Institut l'Alzina

RECOMENDACIONES PARA UNA ADECUADA GESTIÓN DEL IPAD

Educar en un buen uso de la tecnología

Establecer con claridad la categoría de VALORES FAMILIARES: para qué es imprescindible el Ipad (ya que es una herramienta educativa en el Instituto), y qué "extras" podemos añadir, distinguiendo entre actuaciones digitales correctas e incorrectas (acciones lesivas).

Pactar HORARIOS para el uso del Ipad (o de otros dispositivos): coordinando deberes, extra-escolares, actividades al aire libre, ocio tecnológico…

Evitar el uso de aparatos electrónicos durante las comidas, para mantener estos espacios como momentos de relación y comunicación familiar.

Incorporar el hábito familiar de no usar la tecnología una hora antes de acostarse, ya que estimula la actividad mental y dificulta el sueño.

Procurar períodos de "desconexión" digital y de conexión socio-familiar: excursiones en familia, deportes con amigos… ¡sin aparatos electrónicos!

Ubicar ESPACIOS: Es conveniente que el Ipad se utilice en espacios comunes de la casa, y nunca en habitaciones a puerta cerrada; de esta manera podréis ver para qué lo usa y, además, se potencian espacios de relación.

Mirar con hijos e hijas sus programas favoritos, películas, videojuegos… para poder comentar y valorar, y ayudarlos a ANALIZAR los contenidos.

Hablar abiertamente con ellos/as sobre cómo ACTUAR ante contenidos inapropiados que pueden encontrarse en Internet, o ante situaciones inadecuadas en las redes sociales (hablad de la privacidad, del acoso, etc.)

Reforzar los HÁBITOS SALUDABLES en el uso de las tecnologías: adoptar una buena postura, mantener una distancia adecuada respecto a la pantalla, ajustar el volumen y el brillo del monitor.

Convertir todos estos pactos razonados en NORMAS claras y concisas. Especificar las CONSECUENCIAS (proporcionadas) del no cumplimiento. Valorar y premiar la autorregulación en el uso del Ipad. Revisar los acuerdos y modificarlos a medida que los/as chicos/as van creciendo y madurando.

Enseñar el valor del DINERO que implican los aparatos tecnológicos y su consumo (juegos…)

And last but not least: Recordad que para educar en el buen uso de las tecnologías digitales es imprescindible… **¡PREDICAR CON EL EJEMPLO!**