

# 2021

## UNIVERSIDAD DE FLORES – SEDE CHOS MALAL TESIS FINAL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FISICA CON ORIENTACION EN SALUD

### TEMA DE INVESTIGACION

Motivos que causaron que lo niño/as de la escuela primaria n°24 de Tricao Malal pierdan interés en realizar actividades físicas y deportivas.



**INOSTROZA DAIANA**

**N°LEGAJO: 23960**

**CORREO ELECTRONICO:  
daiinostrozachml@gmail.com**

## Agradecimientos

A mi compañero y manada de cuatro patas que siempre apoyaron mis largas horas de lectura. Mi familia, mamá y papá que siempre me alentaban a continuar.

Mis estudiantes de la primera escuela en la que me toco desempeñarme y a la que sentí mi casa. En quienes me inspire desde el primer momento y a quienes recordare con muchísimo cariño. Mis compañeras y grupo directivo de la institución.

Trabajadores/a del área de deporte de la municipalidad de Tricao Malal por su aporte a mi investigación.

¡¡¡Después de mucho esfuerzo lo logre!!! Gracias Infinitas por su ayuda en este recorrido...

## INDICE GENERAL

Resumen.....	4
1- PRIMERA PARTE: Delimitación conceptual del objeto de estudio.....	5
1.1 Área temática, rama y especialidad.....	5
1.2 Tema.....	5
1.3 Introducción.....	5
1.4 Planteamiento del problema.....	7
1.5 Relevancia cognitiva.....	8
1.6 Marco teórico.....	9
1.6.1 Marco legal.....	9
1.6.2 La ruralidad.....	11
1.6.2.1 Actividades físicas y deportivas en la ruralidad.....	14
1.6.3 El inevitable avance de las TIC.....	18
1.6.4 Buen uso, mal uso o abuso de las TIC .....	24
1.6.5 Adicciones y peligros del internet.....	32
1.6.6 Otros Problemas: CIBERDELITOS.....	33
1.6.6.1 Privacidad.....	33
1.6.6.2 Cyberbullying.....	34
1.6.6.3 Grooming.....	36
1.6.6.4 Sexting.....	36
1.6.6.5 Consejos generales para evitar estos problemas.....	37
1.6.7 La familia y la escuela como agentes preventivos.....	41
1.6.7.1 Problemas sociales.....	45
1.6.7.2 Problemas de salud física.....	48
1.6.8 Valoración actual de las TIC.....	53
1.6.9 Importancia del juego .....	57

1.6.10 Características de los niño/as de 7 a 12 años.....	63
1.7 Hipótesis.....	66
1.8 Objetivos.....	66
2- SEGUNDA PARTE: Materiales y métodos.....	66
2.1 Tipo de diseño.....	66
2.2 Diseño del objeto: Sistema de matrices de datos.....	67
2.3 Instrumento para la producción de datos.....	68
2.4 Fuente de datos.....	70
2.5 Cronograma de actividades en contexto.....	70
2.6 universo y muestra.....	71
3- TERCERA PARTE: Análisis y conclusiones.....	72
3.1 Exposición, análisis e interpretación de datos.....	72
4- Bibliografía.....	77

## ANEXO

## Resumen

Este trabajo de investigación pretende recorrer los cambios y las consecuencias que trajo la llegada de las TIC (nuevas tecnologías de la comunicación y la información) a un pueblo como es Tricao Malal.

También poder verificar si las propuestas recreativas y deportivas que brinda la localidad logran cubrir las necesidades de los actuales intereses y demandas de los niño/as.

El tipo de diseño de investigación que se llevara a cabo será de tipo exploratoria, donde se analizaran los datos obtenidos a través de observaciones y entrevistas. Las observaciones se realizaron durante la presencialidad, al finalizar cada clase con un pequeño intercambio docente-estudiante. Por otro lado las entrevistas de manera informal y formal mediante mail.

## Palabras claves

Ruralidad- Escuela primaria n°24- TIC- Actividades físicas y deportivas

# **1- PRIMERA PARTE: Delimitación conceptual del objeto de estudio**

## **1.1 área temática, rama y especialidad**

Área temática: Educación física/ ciencia de la información/ ciencias humanas/ Psicología

Rama: educación física en el nivel primario/ tecnología informativa y de comunicación/ psicología de la educación

## **1.2 Tema**

TEMA

Motivos que causaron que lo niño/as de la escuela primaria n°24 de Tricao Malal pierdan interés en realizar actividades físicas y deportivas.

## **1.3 Introducción**

El tema de investigación surge desde mi profesión como profesora de educación física desde mis inicios, ya hace 5 años en una escuela primaria, ubicada en la ruralidad. Es en esta institución donde con el paso de los años he notado como el mal uso tecnológico se va apoderando y conduciendo cada vez a edades más tempranas a niño/as hacia una vida sedentaria con múltiples consecuencias para su salud. Ello considero producto de la falta de motivación por parte de lo/s adultos y por falta de propuestas que sean acordes a sus demandas e intereses.

La escuela primaria n°24 se encuentra ubicada en Tricao Malal lugar que se localiza a 60 km de la ciudad de Chos Malal. Tricao Malal es un pueblo que solo cuenta con una única escuela primaria, en la cual a partir del año 2019 comenzó a darse un notorio aumento en la matrícula de estudiantes.

Cuando comienzo a trabajar en la institución como profesora de educación física en el año 2017, el número de estudiantes no superaba los 15 niño/as por grado y solo se contaba con un grado por ciclo. Lo que hacía un total de aproximadamente 100 estudiantes. Actualmente en el año 2021 la matrícula ha incrementado notoriamente, hoy la institución cuenta con un total aproximado de 180 estudiantes. Debido al elevado número de ingresantes a primer grado fue necesario la inauguración de una nueva sala, por otro lado los traslados de nuevas familias a la localidad por cuestiones laborales incrementan cada año el número de estudiantes de todos los grados. Cada año se puede notar como aumentan los ingresos a jardín y con ello la consiguiente matrícula escolar.

Cabe destacar que ambas instituciones escuela primaria y jardín de infantes comparten un mismo edificio y mismos directivos, por lo que se tiene conocimiento del número exacto de ingresantes que se esperara para el año siguiente.

El motivo que me conduce al tema de investigación es la preocupación de ver cómo año tras año los niño/as van dejando de lado la actividad física y deportiva, dando mayor importancia a la tecnología quien va invadiendo y siendo utilizada en la mayoría de los casos de manera negativa por parte de los estudiantes. Cómo en un pueblo donde niño/as solían salir a jugar y compartir en espacios públicos con sus pares, participar de todos los eventos que el pueblo les ofrecía, así como las propuestas deportivas que son brindadas por parte del área de deporte de la municipalidad de Tricao Malal y el C.E.F dejan de ser aprovechadas por preferir jugar juegos tecnológicos como la play o el celular o bien concurrir a zonas donde tengan wifi.

Además de esto se debe considerar que los niño/as van creciendo, lo cual conlleva que sus gustos e intereses cambien prefiriendo otras propuestas de actividades deportivas y recreativas, por lo tanto el área de deporte de la

municipalidad de Tricao Malal debería rever las propuestas deportivas y recreativas para que de esta manera estén acorde a los intereses y demandas de esta parte de la población.

#### **1.4 Planteamiento del problema**

El origen e interés de la investigación radica en el abandono que muchos niño/as hicieron de actividades recreativas y deportivas producto del mal uso tecnológico por parte de estos estudiantes de nivel primario de la escuela primaria n°24 de Tricao Malal. En su mayoría el desconocimiento y principalmente la usencia de supervisión por parte de adultos conduce a que la tecnología desencadene efectos negativos en los niño/as, sobre todo a nivel salud. Con el paso de los años podemos ver como cada vez son más los niño/as que a edades tempranas eligen la diversión y esparcimiento que brinda algún aparato tecnológico como ser el celular, la televisión y la play. Cómo en un pueblo con tanta población de niño/as los espacios pensados para su diversión, recreación y esparcimiento cada año son menos concurridos. En esto último debemos destacar que desde el área de deporte se brindan propuestas como futbol, patín y danzas folclóricas, a lo que se suma el C.E.F con EDI (educación física infantil) Handball y Hockey. Además en vacaciones de verano se ofrecen las “colonias de verano” llevadas a cabo en el camping municipal del pueblo. Este es un espacio muy amplio que cuenta con césped natural, una cancha de futbol con césped sintético y una gran pileta al aire libre.

Es aquí donde profesores de educación física u otro/as personas ofrecen propuestas que incluyen campamentos, juegos de todo tipo, juegos de agua, deportes. A pesar de lo llamativo de ello cada año son menos los niño/as que asisten, a pesar de estar en el pueblo ya que pocos se toman vacaciones fuera de la localidad, prefieren quedarse en casa.

He aquí ante esta actual situación que me surge la necesidad como educadora desde el área de educación física, donde promocionamos el cuidado de la salud, la recreación, el esparcimiento, la sociabilización con otro/as, de rever esta situación e intentar cambiarla o bien controlarla, educando y enseñando a dar mejores usos a esa herramienta tan valiosa como es la tecnología.

Focalizar no solo en los niño/as sino principalmente en las familias que por desconocimiento muchas veces incurren en la mala decisión de permitir a los niño/as pasar la mayor parte de su tiempo libre usando su celular (propio o prestado), mirando TV o jugando a la play en lugar de motivarlo a realizar algún deporte, jugar en el patio, en la plaza, salir a caminar acompañado por el adulto/a responsable, etc.

### **1.5 Relevancia cognitiva**

Se decide abordar esta temática de investigación, debido a la preocupación como docente y al deber como educadora de intentar cambiar los malos hábitos no solo en los niño/as sino en la sociedad. La tecnología es una herramienta muy útil si se la utiliza correctamente, pero puede ser muy mala, especialmente en niño/as sino se hace una debida supervisión de ella. Es importante educar a las familias respecto al uso y supervisión que deben tener sobre los jóvenes cuando empiezan hacer uso de esta.

A partir de esta situación es importante replantearnos varios interrogantes y desafíos como profesora de educación física respecto a las nuevas necesidades e intereses de los niño/as actuales, como se los podría transformar en propuestas recreativas y deportivas que tengan adherencia por parte de esto/as.

Incuestionablemente la actividad física aportara beneficios físicos, psicológicos y sociales a los niño/as entre 7 a 12 años protagonistas del

trabajo de investigación. Evitando o disminuyendo malestares y efectos negativos producto del uso excesivo de aparatos tecnológicos.

La cuestión tecnológica es algo que inevitablemente nos atraviesa como sociedad y que se hace cada vez más necesaria como parte de nuestra rutina diaria, especialmente si consideramos el ciclo 2020, el cual producto de la pandemia que atravesó el mundo, obligo a incorporarla ya que sin ella no hubiera sido posible la comunicación ni la continuación escolar de gran parte de los estudiantes de los diferentes niveles.

En pueblos como en el que aquí se aborda, el uso tecnológico fue algo nuevo e innovador, varias familias debieron reeducarse en el tema e incluso se vieron obligados a incorporar aparatos tecnológicos avanzados que les permitan poder estar en contacto.

Si bien este fenómeno es y será sumamente importante para poder continuar, también es peligroso ya que como se decía incorporarlo a un pueblo que no está familiarizado en su mayoría puede ocasionar muchos riesgos especialmente en niño/as que no sean supervisados ni educados para poder conocer el lado oscuro, por decirlo de alguna manera de la internet, que por medio de sus páginas sociales conduce muchas veces a oportunistas que abusan y se aprovechan de ello.

## **1.6 MARCO TEORICO**

### **1.6.1 Marco legal**

Es importante señalar y describir algunas de las leyes que acompañan este trabajo y conceptos relacionados con los derechos de los niños/os a saber la Ley 26061, (2005) en:

Art 15.- Derecho a la educación. Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la educación pública y gratuita, atendiendo a su desarrollo integral,

su preparación para el ejercicio de la ciudadanía, su formación para la convivencia democrática y el trabajo, respetando su identidad cultural y lengua de origen, su libertad de creación y el desarrollo máximo de sus competencias individuales; fortaleciendo los valores de solidaridad, respeto por los derechos humanos, tolerancia, identidad cultural y conservación del ambiente. Tienen derecho al acceso y permanencia en un establecimiento.

Art 20.- Derecho al deporte y juego recreativo. Los Organismos del Estado con la activa participación de la sociedad, deben establecer programas que garanticen el derecho de todas las niñas, niños y adolescentes a la recreación, esparcimiento, juegos recreativos y deportes, debiendo asegurar programas específicos para aquellos con capacidades especiales.

Art 21.- Derecho al medio ambiente. Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a un ambiente sano y ecológicamente equilibrado, así como a la preservación y disfrute del paisaje. También relacionada con los conceptos anteriores está el artículo 31 de la Convención sobre los derechos del Niño (1989), Unicef comité español quien detalla:

Art 31:

1.- Los estados partes reconocen el derecho del niño al descanso y el esparcimiento y a las actividades recreativas propias de su edad y a participar libremente en la vida cultural y en las artes.

2.- Los estados partes respetarán y promoverán el derecho del niño a participar plenamente en la vida cultural y artística y propiciarán oportunidades apropiadas, en condiciones de igualdad, de participar en la vida cultural, artística, recreativa y de esparcimiento. El marco legal detallado anteriormente no solo nos obliga como adultos responsables y educadores a hacer valer esos derechos sino también como marco legal de todas las actividades realizadas, proyectos, programas, en la Institución y con

otras escuelas fomentando y propiciando experiencias enriquecedoras, teniendo en cuenta y partiendo desde el derecho básico como punto de partida el niño/a como sujeto de derecho.

### **1.6.2 La ruralidad**

"La educación rural es la modalidad del sistema educativo de los niveles de educación inicial, primaria y secundaria destinada a garantizar el cumplimiento de la escolaridad obligatoria a través de formas adecuadas a las necesidades y particularidades de la población que habita en zonas rurales" (Artículo n° 49 de la Ley de Educación Nacional).

Pensar la escuela rural requiere tomar en consideración el territorio en el que se localiza, así como los sujetos involucrados en sus actividades.

Las versiones tradicionales de la ruralidad definían a lo rural 'por defecto' en relación con lo urbano y planteaban una fuerte dicotomía entre ambos contextos. Según esos enfoques lo rural se caracterizaba por un escaso desarrollo tecnológico, por el mundo del trabajo ligado exclusivamente a lo agropecuario, por sectores de baja densidad de población relativamente aislados, por grupos sociales homogéneos en sus aspectos culturales, por disponer de bajas condiciones de bienestar. Desde esta mirada, se desvalorizaba lo rural, quedando lo urbano del lado del progreso.

Se hace imperioso entonces cambiar el foco de análisis de la ruralidad, abandonar la idea de lo rural como un sector económico de la producción e introducir la categoría de territorio, "entendido este como espacio construido por los grupos sociales a través de sus trayectorias (identidad) y de las interacciones que los vinculan entre sí. El territorio no es un escenario estático, sino un campo de relaciones cambiantes, de manera tal que, cuando las relaciones cambian, se transforma el territorio y sus posibilidades de representación" (Plencovich, 2009). En esta misma línea, otros enfoques

enfatan que es necesario mirar lo rural desde lo rural, con sus especificidades, similitudes y complejidades, con variadas dinámicas económicas, algunas efímeras otras duraderas, en continua transformación.

Es necesario a su vez renovar la interpretación de la ruralidad teniendo en cuenta las variadas dinámicas que se desarrollan en cada territorio atendiendo a las particularidades históricas, sociales, culturales, ambientales, institucionales.

Según el sistema educativo la educación rural es la modalidad destinada a garantizar el cumplimiento de la escolaridad obligatoria, a través de formas adecuadas a las necesidades y particularidades de la población que habita en las zonas rurales (Ley 2945; Art 84). Teniendo en cuenta los lineamientos curriculares de la Provincia del Neuquén, la clasificación en escuela rural es debido a su ubicación. Pensar en la escuela rural implica un escenario con sujetos en un contexto, incluido en una organización espacial. Organización que supone la presencia de una sociedad que, en su interacción continua con el espacio, lo transforma, lo construye. Las escuelas situadas en un espacio rural es una Institución que tiene como soporte al medio y la cultura, con una estructura organizativa heterogénea y singular y con una tarea pedagógica multidimensional. Tienen una característica diferencial: posee al menos un agrupamiento de alumnos que cursan al mismo tiempo y en el mismo ámbito años de escolaridad. La escuela rural puede implicar una Institución de 100 estudiantes o una con 10 y personal único, engloba una amplia posibilidad.

Los hechos demuestran que la diversidad de las Instituciones rurales exige una gran flexibilidad en las propuestas de enseñanza, adaptándolas al contexto al cual pertenecen. Las características de las escuelas rurales requieren contextualizar las propuestas curriculares para responder a las necesidades y demandas de la comunidad. Tonucci (1996) en relación a la

ruralidad y los educadores dice que: Las necesidades imperiosas de los maestros de escuelas rurales los conducen a buscar soluciones y emprender acciones y proyectos en un sentido en el que todos los maestros deberían orientarse: la búsqueda de una autonomía creciente en el aprendizaje por parte de los alumnos, la construcción de valores cooperativos entre compañeros y con el adulto y una respuesta educativa preocupada por la diversidad de intereses, necesidades y posibilidades (p.247).

Es un desafío y un estímulo constante de la labor del profesor es descubrir en cada niño/a su singularidad y contribuir al desarrollo de sus potencialidades. Para ello es necesario acompañar las trayectorias de los estudiantes y de los grupos con un clima de trabajo basado en la confianza, la palabra, la aceptación, paciencia y disposición para ayudar al compañero. Es tarea del profesor/a buscar diferentes estrategias metodológicas, creatividad, variantes de actividades y recursos materiales para atender esas singularidades y enriquecerlas. Se dice, que ser maestro de educación física en escuelas rurales supone afrontar toda una aventura, que el docente pondrá a prueba su capacidad de adaptación a todos los factores y de su éxito surgirá una pedagogía viva, enriquecedora y motivadora para el crecimiento y desarrollo tanto de los alumnos como del propio docente. Se describe en la ruralidad, la familiaridad que se vive, debido a la poca cantidad de estudiantes, al parentesco entre los miembros que forman parte de la institución, ya que al tratarse de un pueblo chico muchos son familia y otro/as decidieron irse a estudiar y regresar para trabajar como docente en la que fue su escuela. Todos los niños/as se conocen entre sí, son hermano/as, primo/as, vecino/as, la relación es más cercana, en la clase el profesor es capaz de atender a sus estudiantes con mayor detenimiento, y en forma singular a cada niño/a. El docente sabe casi todo de la vida del estudiante, de

su familia a la que conoce, los problemas que puede tener en su día a día, en sus relaciones con padres, madres, tutores o amigos/as.

Los niños/as muestran disposición y apertura para trabajar en proyectos interdisciplinarios e interinstitucionales. En este sentido el acompañamiento docente (directivo, personal auxiliar, secretaria, docentes de otras áreas especiales) se visualiza constantemente, porque participan activamente de los proyectos del área de educación física, por ejemplo: en las salidas de vida en naturaleza, los encuentros por ciclos, los campamentos, eventos en fechas emotivas, todo se hace en conjunto.

#### **1.6.2.1 Actividades físicas y deportivas en la ruralidad**

Hay poco material bibliográfico sobre la educación rural en nuestro país, menos aún relacionado con la educación física, se han obtenido algunos datos y experiencias realizadas (tesis y libro) pero en otros países, específicamente en España relacionado con el trabajo del Profesor de educación física en la ruralidad. Resulta interesante plasmar ideas sobre la experiencia en el medio, pero tomado desde la mirada de los estudiantes no desde la perspectiva del adulto, teniendo en cuenta sus experiencias, sus voces, sus hábitos; para recorrer y transitar este camino de aprendizajes diferentes en un medio donde hay poco material y mucho por hacer, crear, relacionar, intercambiar, transmitir y proyectar. En poco tiempo la realidad de la ruralidad nos transforma y nos invita, como docentes a buscar nuevas alternativas de planificación, estrategias metodológicas, organización de grupos, elección de contenidos, combinación de los mismos, proyectos entre escuelas de las mismas características, pensar y poner en acción el cuerpo y la creatividad para construir nuevos proyectos, actividades y contenidos. El tiempo en la ruralidad es una de las características más singulares, no solamente el de la clase sino el del mismo contexto, es como si se tratara de la mancha congelada, todo se detiene y te lleva a bajar un cambio desde la

aceleración y ritmo de lo urbano hasta la pérdida de noción del mismo. Aquí nadie está apurado, solo los docentes por momentos en que debemos salir de una escuela para correr hacia la otra, pero una vez que ingresamos al espacio físico de la Escuela todo tiene otro reloj. Desde el saludo a los porteros (quienes hacen el saludo a la bandera como el resto) hasta las anécdotas contadas del día anterior o de la misma jornada, saludo algún/a cumpleaños/a, hasta los momentos de desayuno tienden a tener otros tiempos que no necesariamente coinciden con los estrictos y estridentes sonidos de lo urbano. Aquí solo es suficiente decir chico/as al recreo sin necesidad de timbre, campana, u otro elemento tan lejano a lo rural. Aquí la llegada del profe es una alegría, una fiesta y desde el aula pegada a la ventana ya saludan preguntado a qué hora tienen educación física.

Freire (2003) en una de sus obras, nombra tres elementos constitutivos de la situación educativa: la presencia de un sujeto el educador o educadora, la presencia de los educandos, de los alumnos y un tercer elemento: el espacio pedagógico; y como no hay espacio sin tiempo, entonces el tiempo pedagógico es otro elemento constitutivo de la situación educativa. En ese punto es interesante relacionarlo con lo descrito anteriormente. El autor habla también de la posibilidad de observar el tiempo-espacio pedagógico que se usa, y que muchas veces va en contra de los intereses de los niños populares. Tal vez lo diferente en la ruralidad es el uso de ese tiempo-espacio, teniendo en cuenta sus intereses y saberes.

La heterogeneidad es otro rasgo característico de la clase de educación física en este contexto: Está relacionada por un lado con las diferentes realidades de las escuelas que comparten el mismo título de rurales, como lo puede ser una de personal único con 10 alumnos en total, en donde el directivo es la misma docente de aula, comparte los docentes especiales (Área de educación física, música, técnicas agroecológicas y plástica) con otras Escuelas y otras

Instituciones con grado múltiple, con dos turnos mañana y tarde, 4 secciones por turno, y 100 estudiantes; a 10 k.ms de distancia entre una y otra, teniendo más cercanía por las características que en metros de distancia. Es posible decir que: “La heterogeneidad se mantiene como una de las señas de identidad propias de la escuela rural” (Adell, 2003.p.33).

Es que en la vida diaria nos pasa de ir alocados/as de un trabajo a otro, con grupos números de estudiantes en cada una de las Instituciones, siempre nos falta tiempo, dedicación para acompañar sus trayectorias, momentos para escucharlos, mirarnos, charlar, compartir; y ahí viene la magia porque el tiempo no es un problema en la ruralidad sino que es un beneficio tenerlo y aprovecharlo, los grupos son reducidos, el equipo de trabajo es poco, lo cual facilita poder interactuar, conociendo las diferentes situaciones que van surgiendo.

Partir desde el patio, desde las virtudes y bondades de la ruralidad, de sus saberes, sus conocimientos del entorno, del medio donde habitualmente conviven y son parte. Los saberes están íntimamente relacionados con los contenidos, un término puede definir al otro o ser parte del mismo, pueden tomarse como sinónimos desde algún punto de vista, los contenidos pueden ser considerados un conjunto de saberes, y éstos pueden ser un tipo de contenidos que modifican o no al sujeto. La diferencia tal vez, sea considerar que tanto el contenido como los saberes pueden *partir* desde el aquí de los educandos como desde el aquí de los educadores, darles valor a ambos. Piggrós y Gagliano (2004) hablan de la categoría de saberes socialmente productivos para referirse al tipo de contenidos que modifican a los sujetos, enseñándoles a transformar la naturaleza y la cultura, modificando sus hábitos y enriqueciendo el capital cultural de la sociedad y la comunidad.

Freire (2003) señala a los contenidos curriculares como elementos programáticos de las escuelas, dice que son el lenguaje académico y que son objetos cognoscibles, o sea que pueden ser conocidos, a través del ejercicio de la curiosidad. También expresa que el hecho de aprender y de enseñar se complementa, se dan al mismo tiempo: “Quien enseña aprende al enseñar y quien aprende enseña al aprender” (Freire, 2003.p.46). Se trata de habilitar espacios de saberes compartidos, estar dispuestos a aprender del contexto, de costumbres de nuestros estudiantes, de lo que conocen, dominan y viven, del cuidado de sus animales, sus comidas, sus prácticas cotidianas y otras. Se trata de ellos, pero también se trata de cada uno de nosotros/as las/los que llegamos a la ruralidad y elegimos quedarnos.

El pedagogo antes mencionado habla de tres saberes o máximas que deberían ser parte del bagaje de todo profesor/a, una es el hecho de *cambiar, lo que es difícil pero también posible*. Para ello es necesario tener convicción de creer en lo que cada uno/a hace. Entonces se trata de empezar por nosotros como educadores a estar dispuestos al cambio, a pensar, decir y hacer cosas para lograr modificar nuestras prácticas, en las clases, en la selección de saberes. La segunda de máximas es la *necesidad de aprender a escuchar*: expresa que muchos creen que hablando se aprende a hablar, cuando en realidad es escuchando que se aprende a hablar. En el respeto por las formas de cultura; se trata también de escuchar no solo con los oídos sino con la mirada, el cuerpo y la empatía, es bueno decir no sé, ¿me lo puedes enseñar?, sentirnos educandos de nuestros estudiantes; ellos/as tienen mucho para contar, decir, mostrar y enseñarnos. Y la tercera máxima que habla el autor es que enseñar no es transmitir contenidos de su cabeza a la cabeza de los alumnos: sino darle la posibilidad que ellos mismos puedan producir su propio conocimiento, con el acompañamiento del docente. Transformar la figura de un embudo del que

nos valemos muchas veces para pasar los conocimientos de una cabeza a otra y a en una pelota la cual tanto el que la recibe como el que la pasa debe estar atento, mirándola, compartiendo una actividad con el otro/a, inventar que hacer con ella, mostrar otras formas de hacer, crear, compartir lo que hace y puede hacer uno/a, jugar, divertirse, disfrutar.

### **1.6.3 El inevitable avance de las TIC**

La integración de las nuevas tecnologías de la información y comunicación (NN. TT) en el día a día, tanto en el caso de adultos como de niños, condujo a la organización UNICEF (2014) a considerar a los niños y niñas de la sociedad actual como “nativos digitales” ya que las tecnologías son centrales en sus vidas. Los más pequeños conviven con ellas y dependen de ellas para aprender, socializarse, informarse y divertirse, pudiéndose generar de esta manera dependencia de las mismas.

La fundación CONFIAS (2011), que tiene entre sus objetivos la realización de actividades de investigación y de estudios epidemiológicos relacionados con situaciones que afectan a la infancia y a la adolescencia, desde una perspectiva multidisciplinar, ha realizado una investigación en el año 2011 que tiene como finalidad el estudio del uso, abuso y dependencia de las tecnologías de la información y la comunicación. Refiere que este tipo de estudios se iniciaron en la década de los 80, cuando realmente empiezan a extenderse a la población tecnologías hasta ese momento inexistentes, y se han ido incrementando de forma progresiva al mismo ritmo que van aumentando y desarrollándose nuevas tecnologías que están al alcance de la mayor parte de la sociedad.

El impacto del hecho digital supone una de las mayores y más rápidas transformaciones sociales de la historia de la humanidad. Una revolución en la que Internet y los dispositivos móviles juegan un papel protagonista. La

expansión y el acceso masivo a estas tecnologías y los usos que se hacen de la red y de estos terminales está cambiando la forma en que los más jóvenes se relacionan, se comunican y se conectan, aprenden y juegan.

La relación de los niños y de los adolescentes con el mundo digital es muy distinta a la que mantienen sus progenitores con estas herramientas tecnológicas. Estas no solo tienen que ver con las habilidades en el manejo de los dispositivos tecnológicos, sino también con los nuevos usos que se hace de los mismos y con la percepción y el entendimiento de la naturaleza y función de lo digital. Entender la vinculación de los menores con el mundo digital es imprescindible para mediar y asegurar que éstos hagan un buen uso de las herramientas tecnológicas que tienen a su alcance.

La precocidad en el acceso al dispositivo móvil y a las tecnologías digitales, en general, supone una gran oportunidad en términos educativos, ya que durante la etapa infantil, y a diferencia de lo que sucede con los adolescentes, los niños buscan la complicidad de sus padres en el manejo de los dispositivos digitales. Un fenómeno que resulta clave teniendo en cuenta que el 30% de los niños de diez años ya cuenta con un teléfono móvil y que a partir de los dos años ya acceden de forma habitual a los terminales de sus padres manejando diversas aplicaciones, principalmente juegos para pintar o colorear y aplicaciones de cadenas de televisión que ofrecen series infantiles a través de estos dispositivos, o “saltando” de vídeo en vídeo en YouTube. En otras palabras, la experiencia compartida entre niños y adultos en el uso del Smartphone o de la Tablet puede ser muy beneficiosa en relación a la creación de buenos hábitos en el manejo de estos dispositivos y respecto al consumo de contenidos digitales por parte de los menores. Una oportunidad que debe aprovecharse dado que, cuando llega la adolescencia, los jóvenes son muy reacios a que sus padres accedan, por ejemplo, a sus perfiles en las

redes sociales, miren las fotos que han publicado, sepan con quien se relacionan, etc.

La multifuncionalidad del teléfono inteligente permite que cada usuario pueda hacer un uso muy distinto del mismo. A diferencia de los adultos, para los niños y los jóvenes adolescentes la llamada telefónica es una función más bien secundaria. De hecho, apenas un 29% de los menores de entre once y catorce años de edad utiliza con regularidad los Smartphone para realizar llamadas telefónicas. Para los niños y los adolescentes el mejor canal para relacionarse con sus contactos son los sistemas de mensajería instantánea como WhatsApp o Snapchat. Además de la mensajería instantánea, la cámara de fotos y el vídeo son aplicaciones muy valoradas por los menores. La publicación de contenidos en las redes sociales como Instagram, Facebook o Tuenti, el uso del correo electrónico y los juegos, también forman parte de las funcionalidades más populares de los dispositivos digitales móviles.

El teléfono inteligente o Smartphone, está tan incorporado en nuestro día a día, que lo podríamos llegar a definir bajo la hipérbole de que se ha convertido en una extremidad más del cuerpo humano.

Dicen que muchas veces la realidad supera a la ficción, pero en el caso de la tecnología, fue hace años la ficción, o más bien la ciencia-ficción, quien pronosticó el desarrollo de herramientas digitales que en la actualidad son una realidad.

En el caso de los niños y adolescentes la tecnología forma parte de su cotidianidad. Nativos digitales fueron llamados aquellos que formaron parte de la primera generación que nació en el marco de una sociedad que usaba las tecnologías, con el mismo nivel de incorporación de las mismas que el que en su momento hicieron sus antecesores con tecnologías que hoy nos

parecen tan básicas como son los libros o la máquina de escribir. Puede parecer atrevida la afirmación, pero una de las principales diferencias que hay entre el nivel de implementación, utilidad e implicación en el desarrollo intelectual y social de nuestros pequeños, es que la incorporación de las tecnologías digitales se ha hecho a un ritmo vertiginoso... el desarrollo de la escritura tardó siglos, el desarrollo e implementación de las tecnologías digitales podemos constatar que se ha producido en tan solo una generación.

La Revolución Industrial se basó primero en la máquina de vapor y luego en el motor de explosión y marcó una etapa de desarrollo mundial basada en la ingeniería y las infraestructuras. Supuso la aparición de nuevas industrias y marcó la obsolescencia de viejos modelos productivos que ya han desaparecido. Supuso la aparición de nuevos perfiles profesionales e incluso derivó en un éxodo hacia las ciudades. Ahora afrontamos una nueva revolución, esta vez digital en lugar de industrial, basada en nuevas maneras de generar y hacer circular la información. La información se ha vuelto central en nuestra sociedad, y los datos son el nuevo motor de la economía.

Nos encontramos en medio del despliegue de una tecnología disruptiva que está modificando la sociedad. El resultado es que ahora las familias se hablan por WhatsApp, los alumnos tienen acceso a más información que la conocida por su profesor, no es necesario comprar un periódico para estar informado, los pacientes interrogan a los médicos con convencimiento y un montón de detalles de nuestra vida cotidiana que se han visto profundamente alterados. La digitalización empieza a ser un requerimiento para ser competente tanto social como profesionalmente.

A menudo nos preguntamos dónde nos llevará la tecnología. Cómo cambiará nuestras maneras de hacer y qué impacto tendrá en nuestro día a día. Pero a menudo olvidamos que nosotros también influimos, y mucho, en la tecnología que tenemos. Es complicado saber qué es causa y qué es

consecuencia, como también cuesta saber si fue primero el huevo o la gallina. La tecnología nos hará cambiar, pero también es cierto que nosotros hacemos cambiar la tecnología. Tenemos tecnologías que modifican las formas de comunicar porque necesitábamos comunicarnos de distintas maneras. Tenemos tecnologías que nos hacen más sociales porque queríamos ser más sociales. Tenemos la actual tecnología porque necesitábamos escalar nuestra capacidad de colaborar y compartir, y porque ya no podíamos resolver nuestras necesidades de conocimiento si nos limitábamos a un número pequeño de nodos, y porque necesitábamos acceder casi en tiempo real y ya no era suficiente hacerlo con la demora que provocan las cartas, llamadas y visitas. Obviamente, es un camino con riesgos. Toda nueva tecnología requiere una fase de adaptación, de prueba y error, que no todo el mundo resuelve con la misma eficacia ni con los mismos resultados. Al descubrir el fuego algunos se quemaron. Al descubrir la aeronáutica algunos se estrellaron. Al descubrir la química algunos se drogaron. Cada descubrimiento, cada exploración, tiene sus riesgos. Pero ahora tenemos el fuego más controlado, los aviones son más seguros, y la química salva vidas. Aunque siguen habiendo malos usos, pero cada vez somos más conscientes y trabajamos para combatirlos y minimizarlos. Ahora estamos en la fase de descubrimiento de lo que llamamos TIC, donde claramente la sociedad se encuentra en pleno período de prueba y error, y observamos preocupados cómo algunos se queman, algunos se estrellan y otros se drogan. Pero también observamos convencidos de que es una tecnología que nos permitirá avanzar, volar más lejos y salvar vidas. Y las dos cosas son ciertas: hay riesgos y hay oportunidades. Somos la generación que deberá aprender a desarrollar y normalizar los usos de una nueva y poderosa tecnología: la capacidad de acceder y compartir información en tiempo real. El reto es cómo acompañamos a nuestros niño/as en la etapa de prueba y error que

están viviendo con la llegada de estas nuevas posibilidades de comunicarse y acceder a la información.

Pasa algo parecido con Internet. Hay muchas familias preocupadas por los niño/as. Pasear por Internet tiene sus riesgos. Está lleno de gente desconocida, algunos de ellos malintencionados y otros incluso perversos, bares y tiendas... pero también espectáculos culturales que nunca habíamos podido imaginar, espacios de conocimiento, gente interesante y muchas oportunidades. Necesitamos que nuestros niño/as adquieran habilidades y normalidad en la red, porque esta es la ciudad donde vivirán. Donde se enamorarán, aprenderán, jugarán e intentarán educar a sus hijo/as.

En este contexto tanto adultos como niño/as, y la sociedad en general, tendremos que desarrollar nuevas habilidades y competencias. Algunas más bien complicadas. Tendremos que aprender a gestionar grandes volúmenes de información, relacionarnos de forma multicanal, proteger nuestra privacidad, resolver nuevos problemas de adicción, prever nuevos tipos de exclusión social, cuidar nuestra identidad pública, cambiar los modos de aprender y trabajar, pero también las de jugar y divertirnos. Y seguro que todo esto modificará nuestros empleos, nuestras escuelas, nuestros gobiernos, formas de expresión artística y buena parte de la actividad económica. No hay mucha duda de que nuestros hijo/as tendrán que utilizar tecnología, sea cual sea el trabajo que acaben desarrollando y la ciudad o pueblo donde acaben viviendo, pues sin tecnología podría ser que no tuvieran demasiadas oportunidades laborales.

Tenemos el reto, la oportunidad y la obligación de acompañar a nuestros hijo/as en el mundo que les ha tocado vivir, que es mejor que el anterior por la sencilla razón de que es el suyo. Y porque tienen a su alcance una tecnología que les permite colaborar más que nunca en la historia.

Las pantallas de dispositivos inteligentes son parte de la vida cotidiana de los niño/as y adolescentes de hoy. Ahora, más que en años anteriores, la familia debe preocuparse por los efectos negativos de la tecnología en los niño/as. Aunque se puede obtener beneficio del uso de estos artefactos, es necesario ser cautelosos y brindar acompañamiento permanente. Del mismo modo es indispensable que en la familia se cultiven hábitos sanos en cuanto al manejo de la tecnología. Cuando un adulto se vuelve dependiente de su teléfono móvil es difícil que sus hijo/as no lo sean. Esperemos que los adultos reflexionen y tomen cartas en este asunto de la tecnología, pues es adictiva. Esto lo deben saber tanto adultos como niño/as. Haga un análisis de cómo utiliza usted la tecnología y qué tipo de ejemplo está dándole a su hijo/a. Hoy en día, esto es de suma importancia, ya que la tecnología es parte esencial de nuestras vidas, pero es importante tener límites claros sobre ella. Para evitar complicaciones en el desarrollo de los niño/as, es muy importante que haya moderación y mesura.

#### **1.6.4 Buen uso, mal uso o abuso de las TIC**

Podemos hablar de dos desviaciones de lo que cabe considerar el “buen uso” de las TIC. Por una parte, el “mal uso”, considerado como un uso indebido o para fines poco lícitos. Y, por otra parte, el “abuso” o “uso patológico” que conduce a la adicción.

Durante muchos años la noción de adicción nos ha llevado a pensar exclusivamente en adicción a las drogas. Ante este riesgo la sociedad está muy sensibilizada, especialmente los padres, pero hoy en día la acepción es mucho más amplia puesto que cualquier conducta es susceptible de convertirse en adictiva. Sin embargo, no todas las personas tenemos el mismo riesgo de desarrollar en exceso una actividad que pudiera ser adictiva, o de terminar siendo dependientes de ella. Los factores personales y ambientales establecen diferencias importantes en el riesgo de

desarrollo e influyen en la evolución de una adicción. Detectarla en las fases iniciales del proceso es clave para una prevención eficaz.

Un adolescente que hace uso de las Nuevas Tecnologías no presenta ningún indicio adictivo si lo hace para divertirse, comunicarse o jugar y disfruta con ello. No hay señales de alarma si el uso que hace de ellas no interfiere en sus obligaciones ni en sus actividades de tiempo libre. Es decir, si sigue haciendo todo lo que hacía antes y además otras actividades, por ejemplo, chatear de vez en cuando o jugar con consolas alguna tarde. En definitiva, el uso de las Nuevas Tecnologías no supone un problema si es controlado y está en equilibrio con el resto de actividades del menor. Empieza a haber indicios de empleo inadecuado cuando el incremento del uso produce una interferencia grave en la vida cotidiana y el adolescente pierde interés por otras actividades, por ejemplo, comienza a relegar las tareas escolares y a ausentarse de actividades extraescolares o de eventos sociales. En esta etapa, la vida empieza a girar en torno a las Nuevas Tecnologías en detrimento de cualquier otra actividad. Como consecuencia, comienzan los conflictos con los padres y la negación, por parte del adolescente, de la existencia de un problema, al tiempo que aparecen las mentiras y las manipulaciones para dedicar más tiempo al ordenador, la consola o el móvil.

Esta situación se torna insostenible cuando se mantiene el uso de ordenador u otras tecnologías a pesar de las consecuencias negativas que irán apareciendo en todas las áreas: personal, escolar, familiar y social. El adolescente ya no usará las Nuevas Tecnologías para pasarlo bien sino para aliviar el malestar que le supone no utilizarlas. Llegados a este punto, el menor sentirá una necesidad imperiosa de llevar a cabo la conducta a toda costa. Veamos este proceso con un ejemplo que bien podría ser un caso real:

Raúl tiene 11 años. Como todos sus amigos, juega de vez en cuando con los videojuegos. Sus padres llegan tarde a casa cada día después de trabajar y él y su hermano mayor, después de hacer los deberes, juegan un rato. Esta evaluación a Raúl le han quedado dos asignaturas, se siente un poco desmotivado y últimamente no hace los deberes ni prepara los controles, llega a casa y se pone delante de la consola. Hay veces que se pasa toda la tarde jugando. Su hermano mayor le dice que se lo va a decir a sus padres pero a él le da igual, últimamente se enfada muchísimo y está irritable. Raúl intercambia juegos con sus amigos de clase y con otros chicos mayores, no sabe muy bien si esos videojuegos que le prestan son adecuados para su edad pero a él le da igual porque son divertidísimos, sobre todos los de guerras y peleas. Esta evaluación Raúl no sólo no ha recuperado las dos asignaturas suspensas sino que le han quedado otras tres. Él sabe que no se ha esforzado nada pero es que no puede dejar de pensar en jugar.

Aunque hasta el momento ninguna sociedad científica ha establecido las características de la “Adicción a las Nuevas Tecnologías” (ANT), se utiliza este término cuando aparecen conductas similares a las que presentan personas con adicción a las drogas o el juego patológico. El uso abusivo o descontrolado de las nuevas tecnologías lleva aparejados cambios en los hábitos y rutinas de los usuarios, pudiendo convertirse en un serio problema cuando el tiempo y la atención dedicados a ellas sobrepasan ampliamente el tiempo dedicado al resto de las actividades. Las conductas típicas o los síntomas de la adicción a las Nuevas Tecnologías que puede padecer el joven a nivel mental, emocional y de rendimiento escolar se pueden resumir en los siguientes puntos:

### Tolerancia

La tolerancia se refiere a la necesidad de aumentar la duración, la intensidad

y/o la frecuencia de la conducta objeto de adicción, en este caso el uso de las Nuevas Tecnologías, para obtener el efecto deseado, ya que se produce una disminución del efecto placentero de la conducta si se mantiene con la misma intensidad, frecuencia y/o duración. Este efecto de tolerancia hace que la persona dedique progresivamente más tiempo a las Nuevas Tecnologías, ya sea navegar por Internet, jugar a videojuegos, hablar o enviar mensajes a través del teléfono móvil u otras actividades.

### Pérdida de control

Lo que caracteriza a cualquier adicción es la pérdida de control y la dependencia que experimenta la persona. En un primer estadio, cuando aún no ha aparecido el problema, la conducta objeto en cuestión se lleva a cabo por el puro placer que proporciona realizarla, pero cuando se desarrolla la adicción, la persona necesita llevarla a cabo para aliviar el malestar que le provoca no hacerlo.

### Ocultación

Como ocurre con las adicciones a sustancias, es muy difícil que un adicto a las Nuevas Tecnologías reconozca que lo es. Esta negación del problema por parte del adicto se mantiene a pesar de las evidencias: fracaso escolar, aislamiento social, mentiras reiteradas y otras, que en numerosas ocasiones complican la detección del problema e intervención de los padres y profesionales.

### Abandono de otras actividades

A medida que va pasando el tiempo, la conducta objeto de adicción va ocupando más tiempo en la vida de la persona, de manera que empiezan a verse perjudicadas otras actividades, tanto obligaciones como aficiones. La conducta adictiva se convierte en lo más importante, desplazando otros

intereses. Como una “bola de nieve”, la adicción va generando problemas en todas las parcelas de la vida de la persona: familiar, escolar, relacional..., llegando incluso a afectar a aspectos como la higiene personal, el sueño o la alimentación.

### Cambios de comportamiento

Como hemos dicho, el problema de adicción daña todas las parcelas de la vida de la persona. Si el problema se prolonga en el tiempo aparecerán cambios emocionales, cambios en los hábitos y en las rutinas de la vida diaria, cambios físicos, etc., que persistirán mientras se mantenga la conducta adictiva.

### Trastornos del sueño

Es frecuente que el uso de internet o la televisión por los jóvenes, sin un horario concreto o un control parental, se alargue por la noche sin una noción del paso del tiempo por parte del usuario. Especialmente la navegación por la red es capaz de llenar muchas horas de estímulos y de informaciones nuevas, saltando continuamente de unas páginas a otras o enganchándoles en chats o vídeos. Las horas restadas al sueño repercutirán en el rendimiento escolar y en el equilibrio psíquico del menor.

### Déficit /dispersión de la atención

Los estímulos, incitaciones y sobre-información que aporta la navegación por la red, así como las herramientas colaborativas de la Web 2.0, pueden, fácilmente, sobrepasar el interés que los jóvenes tienen por otras informaciones que les llegan por medio de sus profesores, padres o monitores de actividades. Si no asumen el valor y la necesidad que tienen de los contenidos y valores de sus educadores, pueden desatenderlos o

despreciarlos. A esto se une el tipo de recepción de información a la que se están acostumbrando al navegar por la red: desorganizada, deshilvanada, acelerada y caótica; y que contrasta con la que les ofrecen sus educadores: más lenta y estructurada y que requiere de un esfuerzo de comprensión y aprendizaje. En este contexto, es lógico que el desinterés y la falta de control de atención puedan aparecer, llevándoles a una distracción continua entre pensamientos emergentes y estímulos exteriores.

### Forma de escape de problemas y responsabilidades reales

Las nuevas tecnologías aportan un continuo flujo de diversión y alicientes que la vida “real”, en contacto con nuestros semejantes y las responsabilidades asociadas, no tienen. Refugiarse y distanciarse de los problemas, obligaciones y desilusiones diarias es una tentación de todos nosotros lo que, en el caso de los adictos a las nuevas tecnologías, se convierte en un mecanismo automático, que solo podrá ser corregido con una atención personalizada.

### Aislamiento, dejar de salir con amigos

Solemos elegir las compañías que mejor nos tratan o que más nos estimulan, divierten o enseñan. Pero si a un joven estos valores se los proporciona un videojuego, la comunicación virtual a través de redes sociales, los estímulos de ciertas páginas web o el juego online, entonces sentirá que no necesita salir de su casa para reforzar su autoestima, sus ganas de disfrutar y aprender. No hay que alarmarse, porque el joven está probando y cambiando temporalmente de “compañeros de viaje”, como lo hacen otras personas con sus aficiones, y lo más probable es que, con el tiempo, vuelva a necesitar del contacto directo con otras personas. Un mal síntoma podríamos encontrarlo en la evitación continua y activa de los demás para encerrarse con su ordenador o videojuego.

### Escaso control de pulsiones

Este es otro síntoma del exceso de tiempo y/o atención dedicado a las nuevas tecnologías, dentro de las cuales el adolescente se expresa y siente de manera libre y sin cortapisas. Al mando del ratón, joystick o mando a distancia se convierte en un “rey” que controla a su gusto qué, cuándo y cómo es lo que recibe, su voluntad es la dueña. Pero, cuando apaga el aparato y vuelve a someterse a la disciplina y voluntad de otras personas, pierde ese control que ha tenido y puede contrariarse, enfadarse, entristecerse o, de nuevo, aislarse. Cuanto más cree un mundo virtual a su medida, peor aguantará el mundo “real”.

### Desinformación e intoxicación de ideas

La niñez y la adolescencia están marcadas por una voracidad cognitiva, una tendencia innata a aprender y asumir valores, normas, intereses, límites, creencias y a desarrollar un mapa conceptual del mundo y de sí mismos. La sobreinformación que ahora les llega de televisión, películas e internet se une a las tradicionales fuentes (padres, profesores y lecturas) para trastocar y complicar estos aprendizajes. Los efectos perniciosos de esta sobreinformación son:

- Falta de sentido crítico. Dar por sentado que la primera información que se lee es correcta y adecuada. No contrastar la información con otras fuentes. No objetar nada ni criticar lo que se lee. Para remediar esto, la mediación del educador es imprescindible.
- Información falsa, credulidad. Una consecuencia del problema antes citado es que el joven puede creer informaciones erróneas e incluso malintencionadamente falsas. Pueden ser bulos, infamias o creencias argumentadas, pero falsas, llamadas hoax; estas últimas pueden atraer la atención del internauta porque suelen tratar temas de seguridad, salud..., y

suelen ser transmitidas viralmente por el correo electrónico. Al ser intercambiadas entre amigos o familiares se les da aún más crédito. También son populares y perniciosas las “cadenas” de mensajes, en las que “obligan” al lector a reenviar el mensaje recibido so pena de tener mala suerte en su vida o no alcanzar sus metas personales.

- Desconfianza y/o relativización. En el lado opuesto a la ingenuidad anterior está el exceso de sentido crítico que lleva a relativizar y minusvalorar cualquier información que llegue al chico/a. Suele estar asociado a una larga exposición a la sobreinformación. Es pernicioso, porque desdeñar y criticar se convierte en un mecanismo de defensa que también se activará ante mensajes, avisos, consejos u órdenes de padres y profesores, influyendo negativamente en la educación en valores, porque, si para ellos todo es relativo, entonces todo vale.

- Asumir valores y creencias perniciosas. La supervisión por parte de padres y docentes de los contenidos que cada joven recibe de las TIC (incluidas la televisión, las canciones y las películas) es fundamental para que no se “intoxiquen” con ideas, valores, creencias o corrientes de pensamiento poco saludables o, directamente, enfermizas: homofobia, sectarismo, dogmatismo intolerante, justificación de la violencia para defender las ideas, machismo, odio a personas por su raza o procedencia, creencias conspiranoicas, ocultismo, sobrevaloración del dinero o el lujo, obsesión por la popularidad o la moda... Los recursos para minimizar estos envenenamientos son el hablar abierta y razonadamente con ellos sobre estos temas y proponer ejemplos claros y cercanos en los que se desmontan esas teorías.

### Autoestima vulnerable / reputación online

La autoestima e identidad personales están siempre vinculadas a la valoración que los demás hacen de nosotros. En los jóvenes, esa opinión de

sus amigos, familiares y conocidos influye mucho más en su autoestima. Los bulos, rumores o directas descalificaciones que sobre una persona concreta pueden aparecer en las redes sociales influirán en la reputación digital y la autoestima del descalificado. Somos complejos y cambiantes, pero una fotografía que se haya colgado en la red o una frase desafortunada en un tweet puede marcar a esa persona para siempre, por mucho que después intente justificarse. Por lo tanto, debemos ser cuidadosos con qué escribimos, qué datos y fotografías colgamos en internet o mandamos por mensajería, porque enseguida estarán a disposición de todo el mundo.

### **1.6.5 Adicciones y peligros del internet**

Como cualquier otro tipo de adicción, la de internet puede convertirse para el menor en una obsesión, por la fruición que obtiene a nivel personal. Los distintos usos que hace de su conexión captan su curiosidad, interés y elevan su autoestima de tal forma que no necesita de otras actividades extras. Estas son algunas de las adicciones cibernéticas más frecuentes:

Teléfono móvil: Abuso incontrolado del móvil, los SMS, WhatsApp, etc., en el que la relación continua y fluida con conocidos les da la sensación de estar integrados, aceptados y valorados ante otras personas o grupo de personas

Videojuegos no online: Es una adicción fuerte causada por la emoción propia del desarrollo de cada juego, la sucesión de niveles y de dificultades, el grado de verosimilitud de las escenas o el reto de acabar el juego con más puntos o más rápido... todo ello provoca que el menor pueda estar enganchado horas y horas. Podemos ofrecer a nuestros hijos juegos enriquecedores y no adictivos u otras actividades lúdicas fuera de la mimada videoconsola.

Televisión: Aunque la televisión no es de reciente aparición, no deja de ser una TIC y la adicción a series, programas de entretenimiento y concursos (ya sea en la televisión tradicional o a través de internet) se ha mantenido como un problema para nuestros jóvenes desde hace años. Incluso la comodidad de llenar sus mentes durante horas, cambiando de programa o de vídeo, también puede enganchar, haciéndoles perder un tiempo valioso.

### **1.6.6 Otros problemas: CIBERDELITOS**

#### **Violación al derecho a la imagen y la intimidad**

##### **1.6.6.1 Privacidad**

Este problema es de vital importancia, ya que el desconocimiento del derecho a la privacidad es la base de otras situaciones mucho más graves. La mayoría de las personas, ya sean menores o adultos, desconocen qué es eso de la privacidad, cómo preservarla y, a la vez, respetar la privacidad de otros en la red.

Todo el mundo tiene derecho a la protección de sus datos personales. Como tales se consideran la información numérica, alfabética, gráfica, fotográfica, acústica o de cualquier otro tipo concerniente a cualquier persona identificada o identificable. En contrapartida, todos tenemos el deber de respetar la privacidad de otro/as. No por ser menor se está eximido de estas responsabilidades y no por desconocer las leyes, se puede incumplirlas. Nadie puede pedir a un menor sus datos personales sin el consentimiento de sus padres si el menor no tiene todavía los 14 años. Solo los mayores de 14 años pueden autorizar el tratamiento de sus datos de carácter personal. Muchas de las redes actualmente más usadas poseen una política para impedir el registro de usuarios demasiado jóvenes, como consecuencia de la normativa internacional COPPA, han añadido un lugar donde informar sobre abuso dentro de la red, botones o funcionalidades destinadas a denunciar

abusos y falsedades, o han hecho más fácil la configuración de la privacidad dentro del perfil del usuario.

En cualquier caso, la responsabilidad final del uso de la red social recae en el mismo usuario, o, en el caso de un menor, en sus padres, quienes deben velar por la seguridad y privacidad de sus hijos cuando acceden a ellas, los datos que deben proporcionar y las cláusulas que aceptan al realizar el registro.

### **1.6.6.2 Ciberbullying**

¿Qué es?

Se trata del acoso (insultos, chantaje, coacción, humillación, injurias, calumnias vejaciones) entre iguales, mediante el uso de las nuevas tecnologías (telefonía móvil, internet -foros, chats, correo electrónico...- o videojuegos online).

Hay que apuntar que el acoso escolar ha existido desde siempre, pero con las nuevas tecnologías se abre una nueva vía para que los acosadores actúen. Esta situación ocurre por la desinformación de los propios menores sobre la repercusión de realizar este tipo de actos a través de la red o telefonía y sobre la importancia de la privacidad, pero también por la inacción de quienes contemplan estas acciones sin denunciarlas. No es lo mismo insultar en el patio del colegio que hacerlo a través de la red; la difusión es mayor y las repercusiones también, ya que se extienden en el espacio y en el tiempo, y pueden llegar a acorralar al acosado, dejándolo sin ámbito alguno de privacidad.

Para considerar el ciberbullying como tal se deben tener en cuenta estos aspectos:

1. Se desarrolla entre iguales, de un menor o de un grupo de menores a otro. Nunca de un adulto a un niño.
2. Tiene lugar en un entorno TIC.
3. No es un hecho aislado, sino que es reiterado y mantenido en el tiempo.
4. Se basa en la difamación de la víctima, sobre la que se vierten falsas acusaciones o informaciones vejatorias y difamatorias, que persiguen excluirla de sus grupos sociales por la vía del rechazo o de la vergüenza.
5. Con frecuencia, los acosadores implican a terceros, inicialmente pasivos, para que participen del hostigamiento.
6. No es de índole sexual ya que, en ese caso, se considera grooming.

El cyberbullying da pie al anonimato, sensación que, efectivamente proporciona internet, pero hay que advertir que siempre se puede detectar desde qué equipo informático y lugar se lleva a cabo una determinada actividad.

### **1.6.6.3 Grooming**

¿Qué es?

Bajo el nombre de grooming se incluye toda actividad llevada a cabo por cualquier usuario adulto que intenta contactar con menores con fines sexuales. Normalmente los objetivos son conseguir imágenes del menor desnudo o realizando actos sexuales mediante la cámara web del propio ordenador de la víctima, aunque también puede perseguir establecer un contacto directo con finalidad sexual con el menor. Por tanto, es una forma

de acoso, pero en este caso el fin perseguido es la satisfacción sexual del acosador, quien al principio contactará con la víctima haciéndose pasar por otra persona, entablando entonces una relación más estrecha con ella, hasta que llega a convencerla para realizar fotografías comprometidas. Entonces se inicia una fase cruel de chantaje donde el menor es amenazado con difundir las imágenes (sextorsión) si no cumple los caprichos del acosador, quien en casos extremos puede exigir una cita con el menor.

#### **1.6.6.4 Sexting**

¿Qué es?

Consiste en el envío de imágenes y vídeos pornográficos de menores, tomadas por ellos mismos, a través de teléfonos móviles. Son muchas las razones que impulsan a los menores a actuar de esa manera. Entre ellas, la influencia de las amistades, el ganar notoriedad en el grupo de amigos, la diversión que eso puede generar, la confianza plena que tienen en el destinatario, la creencia de que una imagen en un móvil es segura, el no prever las consecuencias de la libre circulación de esas imágenes o vídeos y, por supuesto, la falta de madurez que acompaña la etapa de la infancia y adolescencia, que hace cometer actos con cierto riesgo sin pensar en las consecuencias.

#### **1.6.6.5 Consejos generales para evitar estos problemas**

Aunque cada edad y caso particular necesitan de unas soluciones concretas, nos permitimos enunciar unas pautas básicas generales que ayudarán a que los menores utilicen las TIC de manera más segura y gratificante:

- Informarse de los riesgos que entrañan los usos de las nuevas tecnologías en los jóvenes. Hay decenas de páginas con avisos y datos sobre estos

peligros.

- Observar: a nuestros hijos/alumnos por si ya están padeciendo alguno de los problemas citados o están en vías de hacerlo.
- Que los padres sepan manejar el ordenador, tablet o teléfono, y entiendan cómo utilizan sus hijo/as los mismos. Así será también más fácil compartir contenidos y experiencias, charlar sobre estas tecnologías e incluso poder jugar con ellos, siempre buscando su beneficio.
- Acordar normas de uso claras de los dispositivos digitales. Para ello hay que empezar mostrándoles, con sinceridad y sin alarmismos, los problemas a los que se pueden ver sometidos. Las normas incluirán contenidos, aplicaciones y programas que no pueden usar (por su edad o por su peligro) y el horario de utilización para el trabajo académico y para el uso personal.
- Dialogar frecuentemente y sin presiones sobre el uso de las TIC, así como de las dificultades y logros que ambos (padres e hijos) puedan tener con estas tecnologías. En este ambiente de confianza el hijo/a podrá pedir ayuda o comentar sus problemas sin esconderlos ni sentirse culpable.
- Es recomendable colocar el ordenador y la videoconsola en un lugar común, siempre que se pueda, para controlar su uso y el tiempo que dedican a ello.
- Utilizar tecnologías de software para proteger el equipo y a los menores. Entre ellos son imprescindibles los antivirus, anti-spyware y firewalls, siendo también recomendables los filtros de contenidos, los controles parentales o el repaso del historial de páginas visitadas de su navegador. Existen muchas soluciones eficaces en el mercado, tanto gratuitas como de pago.
- Extremar el cuidado con las descargas de software, especialmente las gratuitas, ya que en muchos casos son el origen de problemas en los equipos (instalación de malware, robo de datos...). Especialmente se debe extremar el cuidado en Windows con archivos .exe que no se sepa

exactamente para qué sirven y que no provengan de una fuente segura, y con los permisos de instalación de aplicaciones en tablets y teléfonos móviles.

- Desconfiar de correos de remitentes desconocidos o anónimos que piden que se realicen acciones en el equipo, o que se haga clic en un enlace.
- Concienciar del fraude que supone utilizar programas o juegos piratas. No solo es una estafa que no nos gustaría que nos hicieran a nosotros, también es un peligro potencial por virus que puedan contener y por la posible desconfiguración del sistema operativo.
- Acordar actividades alternativas saludables al uso abusivo de las nuevas tecnologías. Existen muchas actividades, deportes, cursos, talleres, aficiones, asociaciones, ONG, etc., en las que el menor puede divertirse, aprender y sentirse realizado. Lo que se busca sobre todo será movilizar físicamente al joven y socializarle para evitar la posible vida sedentaria que tendrá si dedica mucho tiempo a las TIC.
- Tener claro el papel de padre como educador y no como “colega”, para no ceder ante las presiones de los hijo/as que reclaman más tiempo de ocio frente al ordenador, menor control y la compra de más aparatos.

La realización de nuestros hijos/alumnos a medio y largo plazo es más importante que su satisfacción inmediata.

Un niño adicto a Internet se irá aislando de la familia y amigos, se volverá irascible, irritable y ansioso, especialmente cuando se vea privado de aquello que le provoca dependencia, en este caso Internet. Además, no aceptará el diálogo sobre lo que está pasando, refugiándose en el autoengaño, la negación de la realidad y la justificación de la necesidad de conectarse a Internet.

Al principio una persona se conecta a Internet por lo agradable que le resultaba su uso. Poco a poco, si se excede en esta conducta y desarrolla un

problema de adicción, comenzará a experimentar sensaciones de malestar, nerviosismo e irritabilidad cuando pasa un período de tiempo sin conectarse (síndrome de abstinencia), que sólo se aliviarán al volver a usar Internet.

El tiempo de uso ha constituido la variable más utilizada para hablar de adicción (Chou,2001), aunque no existe consenso sobre el número de horas de lo que supondría un uso abusivo de las TIC. Actualmente, se estima que para poder considerar un caso de adicción es necesario tomar en cuenta otros múltiples factores además del tiempo de uso (Estallo,2001). Viktor Brenner (1997) fija la cifra de 19 horas semanales, Keith Anderson (1997) estableció el uso medio en 9,5 horas a la semana, Estallo (2001) concluye con que son 7 y 14 horas semanales, valores que según otros autores pueden ampliarse hasta las 20 horas. Por lo que, como se puede comprobar, es difícil obtener un criterio de consenso en cuanto a lo que sería un uso adecuado de las NN. TT.

De manera más general, Estallo (2001) habla de algunos criterios para valorar cualquier conducta adictiva (incluyendo las NN. TT.): Cambios drásticos en los hábitos de vida a fin de tener más tiempo para conectarse, disminución generalizada de la actividad física, evitación de actividades importantes a fin de disponer de mayor cantidad de tiempo para permanecer conectado y disminución de la sociabilidad que tiene como consecuencia la pérdida de amistades entre otras.

Según la Asociación Española de Psicología Clínica Cognitivo Conductual (AEPPCC) (2014) podemos distinguir entre:

- Uso: La conducta no se realiza de forma continuada. La persona es capaz de interrumpir la acción en cualquier momento que se le solicite o que lo

desea para dedicarse a otra actividad, sin que ello le produzca ningún problema o disgusto.

· Abuso: La conducta es desadaptativa. La persona dedica todo el tiempo que le es posible a una actividad y puede ocurrir que abandone otras, que antes le gustaban, para dedicarse exclusivamente.

· Dependencia: La conducta es reiterativa. La persona ha ido adaptando sus necesidades a la conducta compulsiva y suple su necesidad de emoción, compañía, reto, superación, distracción, etc. Con ello, busca incesantemente la sustancia, cosa o situación, hasta conseguirla como sea, sin importar nada más.

En la actualidad, en las sociedades desarrolladas, los niños se inician cada vez más pronto en el conocimiento y uso de las TIC (Núñez Partido y Jodar, 2009).

Los principales entornos para interactuar en la infancia con las NN. TT son la escuela y el hogar familiar. Hoy en día, son numerosos los centros escolares que cuentan con modernos y novedosos recursos tecnológicos, y en el hogar la situación no es diferente.

El atractivo de las tecnologías para los más pequeños, unido a su fácil acceso puede provocar que se vean absorbidos por ellas. Hecho que en la actualidad preocupa a una gran cantidad de expertos por las consecuencias negativas que esto pueda acarrear en su desarrollo. Un estudio realizado por Neil Pierce en 2013 titulado “Digital game-based learning forearly childhood”, afirma que aunque aumentando el uso de juegos educativos informatizados, gracias a la proliferación de las *tablets*, los beneficios constatados para el desarrollo infantil en edades de 3 a 6 años son más bien escasos. No obstante, otros autores recalcan el impacto positivo de su uso en la escuela para que los niños mejoren su comprensión, creatividad, capacidad

de memoria, motivación para aprender, desarrollo de competencias digitales y el aprendizaje autónomo (Marqués, 2014).

En esta misma línea, Cánovas (2014), afirma que: Los niños y niñas deben iniciarse lo antes posible en el manejo de una *tablet*, pero siempre y cuando esto suceda con el acompañamiento de sus padres y estos estén decididamente implicados en su formación. No se trata solo de estar delante, en muchas ocasiones hay que interactuar y compartir las primeras experiencias con ellos”. Y es que hace apenas 20 años, niños y niñas jugaban todo el día al aire libre creando su propia forma de divertirse, de manera natural y sencilla, y sin necesidad de un equipamiento costoso y sofisticado.

#### **1.6.7 La familia y la escuela como agentes preventivos**

Como padres, es importante conocer cómo podemos ayudar a nuestros hijo/as a potenciar sus habilidades personales. Los menores deben aprender y desarrollar una serie de habilidades y destrezas que les permitan relacionarse de forma adecuada con su entorno. Estas habilidades actuarán como factores de protección frente a la aparición de problemas.

No obstante, una integración efectiva de las NN. TT. en los contenidos y en los aprendizajes exige una atención aún más atenta a su presencia en la formación del profesorado (De Pablo, 2009) y en establecer contextos formativos donde la familia pueda participar, así como colaborar en este proceso integrador que se está desarrollando, siendo fundamental para todo esto concienciar a los familiares acerca de la importancia que tiene una temprana prevención, para evitar un uso inadecuado de las nuevas tecnologías por parte de sus hijos e hijas, así como de los riesgos que estas conllevan.

Podemos entender por prevención según muestra la Academia de la lengua (RAE, 2014), la preparación y disposición que se hace anticipadamente para evitar un riesgo o ejecutar algo. Implica actuar para que un problema no aparezca o, si ya lo ha hecho, para disminuir sus efectos.

Existen distintos niveles de prevención según la OMS (1998):

-Prevención primaria: Es aquella actuación que se lleva a cabo antes de que el problema aparezca, trabajando con todos los factores de riesgo asociados a él. Se dirige a población general y a los colectivos que puedan estar en mayor riesgo

-Prevención secundaria: Es aquella actuación sobre problemas que ya existen (en etapas iniciales), tratando de hacerlos desaparecer por completo o parcialmente y evitando las complicaciones posteriores

-Prevención terciaria: Actuación que se lleva a cabo cuando el problema ya está fuertemente instalado. El objetivo es frenar su desarrollo y consecuencias.

Es esencial comprender la necesidad de formar a padres y educadores para que actúen como agentes de prevención primaria, pero en este caso, y centrándonos en el ámbito familiar, en la familia se producen los aprendizajes más valiosos para la vida, durante el proceso de socialización que incluye la enseñanza de valores, significados y normas. El papel de la familia como agente preventivo es incuestionable, en el área de las nuevas tecnologías y en cualquier otra.

La familia puede reducir los factores de riesgo y aumentar, por tanto, la protección de los jóvenes para el problema de las adicciones y para muchos otros. El papel de los padres y madres, aunque debe combinarse con las acciones de los centros educativos y de otras instituciones, es fundamental e insustituible (Labrador, Requesens y Helguera, 2011).

¿Y cómo pueden estos padres y madres actuar? UNICEF (2014) ofrece algunas claves de ello:

-Dialogar de manera continuada con los hijo/as.

-Estar al día en todo lo relativo a internet y nuevas tecnologías, ya que cuanto más información se tenga sobre esta realidad mejor podrán ayudar y acompañar a sus hijos en el buen uso de ellas.

-Ofrecerles un ejemplo coherente de sus propios actos, ya que si un niño observa que su padre o madre habla por el teléfono móvil a todas horas y en cualquier parte, es probable que comience a utilizarlo de la misma manera y que incluso exija su “derecho” a hacerlo.

-Limitar ciertos contenidos según la edad.

-Compartir el tiempo de uso de las tecnologías con los hijo/as, y estimularles para que hagan un uso más productivo de ellas, por ejemplo, para aprender a investigar.

-Establecer normas y pautas razonables. Esto es de vital importancia, ya que los menores necesitan ser guiados por los adultos para aprender a realizar aquello que desean de la manera más adecuada.

Por tanto, es importante fijarles unas normas de comportamiento y unos límites claros y precisos para que tengan claro lo que pueden y no pueden hacer y sepan sus consecuencias.

-Compartir el tiempo libre con los hijos, proponiéndoles actividades de ocio en función de sus intereses. El tiempo libre es un momento de aprendizaje a través de actividades gratificantes. Por esta razón, los padres y madres deben enseñar a sus hijo/as a gestionar su descanso y entretenimiento de forma adecuada. Debemos ofrecerles todas las posibilidades de ocio a nuestro alcance y motivarles para que se impliquen en ellas; es importante descubrir las aficiones que estimulan a nuestros hijos, fomentar su práctica y, por supuesto, tener en cuenta su opinión, para que se sientan implicados en las propuestas para su tiempo libre. De lo contrario, se sentirán desmotivados y lejos de resultarles agradables, terminarán sintiendo que estas actividades son una obligación.

#### **1.6.7.1 Problemas sociales**

La disparidad de criterios entre los hijo/as y los padres sobre el tiempo y el uso que deben tener con las TIC deriva frecuentemente en situaciones complejas y conflictos que pueden ser solucionados con charlas sinceras y razonadas, con acuerdos y horarios consensuados donde queden claras las responsabilidades y necesidades de cada uno, planteando actividades alternativas, pero siempre manteniendo el principio de autoridad. Los problemas parentales más frecuentes son:

- Irritabilidad del joven al ser interrumpido en su conexión a internet, en su videojuego, al ver su programa favorito de la televisión, o al ser

castigado con no poder utilizarlas. Los adolescentes se apropian y se identifican mucho con sus actividades rituales con la TIC (chat, amigos virtuales, blogs, logros en los juegos, personajes y series favoritas, canciones), por lo que entienden la prohibición de estos como un ataque a su privacidad y a su persona.

- Mentiras. Es fácil que, con unos padres poco preocupados y observadores, el hijo/a mienta con facilidad y eficacia sobre su actividad con las TIC: uso del ordenador, tiempo dedicado a la televisión, móvil o videojuegos... Muchos progenitores confían en que sus hijos, cuando están varias horas encerrados en su habitación, han estado trabajando, muchas veces fundados solo en la afirmación que ellos realizan, pero la realidad puede ser otra. De nuevo el control parental y la real confianza y sinceridad entre padres e hijos será la solución.
- Olvidar responsabilidades domésticas. La adicción y el exceso de tiempo que un joven puede dedicar a su dispositivo preferido puede causar que pierda la noción del tiempo mientras lo usa, pasándole los minutos y horas sin darse cuenta. Consecuencia: sus padres le llamarán para merendar, cenar, ir a ciertas actividades extraescolares, sacar al perro y, en general, hacer labores domésticas rutinarias, porque al hijo/a se le habrá “pasado”. Se pueden evitar estas pequeñas tensiones con organización, que incluye control parental, horario (hasta con alarma o despertador) y sanciones consensuadas en caso de no cumplir con las obligaciones.
- Presiones para comprar aparatos. Es cada vez más frecuente la presión que ejercen los hijos sobre sus padres para adquirir nuevos aparatos, conexiones o software. El llamado tecnonarcisismo no solo se da en niños de clases pudientes. Todos esgrimen razones lógicas, pero que suelen ser falaces: *lo necesito para clase, sin él no puedo*

*aprobar, todos mis amigos lo tienen y no quiero ser el raro del grupo, no volveré a pedir nada más, solo lo utilizaré tales días...* Incluso pueden llegar al chantaje emocional, esgrimiendo lo que se aburrirán sin ello o lo poco que les quieren sus padres si no se lo compran. No es buena idea ceder a las presiones por no enfrentarse a ellos, o negárselo sin razonar el porqué de la negativa. Tampoco es buena idea premiarlos con este tipo de tecnología cuando consiguen un éxito académico o cumplen cualquier otro cometido que es de su responsabilidad, pues se acostumbrarán a trabajar a cambio de una recompensa.

- Privacidad. Si los menores se consideran espiados, saben que sus correos electrónicos o chats son leídos por sus padres, o se les exige que digan con quién han estado hablando, se creará un evidente enfrentamiento y los hijos sentirán que se ha atacado su privacidad o intimidad.

Todo esto puede solucionarse si hay una comunicación previa en la que los padres expresen sus miedos y recelos frente a la actividad TIC de sus hijos, explicando las consecuencias de un mal uso de internet, el móvil o las redes sociales.

- Bajo rendimiento escolar en las tareas académicas. El uso inadecuado de las nuevas tecnologías de la información puede tener como consecuencia un menor rendimiento en el aprendizaje de los alumnos dentro de sus labores académicas. Además de las causas ya citadas (excesivo tiempo de dedicación a estas actividades, poco tiempo de sueño...) puede haber otras, estas generadas dentro del propio ámbito escolar:
  - Uso inadecuado de los equipos informáticos por los alumnos/as. En las ocasiones en que se permite el uso de los ordenadores sin un control suficiente, estos pueden ser utilizados para usos ajenos al

aprovechamiento lectivo. Tener siempre actividades de sustitución y un control eficaz de que su uso les rinda académicamente son las soluciones ante las horas libres en el aula que puedan tener en una clase. Ni que decir tiene que este uso libre del ordenador es contraproducente en tutorías, apoyos o clases de repaso. Así mismo, es conveniente que el centro posea un filtro de contenidos y que el profesor use un gestor de equipos. Con todo, siempre es aconsejable mantener un control visual para saber qué están haciendo los chicos en sus puestos.

- - Uso encubierto del móvil. El uso del móvil en el aula siempre distrae de la actividad educativa, aunque esté en modo silencioso. En el reglamento de régimen interno del centro debe estar especificado si los alumnos pueden llevar el móvil o no a clase, en qué condiciones pueden usarlo, así como qué hacer en caso de no cumplir las normas establecidas.
- Utilización inadecuada de las TIC por los alumnos en su aprendizaje. Internet es una herramienta muy útil para el trabajo escolar, pues facilita y amplía el acceso a la información. Pero esta facilidad puede volverse en contra del alumno/a si la utiliza sin entenderla ni estructurarla, utiliza la primera fuente encontrada o, por el contrario, se satura porque encuentra innumerables páginas.

Mal uso de internet es, por tanto, el copiar y pegar párrafos completos de páginas encontradas para usarlos en trabajos o presentaciones sin haberlos entendido; el obligarles a escribir el trabajo a mano no soluciona este problema, pues pueden seguir sin aprender lo que copian. Sí les ayuda el que hagan una explicación-presentación de viva voz en el aula, someterles a una serie de preguntas sobre ese tema, pedirles que resuman en otra hoja el trabajo realizado o crear un duelo dialéctico entre alumnos sobre

ese contenido. Por otro lado, orientarles sobre dónde encontrar los mejores contenidos en la red.

### **1.6.7.2 Problemas de salud física**

Sobrepeso: Es una consecuencia del sedentarismo que propicia el pasar muchas horas sentado (o tumbado) frente a la pantalla. También puede pasar a la inversa; es decir, que el sobrepeso de ciertos jóvenes les haga apetecer las actividades cibernéticas o la televisión frente a otras que les exigen mayor esfuerzo físico, retroalimentando la falta de ejercicio y la temida obesidad. Causas que favorecen el sobrepeso también son la alimentación inadecuada (muchas calorías) y el comer descontroladamente (por ejemplo, mientras se juega ansiosamente o se ven películas o partidos). La solución es obvia: mayor ejercicio físico (mejor si está planeado y tiene su horario), control de las horas de comida, que esta sea equilibrada (menos grasas y azúcares y más fruta y verdura) y, sobre todo, reducir las horas que se exponen a las distintas pantallas (TV, ordenador, consola...).

Musculares y articulares: Se deben a posiciones incorrectas delante del ordenador, porque la espalda no está en posición suficientemente erguida, inclina la cabeza de forma antinatural, coloca los brazos en tensión, pero no los apoya lo suficiente, las manos y dedos realizan un sobreesfuerzo por el uso intensivo y alejado del ratón y del teclado, las piernas no se mueven lo necesario para un riego sanguíneo adecuado y porque no se hacen ejercicios de relajación o estiramientos cada cierto tiempo. El dolor cervical y de espalda es la primera señal para cambiar los hábitos ergonómicos del menor.

Oculares: Los síntomas son el estrés visual, el ver borroso o doble al mirar

a distancias largas, lagrimeo y enrojecimiento de los ojos. Las causas posibles ya nos indican cómo debe organizarse el menor para prevenir los síntomas descritos: la pantalla debe estar de frente (perpendicular) al usuario, por debajo de su horizontal visual y a una distancia de sus ojos de 40-50 cm. No se recomiendan monitores muy pequeños o con mucha densidad de píxeles, porque los textos serán minúsculos para ser leídos a esa distancia. No debe haber reflejos en la pantalla y la luz ambiente no será muy distinta a la de la pantalla. Cada 10-15 minutos se deberá mirar de lejos para relajar la visión.

Anorexia/ bulimia: La pérdida excesiva de peso buscada por jóvenes obsesionados por la imagen puede deberse a modelos estereotipados e insanos observados en los medios de comunicación, en comentarios de blogs y foros o en páginas que promueven estas disfunciones alimentarias. Las consecuencias en la salud pueden ser catastróficas. Es particularmente importante vigilar ciertas páginas de internet asociadas al movimiento que promueve estas alteraciones alimentarias (páginas pro-ana y pro-mia), ya que el daño que pueden provocar en los menores es inmenso. Muchas veces los nombres de estas páginas ofrecen, de modo más o menos oculto, el nombre de los movimientos (ana y mia), dato que puede servir para identificarlas bajo la apariencia de títulos juveniles.

Autolesiones: El número de menores que se autolesionan no ha dejado de crecer en los últimos años. Existe todo un movimiento (proSI, de *self-injury*) que promueve este comportamiento como un medio de fomentar el autocontrol, de superar la frustración, liberar la rabia o controlar la angustia. Se basa en la idea de que cuanto mayor sea el aguante ante el dolor, también crecerá la capacidad de la persona que se autolesiona para controlar las situaciones negativas que vive. Con bastante frecuencia las autolesiones van asociadas a trastornos alimentarios,

porque se establece una falsa relación entre el grado de tolerancia al dolor y la capacidad de adelgazar. Las autolesiones pueden ser menores (golpearse en las muñecas con elásticos cuando algo no sale bien en clase) o mayores (quemaduras de cigarrillo, cortes con cúter o tijeras), y se realizan mayoritariamente en zonas no visibles del cuerpo (antebrazos y muslos). Los menores que llevan a cabo esta práctica se resisten a mostrar estas partes del cuerpo, incluso cuando, por temperatura, sería razonable que lo hicieran.

El principio que hace que la mayoría de videojuegos, App y programas de televisión pensadas para niños sean tan divertidas y entretenidas es que no exigen ese nivel de concentración del niño, sino que precisamente retroceden a su primera infancia y atrapan su atención con movimiento, imágenes y sonidos al igual que lo hacía el sonajero de bebés. En ese sentido lo que a muchas familias les puede parecer ayudar a sus niño/as a evolucionar hacia una atención más rápida y mejores reflejos solo significa una involución que provoca dificultades de concentración y no favorece la capacidad de tolerar la frustración, posiblemente la piedra angular más importante sobre la que reside la inteligencia y la felicidad.

Demasiado tiempo de televisión afecta el desarrollo del lenguaje y la creatividad. Ver televisión es una actividad que no requiere de una respuesta por parte del niño/a y no estimula la imaginación. También interviene negativamente con el gusto por la lectura y crea la “necesidad” de consumir más y más.

Muchos niño/as de generaciones recientes no saben cómo divertirse sin un dispositivo electrónico. Muchos pequeños dejan de jugar al aire libre o de usar sus juguetes porque no los encuentran interesantes. Esto hace que tengan pocos pasatiempos e intereses ajenos a la tecnología.

Los niño/as que pasan mucho tiempo con los videojuegos o con la televisión tienen más posibilidades de desarrollar obesidad. Otras consecuencias asociadas al sedentarismo son los problemas de sueño y las afecciones digestivas.

Desde el punto de vista de la neurociencia, todavía no comprendemos en su totalidad el impacto que las nuevas tecnologías, las que han aparecido en los últimos años, pueden tener en el cerebro de los niño/as. Sin embargo, las evidencias que estamos obteniendo hasta la fecha son contundentes. Por el momento sabemos que un mayor tiempo de exposición a estos dispositivos (tablets, Smartphone, videojuegos y TV) está relacionado con mayores índices de miopía, déficit de atención, obesidad y depresión infantil. Según los datos que estamos conociendo la exposición temprana o prolongada a estos dispositivos puede afectar la maduración de distintas estructuras y funciones del cerebro en desarrollo.

El 77 % de los adolescentes entre los 12 y los 17 años cuentan con un teléfono propio con plan de voz y de datos. El 97% de estos equipos son suministrados por la familia, pero solo una tercera parte de esos adultos ejercen algún grado de supervisión sobre el uso que dan lo/as niño/as a estos aparatos.

Así lo explica un reciente estudio del Ministerio de las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (Mintic), el cual revela que “el 66 por ciento de los adultos desconocen los sitios que visitan los menores y las conversaciones que tienen con amigo/as y desconocidos a través de las diferentes redes sociales que frecuentan”.

Y los peligros son múltiples. Juan Camilo Díaz, profesor del Instituto de la Familia de la Universidad de La Sabana, afirma, con base en datos oficiales, que las denuncias por “sexting” en el país –práctica en la que niños y

adolescentes envían contenido sexualmente explícito por su celular o tableta— se han incrementado un 20 por ciento. Esto expone a los niño/as y adolescentes a terminar en manos de redes de pornografía infantil. Pero no se trata del único riesgo. También está el “grooming”, que consiste en ganarse la confianza y amistad de un menor en línea con fines sexuales. Una práctica muy utilizada por pederastas.

Díaz (19 de Marzo 2017) asegura que *“la falta de tiempo, de acompañamiento o de interés por parte de los padres” potencia estos riesgos*”.

El sicólogo Leonardo Aja Eslava explicó que ser menor de edad significa que esa persona “aún no puede hacerse cargo de las consecuencias de muchas de sus acciones” y los teléfonos inteligentes los exponen de una forma que ello/as ni siquiera imaginan.

“Por eso —continúa—, considero que el uso del celular debería restringirse no solo a los menores de 14 años, sino a todos los adolescentes”.

En ese sentido, el sociólogo Fabián Sanabria alerta sobre lo preocupante que resulta en las sociedades contemporáneas hayan familias que les regalen un celular a niños de 5 o 6 años.

Para el profesor, la gran pregunta es: “¿A qué edad hay que regalarles uno?” Y dado lo delicado del asunto, se atreve a plantear si no habría que pensar en una situación de “mayoría de edad”.

El experto es consciente de que luchar contra este tipo de situación es prácticamente imposible. “El hambre de conectividad llega a un nivel más alto del que nos imaginamos”, anota, al poner como ejemplo cómo hasta a un niño/a de bajos recursos le regalan a los 4 años un celular de plástico. Es

algo que está relacionado con la cyberdependencia que, según Viviana Quintero, de Red PaPaz, “entre los pequeños es un término que toma fuerza y que incluso puede compararse con la adicción que experimentan los jóvenes que consumen drogas”.

### **1.6.8 Valoración actual de las TIC**

Las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) han transformado en los últimos años las reglas de acción de nuestra sociedad. La Educación Física, evidentemente, no se queda fuera. Pese a tener unas características muy especiales como área curricular, la conexión entre la disciplina y las tecnologías se ha realizado en las últimas décadas y está pendiente de consolidarse.

Es de suma importancia valorar el papel que han jugado y pueden jugar las tecnologías de la información y de la comunicación (TIC). El título anunciado de “Nuevas tecnologías y su aplicación en la Educación Física” nos compromete hacia una determinada orientación y parece obligado hacer un balance del desarrollo de las TIC en el campo específico que nos preocupa.

En muy pocos años las TIC se han situado como una herramienta imprescindible para nuestras vidas, y lo han hecho aportando unas características fundamentales, especialmente durante el año 2020, periodo de pandemia producto del COVID19. Aun aceptando salvedades o excepciones, las TIC se han asentado permitiendo un acceso generalizado de la población. Han marcado como criterio facilitar el acceso mediante una progresiva facilidad en el uso. Seguramente desde la revolución industrial no se había vivido ningún fenómeno que afectara de manera tan importante a las relaciones entre las personas. Se le achaca a las TIC una clara participación en el desarrollo de la democratización de la sociedad. El acceso

masivo a la información, la posibilidad de aportar opinión desde cualquier rincón del mundo y en cualquier momento ha revolucionado, sin duda, las reglas de juego de nuestra sociedad.

Las TIC han conseguido, por otro lado, superar la barrera de la complejidad y la dispersión de sus técnicas. Los equipos multimedia integran con máxima sencillez el acceso a imágenes y sonido, facilitan la conexión entre interlocutores distantes para compartir información de cualquier tipo.

La simplicidad a la que nos referimos permite dos consecuencias, para nosotros fundamentales.

Por un lado, en muy poco tiempo, han reestructurado la arquitectura de buena parte del funcionamiento cotidiano de nuestras vidas. Y en un segundo lugar, esos cambios y esas posibilidades están al alcance de la escuela. La educación no puede cuestionarse abrir o no las puertas al mundo de las tecnologías. Se han situado, inevitablemente, en el centro del cambio durante este ciclo 2020.

La Educación Física se beneficiará de las tecnologías, pero indudablemente la “competencia digital y sobre el tratamiento de la información” también se estimula desde el potencial de la actividad física. El alumnado siente curiosidad por verse en videos o fotografías, manejar programas que les han servido o le servirán en la asignatura, conocer resultados, clasificaciones, calendarios, etc. El concepto del uso de las TIC más como medio que como fin, encuentra en la Educación Física un aliado fundamental.

Con la aparición de las TIC el alumnado adquiere protagonismo, puede decirse que se reorganizan los roles de profesor y estudiante y se generan nuevos esquemas de interacción.

Pese a esta observación que defiende Capllonch (2005:142), cuando dice que *“existe muy poco software específico relacionado con el área”*, y admitiendo que resultaría difícil y seguramente infructuoso establecer una comparación matemática, lo que sí que es cierto es que la Educación Física ha dado la cara a las TIC especialmente durante este año tan particular para la sociedad (2020), con la seguridad de que estas constituyen una oportunidad privilegiada de innovación.

Como primera valoración insistiremos en que el uso de las TIC desde la Educación Física es insustituible en el contexto sociocultural en el que nos situamos. Por otro lado el posible debate que se genera en nuestra área con relación a la posible falta de acción en nuestras clases se agota aceptando que las TIC en el caso de la Educación Física es y seguirá siendo un medio para conseguir los objetivos específicos de la asignatura. Como en cualquier utilización de un método, dependerá de la habilidad del docente para que esta sea oportuna. Coincidimos plenamente en que, si bien es verdad que las tecnologías en general han revolucionado el panorama profesional, lo cierto es que el verdadero reto está en ser capaces de hacer un máximo aprovechamiento y una óptima adecuación de las particularidades de nuestra materia.

Una de las exigencias que debemos pedir al apoyo de las tecnologías es que éstas faciliten la gestión docente. Las tecnologías son una herramienta para la innovación y la investigación, y es esta una perspectiva que no podemos perder de vista si no queremos desaprovechar su inmenso potencial. Las TIC son un recurso que requieren que el profesional las utilice adecuadamente y que genere el cauce oportuno para que estas aporten el apoyo pertinente a sus necesidades.

Es importante poner en la balanza el gran valor a nivel educativo que durante el ciclo lectivo 2020 tuvieron las TIC. De no ser por las tecnologías de la

información y la comunicación no hubiera sido posible el contacto con los estudiantes, el poder hacerles llegar las actividades, el contacto con nuestros compañeros de trabajo para el intercambio y organización anual así como también con nuestros supervisores y demás colegas de zonas aledañas.

Si bien en la zona que aquí se aborda internet es algo bastante actual, ya que por tratarse de un lugar alejado y rodeado de montañas siempre fue un problema la conectividad, siendo aún difícil ya que la señal se pierde por variadas razones, una de ellas es el clima, la zona o bien el exceso de personas conectadas a una misma red.

Actualmente la mayor parte de la población de Tricao Malal cuenta con antena propia, la cual si bien continúa teniendo desperfectos atribuibles a las características del lugar, les facilito el acceso y contacto no solo a nivel educativo sino también familiar y laboral.

### **1.6.9 Importancia del juego**

Desde un punto de vista psicológico, el juego es la actividad principal del niño/a, la vía para elaborar y expresar sus sentimientos y un hecho clave para desarrollar todo tipo de competencias intelectuales, sociales y morales (Aguilar, Carreras, Navarro y Martín, 2011).

Uno de los autores que más y mejor ha estudiado el juego en la infancia es Jean Piaget (1956), que nos dejó una excelente guía para analizar, a través del juego, el desarrollo cognitivo, subrayando la importancia de su papel en la construcción del conocimiento. A su aportación hay que sumar la de otros muchos autores, como es el caso de Vygotsky (1924), que destacó el papel del juego en el desarrollo de los procesos psicológicos superiores y como elemento de socialización; o el de Winnicott (1941), para quien el juego es la base y raíz de la capacidad para crear y utilizar símbolos, a la vez que una herramienta de diagnóstico y terapia.

Para Jean Piaget (1956), el juego forma parte de la inteligencia del niño, porque representa la asimilación funcional o reproductiva de la realidad según cada etapa evolutiva del individuo.

En su teoría del desarrollo, sostuvo que los niños pasan por distintos estadios evolutivos, y se basó en el juego para determinar en la etapa en que se encuentran. Las principales etapas del desarrollo identificadas por Piaget son: estadio sensorio motor (de 0 a 2), estadio pre operacional (de 2 a 7), estadio de las operaciones concretas (de 7 a 12) y estadio de operaciones formales (a la edad 12 y más), distinguiendo además cuatro tipos de juegos: juego simbólico, de ejercicio, de reglas y de construcción, estos se consolidan en diferentes etapas del desarrollo de los niños.

Por su parte, Vygotsky analiza, el desarrollo evolutivo del juego en la edad infantil destacando dos fases significativas: la primera, de 2 a 3 años, en la que juegan con los objetos según el significado que su entorno social más inmediato les otorga; y la segunda, de 3 a 6 años, que se caracteriza por "el juego dramático", con un interés por imitar el mundo de los adultos. De esta forma, avanzan en la superación de su pensamiento egocéntrico y se produce un intercambio lúdico de roles de carácter imitativo que, entre otras cosas, permite averiguar el tipo de vivencias que les proporcionan las personas de su entorno próximo, favoreciendo esto el desarrollo de sus habilidades afectivas y comunicativas. Vygotsky (1924) refiere que el juego es una actividad social, en la cual gracias a la cooperación con otros niños, se logran adquirir papeles o roles que son complementarios, destacando así que el juego surge como necesidad de reproducir el contacto con lo demás.

Aún no se conoce en su totalidad el impacto que las nuevas tecnologías generan, pero estudios recientes como los realizados por Díaz y Aladro (2016) o Castellana, SánchezCarbonell, Graner y Beranuy (2007),

demuestran que un mayor tiempo de exposición a dispositivos en edades tempranas arroja mayores índices de obesidad, problemas de sueño, bajo rendimiento académico, pérdida de relaciones sociales y el contacto cara a cara, dificultades en la atención y concentración, miopía, déficit de atención y depresión infantil. Además, es probable que se dé una afectación en la maduración de distintas estructuras y funciones del cerebro en desarrollo (Bilbao, 2016). En 2015 se llevó a cabo un estudio sobre la identificación y prevención de los efectos inducidos en la salud de la dieta y el estilo de vida en niños, recogidos durante dos años en 5.221 niños de 8 países europeos (España, Alemania, Hungría, Italia, Chipre, Estonia, Suecia y Bélgica), cuya edad inicial fue de 2 a 10 años.

Los resultados, muestran que existe una relación entre la hipertensión y el tiempo de exposición a la televisión. En concreto, comprobaron que la incidencia era de 110 por cada 1000 niños, lo que viene a señalar que los niños que pasan dos horas al día con la televisión, los ordenadores o las videoconsolas tienen un 30% más de probabilidades de padecer problemas de hipertensión (Ferreira et al., 2015). Algunos profesionales de la psicología refieren que este problema, puede estar ocasionados en parte porque los padres hoy en día, no disponen del tiempo suficiente para compartir con sus hijo/as debido a su trabajo, al manejo del hogar y otras ocupaciones que consumen su día a día. Ante ello, resulta más fácil que los menores permanezcan en casa atraídos por los aparatos tecnológicos de última generación.

En esta línea, Sonia Calderón (2012), experta en tecnología educativa de la Universidad de la Sabana, en uno de sus trabajos, afirma que la tecnología nunca debe convertirse en una herramienta de los padres para entretener a sus hijos mientras que ellos están ocupados. Lo ideal es que siempre se use en compañía de un adulto y todos interactúen con ella.

La tecnología no debe reemplazar ningún tipo de interacción (ni con padres, amigos, ni maestros) sino acercarlos de manera ingeniosa a la realidad que vive.

Y es que la tecnología no debería reemplazar lo que un niño aprende con el juego tradicional. Según la Real Academia Española (RAE, 2014) jugar hace referencia a hacer algo con alegría con el fin de entretenerse, divertirse o desarrollar determinadas capacidades. Por su parte, en el Oxford Dictionary (2017), la palabra juego se refiere a una actividad que se realiza generalmente para divertirse o entretenerse y en la que se ejercita alguna capacidad o destreza.

Algunos de los valores que podemos encontrar en el juego tradicional son:

- Transmisión cultural, ya que nos van pasando la cultura de una generación a otra, sin que esta se pierda.
- Aproximación con la realidad.
- Motivación
- Motricidad.
- Adecuada utilización del tiempo libre
- Mejora de la autoestima, ya que el niño siente que está jugando a sus propios juegos, reforzando, por tanto, el punto de vista de uno mismo.
- Salud física, mental y social, eliminando el sedentarismo y estrés cotidiano y promoviendo la interacción, desinhibición y relaciones positivas con sus iguales.
- Promoción de la creatividad, ya que al jugar a juegos que facilitan nuevos puntos de vista, estos deben abrir su mente y crear normas estandarizadas.

Son muchos los expertos que afirman que nunca se debe reemplazar el ir al parque o jugar al aire libre, en especial en familia, por pasar tiempo frente a

las nuevas tecnologías (Ruipérez, 2014), ya que las primeras no solo aportan salud, sino que potencian las relaciones interpersonales y la formación del carácter de los más pequeños (Ferreira et al., 2015). El uso de la tecnología debe tener un objetivo concreto y puntual: diversión, aprendizaje o formación. Aquí el papel de los adultos, pensamos que es importante, ya que deben dar buen ejemplo de ello a sus hijo/as, y no hacer también un uso excesivo de las NN. TT continuamente en casa.

Por otro lado, con el juego tradicional los niños interactúan con su grupo de iguales o familiares, se transmiten valores positivos como la humildad y el compañerismo, entre otros. No promueven el sedentarismo, ya que constantemente están en movimiento. Hay menos probabilidad de problemas visuales al no estar expuestos a una pantalla. No producen adicción. Y lo más importante, aprenden a través del medio, la interacción y las experiencias reales. Lo que favorece el desarrollo de la creatividad, imaginación y lenguaje; aspectos fundamentales a esta edad para contribuir a uno de los elementos más característicos de esta etapa, el juego simbólico (Aguilar, Carrera, Navarro y Martín, 2011). Sin embargo, con las nuevas tecnologías, los chicos juegan solos la mayoría de las veces y no permiten que su imaginación vuele, ya que hay una gran cantidad de videojuegos a los que tienden a “engancharse” durante una buena temporada. También, en ocasiones se transmiten valores negativos, y es que no es raro hoy en día encontrarnos con determinados videojuegos que fomentan aspectos negativos como el machismo, la violencia, el sexismo, el racismo, etc.

Por otro lado, el juego tecnológico promueve el sedentarismo y es adictivo, provocando en los pequeños agresividad y rabietas cuando no pueden continuar jugando (JiménezMurcia et al., 2013). Y un aspecto muy

importante es que ese juego no es real, ya que las experiencias son ficticias no favoreciendo por tanto el contacto humano.

No obstante, cabe aclarar que la tecnología tiene también muchas ventajas y los videojuegos, en ocasiones, aportan a los más pequeños algunas experiencias que no pueden vivir a través de los juegos tradicionales, incluso existen aplicaciones específicas para tratar algunas discapacidades o problemas de aprendizaje, como es el caso de Proyecto Azahar (2013), aplicación destinada a ayudar a mejorar la calidad de vida y la autonomía de las personas con autismo y/o con discapacidad intelectual, Proyecto H@z Tic (2012), una guía práctica de aprendizaje digital de lectoescritura mediante *tablet* para alumnos con síndrome de Down, Signed Histories (2017), una aplicación para el uso del *iPad* destinada a alumnos con discapacidad auditiva, ya sea en el ámbito escolar o familiar, o Dysegxia (2012), un juego para móviles que ayuda a los niños con dislexia a superar sus problemas de lectura y escritura a través de divertidos juegos de palabras. De otro lado, Botello y López (2012) entre los resultados de su investigación, mostraron el impacto positivo que tiene sobre el desempeño lector de los niño/as las NN. TT., siempre y cuando su uso se oriente hacia la actividad lectora. Además, en un estudio realizado por Meelissen y Drent (2008) se demuestra como la intensidad del uso de la TIC con fines educativos mejora el desempeño escolar en una muestra de estudiantes holandeses.

En definitiva, un uso moderado y con sentido pedagógico de estos dispositivos electrónicos en compañía de los mayores sí que puede resultar beneficioso.

La tecnología educativa, debe ser según Sancho (1994, p.7) “un saber que posibilite la organización de unos entornos de aprendizaje (físicos y simbólicos) que sitúen al alumnado y al profesorado en las mejores

condiciones posibles para perseguir las metas educativas consideradas personal y socialmente valiosas”. Aunque los beneficios de las NN. TT. en educación son un hecho, según Vail (2003) la moderación en el uso de la tecnología es la clave. El autor señala que el ordenador es una herramienta de enseñanza que se debe utilizar de manera reflexiva, requiriendo preparación y un uso moderado.

No obstante, una integración efectiva de las NN. TT. en los contenidos y en los aprendizajes exige una atención aún más atenta a su presencia en la formación del profesorado (De Pablo, 2009) y en establecer contextos formativos donde la familia pueda participar, así como colaborar en este proceso integrador que se está desarrollando, siendo fundamental para todo esto consensuar con los familiares acerca de la importancia que tiene una temprana prevención, para evitar un uso inadecuado de las nuevas tecnologías por parte de sus hijos e hijas, así como de los riesgos que estas conllevan.

#### **1.6.10 Características de los niño/as de 7 a 12 años**

El desarrollo físico en la etapa de los 6 a 12 años es considerable, la constitución corporal cambia, la masa muscular aumenta, los huesos se hacen más fuertes y el niño es capaz de realizar actividades físicas que requieran más fuerza y destreza. Cambios más importantes

##### 1. Se produce el «estirón»

Los niños crecen entre entre 5 y 8 centímetros y casi duplican el peso. Estas medidas son orientativas, ya que dependen de la genética y la constitución del niño. El crecimiento es más lento que cuando eran más pequeños, pero es constante hasta que se produce el popular “estirón” a partir de los 9 años en las niñas y de los 11 en los niños. Esta época de crecimiento origina

un crecimiento óseo importante, pudiendo aparecer los famosos dolores de crecimiento durante la noche.

## 2. Se caen los dientes de leche

La caída de los primeros dientes se produce entre los 6 y 7 años. En esta etapa se produce el recambio de la mayoría de los dientes de leche por piezas permanentes

## 3. Fuerza, resistencia y flexibilidad

La psicomotricidad fina se desarrolla muchísimo y permitirá al niño escribir y dibujar con mayor precisión. Maduran a nivel físico de manera continuada y siendo capaces coordinar y sincronizar movimientos mucho mejor que en etapas anteriores, incrementándose su fuerza, resistencia muscular y flexibilidad. Pero, si esta no se trabaja, se pierde poco a poco a partir de los 9 o 10 años. Por ello, es un buen momento para empezar a practicar algún deporte ya que también son capaces de entender las reglas para su práctica y capacidad crítica para superarse a sí mismos.

## 4. Desarrollo del cerebro

Los cambios en órganos tan importantes como el cerebro son clave para su desarrollo intelectual y cognitivo. Entre los 7 y 8 años el prosencéfalo crece significativamente, así como los lóbulos frontales y también madura el cuerpo calloso. Estos cambios permitirán al niño mejorar su capacidad de aprendizaje, ser más creativo y entender cada vez conceptos más complejos.

## 5. Desarrollo inmunológico

A nivel de salud, ya no presentan tantas infecciones del aparato respiratorio (resfriados, otitis, amigdalitis) porque su sistema inmune es más maduro y fuerte. Por otro lado, es frecuente que se empiecen a detectar problemas refractivos, como la miopía, alrededor de los 10 años.

## 6. Desarrollo intelectual

- En la etapa escolar empiezan a leer y a escribir ya que tienen, no sólo todas las herramientas físicas y cognitiva necesarias para hacerlo, sino que también los acompaña el interés por estas áreas del aprendizaje. Es por este motivo que muchos países del mundo no empiezan a enseñar a leer y a escribir hasta los seis años.
- La curiosidad es su motor de aprendizaje y motivación por lo que aprenden muy rápido conceptos cada vez más complejos y abstractos.
- La capacidad lógica y el reconocimiento de símbolos para resolver problemas se va acrecentando durante toda la etapa escolar. Esta capacidad de razonamiento lógico los capacita para salir de esa realidad mágica de etapas anteriores y para emitir juicios de causalidad.
- Es muy habitual que en esta época el niño empiece a desarrollar los primeros hobbies, colecciones o pasatiempos en función de sus gustos e intereses. También son capaces de establecer y alcanzar objetivos. A pesar de entender las reglas, los matices son difíciles de apreciar, por lo que esta etapa se caracteriza en que las cosas son “blancas o negras” sin mucho margen a apreciar matices al inicio de esta etapa.
- A nivel de conceptos complejos comienzan a entender la intencionalidad de las acciones y la muerte.

Lo más importante es que el niño se sienta amado y valorado por sus padres, que sepa que lo quieren por lo que es, incondicionalmente. A pesar de que empiezan a tomar responsabilidades, no podemos tratarlos como adultos, es decir, necesitan nuestro rol de adulto para seguir creciendo y madurando. Respetar sus tiempos y detectar sus necesidades, así como alentarles a superarse e incentivar sus intereses o habilidades es básico para su desarrollo físico y emocional

### **1.7 Hipótesis**

El uso excesivo de la tecnología genera un impacto nocivo para la salud, a nivel físico, psicológico y social en niño/as de la escuela primaria n°24 de Tricao Malal, esta situación lleva a la necesidad de rever intereses y demandas recreativas y deportivas actuales de esta población.

### **1.8 Objetivos**

#### Generales

- Identificar motivos por los cuales los niño/as entre 7 a 12 años fueron perdiendo interés hacia las actividades físicas y deportivas.
- Distinguir y llevar a la práctica los intereses y preferencias que actualmente tienen los estudiantes respecto a las propuestas deportivas-recreativas.

#### Específicos

- Proporcionar a la municipalidad de Tricao Malal propuestas deportivo-recreativas que sean del interés de los jóvenes entre 7 a 12 años para que puedan llevarlas a la práctica.

- Generar desde la institución un espacio de reflexión con las familias, con el fin de mejorar la calidad de vida de los niño/as que asisten a la escuela primaria n°24

## **2. SEGUNDA PARTE: materiales y métodos**

### **2.1 Tipo de diseño**

#### El tipo de conocimiento alcanzar:

Se realizará una investigación basada en el tipo de método explicativo, en este tipo de método se buscarán las causas o razones que ocasionan ciertos fenómenos. El fin último será explicar porque ocurre un fenómeno y en qué condiciones se da este. Están orientadas a la comprensión de causales de tercer grado, es decir identificación y análisis de las causales (variables independientes) y sus resultados, los que se expresaran en hechos verificables (variables dependientes).

#### El tiempo:

Sera de tipo Sincrónico, el mismo refiere a la coexistencia o combinación de sucesos en un mismo periodo de tiempo. Es decir que implica que ciertos hechos se desarrollen de manera concordante o simultáneamente.

#### La búsqueda del conocimiento:

Por medio de la investigación-acción, es una forma de indagación introspectiva colectiva (que observa o analiza los propios sentimientos o pensamientos) emprendida por participantes en situaciones sociales, que tiene el objeto de mejorar la racionalidad y la justicia de sus prácticas sociales o educativas, así como la comprensión de esas prácticas y de las situaciones en las que estas tienen lugar.

## **2.2 Diseño del objeto: Sistema de matrices de datos**

Unidad de análisis: escuela primaria n°24

Unidades de análisis: niño/as de 7 a 12 años

Contexto: zona rural, ubicado en la localidad de Tricao Malal.

Dimensión de contexto- Preguntas orientadoras- Objeto específico

¿El aumento en el consumo de la tecnología provocó consecuencias en la salud tanto a nivel físico como psicológico de los estudiantes entre 7 a 12 años de la escuela primaria de Tricao Malal?

Lograr detectar el impacto negativo que en los últimos tres años (2019-2021) tuvieron los estudiantes producto del avance tecnológico.

Dimensión de contexto- Preguntas orientadoras- Objeto específico

¿Qué relación existe entre este aumento en el consumo tecnológico y las propuestas deportivas-recreativas brindadas en la localidad?

Lograr identificar las propuestas deportivas y recreativas que satisfacen la demanda actual de los/as jóvenes, las cuales no están siendo incluidas en el plan brindado.

## **2.3 Instrumentos para la producción de datos**

El tipo de investigación que se llevara a cabo será de tipo exploratoria, donde se analizaran los datos obtenidos a través de observaciones y entrevistas, por lo que se hará uso del método mixto entre recolección cuantitativa de datos (procedimiento basado en la medición) y cualitativa (procedimiento basado en recolección no cuantificable).

Se trata de un diseño no experimental, siendo el mismo descriptivo, porque a través de la interpretación de la información obtenida se tratará de

establecer cuáles son las propuestas deportivas-recreativas, sus fortalezas y debilidades y si están acordes a los intereses y demandas de los/as niño/as de la escuela primaria n°24 de Tricao Malal.

Para la investigación se elegirá como elemento de observación a los estudiantes de 7 a 12 años de la escuela primaria n°24 de Tricao Malal y como muestra se tiene pensado para recolectar los datos la institución de la escuela primaria n°24.

Como técnica se utilizara será la OBSERVACION ya que la información que se obtendrá será de las charlas en la parte final de la clase (elongación) entre los estudiantes y esto/as con la docente. La OBSERVACION es una técnica que consiste en observar atentamente el fenómeno, hecho o caso, tomar información y registrarla para su posterior análisis. La observación es un elemento fundamental de todo proceso de investigación; en ella se apoya el investigador para obtener el mayor número de datos. Además se utilizara la entrevista, para recoger información del director de Deportes y docentes de la escuela primaria n°24 de Tricao Malal.

### **Caracterización para el diseño y la metodología**

La realización de la investigación se llevará adelante identificando la problemática y el objeto de estudio e hipótesis como posibles respuestas a la problemática.

El universo que se abordara abarca a jóvenes de 7 a 12 años de la escuela primaria n°24, ubicada en la localidad de Tricao Malal.

Para reunir información que permita acercarme a la problemática planteada, se utilizaran los siguientes métodos: la observación de tipo directa, participante y no participante. Directa es cuando el investigador se pone en contacto personalmente con el hecho o fenómeno que trata de investigar. De

manera no participante ya que recogerá la información desde afuera, sin intervenir para nada en el grupo social, hecho o fenómeno investigado. Y participante ya que para obtener los datos el investigador se incluye en el grupo, hecho o fenómeno observado para conseguir la información “desde adentro”. La observación que constituye un instrumento de recogida de datos, aplicada a los niño/as por ser estos la población de estudio en este trabajo. La observación como instrumento de recogida de datos, aplicada a un mayor número de personas permite obtener de manera confiable y válida la información, además de agilizar el proceso ya que se puede aplicar a varias personas, en este caso estudiantes en un mismo tiempo.

Además, se utilizará la entrevista a docentes de la escuela. La entrevista como instrumento de recogida de datos, aplicada a un número reducido de personas permitirá un diálogo más fluido, logrando una comunicación y construcción conjunta de significados respecto a la temática en cuestión.

Mediante la entrevista se recogerá la información a través un muestreo estratificado aplicado a un grupo determinado de docentes. En este tipo el investigador divide la población en subgrupos y luego selecciona aleatoriamente a los sujetos de los diferentes estratos de forma proporcional.

## **2.4 Fuente de datos**

Primaria: se trabajó con el tipo de fuente primaria ya que desde un primer momento la idea era poder recolectar la información en base a observaciones y entrevistas a lo/as docentes del establecimiento educativo.

Las observaciones se realizarán desde el comienzo de la presencialidad en el mes de Septiembre mediante burbujas que permitirán un trabajo de recogida de datos mucho más rico. Posteriormente se repetirán a la totalidad del grupo en Octubre, más aquellos niño/as que no pudieron iniciar la escolaridad presencial por cuestiones de salud.

En el caso de las entrevistas a docentes y director del área de deporte se empleara la modalidad de enviar la entrevista vía WhatsApp y mail para ser respondida por este medio.

### **2.5 Cronograma de actividades en contexto**

Actividades	Fecha
Observaciones a los grados	Inicio mes de Agosto
Comunicación e información a las docentes para solicitar realizarles la entrevista.	Mes de Septiembre para realizarla en Noviembre

### **2.6**

Universo

- Jóvenes entre 7 a 12 años de la escuela primaria n°24 de Tricao Malal.
- Docentes de 2°, 3°, 4°, 5°,6° y 7 ° grado de la escuela primaria n°24.

Muestra

En el presente proyecto no se tomara muestra, ya que se pretende trabajar con todo el universo de investigación. Si se realizara una división por edades, que corresponderá a la división por ciclo escolar.

- 7 y 8 años 1°ciclo ( 2° y 3° grado)
- 9 y 10 años 2°ciclo (4° y 5° grado)
- 11 y 12 años 3°ciclo (6° y 7° grado)

Universo	Tipo de muestra
Jóvenes entre 7 a 12 años	Muestreo Sistemático

(Encuesta)	
Docentes de la esc. Primaria n°24 (Entrevista)	Muestreo estratificado

### **3. TERCERA PARTE: Análisis y conclusiones**

#### **3.1 Exposición, análisis e interpretación de los datos.**

Los resultados que fueron obteniéndose desde las observaciones iniciadas con el comienzo de la presencialidad en el mes de Agosto, donde todavía trabajamos con burbujas y no todas las actividades estaban habilitadas en la localidad arrojaron respuestas compartidas por gran parte de la grupalidad de cada grado. En la parte final de la clase, durante la elongación y vuelta a la calma, el espacio y el clima propiciaban un pequeño debate que permitía recolectar información.

A lo largo de las clases, se fue interactuando o bien simplemente tirando una pregunta y escuchando las diferentes posturas y debates entre ello/as sin intervenir:

#### **PRIMER CICLO**

2° grado señor Karen: de un total de 17 estudiantes, todo/as utilizaban el teléfono celular de algún familiar directo, ninguno tiene su propio teléfono móvil y solo 2 manifestaron prácticamente no usarlo ya que no tienen quien se los facilite y lo zona donde viven no llegan datos móviles ni mucho menos internet. Por otro lado solo 6 niños salían de su casa todos los días, salvo que

el clima lo impida, luego del colegio para realizar alguna actividad deportiva o recreativa. Los demás de vez en cuando, si tenían ganas de hacerlo sino simplemente se quedaban haciendo algo como mirar T.V, juegos en el celular o juegos dentro de casa, salidas con la familia. Si coincidían en la falta de propuestas motivo por el cual mucho/as no realizaban actividades extraescolares y a modo de sugerencia entre sus propuestas estaban: bailes urbanos, patín, tela, algunos deportes como hockey, hándbol, los cuales son brindados pero no se encuentra la categoría para estas edades.

2° grado señor Ailin: de un total de 17 estudiantes, ninguno tenía su propio teléfono móvil, si utilizaban el de algún familiar y solo 1 manifestó usarlo muy poco ya que solo su mamá tenía celular y lo compartían con sus otros dos hermanos. Solo 3 salían de casa diariamente siempre y cuando el día lo permitiese para asistir a futbol o bien juntarse a jugar con algún amigo o primo cercano. El resto por diferentes motivos no lo hacía, ningún adulto podía llevarlo, no le agradaban las propuestas o bien preferían quedarse mirando T.V o jugando a los jueguitos. Entre sus sugerencias estaba patín, telas, bailes urbanos y más deportes para su edad.

3° grado señor Nancy: de un total de 16 estudiantes. Ninguno tenía teléfono celular propio, si varios manifestaron el haberlo pedido para alguna ocasión especial. Del grupo solo 2, quienes son hermanos mellizos argumentaron no tener acceso a juegos ya que donde viven no llega señal de ningún tipo. Solo 3 niños después del colegio asistían alguna actividad extraescolar, en esta oportunidad futbol y handbal. Los demás por diferentes motivos no concurrían, no tenían ningún adulto que pueda llevarlos, no les gustaban las propuestas, preferían quedarse y divertirse en casa. La totalidad del grado propuso como actividad: baile urbano. Danza árabe, telas, patín, nuevos deportes.

SEGUNDO CICLO

4° grado señor Jaque: de un total de 20 estudiantes, todo/as manifestaron no tener celular propio, si varios lo pedían como regalo de cumpleaños. En este grupo 4 niño/as dijeron usar muy poco el teléfono no por gusto sino porque su familia se negaba a prestarlo. Por otro lado 5 niño/as decían participar de las propuestas que se daban en la localidad pero que duraban poco y abandonaban ya que se aburrían de las mismas, el resto si participaba de alguna de las propuestas especialmente futbol en el caso de los varones. Entre los aportes estaba la incorporación de bailes urbanos, futbol femenino, tela, rugby.

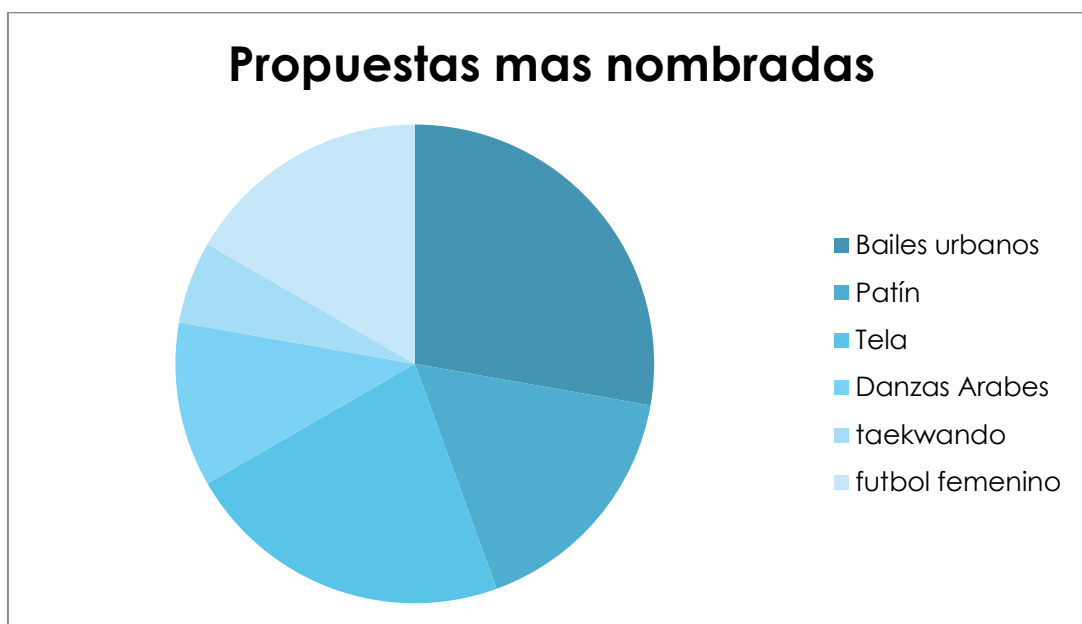
5° grado señor Karen: de un total de 15 estudiantes, ninguno tenía celular propio pero si varios manifiestan que en el año siguiente le regalarían uno si pasaban de año. Solo una niña expreso no jugar con celulares (no es un dato menor que esta niña tiene retraso madurativo por lo que siempre sus intereses fueron diferentes a los de su grupo) ella siempre se sintió atraída por juegos y actividades de años inferiores. En este grado 8 niño/as realizaban actividades fuera del horario escolar, sentían interés en practicar cualquier propuesta por lo que se sumaban a lo que se encontrara disponible. La mayoría de ello/as decía tener algún familiar que lo motivo a sumarse. Entre las propuestas de este grado apareció bailes urbanos, taekwondo, básquet y softbol.

### TERCER CICLO

6° grado señor Mica: de un total de 16 estudiantes, 5 ya tenían su propio celular y los demás tenían acceso sin problema a este. En este grupo se pudo notar la diferencia, ya que en el año 2018 y 2019 se sumaron 3 estudiantes provenientes de Neuquén capital con intereses totalmente diferentes a los que en ese momento tenía el grupo. En este grado 4 personas manifestaron

no realizar ninguna actividad después del horario escolar, simplemente porque no eran de su agrado, preferían quedarse en casa. Los restantes son todos muy activos, participan de las diferentes propuestas siempre y cuando su familia se lo permita, ya que en algunas oportunidades decían ser castigados sin poder asistir. Entre las propuestas estaba: básquet, softbol, rugby, futbol femenino.

7º grado señor Rocío: de un total de 12 estudiantes, 7 ya tiene su celular propio y los demás dicen estar a la espera de este. No es un dato menor que lo/as estudiantes siempre llevan su teléfono incluso a la hora de ed. Física. De este grado 6 realizan actividades deportivas fuera del horario escolar, especialmente futbol en el caso de los varones. Sus propuestas fueron dirigidas a campamentos, salidas en bicicleta, básquet, futbol femenino, softbol.



De las entrevistas con las docentes de grado hubo coincidencia en que la todas en menor o mayor proporción hacen uso de la tecnología, por ser esta

de gran utilidad para las clases. También concuerdan en que es fundamental el control por parte de las familias respecto a su uso, más cuando los niño/as van creciendo, así como educar desde nuestro rol de docentes para un correcto uso de las mismas.

Quedo en evidencia como a medida que crecen las infancias de la escuela primaria n°24 de Tricao Malal va aumentando el interés hacia los aparatos tecnológicos y el tiempo que destinan a ello. Comienzan a involucrarse en el uso de redes sociales a edades más tempranas, a pesar que las políticas lo prohíban.

Por unanimidad se pudo concluir en que a nivel físico hubo un aumento en el peso producto de la adquisición de malos hábitos alimenticios y el sedentarismo. Desde lo psicológico un notorio malestar al volver a la rutina escolar, los horarios y lo que esto conlleva y desde lo social la incapacidad para crear vínculos, relacionarse entre ello/as, con los demás miembros de la institución e incluso las mismas docentes.

Respecto a las propuestas brindadas en la localidad siempre se mantuvo lo que culturalmente era aceptado, es decir fútbol para determinadas edades y solo el sexo masculino. Los últimos 2 o 3 años se dictaron propuestas innovadoras que atraparon a los niño/as pero solo duraban una temporada y ya no se volvían a retomarse.

Las coincidencias estaban en propuestas diferentes, deportes que no sean los que normalmente se dictan, como softbol, básquet, expresión corporal, bailes urbanos, tela, patín, entre otras fueron las más nombradas.

Por otra parte el actual director de deporte quien lleva en el cargo 1 año pudo realizar un aporte muy significado con las nuevas propuestas que están brindando no solo a los niño/as de la localidad sino también a los jóvenes

adolescentes. Así como también hablo de la organización del área de deporte, espacios disponibles y las necesidades que urge satisfacer.

### BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

- *La motivación hacia la actividad física en la adolescencia.* Actividad física y motivación. RENZI, Gladys. Setiembre de 2014.
- Transitando las características de la educación física en un medio natural en la ruralidad. Baztarrica, Ana Leticia. Año 2020
- Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) en Educación Física. Una revisión teórica. Publicado el 12 de enero del 2015
- LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS Y SU APLICACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA. Eduardo Generelo Lanaspa. Grupo de Investigación. EFYPAF. Universidad de Zaragoza.
- Guía para el buen uso educativo de las TIC. Mérida, febrero 2015
- Guía para padres y educadores sobre el uso seguro de internet, móviles y videojuegos. Francisco Labrador Encinas. Ana Requesens Moll . Mayte Helguera Fuentes.
- Las nuevas tecnologías en la primera infancia. MÁSTER EN INTERVENCIÓN .Araceli Fernández Eslava. Curso Académico 2016-2017
- SALUD canales Mapfre, Dra. Esther Martínez García. Especialista en pediatría. *Médico colaborador de Advance Medical*

- Facultad de psicología UNAM. La observación. Seminario 2011/1.  
Compiladora y autora Lidia Díaz Sanjuán

# ANEXO

## **ENTREVISTA**

La siguiente entrevista será realizada a las docentes de la escuela primaria n° 24 de Tricao Malal.

**NOMBRE:** Nancy Villar

**¿Hace cuantos años trabaja en la institución?**

8 años

**¿Qué grado tiene cargo? ¿Cuántos estudiantes son?**

Maestra de 3° grado actualmente con 16 estudiantes.

**¿Suele usar tecnología en sus clases? ¿Cuál? ¿Con que frecuencia?**

No con mucha frecuencia, quizá el televisor para ver alguna película.

**¿Cuántos de sus estudiantes tienen o usan el celular de algún miembro de su familia?**

Propio ninguno/a, si todo/as dicen usar el celular de algún miembro de la familia algunos con más frecuencia que otro/as.

¿Considera que las familias controlan el uso tecnológico en los niño/as? Ya sea celular, TV, videojuegos, Tablet, etc.

Ninguna familia manifestó chequear que ve el niño/a de manera constante , si en algunos casos los castigos tienen que ver con prohibir su uso

**¿En algún momento de su carrera como docente tuvo algún estudiante que sufriera, bullying, grooming u algún otro tipo de acoso por medio de la web?**

Siempre trabaje con primer ciclo, por lo que a estas edades todavía no suele aparecer el bullying mediante redes sociales o acoso por medio de msj. Si ya se puede vivenciar insultos dirigidos directamente algún aspecto físico que resaltar en el/la otro/a.

**¿Cree que las redes sociales y aplicaciones son positivas o negativas a los jóvenes que son parte de la institución? ¿Por qué?**

Las redes sociales como herramienta de investigación es muy buena, ya que nos conecta con información actualizada al instante siempre y cuando su uso sea supervisado y obviamente educando para un correcto manejo del mismo.

No considero que menores de edad, deban tener redes sociales en esta etapa de su vida.

**¿Qué cambios noto desde lo físico, psicológico y social en los niño/as a partir del momento en que comienza el auge de la tecnología en Tricao Malal?**

FISICO: sedentarismo, con la inevitable subida de peso en varios estudiantes, debido al abandono de actividades después del horario escolar.

PSICOLOGICO: en algunos casos el creer una realidad que no existe producto del exceso de videojuegos, dibujos animados, etc.

SOCIAL: menos interacción, sociabilización, dificultad al momento de crear vínculos.

**Respecto a las propuestas extraescolares brindadas por el área de Deporte**

**¿Cree que estas son acordes a las actuales demandas e intereses de los jóvenes que asisten a la escuela?**

Algunas, pero faltan más propuestas acorde a sus interés actuales y edades específicas, ya que la población creció notablemente por lo que se podría dividir por edades.

**¿Las propuestas fueron variando con el tiempo o siempre se mantuvieron las mismas?**

Algunas se mantuvieron como fue el caso de futbol y otras aparecieron por temporadas.

**¿Qué propondría para atrapar el interés de los niño/as considerando sus preferencias?**

Algo que tenga que ver con expresión corporal, lo cual les ayudaría mucho a ir perdiendo la vergüenza y descubriéndose.

## **ENTREVISTA**

La siguiente entrevista será realizada a las docentes de la escuela primaria n° 24 de Tricao Malal.

**NOMBRE:** Karen Franco

**¿Hace cuantos años trabaja en la institución?**

3 años

**¿Qué grado tiene cargo? ¿Cuántos estudiantes son?**

Tengo a cargo 2° grado con 17 estudiantes y 5° grado con 15.

**¿Suele usar tecnología en sus clases? ¿Cuál? ¿Con que frecuencia?**

Si, utilizamos especialmente con 5° grado, el proyector para ver información obtenida de internet o compartir la que traen lo/as estudiantes. También aprendemos a buscar de manera correcta la misma, ya que no todo lo que se encuentra es útil.

Con 2° grado vemos películas y reflexionamos al respecto, suelen contar sus experiencias con las redes sociales y los aparatos tecnológicos. Pero siempre se trabaja desde la prevención.

**¿Cuántos de sus estudiantes tienen o usan el celular de algún miembro de su familia?**

En 5° grado todos tienen acceso a un teléfono celular el cual llama mucho su atención, cuentan como suelen esperar la llegada de mamá, papá o quien se los facilite para poder jugar algún jueguito. En algunos casos estos son seleccionados por el adulto/a quien escoge aquellos que sean didácticos.

En 2° grado los niño/as la mayoría dice utilizar un celular en casa, gran parte de los casos son supervisados por un adulto/a, pero los tiempos que quizá destinan a este es menor, ya que su interés está puesto mas sobre el juego al aire libre, o bien con otro/as.

**¿Considera que las familias controlan el uso tecnológico en los niño/as? Ya sea celular, TV, videojuegos, Tablet, etc.**

Considero que a medida que crecen va disminuyendo el control respecto a esto, por desconocimiento de los peligros y riesgos que corren niño/as. O

bien porque ya no quieren ser supervisados ni mucho menos tener a un adulto viendo sus cosas lo cual seguramente genera peleas entre el adulto y el menor.

**¿En algún momento de su carrera como docente tuvo algún estudiante que sufriera, bullying, grooming u algún otro tipo de acoso por medio de la web?**

No por medio de la Web, si ya cada vez es más frecuente ver como el bullying se da en los espacios escolares, como hay niño/as que desde muy pequeños traen desde el hogar el insulto, la falta de respeto hacia el otro/a e incluso la agresión física lo cual a futuro seguro termine en acoso en redes sociales.

**¿Cree que las redes sociales y aplicaciones son positivas o negativas a los jóvenes que son parte de la institución? ¿Por qué?**

Las redes sociales y el internet son herramientas súper ricas si se las utiliza correctamente, por ejemplo permiten contactarnos con personas que vivan lejos, reencontrarnos con viejos compañero/as e incluso familiares. Pero en el caso de menores no creo que deban manjar redes sociales sin antes ser educados en el tema, saber que deben dar aviso inmediato ante un posible acoso y que no todos lo que se ve es real.

**¿Qué cambios noto desde lo físico, psicológico y social en los niño/as a partir del momento en que comienza el auge de la tecnología en Tricao Malal?**

FISICO: aumento en el peso, especialmente después de la pandemia, donde se fueron adquiriendo hábitos alimenticios notoriamente perjudiciales.

PSICOLOGICO: el abandono del juego al aire libre, la imaginación al jugar o inventar un juego que ayude a pasar el tiempo.

SOCIAL: La sociabilización, interacción y el crear vínculos con otro/as.

**Respecto a las propuestas extraescolares brindadas por el área de Deporte**

¿Cree que estas son acordes a las actuales demandas e intereses de los jóvenes que asisten a la escuela?

Respecto a las propuestas brindadas, considero que mis estudiantes de 5° grado si pueden asistir sin problema pero los de 2° muchas veces no tienen la edad que se exige en las mismas

¿Las propuestas fueron variando con el tiempo o siempre se mantuvieron las mismas?

El tiempo que llevo trabajando en la escuela, algunas se mantuvieron otras solo duraban una temporada a pesar de ser muy elegidas por los niño/as.

¿Qué propondría para atrapar el interés de los niño/as considerando sus preferencias?

A los más pequeño/as les agrada bailar, andar en bicicleta, patines. Y los más grandes eligen el deporte como ser básquet o softbol que no están dentro de las propuestas brindadas

## **ENTREVISTA**

La siguiente entrevista será realizada a las docentes de la escuela primaria n° 24 de Tricao Malal.

**NOMBRE:** Jaqueline Retamal

**¿Hace cuantos años trabaja en la institución?**

1 año

**¿Qué grado tiene cargo? ¿Cuántos estudiantes son?**

Tengo a cargo 1° grado y 4° grado

**¿Suele usar tecnología en sus clases? ¿Cuál? ¿Con que frecuencia?**

Con ambos grados usamos mucho el proyector para ver películas o lo que nos sea útil al área. También el equipo de sonido en algunas clases, este último con menor frecuencia

**¿Cuántos de sus estudiantes tienen o usan el celular de algún miembro de su familia?**

En 1° grado la minoría dice usar el teléfono de mamá, papá o algún familiar cercano, pero en muy pocas ocasiones. En 4° ya el interés por este es mucho mayor, hablan del celular, los juegos que descargan pero ninguno tiene el propio. Si se nota su entusiasmo por tenerlo en algún momento.

**¿Considera que las familias controlan el uso tecnológico en los niño/as? Ya sea celular, TV, videojuegos, Tablet, etc.**

Por lo que llevo en la institución creo que son muy pocas familias las que controlan lo que los menores ven o descargan por medio del celular, esto es algo que se va dejando de lado a medida que crecen.

**¿En algún momento de su carrera como docente tuvo algún estudiante que sufriera, bullying, grooming u algún otro tipo de acoso por medio de la web?**

Por medio de la web no, pero si a medida que crecen se puede ir evidenciando ciertos comportamientos y actitudes en algunos niño/as directamente dirigidos al insulto y la falta de respeto para con o la otra/o.

**¿Cree que las redes sociales y aplicaciones son positivas o negativas a los jóvenes que son parte de la institución? ¿Por qué?**

Todo lo que tenga que ver con internet es muy positivo y más en estos tiempos, pero siempre y cuando sea controlado y se eduque al respecto no solo a los estudiantes sino también a la familia para informar a su hijo/a respecto a los peligros que hay detrás de una red social.

**¿Qué cambios noto desde lo físico, psicológico y social en los niño/as a partir del momento en que comienza el auge de la tecnología en Tricao Malal?**

FISICO: mi paso por la escuela es muy reciente, estuvimos la primera parte del año con clases virtuales pero considero por lo que comentan mis colegas que aumento el sedentarismo y con el este un incremento en el peso de varios estudiantes.

PSICOLOGICO: al comenzar la presencialidad se notaba la incomodidad por no estar en casa en ese momento o como la rutina escolar se hacía demasiado pesada más aun cuando comienza el horario normal con el grupo en su totalidad.

SOCIAL: costaba interactuar, algo tan normal en estas edades, crear juegos que no sean los de la normalidad, crear nuevos vínculos es algo que se tuvo que volver a trabajar desde cero.

**Respecto a las propuestas extraescolares brindadas por el área de Deporte**

**¿Cree que estas son acordes a las actuales demandas e intereses de los jóvenes que asisten a la escuela?**

Por lo que pude observar son muy pocas las propuestas destinadas a las edades más pequeñas como es el caso de 1° grado, ya para 4° grado si cuentan con más propuestas para asistir alguna actividad fuera del horario escolar.

**¿Las propuestas fueron variando con el tiempo o siempre se mantuvieron las mismas?**

Mi tiempo en el pueblo las propuestas se han mantenido por este año.

**¿Qué propondría para atrapar el interés de los niño/as considerando sus preferencias?**

La expresión corporal es algo que atrapa muchísimo a los más pequeños, salidas en bicicletas, excursiones, todo lo que sea aventura.

## **ENTREVISTA**

La siguiente entrevista será realizada a las docentes de la escuela primaria n° 24 de Tricao Malal.

**NOMBRE:** Ailin Riquelme

**¿Hace cuantos años trabaja en la institución?**

4 años

**¿Qué grado tiene cargo? ¿Cuántos estudiantes son?**

Tengo a cargo segundo grado con 17 estudiantes

**¿Suele usar tecnología en sus clases? ¿Cuál? ¿Con que frecuencia?**

Si hacemos uso de la tecnología, más que nada del proyector y la computadora para ver películas o material que sea útil al área.

**¿Cuántos de sus estudiantes tienen o usan el celular de algún miembro de su familia?**

Creo que todo/as usan en algún momento el teléfono celular en casa, ninguno cuenta con el propio aun.

**¿Considera que las familias controlan el uso tecnológico en los niño/as? Ya sea celular, TV, videojuegos, Tablet, etc.**

Hay muy poco control sobre ello.

**¿En algún momento de su carrera como docente tuvo algún estudiante que sufriera, bullying, grooming u algún otro tipo de acoso por medio de la web?**

En grados chicos como es 2°, todavía no esta tan presente el tema del bullying a través de las redes sociales, si quizá comienzan a surgir ciertos insultos o malos tratos verbales.

**¿Cree que las redes sociales y aplicaciones son positivas o negativas a los jóvenes que son parte de la institución? ¿Por qué?**

Las redes sociales son positivas cuando se las utiliza con responsabilidad, sino pueden ser muy peligrosas por la gran cantidad de casos que existen de menores acosados, secuestrados y engañados por medio de un perfil falso.

Por otro lado varias aplicaciones son muy útiles hoy en día a nuestra vida diaria, no solo para comunicarnos sino para continuar educándonos.

**¿Qué cambios noto desde lo físico, psicológico y social en los niño/as a partir del momento en que comienza el auge de la tecnología en Tricao Malal?**

FISICO: notorio sobrepeso en varios estudiantes que antes no lo tenían.

PSICOLOGICO: las pocas ganas de venir a la escuela y el malestar que les generaba el retomar la rutina escolar

SOCIAL: la no comunicación no solo durante los recreos para con los demás compañero/as sino con las mismas docentes, sentí que costaba comunicarnos con la fluidez de antes.

**Respecto a las propuestas extraescolares brindadas por el área de Deporte**

**¿Cree que estas son acordes a las actuales demandas e intereses de los jóvenes que asisten a la escuela?**

Al año anterior a la pandemia hubieron propuestas que eran muy elegidas por las infancias, pero ya no volvieron a retomarse.

**¿Las propuestas fueron variando con el tiempo o siempre se mantuvieron las mismas?**

En el tiempo que tengo en el pueblo algunas se mantuvieron especialmente futbol y CEF pero otras solo unos meses, lo cual era una lástima porque se notaba la adhesión a estas.

**¿Qué propondría para atrapar el interés de los niño/as considerando sus preferencias?**

En las edades que trabajo gusta mucho el juego grupal con historias, aventuras, desafíos.

## **ENTREVISTA**

La siguiente entrevista será realizada a las docentes de la escuela primaria n° 24 de Tricao Malal.

**NOMBRE:** Micaela Villalobo

**¿Hace cuantos años trabaja en la institución?**

9 años

**¿Qué grado tiene cargo? ¿Cuántos estudiantes son?**

Tengo a cargo 6° grado con 16 estudiantes

**¿Suele usar tecnología en sus clases? ¿Cuál? ¿Con que frecuencia?**

Si usamos mucho internet para bajar información útil al área que estamos trabajando. Pero aprendemos a leer lo de que descargamos, intentando que sean paginas oficiales y que la información sea leída previamente por cada uno/a.

**¿Cuántos de sus estudiantes tienen o usan el celular de algún miembro de su familia?**

Creo que 5 o 6 ya tienen su propio teléfono celular, pero todo/as tienen acceso a este por medio de algún adulto que se lo facilita.

**¿Considera que las familias controlan el uso tecnológico en los niño/as? Ya sea celular, TV, videojuegos, Tablet, etc.**

Jamás.... Los dejan con total libertad para que no molesten.

**¿En algún momento de su carrera como docente tuvo algún estudiante que sufriera, bullying, grooming u algún otro tipo de acoso por medio de la web?**

Si, en estos últimos años (3 años) se dieron situaciones de peleas entre ello/as por redes sociales, con insultos e incluso amenazas.

**¿Cree que las redes sociales y aplicaciones son positivas o negativas a los jóvenes que son parte de la institución? ¿Por qué?**

Todo lo que tiene que ver con avance y mejora es positivo siempre y cuando sea controlado y se eduque para un buen uso al respecto.

**¿Qué cambios noto desde lo físico, psicológico y social en los niño/as a partir del momento en que comienza el auge de la tecnología en Tricao Malal?**

FISICO: aumento en el peso de vario/as.

PSICOLOGICO: molestia por tener que volver a la escuela, cumplir nuevamente un horario y tener una rutina.

SOCIAL: la comunicación, interacción, las charlas de recreo son algo que no estuvieron tan presenten.

**Respecto a las propuestas extraescolares brindadas por el área de Deporte**

**¿Cree que estas son acordes a las actuales demandas e intereses de los jóvenes que asisten a la escuela?**

Siempre se benefició solo a determinadas edades, especialmente al género masculino con lo que culturalmente esta aceptado “Futbol”, no se intentó actualizarse a las demandas de los niño/as.

**¿Las propuestas fueron variando con el tiempo o siempre se mantuvieron las mismas?**

Las culturalmente aceptadas se mantuvieron siempre, las nuevas solo duraban un tiempo.

**¿Qué propondría para atrapar el interés de los niño/as considerando sus preferencias?**

El deporte mixto, el deporte para todas las edades y obvio propuestas elegidas por ello/as como ser bailes, telas, entre otras que suelo escuchar.

## **ENTREVISTA**

La siguiente entrevista será realizada a las docentes de la escuela primaria n° 24 de Tricao Malal.

**NOMBRE:** Rocío Venegas

**¿Hace cuantos años trabaja en la institución?**

6 años

**¿Qué grado tiene cargo? ¿Cuántos estudiantes son?**

Tengo a cargo 7° grado

**¿Suele usar tecnología en sus clases? ¿Cuál? ¿Con que frecuencia?**

Si muchísimo, intento educar para un correcto uso de la misma. Usamos muchísimo el proyector, equipo de música, internet para descargar información.

**¿Cuántos de sus estudiantes tienen o usan el celular de algún miembro de su familia?**

De mis estudiantes 8 ya cuentan con su propio teléfono celular, los demás con el compromiso por parte de la familia de regalarle uno. Pero todo/as tienen acceso a él.

**¿Considera que las familias controlan el uso tecnológico en los niño/as? Ya sea celular, TV, videojuegos, Tablet, etc.**

Mmm... En muy pocos casos quizá puede haber un poco de control pero en la mayoría de los casos no.

**¿En algún momento de su carrera como docente tuvo algún estudiante que sufriera, bullying, grooming u algún otro tipo de acoso por medio de la web?**

Si, hace 2 años atrás un estudiante sufrió acoso por medio de redes sociales por parte de sus mismos compañeros de grado, además de bullying constante dentro y fuera de la institución.

**¿Cree que las redes sociales y aplicaciones son positivas o negativas a los jóvenes que son parte de la institución? ¿Por qué?**

Las redes sociales son una herramienta muy peligrosa y más en estos tiempos si no es controlada por un adulto/a o sino educamos a los jóvenes para que no pasen estas cosas que describo en el punto anterior.

**¿Qué cambios noto desde lo físico, psicológico y social en los niño/as a partir del momento en que comienza el auge de la tecnología en Tricao Malal?**

FISICO: notorio sobrepeso además de haberse adquirido pésimos hábitos de alimentación

PSICOLOGICO: poca concentración por las pocas horas de sueño, desgano, cansancio producto de acostarse muy tarde por las noches.

SOCIAL: el querer formar parte de grupos más grandes, no sociabilizar ni interactuar entre ello/as.

**Respecto a las propuestas extraescolares brindadas por el área de Deporte**

**¿Cree que estas son acordes a las actuales demandas e intereses de los jóvenes que asisten a la escuela?**

Las propuestas son acordes, al menos en los últimos años (2 o 3 años) se brindaron lindas actividades pero cuando lograban la adhesión de los niño/as se terminaban y ya no volvían a retomarse

**¿Las propuestas fueron variando con el tiempo o siempre se mantuvieron las mismas?**

Se mantuvo lo que culturalmente era aceptado, futbol para determinadas edades y solo sexo masculino. Como decía anteriormente había propuestas muy lindas que no tenían durabilidad en el tiempo.

**¿Qué propondría para atrapar el interés de los niño/as considerando sus preferencias?**

Deportes diferentes, que no sean los que siempre se dictan como softbol, básquet, natación (verano). Algo relacionado a la expresión corporal.

## **ENTREVISTA**

La siguiente entrevista será realizada al Director de Deportes de Tricao Malal: el Sr.

**Yañez Iván**

¿Cómo se organiza la dirección de deportes? ¿Poseen un organigrama de trabajo?

**Dirección - Profes de actividades físico-deportivas – Equipo de cuidado y mantenimiento de espacios físicos.**

**El área de deportes pertenece a un organigrama municipal; pero, Dentro de la misma no tenemos un organigrama propiamente dicho.**

¿Cuáles son los espacios físicos con los que se cuentan?

**Gimnasio municipal – cancha de césped sintético.**

Actualmente ¿Cuáles son las actividades Deportivo-Recreativas que brindan a la comunidad de jóvenes de Tricao Malal?

**Cef n°5: Handball - Vóley - Fútbol – Hockey**

**Área de deportes: Fútbol - Handball - Vóley - Ent. Funcional – Aerobic - Hockey -Bádminton – Netball**

¿De qué manera se difunden las actividades? Y ¿Cómo se las trabajan durante el año? (se da receso o son constantes)

**Redes sociales y medios de comunicación local. Se trabajan 2 ó 3 veces por semana (cada actividad) de lunes a viernes con encuentros los fines de semana, que se generan dentro de la localidad como así también fuera de la misma. Receso a fines de diciembre hasta principio de enero (22 de diciembre a 10 de enero aprox.)**

¿Se realiza algún tipo de evento especial durante el año? En caso de ser afirmativo ¿A qué edades está destinado?

**Rally Tricao Malal con proyección de otros eventos como Desafío al palau y travesía por ruta al domuyo. A partir de los 13 años en adelante. Colonias de verano de 6 a 12 años**

Aproximadamente ¿Cuántos chico/as asisten en total a las actividades que ofrecen? Y de esa cantidad que edades son las que predominan.

**Entre 80 y 100 chicas/os aproximadamente. Edades predominantes 8 a 13 años – 17 a 28 años.**

A modo de conclusión ¿Cuáles son las necesidades que urge satisfacer?

**A groso modo necesitamos contar con más espacios físicos como así también materiales para las actividades físico-deportivas.**