

Orientaciones para la familia:

¿Por qué es necesario organizar el uso de pantallas en las vacaciones?

Las tecnologías han cambiado las vacaciones de niños y jóvenes. Internet y las pantallas pueden llevarles muchas horas libres casi sin darse cuenta. Si controlamos el tiempo que dedican a las tecnologías, tendrán espacio para otras actividades. Convirtamos estas vacaciones en un espacio de creatividad, amistad y entretenimiento, priorizando las actividades fuera de línea.



Claves

para regular el uso de pantallas en vacaciones:

Establezca horarios, lugar y reglas de uso para cada día, siempre supervisado por adultos.



Privilegie el juego presencial de 2 o más hermanos o amigos.



Aproveche el potencial de algunas aplicaciones para aprender idiomas o juegos educativos, priorizando las actividades digitales sin acceso a internet.



Fomente relaciones sociales y actividades offline como deportes, arte, música, lectura, entre otros.



Promueva rutinas domésticas que ayuden a ocupar el día.



Resguarde al menos 9 horas de sueño.



Supervise siempre el uso de dispositivos móviles en menores de 18 años.



Prioricemos...

- ✓ Los juegos no violentos.
- ✓ El uso de redes sociales para mayores de 13 años.
- ✓ El uso de tecnologías en horas del día que no afecten el sueño.
- ✓ El juego regulado: no todos los días y en tiempos acotados a un máximo de una hora.
- ✓ Animarnos a conocer las aplicaciones que les llaman la atención.

Apps recomendadas para jugar y aprender en vacaciones: (8 a 12 años)



Telestory

Arma tu propio programa de televisión.



Tiny Swipers

Copia y crea tus propias historias y dibujos.



Toc and Roll

Compone tu propia música.



Little Big Artist

Pinta como Picasso, Van Gogh, Pollock o Andy Warhol.

Recomendaciones para adolescentes:



Music Maker JAM

Crea, canta y graba tu música sin ser experto.



Adobe Lightroom

Edita tus fotos como si fueras profesional.



Duolingo idiomas

Conviértete en un políglota con esta entretenida app.



Kindle

La app de Amazon que convierte tu teléfono en un libro digital.

Puedes descargar estas apps desde:



Material licenciado

