

VIDEO JUEGOS

MATERIAL DIDÁCTICO



**USO RESPONSABLE DE LAS
TRIC (EDUCACIÓN PRIMARIA)**



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.

VIDEOJUEGOS

ÍNDICE DE CONTENIDOS

1. Introducción
2. Objetivos de aprendizaje
3. Palabras claves
4. Actividades
 - Nuestro videojuego
 - Contamos hasta diez
 - Estereotipos de belleza en los videojuegos
 - ¿Sabemos pedir ayuda?
5. Recursos para saber más
6. Glosario de términos
7. Evaluación



1. Introducción



Las Tecnologías de la Relación, Información y Comunicación (TRIC) se han convertido en un **recurso imprescindible** para desarrollar nuestras actividades del día a día.

Si no se dispone de la educación y los conocimientos adecuados, su utilización puede conllevar ciertos peligros, sobre todo entre la población más joven. Por sus características **-instantaneidad, anonimato y gran alcance-** Internet incrementa el efecto perjudicial de algunas acciones (ciberbullying) o la creación de nuevos peligros (grooming, adicción a la tecnología, entre otros).

La educación formal puede convertirse en **agente de transformación y socialización** si incorpora todas estas herramientas a través de la alfabetización mediática. Así disminuiría el peligro que conllevan las TRIC y aprovecharían su utilización para obtener información contrastada.

Es necesaria una educación en el **uso consciente y responsable** de las TRIC que proporcione a la población estudiantil las herramientas necesarias para prevenir posibles situaciones de riesgo, para **relacionarse de forma respetuosa** con sus iguales y ser capaces de **manejar adecuadamente su información** en Internet, así como de **gestionar su tiempo de uso**.



Tanto las redes sociales como los videojuegos suponen un **espacio de ocio** donde los chicos y chicas invierten gran parte de su tiempo libre, pero puede acabar interfiriendo en actividades fundamentales de su día a día como puede ser el descanso o la educación.

La **aceptación del grupo** es fundamental en la adolescencia y preadolescencia, por lo que la comparación entre iguales durante la etapa de educación primaria se vuelve un elemento central, así como la utilización de redes sociales.



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 ésta. La conducta es desadaptativa.

Adicción

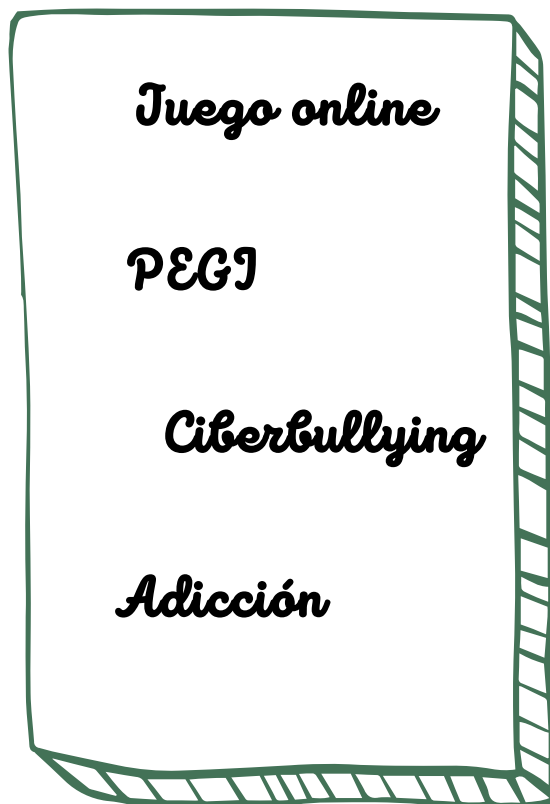
La conducta es reiterada. La persona ha ido adaptando sus necesidades - de emoción, compañía, reto, superación, distracción, etc.- a la adicción y las suple con ello.

Los **videojuegos** en sí **no son malos**, pero podrían tener consecuencias negativas si no se controlan diferentes aspectos como pueden ser: el nivel de **uso**, **si se dejan de hacer cosas** fundamentales por estar jugando, no se realizan otras actividades de **ocio**, se utilizan para **evadirse** de los problemas personales, no se hace caso a las **recomendaciones de edad** de los videojuegos, etc.

2. Objetivos de aprendizaje

- **Promocionar el ocio saludable** mediante la reflexión de alternativas de ocio sin videojuego.
- Conocer los medios para **diferenciar los videojuegos no recomendados** para su propia edad y prevenir sus riesgos.
- **Promover el respeto** entre jugadores en la red, así como favorecer la igualdad de género dentro de los videojuegos.
- **Facilitar una actitud reflexiva y crítica** sobre los diferentes usos de tiempo libre a través de una planificación y conocimiento del ocio alternativo al juego online.

3. Palabras clave



4. Actividades

Actividad 1. "Nuestro videojuego"

OBJETIVOS

- Reflexionar sobre los contenidos que tienen actualmente los videojuegos.
- Fomentar el juego responsable y cooperativo dentro del aula.

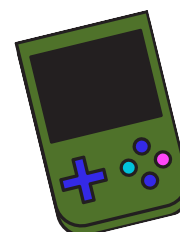


DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD

- 20-25 minutos

MATERIALES

- Folios en blanco
- Lápices
- Pizarra y tizas
- Internet



DESARROLLO

Esta actividad se divide en dos subpartados

El desarrollo de la actividad 1 **se puede complementar con la actividad 2** (mismo formato pero con **redes sociales** en vez de videojuegos).

Esta opción es recomendable **si hay diferencias de uso** importantes dentro del grupo, en este caso se divide la clase en preferencias de videoconsolas y videojuegos.

1.1 ¿A qué jugamos y qué aprendemos?

PLAY

En la primera parte de esta actividad **se pregunta** al grupo sobre sus **videojuegos favoritos**, es probable que gran parte de la clase coincida en los mismos, por esto, sería conveniente que cada persona diga **al menos dos**.



Los juegos que vayan saliendo deben de clasificarse en función de la **edad recomendada**. Se puede ir apuntando en la pizarra el nombre del juego y su edad recomendada.

Después, se pasa a hacer un **pequeño debate** sobre cada videojuego apuntando los **aspectos positivos** y los **aspectos negativos** que tiene. Es probable que salga contenido violento, sexista o no recomendado, como simuladores de apuestas.



Los alumnos seguramente no conozcan el **PEGI** que tiene su videojuego favorito, se puede hacer una **búsqueda en google para analizar el contenido y favorecer el debate**.





Se considera adecuado para todos los grupos de edad. El juego no debe obtener sonidos que puedan asustar a los niños pequeños. Una forma muy leve de violencia (en un contexto cómico o en un entorno infantil) es aceptable. No se debe escuchar un lenguaje soez.

Puede contener escenas o sonidos que atemoricen a los niños más pequeños. Puede haber formas muy suaves de violencia (violencia implícita, no detallada o realista). *



Se muestra violencia con naturaleza un poco más gráfica hacia personajes de fantasía o violencia no realista a personajes humanos. Puede haber insinuaciones sexuales o posturas sexuales, el lenguaje soez es leve. Los juegos de azar también pueden estar presentes (casinos o salas juego).

Cuando la violencia o actividad sexual alcanza un nivel semejante al que se esperaría en la vida real, el uso de lenguaje incorrecto puede ser más extremo. Además, juegos de azar y uso de tabaco, alcohol o drogas ilegales también pueden estar presentes. **



Se aplica cuando la violencia alcanza un nivel tal que se convierte en una representación de violencia brutal, asesinato sin motivo aparente o violencia hacia personajes indefensos. La normalización del uso de drogas ilegales o actividad sexual explícita. **

* Puede resultar conveniente explicar la definición de cada tipo de violencia.

** Nota para el profesorado: tener en cuenta el nivel de madurez del grupo a la hora de abordar contenidos relacionados con los niveles 16 y 18 del PEGI



Lenguaje soez: Contiene lenguaje soez (a partir de +12).

Violencia: si se trata de violencia no realista o no detallada (+7), si es en un entorno de fantasía o es violencia no realista (+12) y si es violencia realista (+16 o + 18 en función de la intensidad).



Discriminación: Estereotipos étnicos, religiosos, nacionalistas u otros que puedan alentar el odio. Es probable que infrinja las leyes penales nacionales (+18).

Apuestas: simulaciones de juegos de casinos o salas de juego (+12).



Miedo: Puede aparecer como etiqueta "Miedo" (+7) o como etiqueta "Terror" (+12), por la diferencia de intensidad.

Drogas: Uso de drogas ilegales, alcohol o tabaco (+18).



Sexo: Si incluye posturas o insinuaciones sexuales (+12), si hay desnudos eróticos o relaciones sexuales sin genitales visibles (+16) y si hay una actividad sexual explícita (+18).

Compras integradas en el juego: Se pueden comprar bienes o servicios digitales con moneda real, además de para actualizaciones.



1.2 Tu videojuego ideal



Se divide la clase en diferentes **grupos de unas 4-5 personas** cada uno y se les da a todos las siguientes **instrucciones**:



"Imaginad que llevamos 10 años trabajando en el diseño de videojuegos, nos piden que diseñemos tres videojuegos completamente nuevos con tres clasificaciones PEGI distintas: "+3, +7 y +12".

Los grupos deben de decidir:

- ¿Qué **tipo** de videojuego sería?



- ¿Qué puede **incluir**?



- ¿Qué **no** debe **incluir**?



- ¿Qué va a **enseñar**?



Después, se **ponen en común** (hacer una tabla en la pizarra).

Se puede hacer una **votación anónima** de cuál consideran que es el videojuego que **más se vendería**.

¿Qué **diferencia** hay entre los videojuegos que están **actualmente** en el mercado y los que **habéis diseñado** vosotros/as?

¿Crees que los juegos que hay en el **mercado son adecuados**?

EVALUACIÓN GRUPAL

Preparar una **tabla resumen** con los **contenidos fundamentales** que tiene que revisar una persona para **conocer si un juego es recomendado** o no para su edad.

Actividad 2. Contamos hasta diez

OBJETIVOS

- Conocer nuevas estrategias de **regulación emocional**.
- **Facilitar la empatía** entre los participantes del grupo.
- **Reflexionar sobre el contenido** que se ve en redes sociales relacionado con los videojuegos.



DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD

- 25-30 minutos

MATERIALES

- Proyector
- Altavoces
- Folios
- Lapiceros



DESARROLLO

Esta actividad se divide en cuatro subapartados

2.1 Enfado vs. Violencia

Es recomendable que antes de empezar la parte práctica se haga una **breve introducción** teórica **sobre las emociones**, tratando de hablar de las 5 emociones básicas y su **funcionalidad**.



Las emociones son la **respuesta de nuestro cuerpo** a lo que interpretamos de lo que nos ocurre. Nos dicen cómo debemos actuar ante lo que nos pasa. Además, éstas nos aportan información **sobre nosotros mismos y las demás personas**, pero hay que saber **identificarlas**. Todas las emociones tienen una **función adaptativa**, **no hay emociones negativas o malas**.



Para tratar este tema, se puede utilizar la película de InsideOut (Del revés en castellano), donde se identifica cada una de ellas y su necesidad de forma muy clara.



ENFADO

Cuando algo sobrepasa nuestros propios límites.



ASCO

Cuando algo nos genera rechazo o desconfianza



TRISTEZA

Cuando se está dando una pérdida o hay riesgo de la misma



MIEDO

Cuando hay algún peligro que queremos evitar



ALEGRÍA

Cuando algo nos gusta y queremos repetirlo

Una vez se finaliza esta pequeña introducción nos centraremos más en profundidad en la emoción del enfado. Para ello, propondremos al alumnado de forma individual las siguientes preguntas:

¿Qué es lo que más me hace enfadar?

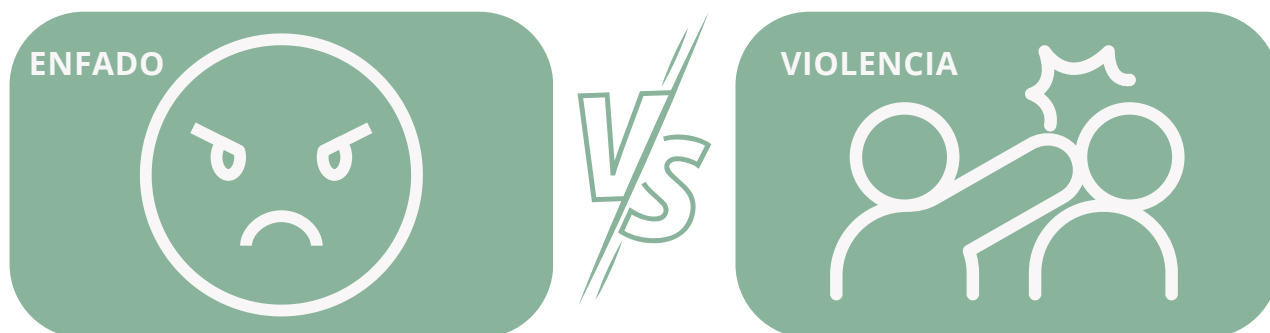
¿Cuál es la situación en la que he estado más enfadado?

¿Cómo me sentí?

¿Cómo respondí en esa situación?

¿Cómo respondo normalmente cuando estoy muy enfadado?

Coger de ejemplo algunas de las reacciones identificadas como llorar, gritar, negarse, etc. Después se reflexiona sobre si se ha resuelto el problema o se agrava, qué ocurre cuando tomamos decisiones estando enfadados. Hay que resaltar que **no controlar el enfado puede llevar a tomar decisiones que afecten a nuestra propia vida.**



Con esto, debemos hacer hincapié en que **la violencia no es necesaria y que debemos evitarla**, podemos enfadarnos, pero esto no justifica que seamos violentos.

2.2 ¿Qué tengo que hacer cuando me enfado?

Cuando nos enfadamos **nos centramos en cosas concretas** y muchas veces dejamos de lado elementos como, por ejemplo, los sentimientos de las personas de nuestro alrededor.

Por ello, tenemos que ser capaces de **identificar nuestro propio enfado y saber manejarlo** para no tomar decisiones de las cuales nos podamos arrepentir cuando nos encontremos más tranquilos.



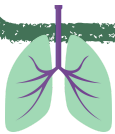
Para esta parte de la actividad, se puede preguntar al alumnado:

“¿Qué podemos hacer para evitar la violencia cuando nos enfadamos?”

Es probable que salgan algunas de las que aparecen a continuación. Se pueden escribir en la pizarra e intentar poner un ejemplo de cada una de las soluciones que se planteen.

Entre las diferentes **alternativas a la violencia** tenemos:

Respiración: se introduce en un estado de calma. Respirar profundamente para tranquilizarme antes de hacer o decir cualquier cosa.



Esperar un día o dos a que se me pase el enfado antes de tomar una decisión, para no equivocarme.



Pedir ayuda a alguien para resolver el problema.



Hacer **ejercicio** para quemar la energía del enfado: correr, caminar, jugar con un balón, etc.



Relajación: existen varias técnicas de relajación, algunas de las cuales están adaptadas a niños/as



Tiempo fuera: evita reaccionar automáticamente, sobre todo ante el enfado intenso.



Distracción: se reduce la intensidad de la emoción y se propicia un mejor estado para hablar y reflexionar



Otras ideas.



2.3 Rueda de las emociones

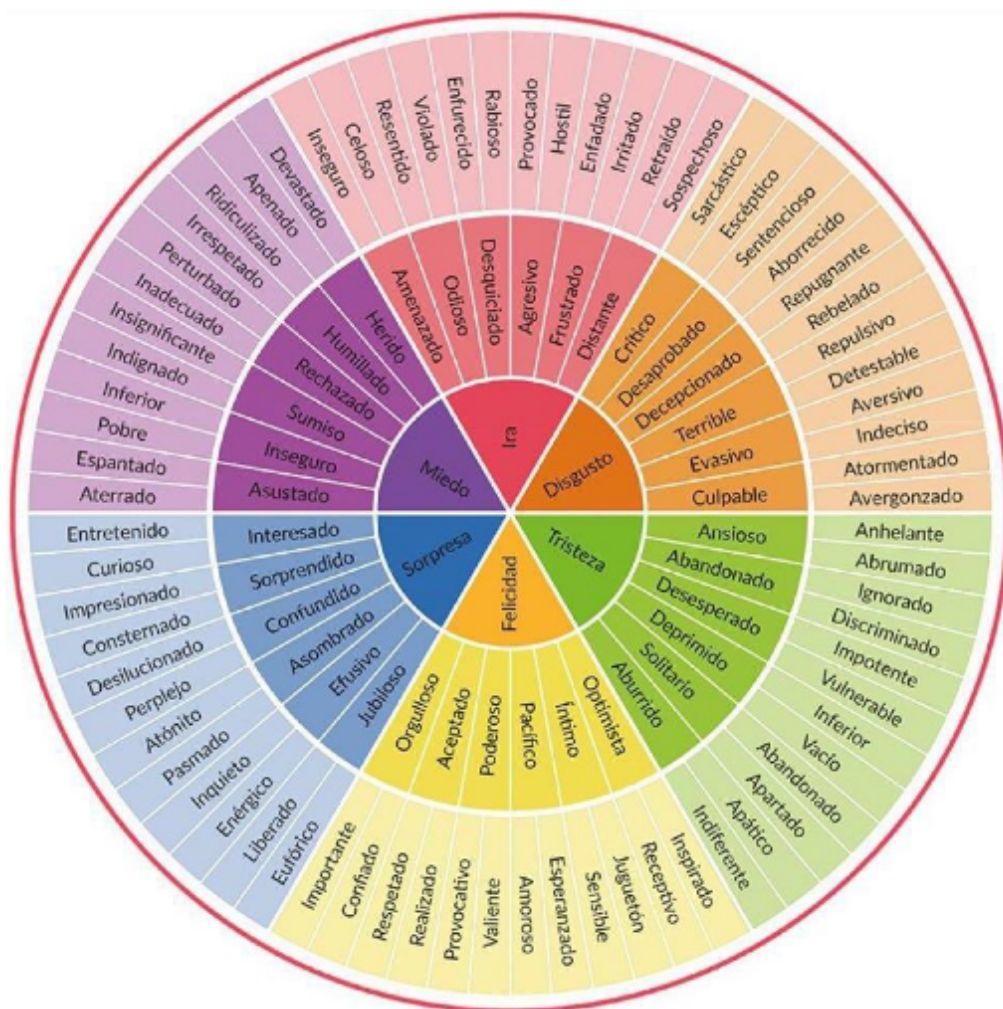
Si se quiere **profundizar en el tema de las emociones** se pueden utilizar las siguientes plantillas para ser capaces de identificar cada una de ellas.

Se pueden utilizar de base para realizar un **juego** en el que **la clase se divida en dos**. Cada grupo va a tener que **imaginar y escribir una situación** distinta donde pueda sentir una emoción concreta de las que aparece en la plantilla. Cuando ya se tengan entre 10-15 situaciones, se va leyendo cada una de ellas y **el grupo contrario debe adivinar a qué emoción** está haciendo referencia.



El objetivo es que ambos grupos sean capaces de identificar la mayoría de emociones que se pueden sentir en cada situación.

Hay que tener en cuenta que **cada persona puede sentir algo distinto en la misma situación**, por eso hay que buscar situaciones específicas o intentar contextualizarlas lo máximo posible.



Si se ha utilizado la película propuesta en la actividad 2.1, se puede indagar en ella en esta tercera parte mediante las siguientes dos imágenes.



	 Alegria	 Tristeza	 Asco	 Miedo	 Ira
 Alegria	 Éxtasis	 Melancolía	 Intriga	 Sorpresa	 Justicia moral
 Tristeza	 Melancolía	 Depresión	 Autoaborrecimiento	 Ansiedad	 Traición
 Asco	 Intriga	 Autoaborrecimiento	 Prejuicio	 Repugnancia	 Aversión
 Miedo	 Sorpresa	 Ansiedad	 Repulsión	 Terror	 Odio
 Ira	 Justicia moral	 Traición	 Aversión	 Odio	 Rabia

2.4 Violencia en videojuegos y referentes

Para finalizar la actividad, unimos la violencia con los videojuegos y el control de la frustración de perder. Podemos favorecer la reflexión sobre los referentes del alumnado con las siguientes preguntas:



- ¿Veis personas en Internet que jueguen a videojuegos?
- ¿Qué hacen estas personas cuando pierden?
- ¿Creéis que es la respuesta adecuada?. En caso negativo ¿Qué alternativas de respuesta propondrías?
- ¿Qué hacéis vosotros cuando perdéis?
- ¿Creéis que es la respuesta más adecuada? En caso negativo ¿Qué alternativas de respuesta pondrías?



Puede ser que parte del alumnado conozca a alguien o incluso ellos mismos hayan **roto tecnología** por perder a algún videojuego. Pese a lo alarmante de la situación, conviene tratar de **no juzgarles** (dejando claro que lo han hecho mal) y hacerles entender que no es una opción (**recaltar alternativas** de actividad 2.2).

Estas conductas violentas a la hora de jugar a videojuegos vienen principalmente por los **referentes** en aplicaciones como YouTube, por ello, debemos de conocer **qué información les está llegando** para poder reflexionar sobre ella y **evitar que imiten conductas violentas**.



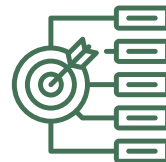
EVALUACIÓN GRUPAL

Se puede hacer una **pequeña infografía** con las **ideas principales** que hayan ido saliendo en cada una de las partes de esta actividad para **fomentar la identificación de las emociones propias y ajenas, conocer nuevas técnicas de regulación emocional e incentivar el pensamiento crítico**.

Actividad 3. Estereotipos de belleza en videojuegos

OBJETIVOS

- **Cuestionar los cánones de belleza** socialmente establecidos.
- **Identificar la violencia simbólica** generada sobre las mujeres (presión y cosificación en publicidad y medios de comunicación).
- **Fomentar el respeto** a la diversidad corporal.



DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD

- **30-35 minutos**

MATERIALES

- **Folios**
- **Lápices de colores**
- **Imágenes preseleccionadas**
- **Pantalla para proyectar.**



DESARROLLO

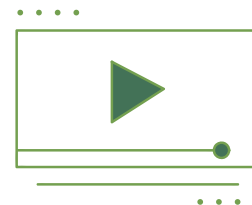
Se divide a la clase en varios grupos y se les pide que piensen en **cómo son los chicos y cómo son las chicas**, intentando hacer la pregunta lo más general posible para que saquen diferencias en distintos ámbitos.



Mientras, **se van apuntando en la pizarra** las diferencias que vayan contando en dos grandes columnas (chicos y chicas): en cuanto a juguetes, forma de vestir, actividades extraescolares, colores, personalidad (adjetivos), etc.

Con esto podemos explicar que se reciben **mensajes sociales distintos** en función de nuestro sexo (estereotipos).

Se puede utilizar de apoyo en la explicación el siguiente video:
"LA MENTE EN PAÑALES"
<https://www.youtube.com/watch?v=gGhwwp-mA4s>



Este vídeo enseña cómo personas adultas tratan de forma diferente a un bebé en función del color de la ropa que lleve (azul o rosa), llevándoles a ponerles adjetivos como "fuerte" y "bonita" en función de ello, estableciendo expectativas de futuro como "vas a ser un gran luchador" o "vas a ser una mujer guapísima" y tratándoles de forma más brusca o delicada.

Se intenta explicar qué son los **estereotipos** y se les pregunta cuál es su **deporte favorito**, lo más probable es que varios chicos digan fútbol y varias chicas digan baile o patinaje.



Luego, se les pide que cojan una hoja y que la dividan en dos. En un lado tienen que **dibujar un personaje de un juego de fútbol** y en el otro lado un personaje de un **juego de baile/patinaje**. Además, se les pide también que **pongan nombre** a cada profesional que han dibujado.

Posiblemente hayan dibujado un futbolista hombre y una patinadora/bailarina, esto es porque sus estereotipos han influido en el desarrollo de la actividad: cómo pensamos que ha de ser físicamente un personaje masculino o femenino, qué roles debe desempeñar cada uno de ellos ... pero ...



¿Cómo podemos cambiar esto?



EVALUACIÓN GRUPAL

Para comprobar que se ha entendido y se ha desarrollado sentido crítico respecto al contenido sexista de los videojuegos, se pide que digan varios juegos donde este tipo de diferencias se dan.

Actividad 4. ¿Sabemos pedir ayuda?

OBJETIVOS

- Conocer estrategias para pedir ayuda tanto a compañeros/as como al profesorado.
- Favorecer la empatía dentro del aula.
- Trabajar un espacio de confianza .

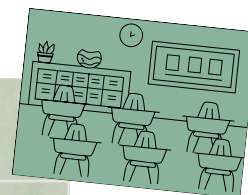


DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD

- 30-35 minutos

MATERIALES

- Un espacio amplio donde el alumnado pueda moverse



DESARROLLO

Se divide el aula en tres, cada espacio representa un **contexto diferente** del alumno/a: casa, escuela y calle.



CASA



ESCUELA



CALLE

A continuación, se presentarán **diferentes criterios** y cada persona deberá elegir en qué lugar se cumple y por qué.

- Es el lugar donde puedo alegrarme cuando estoy triste.
- Es el lugar donde hay alguien que me puede ayudar si tengo un problema.
- Es el lugar donde puedo preguntar cuando tengo dudas.
- Es el lugar donde puedo encontrar apoyo si me siento mal.
- Es el lugar donde pueden protegerme si estoy en peligro.

Al terminar, se puede hacer una **puesta en común** donde se reflexione sobre el espacio seguro que han creado en la escuela.

Para finalizar, se debe hacer un tercer punto donde por parejas o por grupos se realicen **propuestas para hacer de la escuela un lugar más seguro** para todos/as.



EVALUACIÓN GRUPAL

Como método evaluativo para esta actividad se puede proponer al grupo una situación de ciberacoso y establecer un pequeño protocolo en el que se recoja tanto actuaciones sobre cómo ayudar a la víctima, como actuaciones para neutralizar la actitud del compañero o compañera agresor/a, en base a estas tres posibles situaciones:

- Si la víctima no quiere contar nada, pero los compañeros se han enterado de la situación.
- Si la víctima ha contado la situación a compañeros, pero no al profesorado.
- Si la víctima ha contado la situación al profesorado, pero no a los compañeros.

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

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

<https://tudecideseninternet.es/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

**"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>

IS4K Internet segura for kids

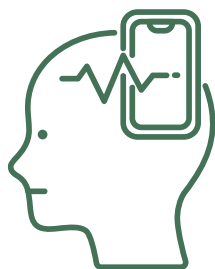
<https://is4k.es>

6. Glosario de términos



Adicción

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



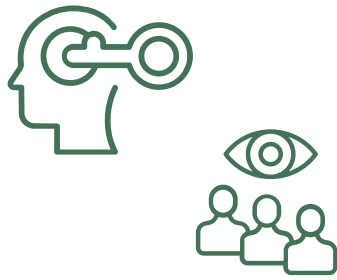
Adicción comportamental

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

Emociones

Son la respuesta de nuestro cuerpo a lo que interpretamos de lo que nos ocurre. Nos aportan información sobre cómo debemos actuar ante lo que nos pasa.



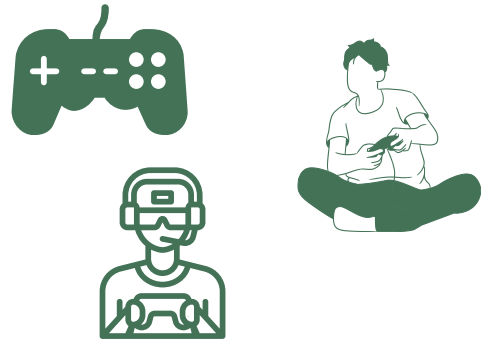


Estereotipos

Imagen o idea aceptada comúnmente por un grupo o sociedad con carácter inmutable.

Gaming

Hace referencia a los juegos donde el resultado -de ganar o perder- lo determina la habilidad y las condiciones del jugador o jugadora en cuestión.

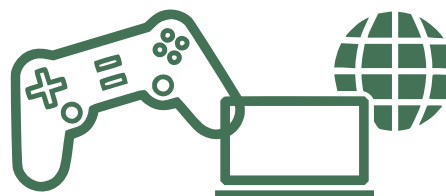


Internet

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

Juego online:

Cualquier videojuego que permita la interacción mediante Internet, puede ser en formato multijugador.

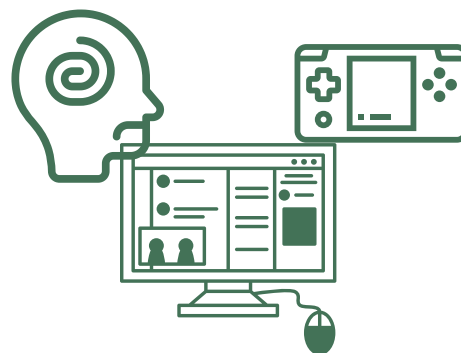


PEGI

Es un sistema europeo para la clasificación de los videojuegos en función de su contenido y la población destinataria, ofrece información sobre los peligros y la edad recomendada.

Trastorno por uso de videojuegos (CIE-11)

Control deficiente sobre el juego, aumentando la prioridad dada al juego sobre otras actividades diarias junto a la continuación del juego a pesar de la aparición de consecuencias negativas.



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.

