Navega en **positivo**

Navega en Positivo

Guía didáctica para el profesorado: Familias Digitales (Infantil 5 años y 1º Primaria)

SEPTIEMBRE 2025

Cabildo de Tenerife

Tenerife joven y educa

Índice de contenidos

1. Descripción de la acción 2
2. Objetivos, indicadores y contenidos 3
3. Vinculación curricular 5
4. Esquema de la acción (hoja de ruta) 8
5. Desarrollo de las sesiones 9
    1ª Sesión: Intervención con el alumnado 9
        1ª Actividad: Embajadores y Embajadoras del buen uso digital 9
    2ª Sesión: Intervención familias y alumnado 12
        1ª Actividad: Crianza Digital Consciente (intervención sólo con familias) 12
        2ª Actividad: Compartimos tiempo y espacio (intervención conjunta familias y alumnado) 14

1. Descripción de la acción

La acción "Familias Digitales" se realizará en los centros educativos, con un enfoque activo y participativo, que busca convertir a las familias en protagonistas de su propio aprendizaje. Creando espacios que potencien la reflexión compartida, la experiencia directa, y el diálogo entre iguales. Desde esta perspectiva, se proponen actividades donde las familias no son meros receptores de información, sino agentes activos que exploran, cuestionan y aplican conocimientos relacionados con el uso saludable de la tecnología en el ámbito familiar.

La 1º sesión, se centra en la actividad "Embajadores/as del Buen uso Digital", donde se interviene directamente con el alumnado. Partiendo del cuento ilustrado "Desconectados" los niños y niñas irán descubriendo la importancia de gestionar de manera responsable los dispositivos tecnológicos. Se les retará como futuros embajadores/as del buen uso de la tecnología, a superar diferentes misiones. Con cada misión irán dando forma al producto final físico, que compartirán en la siguiente sesión con las familias.

La 2º sesión, se centra en dos actividades: "Crianza Digital Consciente" dirigida a las familias, y "Compartimos espacio y tiempo" donde intervenimos con el alumnado y las familias. Ambas se llevarán a cabo el mismo día.
La primera actividad de la segunda sesión tiene como finalidad potenciar un espacio de reflexión familiar, creando un ambiente seguro y cómodo, donde las familias puedan dialogar y exponer sus dudas o sugerencias. Sin juzgar los y las podremos ir guiando para gestionar de una manera saludable el buen uso de los dispositivos tecnológicos en el ámbito familiar. En cambio, en la segunda actividad las personas protagonistas serán los propios niños y niñas. Presentarán su producto final (realizado en la 1º sesión), donde tendrán recogidos aspectos muy importantes y de interés relacionados con la gestión de los dispositivos tecnológicos. Se finalizará con un espacio de juego compartido entre alumnado y familias, a partir de diferentes juegos de mesa.
Las sesiones se realizan en los centros educativos.

En cada una de las sesiones a cada familia participante se le hará entrega de un diploma, con un número. Al finalizar todas las acciones con familias digitales se realizará un sorteo entre las familias participantes, el número del diploma servirá para identificar las familias ganadoras, se publicarán en las redes sociales que desde el Servicio consideren oportunas y se les comunicará a los centros educativos para que puedan contactar con dichas familias.

2. Objetivos, indicadores y contenidos

NIVEL EDUCATIVO Infantil 5 años y 1º Primaria	**SESIONES: 2 sesiones** **HORAS: 5 horas en total (2 horas con el alumnado y 3 horas familias y alumnado)**
OBJETIVOS OPERATIVOS 1. Crear espacios de encuentro entre familias y alumnado de infantil y 1º primaria, para trabajar conjuntamente el uso equilibrado del tiempo de uso de las pantallas. 2. Fomentar el uso de estrategias de crianza que enseñen la autorregulación, la calma y el establecimiento de límites TIC. 3. Facilitar momentos de diálogo y reflexión entre las familias. 4. Presentar la Biblioteca de recursos digitales. 5. Incentivar la participación en la acción Red referentes digitales para familias.	**INDICADORES** 1.1. Control del tiempo que le dedican a los dispositivos tecnológicos. 1.2. Capacidad de uso de los dispositivos de manera responsable. 2.1. Muestran interés por las aplicaciones utilizadas. 2.2. Porcentaje de asistentes que declaran haber aprendido nuevas estrategias. 3.1 Las familias valoran el espacio de diálogo y reflexión creado. 4.1 Valoración de la biblioteca de recursos digitales. 5.1 Porcentaje de participantes que manifiestan interés por unirse a la Red referentes digitales para familias.

CONTENIDOS:

Actividad con alumnado: Embajadores/as del buen uso digital:

- Uso equilibrado y positivo de las TRIC
- La gestión del tiempo, adquisición de buenos hábitos, aplicaciones y videojuegos adaptados a sus edades
- Disfrutar actividades off line
- Juegos

Actividad con familias: "Crianza Digital Consciente":

- Impacto de las pantallas en el proceso de aprendizaje de los y las menores:
    - Recomendaciones
    - Consejos
    - Herramientas
- Plan de uso de pantallas para sus entornos familiares
- Normas PEGI
- Herramientas útiles para promover el uso responsable y positivo de los espacios digitales.

Actividad con familias y alumnado: "Compartimos tiempo y espacio":

- Presentación del alumnado:
    - "Cartel del buen uso digital"
    - Actividades off line
- Juegos familias y alumnado.

3. Vinculación curricular

Fundamentación Curricular Educación infantil 5 años						
Competencia específica	**Criterios de evaluación**	**Competencias Clave**	**Saberes**	**Técnicas de evaluación**	**Herramientas de evaluación**	**Instrumentos de evaluación**
Desarrollar destrezas, a través de la observación y manipulación para responder de forma creativa a retos que se plantean.	2.1 2.2 2.3	CCL STEM CD CE	I) 6 II)1,2,3,5,6,7	Observación sistemática Encuestas	Registro anecdótico Formularios	Cuestionarios de evaluación del aprendizaje Autoevaluación Dinámicas de valoración de satisfacción
Fundamentación Curricular Educación 1º primaria						
Competencia específica	**Criterios de evaluación**	**Competencias Clave**	**Saberes**	**Técnicas de evaluación**	**Herramientas de evaluación**	**Instrumentos de evaluación**
Implementar proyectos colectivos, a través de la creatividad con la finalidad de promover la autoconfianza y aportar beneficios a la Comunidad	4.1 4.2	CCL3, CE1, CE3, CCEC3, CCEC4, STEM3, STEM4, CD3, CD4, CPSAA3	I) 3,5 II) 3,4 III) 3,5 IV) 1,3 V) 1,3,4,5	Observación sistemática Encuestas	Registro anecdótico Formularios	Cuestionarios de evaluación del aprendizaje Autoevaluación Dinámicas de valoración de satisfacción
Productos						
Mural grupal Cartel normas del buen uso del mundo digital Ficha “Don Semáforo” (Normas PEGI) Dibujos “Mi actividad familiar preferida”						
Tipos de evaluación						
Heteroevaluación, Coevaluación y Autoevaluación						

Modelos de enseñanza			
Narrativo Comunicativo Sinéctico Aprendizaje	Aprendizaje basado en proyectos (ABP)	Pequeños grupos (PGRU) Gran grupo (GGRU) Grupos heterogéneos (GHET)	Aula habitual Aula digital Espacios de exposición (murales o pasillos)

Recursos

Recursos CLPA 1 CLPA 2

- Plataforma educativa interactiva (Genially)
- Tablets / Chromebooks / Ordenadores
- Proyector y pizarra digital
- Recursos visuales y audiovisuales (videos, fichas, juegos online y offline)
- Mural de aula y materiales gráficos (cartulinas, tarjetas, rotuladores)
- Apps educativas (PEGI, Incibe, Internet Segura para niños y niñas, Portal joven de TIK - TOK,...)

Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores

La acción educativa *Familias Digitales* promueve actividades donde las familias no son meros receptores de información, sino agentes activos que exploran, cuestionan y aplican conocimientos relacionados con el uso saludable de la tecnología en el ámbito familiar.

Los valores de la convivencia, la reflexión compartida, la experiencia directa, y el diálogo entre iguales se integran en cada una de las actividades del programa, mediante situaciones significativas que permiten al alumnado y las propias familias reconocerse como protagonistas del cambio.

El proyecto constituye una oportunidad para consolidar el vínculo entre el entorno escolar, las familias y comunitario, fomentando actitudes éticas, respetuosas y comprometidas con un mundo digital más humano, seguro y saludable.

Programas, Redes, Planes y Ejes Temáticos

Esta acción educativa contribuye al **Plan de Comunicación de los Centros Educativos** y se articula en torno a los siguientes ejes y programas estratégicos:

- **Familia y Participación Educativa**: Potencia el vínculo entre escuela y familia, promoviendo una participación activa, comprometida y corresponsable en la educación digital de la infancia.
- **Educación Emocional y Convivencia Positiva**: Fomenta el respeto, la empatía y la resolución pacífica de conflictos en entornos digitales, contribuyendo a un uso ético y consciente de las TIC.

Actividades complementarias y extraescolares

Actividad Complementaria: "Mural grupal: Buen uso del mundo Digital"
Vinculación con el entorno familiar y social a través de la exposición de productos en el aula y diálogo intergeneracional sobre el uso responsable de Internet.
Actividad Complementaria: "Juego compartido"
Actividad lúdica que promueve una alternativa de ocio educativo, que permita fortalecer el tiempo en familia, a la vez que trabajar el desarrollo cognitivo, afectivo y social del alumnado, por medio de los juegos de mesa.

Periodo implementación	Nº de sesiones	Trimestre
Curso escolar	2	Curso escolar

Vinculación con otras materias

La acción educativa "Familias Digitales" se puede vincular de forma transversal con:

- **Ámbito Lingüístico**: Expresión oral, comprensión de textos digitales, redacción creativa.
- **Ámbito Social y Cívico**: Educación en valores, respeto a la diversidad, derechos digitales.
- **Área de Educación en Valores y Emociones**: Desarrollo de la autoestima, gestión emocional.
- **Área de Tecnología y Competencia Digital**: Uso seguro y responsable de recursos digitales.
- **Programas de Acción Tutorial y Plan de Igualdad**: Prevención de violencia digital y promoción de la igualdad.

4. Esquema de la acción (hoja de ruta)

Navega en Positivo 3º Ciclo de Primaria		
Pasos	**Sesión**	**Duración**
Paso 1	"Embajadores/as del buen uso digital". Agente Navega con alumnado.	2 horas de clase
Paso 2	"Crianza Digital Consciente". Agente Navega con familias.	1 hora y media
Paso 3	"Compartimos espacio y tiempo". Agente Navega con alumnado y familias	2 horas de clase

Nota: La formación del "Crianza digital consciente" intervención sólo con familias, se realizará el mismo día que "Compartimos espacio y tiempo" intervención conjunta con familias y alumnado.

5. Desarrollo de las sesiones

1ª Sesión: Intervención con el alumnado

1ª Actividad: Embajadores y Embajadoras del buen uso digital

DESCRIPCIÓN: Comenzaremos con una breve presentación de la acción a desarrollar y de la persona encargada de dinamizarla.

Para comenzar a trabajar con el alumnado, se les pedirá su ayuda para poder entre todos y todas identificar dispositivos tecnológicos, que pueden tener en su entorno familiar o en el cole, y conocer el uso que hacen de los mismos.

Destacaremos algunas de sus aportaciones más relevantes, y los invitaremos a prestar mucha atención al relato del cuento ilustrado “DESCONECTADOS”.

En “Desconectados” conocerán una familia, donde cada miembro pasa gran parte del día enganchados a las pantallas. La situación se va complicando y, sin darse cuenta, crece la desconexión. En Desconectados serán las familias las encargadas de hacer entender la situación a sus hijos e hijas, poner los límites y conseguir un buen uso de las pantallas.



Una vez leído el cuento y reflexionando con el alumnado sobre la importancia del buen uso de la tecnología, les propondremos como futuros embajadores y embajadoras del mundo digital, su PRIMERA MISIÓN.

Entre todos y todas seleccionaremos varias normas, que recogeremos en un cartel sobre el buen uso del mundo digital, ya este producto final tendremos el placer de compartirlo con las familias, en una segunda sesión donde estarán presentes.

Llevaremos ejemplos impresos para facilitar la dinámica, como:

- Apagar la tableta cuando mamá o papá lo piden.
- Jugar con el dispositivo mientras estoy comiendo.
- Compartir el dispositivo con un amigo o hermano.
- Ver videos o jugar a escondidas sin permiso

También conocerán a DON SEMÁFORO, un personaje muy simpático que nos ayuda a comprender con qué aplicaciones y videojuegos podemos jugar y cuáles debemos dejar para cuando seamos mayores.

En el cuento “Desconectados” descubrirán a través de sus protagonistas lo bien que se lo pasan cuando no utilizan las pantallas, y cómo poco a poco vuelven a conectarse como familia. En esta ocasión, nuestros pequeños pero grandes embajadores tendrán su SEGUNDA MISIÓN, plasmar en un dibujo aquello que les gusta hacer en familia, tendrán rienda suelta, la única consigna: hacerlo con mucho cariño y dedicación ya que formará parte de su mural para compartir con las familias.

Para finalizar, tendrán su TERCERA Y ÚLTIMA MISIÓN. Los dividiremos por grupos y cada uno tendrá un juego de mesa, donde no sólo disfrutarán jugando con él, sino que también tendrán que aprender muy bien las normas de su funcionamiento, porque en la actividad familiar serán ellos y ellas los encargados de explicarles a las familias la dinámica de cada uno de los juegos.

La idea de esta última misión es promover una alternativa de ocio educativo, que no sólo les permita pasar tiempo en familia sino también trabajar el desarrollo cognitivo, afectivo y social del alumnado, a través de los juegos de mesa.

OBJETIVOS:

- Fomentar un uso responsable, equilibrado y positivo de las TRIC.
- Promover alternativas de ocio y tiempo libre.

TEMPORALIZACIÓN: 2 sesiones de clase

ESTRUCTURA DE LAS FASES DE LA ACTIVIDAD:

- 1º parte: Presentación, dinámica de identificación de los dispositivos tecnológicos y la lectura del cuento ilustrado "DESCONECTADOS"
- 2º parte: Elaboración del producto final, un mural que recogerá, por un lado, el cartel con las normas del buen uso digital y por otro, los dibujos elaborados por el alumnado donde han plasmado actividades que les gusta realizar con sus familias.
- 3º parte: Tiempo de juego, por grupos podrán disfrutar de diferentes juegos de mesa.

RECURSOS NECESARIOS:

- Un ordenador portátil o PC (dinamizadora o en el aula).
- Proyector o pizarra digital (aula)
- Conexión Wi-Fi (aula)
- Guía Presentación de Genial.ly (dinamizadora)
- Papel Kraft para el mural
- Cartel del buen uso del mundo digital - Marcos para elaborar sus dibujos
- Pegamento - cinta adhesiva
- Rotuladores - Lápices de colores
- Selección de juegos de mesa

2ª Sesión: Intervención familias y alumnado

1ª Actividad: Crianza Digital Consciente (intervención sólo con familias)

DESCRIPCIÓN: Esta primera actividad está centrada para las familias, donde compartiremos información detallada sobre el impacto de las pantallas en el proceso de aprendizaje de los y las menores. Destacaremos recomendaciones y consejos, así como herramientas que les puedan ser de utilidad para potenciar una buena gestión del uso de los dispositivos tecnológicos desde el entorno familiar.

Partiremos de la visualización del vídeo: "Adictos a las tecnologías" con el objetivo de sensibilizar a las familias sobre el uso excesivo y poco saludable de las pantallas, tanto en personas adultas, cómo jóvenes y menores. Nuestra misión es hacerles entender que son el espejo donde sus hijos e hijas se miran, y por eso es importante dos herramientas claves a poner en práctica en el entorno familiar: el acompañamiento y la supervisión.

Compartiremos la actualización de las recomendaciones sobre el uso de las pantallas en la infancia y adolescencia, por parte de la Asociación Española de Pediatría (AEP), a través del "Plan Digital Familiar", donde entre otros documentos de interés nos hablan del "Impacto de los dispositivos digitales en la enseñanza"

Teniendo muy presente las recomendaciones de la AEP, se les propondrá a las familias que elaboren su plan de uso de pantallas para su entorno familiar, estableciendo límites claros y coherentes con la edad y madurez de los y las menores.

Les presentaremos las Normas Pegi: recomendaciones a nivel Europeo que nos determinan la edad mínima y los contenidos que aparecen en cada uno de los videojuegos. Haciendo referencia a algunos descriptores que nos ponen en sobre aviso de la información que contienen dichos videojuegos, y puede que muchas familias desconocen.

A partir de aquí, en adelante les iremos dotando a las familias diferentes herramientas que les puedan ser útiles para promover el uso responsable y positivo de los espacios digitales.

- Controles parentales: aplicaciones que ayudan a supervisar el uso de los menores con sus dispositivos tecnológicos.
- Páginas de interés:
  - Incibe

  - IS4K Internet Segura for Kids.
  - Portal joven de TIK TOK

- Páginas web educativas, donde el alumnado podrá a partir de juegos interactivos profundizar algunos de los contenidos abordados en los centros educativos. Intentando ampliar la visión del uso de los dispositivos tecnológicos como una herramienta educativa.
- Así como bibliografía de interés y la presentación de la Biblioteca de recursos digitales, donde podrán profundizar sobre el impacto de las pantallas en el desarrollo integral de los y las menores.
- Presentación de la Red referentes digitales para familias.

Finalizamos con un brindis

OBJETIVOS:

- Promover un uso responsable, consciente y positivo de los espacios digitales.
- Desarrollar estrategias de prevención.
- Fomentar el diálogo y la comunicación efectiva.
- Sensibilizar sobre el impacto de los dispositivos tecnológicos en el proceso del aprendizaje.
- Presentar la Biblioteca de recursos digitales.
- Incentivar la participación en la acción Red referentes digitales para familias.

TEMPORALIZACIÓN: 1 hora y 30 minutos

ESTRUCTURA DE LAS FASES DE LA ACTIVIDAD:

La actividad “Crianza Digital Consciente” se dividirá en:

- Presentación.
- Desarrollo de recomendaciones, consejos y herramientas de utilidad.
- Presentación de la Red referentes digitales para familias.
- Tentempié

RECURSOS NECESARIOS:

- Un ordenador portátil o PC (dinamizadora o en el aula).
- Proyector o pizarra digital (aula)
- Conexión Wi-Fi (aula)
- Presentación Interactiva (dinamizadora)

- Todo lo necesario para el tentempié (comida, bebidas, menaje desechable)

2ª Actividad: Compartimos tiempo y espacio (intervención conjunta familias y alumnado)

DESCRIPCIÓN: El alumnado tomará el protagonismo.

Colocaremos en una zona visible el mural que realizaron anteriormente en la actividad "Embajadores del Buen Uso Digital". Las familias tendrán unos minutos para verlo con detenimiento.

Continuaremos con la presentación del libro ilustrado "Desconectados" que nos ha servido de hilo conductor para el desarrollo de la actividad. Uno o varios de los y las menores podrán explicar a las familias la historia que se desarrolla en el cuento.

A partir de aquí, ya nos centraremos en toda la información que está recogida en el mural. Les irán explicando a las familias las normas que decidieron seleccionar para crear su cartel del buen uso digital, así como todas las actividades que les gusta realizar en familia donde no están presentes las pantallas. Cada niño o niña dirá su actividad familiar preferida.

Seguiremos con una actividad conjunta de disfrute entre familias y alumnado. El alumnado presentará los juegos de mesa que ya utilizaron en la actividad anterior, siendo ellos y ellas los que explicarán su funcionamiento. La idea es que todos y todas puedan dedicar tiempo a juegos de mesa.

Para finalizar, las familias y los menores nos colocaremos en círculo. A cada representante de las familias se le pedirá que piense algún aspecto relacionado con el uso de las pantallas que van a intentar reconducir desde el entorno familiar. Una vez que lo tengan se les entregará una semilla, de manera simbólica para que la planten y así con el cuidado diario, de la supervisión y el acompañamiento pueda florecer ese pensamiento o reto que se han propuesto, en relación con el mundo digital.

OBJETIVOS:

- Fomentar la convivencia y el disfrute en familia
- Incentivar el juego en familia como hábito saludable
- Valorar el juego como herramienta del desarrollo integral del menor

TEMPORALIZACIÓN: 1 hora y media

ESTRUCTURA DE LAS FASES DE LA ACTIVIDAD:

La actividad "Compartimos tiempo y espacio" se dividirá en:

- Presentación del mural por parte del alumnado.
- Juego en familia, con las tablets y juegos de mesa.
- Cierre, evaluación y agradecimientos

RECURSOS NECESARIOS:

- Mural elaborado por el alumnado
- Cuento ilustrado "Desconectado"
- Selección de juegos de mesa
- Tablets
- Conexión wifi
- Certificados "Familias digitales"


CABILDO DE TENERIFE
Tenerife
joven y educa