salir al parque a correr y jugar, pero a Carlos eso le daba pereza. Él prefería quedarse en casa y estar viendo TikTok toda la tarde. A veces lo veía durante horas y horas. María se fue a estudiar fuera de España durante dos años. Cuando volvió a España, María fue a visitar a su hermano y lo que vio ¡le sorprendió!...”.*

---

Quando se acabe de leer el comienzo de la historia **se le pasa la pelota a uno de los alumnos/as** para que continúe con ella. Se busca crear una espación de reflexión donde piensen en **alternativas de ocio** al estar con las redes sociales o con el móvil.



Puede ser que las propuestas que realicen lleven igualmente al uso excesivo de nuevas tecnologías o a consecuencias catastróficas de su uso, para ello la persona encargada de dinamizar debe **reorientar** la historia o pedir que se busque otra alternativa a la continuación.

Para finalizar esta actividad, se puede **resumir las ideas principales** que aparezcan de alternativas a estar con el móvil y/o reflexionar sobre las estrategias que ha podido utilizar Carlos para reducir el uso del móvil.

## Evaluación grupal

Para evaluar los contenidos adquiridos mediante esta actividad, se puede **preparar con cada alumno y alumna objetivos a corto y medio plazo de disminución de tiempo de uso** de pantallas o actividades que requieran entrenamiento y no dependan del uso de las nuevas tecnologías.

En estos calendarios debe haber una **casilla donde se pueda marcar si se han llegado a cumplir** dichos objetivo o no.

## **Propuesta de actividades y juegos para reducir el uso de la tecnología:**

*Stop:* se eligen varias categorías (nombre, ciudad, animal, color...) a continuación se escoge una letra al azar del abecedario y se ha de escribir una palabra con dicha letra por cada categoría.

*Dibujo a ciegas:* a un/a jugador/a se le tapan los ojos y ha de dibujar algo que los demás han de adivinar.

*Origami o papiroflexia:* Arte que consiste en el plegado del papel para obtener figuras de distintas formas.

*Dibujar en una caja llena de harina, arena, azúcar o sal.*

*Pintar camisetas:* con pinturas especiales para tela o con tinte y enrollando la camiseta podemos crear un efecto tye die.

*Pintar sal:* necesitamos sal, tizas de colores, una hoja y un bote de cristal. Ponemos sal sobre la hoja y frotamos la tiza sobre la sal. Repetimos este proceso con distintos colores que introduciremos en el bote en el orden que prefiramos para crear un arcoiris de colores.

*Pulseras:* hacer pulseras con cuentas, de cordón, de goma...

*Pintar en un lienzo con témperas.*

*Crear figuras con arcilla.*

*Plantar un pequeño huerto.*

*Juegos de mesa.*

*Programa Art Attack:* programa televisivo con multitud de manualidades para hacer en casa con material y elementos simples.

Puesto que las competencias digitales del alumnado no sólo dependen del centro educativo, es importante que las familias también se establezcan como guías de referencia a la par que la escuela.

Por lo tanto, para una mayor eficacia y alcance, estos objetivos propuestos también deberían ser trabajados fuera del ámbito lectivo y escolar, por lo que es conveniente que en este punto las familias también formen parte del proceso, incluyendo así en sus rutinas un seguimiento del trabajo del centro educativo.

### Actividad 3. "Protege tu privacidad"

#### OBJETIVOS:



- Facilitar al alumnado **estrategias de protección de su información** personal.
- **Reflexionar de forma crítica** sobre la exposición de nuestra vida personal en redes sociales.
- **Revisar la información** que se ha dado en internet.

#### DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD:

30-40 minutos

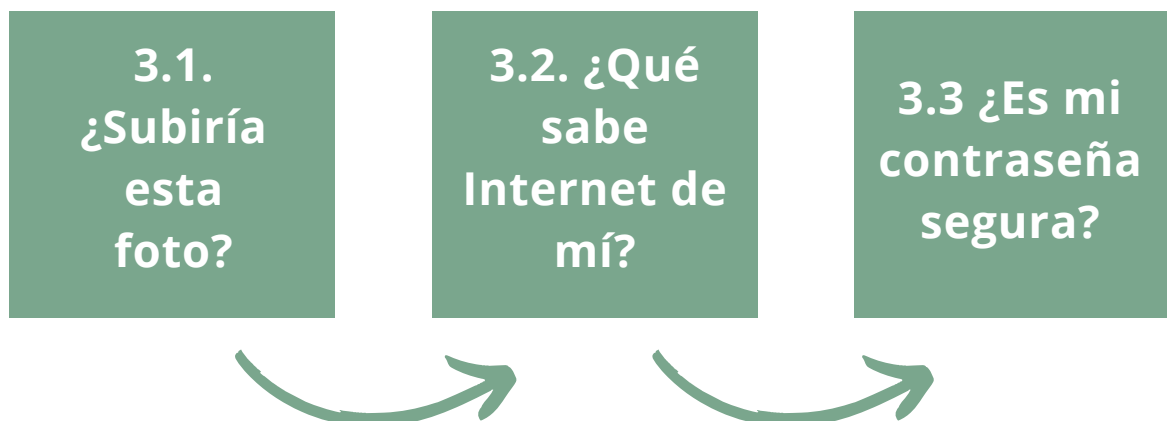
#### MATERIALES:

Folios, bolígrafos, una pelota o bola de papel, proyector, ordenador y altavoces



## Desarrollo

Esta actividad está compuesta por tres subapartados:



### 3.1. ¿Subiría esta foto?

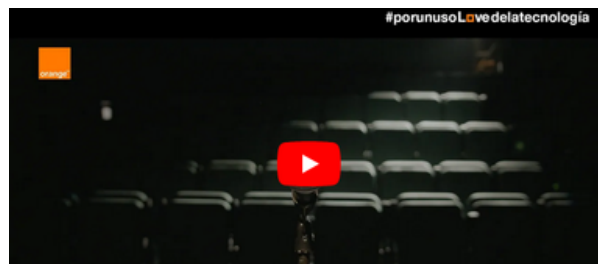
Esta parte tiene el objetivo de comprobar si el alumnado tiene **conciencia de la gran cantidad de información personal** que se puede dar en una única foto que se sube a Internet en una red social o a través de un videojuego.



Se entrega al alumnado un folio en blanco y se les pide que **dibujen y describan la foto que les gustaría subir** o no les importaría subir a una red social con detalle. Si no se dispone del tiempo necesario, **se pueden visionar** los siguientes vídeos:



Pantallas amigas: ¿Tienes privacidad de verdad en las redes sociales



#Porunusolovedelatecnologia: Tu vida en redes sociales tiene público

En ambas opciones, se debe analizar la información que se da en Internet a través de las imágenes y vídeos que se suben a las redes sociales.

A continuación se les facilitan las diferentes **estrategias** que pueden utilizar para **evitar situaciones de riesgo**:

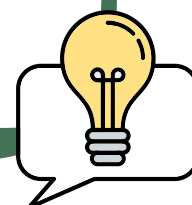
**No** dar **información personal** en Internet (nombre, apellidos, localidad, etc.).

Tener las cuentas de las redes sociales **privadas**.

**Agregar** a las personas que realmente **conocemos** a las redes sociales.

**Desconfiar** de la gente que no conocemos en Internet.

Si se quiere conocer a alguien de Internet, ir **siempre** con una **persona adulta de confianza**.





## 3.2. ¿Sabes la información que ya tiene Internet de ti?

Después de reflexionar acerca de lo fácil que es dar información personal en las redes sociales, pasamos a investigar **qué información se ha dado ya y cómo podemos conocer cuánta**.

Aquí introducimos el concepto de **“huella digital”**.



**Huella digital:** es el rastro que vamos dejando en internet durante el uso del mismo. Puede ser en redes sociales o simplemente con las cookies de las páginas webs.

 **¿Cómo saber nuestra huella digital?** 

Para ello, se entra en la página principal de **Google y se busca el nombre y apellidos entre comillas**. Por ejemplo, “Juan Pérez Martínez”.



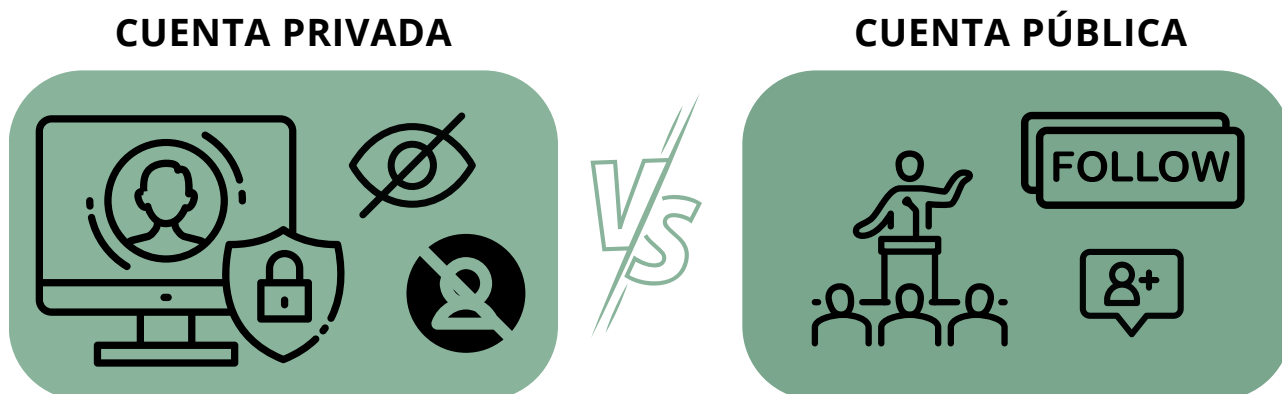
Podrá aparecer información (imágenes, documentos) que hayan **subido ellos y ellas** mismas o que haya publicado **otra persona y/o entidad** (familia, amistades, club de deporte, centro educativo, ayuntamiento, entre otros).



Se podrá obtener **más información** de aquellas personas que tengan sus **cuentas públicas**.

Se les pregunta si conocen la **diferencia entre cuenta pública y privada**.

Se **divide** la clase en **dos grupos**, uno tiene que pensar en las ventajas de tener la cuenta privada y el otro en las ventajas de la cuenta pública.



Se puede hacer una **lista en la pizarra** sobre los argumentos que se vayan obteniendo. Una vez finalizada esta parte, se hace un **pequeño debate** sobre las ideas que han salido.

Es probable que los argumentos a favor de la cuenta pública se orienten únicamente a: ganar dinero, conocer gente, hacerse famosa/o, etc.

Es **muy importante** desmontar la idea de que teniendo más seguidores van a ser mejores personas o ganar mucho dinero (los seguidores no solamente apoyan, también critican y hacen daño).

El debate se puede guiar con las siguientes preguntas:

¿Hacéis lo mismo en casa que en la calle?"

¿Hablarías con un desconocido cualquiera por la calle?

Se debe hacer hincapié en la idea de que **no debemos hacer nada en redes sociales que no haríamos en persona**, como por ejemplo hablar con desconocidos o hacer críticas que no haríamos en persona. Esto es importante tratarlo en el aula para poder evitar el grooming.

**Grooming:** Es cuando una persona adulta se hace pasar por una persona menor con el objetivo de involucrarle en actividades sexuales. Pueden utilizar fotografías ajenas y modular la voz.

Se hace una **lluvia de ideas de consejos por si una persona desconocida contacta con ellos/as** en cualquier red social. Es importante reforzar las ideas: no responder, avisar a una persona adulta responsable y bloquear.

Además es importante que tengan claro a qué **personas deben aceptar o rechazar**.

**¿Cuándo debemos sospechar de que alguien nos puede estar engañando?:**

- **Vínculo de confianza:** puede darse a través de sobornos, regalos y engaños (por ejemplo, ofrecer dinero virtual de X juegos a cambio de algo).
- **Aislamiento:** aislar al menor de su red de apoyo (por ejemplo, pidiéndole mantener todo en secreto).
- **Posibles riesgos:** la persona agresora posiblemente insistirá en conocer si el/la menor ha comunicado la relación a alguien o si el dispositivo desde el que se comunican lo utilizan más personas.
- **Conversaciones sobre sexo:** se van introduciendo conversaciones sexuales paulatinamente que pueden terminar derivando en peticiones de naturaleza sexual incluso mediante manipulación, amenazas o chantajes.

La forma más efectiva y real de combatir este tipo de violencia es mediante la educación positiva y la creación y **mantenimiento de los vínculos de confianza** con el entorno familiar y el centro educativo.

En primer lugar, es indispensable una formación en educación afectivo-sexual y la normalización de la sexualidad como un aspecto central del ser humano que está presente a lo largo de toda la vida y que abarca desde la identidad, la orientación, el placer, la intimidad, la reproducción...

Por otro lado, hay que resaltar que **el grooming es un proceso lento** y que el/la menor no es consciente del engaño, por lo tanto no es culpa de ellos/as.

Por tanto, la comunicación y la educación afectivo-sexual son imprescindibles para que la víctima sea capaz de buscar ayuda y/o identificar un posible engaño.

### 3.3. ¿Es mi contraseña lo suficientemente segura?

**Se lee la siguiente historia** a todo el alumnado del grupo:

*“Imaginaos que os mandan información super importante y confidencial, os piden que tenéis que esconder este documento en un ordenador para cuando lo necesiten. Parece una tarea sencilla, pero... Un grupo de hackers quiere este documento porque tiene las claves necesarias para poder robar mucho, mucho, mucho dinero. Os repiten mil veces que pongáis una contraseña al ordenador muy segura y que tengáis mucho cuidado con ella”.*

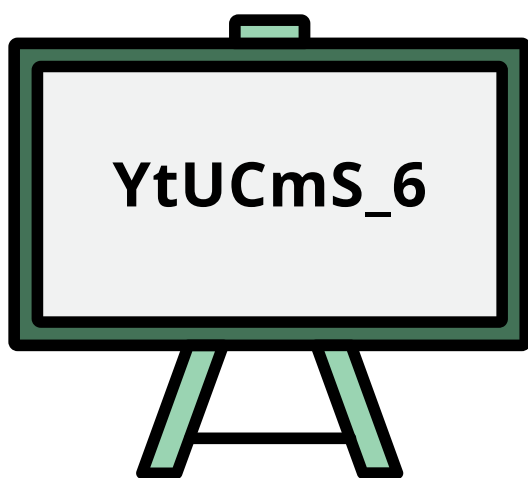




A continuación, **en parejas deben diseñar una contraseña lo suficientemente buena** para evitar que otras personas puedan acceder a su ordenador. Es importante, recalcar que no utilicen sus propias contraseñas para evitar que las digan públicamente.

Cuando ya tengan creadas sus contraseñas, se entregan al profesional encargado de dirigir la actividad. Se apuntan **todas las contraseñas en la pizarra** y tienen que pensar en cómo se podrían mejorar.

Después se escribe esta contraseña en la pizarra:



Seguramente, digan que es una contraseña muy segura, pero difícil de recordar y realmente lo es, salvo que se conozca el significado: *"Yo tengo una contraseña muy segura"* (6 palabras).

Con esta actividad podemos facilitar los siguientes consejos:

- Debe contener **minúsculas, mayúsculas, números y símbolos**
- Se pueden usar **reglas mnemotécnicas** para que la contraseña sea **más fácil de recordar**
- **No** debe contener **datos personales** (nombre, localidad, apellidos, etc.)

Es importante enfatizar en la idea de que la contraseña es **privada** y solo **se puede y debe compartir con sus madres y padres**. Nunca compartir con amigas y amigos, ni con sus parejas cuando sean más mayores.

Además es conveniente **evitar tener cuentas compartidas** con amigos/as para no tener acceso a información privada y compartir contraseñas.

## **Evaluación grupal**

Para evaluar la asimilación de los contenidos, se les pide que **escriban en grupos de 4-5 personas los mensajes** que consideran más importantes con el objetivo de realizar un cartel entre toda la clase para posteriormente colocarlo en el aula. Estos pueden ser:

**Hay que controlar la información privada que se da en redes sociales**

**Se deben revisar la huella digital de vez en cuando**

**La contraseña debe tener mayúsculas, minúsculas, números y símbolos**

**La contraseña no se debe compartir con nadie excepto con sus familiares más cercanos**

Para finalizar se informa de las principales señales que nos deben hacer sospechar de que una cuenta sufre un ataque cibernético o ha podido ser robada. Es importante contar con estas estrategias y detectarlo cuanto antes para evitar que el problema pueda agrandarse.

Resaltar entre el alumnado la alta probabilidad de que la primera persona a la que se acuda sea alguna amistad. Estas últimas deben ser conscientes de que en tal caso se debe animar y acompañar a la víctima a buscar **ayuda en una persona adulta de su confianza**.

¿Cómo podemos detenerlo?: Cambiando la clave de acceso, denunciar dentro de la propia plataforma, avisar a nuestros contactos, instalar un antivirus y/o denunciar a los Cuerpos de Seguridad para evitar que se atribuyan actos que la persona no ha llevado a cabo.

### **Señales** que alertan de que **una cuenta ha sido atacada:**

- Aparecen mensajes o enlaces que la persona propietaria de la cuenta no ha publicado o enviado.
- Conversaciones leídas.
- Se sigue a cuentas que se desconocen.
- Correos de inicio de sesión que no hemos realizado.
- No funciona la contraseña.

No acceder a enlaces sospechosos, de contactos desconocidos o de entidades, instituciones, webs, sistemas o plataformas que no utilizamos habitualmente y que no hemos solicitado algún tipo de información o gestión relacionada con el mensaje (atención a los mensajes de empresas de mensajería, de compras o entidades bancarias).



## Actividad 4. "¿Cómo lo harías tú?"



### OBJETIVOS:



- Facilitar al alumnado **estrategias de protección** para conocer a gente de Internet



- **Reflexionar de forma crítica** acerca de la facilidad de mentir en Internet y si deben o no confiar en las personas de Internet

### DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD:

30-40 minutos

### MATERIALES:

Ordenador, proyector, altavoces, folios y bolígrafos



## Desarrollo

Esta actividad está dividida en dos fases:



### Fase 1: Veámos un vídeo

Se pide al alumnado que estén atentos al siguiente **vídeo** y que vayan apuntando las cosas que crean importantes sobre el uso de Internet y el contacto con personas desconocidas.



Se puede usar uno de los siguientes vídeos:



[Proteja a sus hijos](https://www.youtube.com/watch?v=C43q2soNZrl)  
<https://www.youtube.com/watch?v=C43q2soNZrl>

[MOVISTAR: Love Story, por un internet seguro](#)

Una vez hayan visto el vídeo, se les deja unos minutos para que de manera **individual**, piensen en cómo lo habrían hecho ellos y ellas.

Se les puede ayudar con las siguientes preguntas:

¿Qué información le habrías dado?  
¿Se lo habrías contado a mamá y a papá?  
¿Qué consejos se pueden sacar de los vídeos?

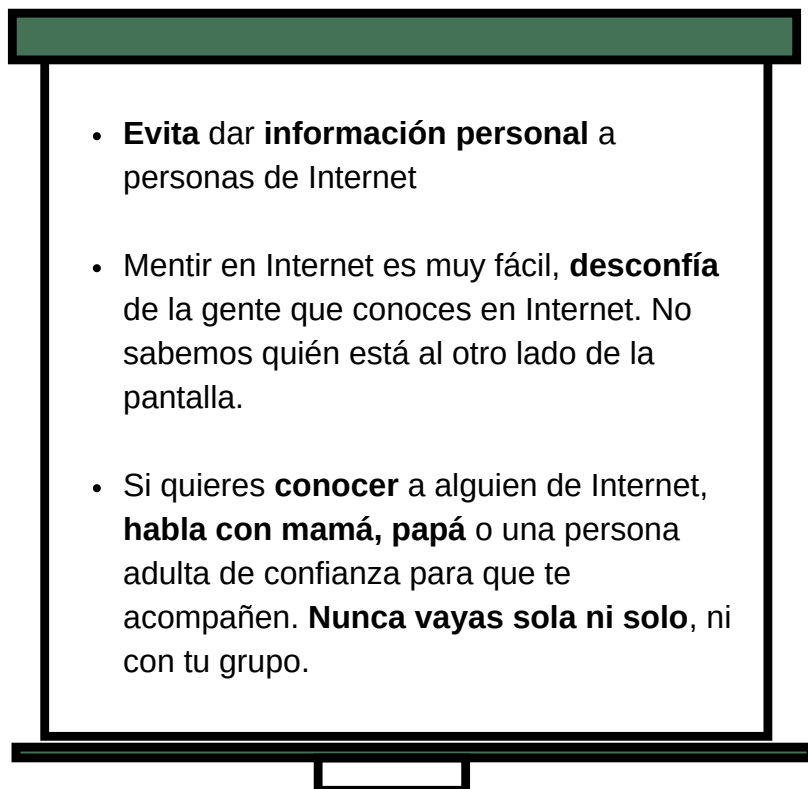
## **Fase 2: Lo ponemos en común**

En grupos de **4-5 personas**, se ponen en común las ideas que han ido sacando de manera individual. Para después, de manera consensuada, sacar **una idea como mínimo por grupo** sobre cómo quedar de manera segura con personas de Internet.

Una vez hayan expuesto al resto de grupos sus ideas, las persona encargada de la actividad irá **recogiendo** todas las **ideas** en la pizarra.

Si al alumnado no se le ocurren todos los consejos, la persona dinamizadora podrá ayudar a conseguirlos.

Los consejos que tienen que salir son:



## **Evaluación grupal**

Para evaluar la interiorización de los contenidos, se les pide que de **manera conjunta** elaboren uno o varios **carteles** con todos los **consejos** que han salido en la fase anterior.

## 5. Recursos para saber más

**Uso responsable de las nuevas tecnologías. Proyecto CLICK.  
Asociación Punto Omega**

---

<https://click.puntomega.es>

**Guía de uso seguro y responsable de Internet para  
profesionales de servicios de protección a la infancia. 2019.  
Observatorio de la Infancia e Instituto Nacional de  
Ciberseguridad (INCIBE).**

---

[https://click.puntomega.es/wp-content/uploads/2020/01/is4k\\_guia-profesionales-proteccion-infancia.pdf](https://click.puntomega.es/wp-content/uploads/2020/01/is4k_guia-profesionales-proteccion-infancia.pdf)

**La ciberviolencia hacia las adolescentes en las redes sociales.  
2018. Instituto Andaluz de la Mujer, Consejería de Igualdad y  
Políticas Sociales en colaboración con la Consejería de  
Educación.**

---

<https://click.puntomega.es/wp-content/uploads/2019/01/Guia-ciberviolencia.pdf.pdf>

**Tú decides en Internet. Agencia Española de Protección de Datos.**

---

<https://tudecideseninternet.es/es>

**"Por un uso seguro y saludable de Internet, redes sociales, móviles y videojuegos. Por una ciudadanía digital responsable"  
Pantallas Amigas**

---

<https://www.pantallasamigas.net/>

**Pan European Game Information, PEGI**

---

<https://pegi.info/es>

**"Yo a eso no juego". Guía de actuación frente al acoso y el ciberacoso para padres y madres. 2017. Save the Children.**

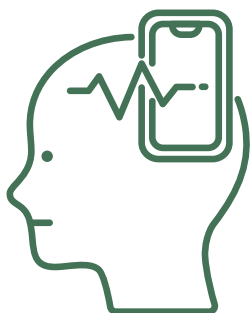
---

[https://click.puntomega.es/wp-content/uploads/2017/09/guia\\_acoso-ciberacoso-savethechildren-1.pdf](https://click.puntomega.es/wp-content/uploads/2017/09/guia_acoso-ciberacoso-savethechildren-1.pdf)

## 6. Glosario de términos

### **Adicción**

Dependencia de sustancias o actividades nocivas para la salud o el equilibrio psíquico (RAE, 2023).



### **Adicción comportamental**

Son conductas repetitivas que resultan placenteras y que generan una pérdida de control y por supuesto, dependencia.

### **Grooming**

Es cuando una persona adulta se hace pasar por una persona menor con el objetivo de involucrarle en actividades sexuales. Pueden utilizar fotografías ajenas y modular la voz.

Consta de tres fases:

1. Generar un vínculo de confianza entre la persona agresora y la víctima
2. Aislamiento de la víctima: busca que la relación se mantenga en secreto
3. Conversaciones y peticiones de carácter sexual

### **Huella digital**

Es el rastro que las personas dejan en internet durante el uso del mismo. Puede ser en redes sociales o simplemente con las cookies de las páginas webs.

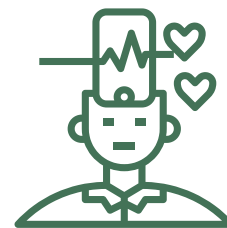


### **Internet**

Red informática mundial, descentralizada, formada por la conexión directa entre computadoras mediante un protocolo especial de comunicación.

### **Nomofobia**

Denominado al miedo irracional a no disponer de acceso a Internet o no llevar encima el teléfono móvil.



### **Privacidad**

Facultad de una persona de prevenir la difusión de datos pertenecientes a su vida privada que, sin ser difamatorios ni perjudiciales, ésta desea que no sean divulgados. Derecho de la persona a no ser objeto de injerencias arbitrarias o ilegales en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni ataques ilegales a su honra o reputación. (RAE, 2023).



### **Redes sociales**

Servicio que ofrece a las personas usuarias una plataforma de comunicación a través de Internet para generar un perfil, facilitando la creación de comunidades con base en criterios comunes y permitiendo la comunicación, de modo que pueden interactuar mediante mensajes, compartir información, imágenes o vídeos, permitiendo que estas publicaciones sean accesibles de forma inmediata por todos los usuarios de su grupo. (RAE, 2023).



## 7. Evaluación



Para evaluar el desarrollo de este material didáctico hemos elaborado el siguiente cuestionario de opinión para el profesorado.

Para acceder sólo tienes que escanear el Código QR o a través del siguiente enlace:



**Muchas gracias por implicarte en el bienestar de tus alumnas y alumnos.**

Las actividades y contenidos de este material didáctico han sido creadas por la Consejería de Educación, Cultura y Deportes de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha con la colaboración de la Asociación Punto Omega

La elaboración de este material se ha realizado a través de los fondos del Programa de Cooperación Territorial de Salud Mental, perteneciente al Ministerio de Educación y Formación Profesional, para la financiación del Programa de Bienestar emocional en el ámbito educativo.

