

Estimades famílies:

Des del centre educatiu volem informar-vos que durant el mes de novembre i desembre, dintre de l'acció tutorial, es van realitzar unes xarrades sobre l'ús responsable del mòbil i les xarxes socials a l'alumnat de 1r i les addiccions a videojocs per a l'alumnat de 2n d'ESO.

Aquests son temes que ens preocupa molt ja que, cada vegada els xiquets i xiquetes tenen accés més prompte a la tecnologia.

Per continuar amb la línia d'actuacions iniciada i esforçar-nos de manera conjunta cap al foment d'un ús responsable, a continuació, us deixem unes orientacions per a l'àmbit familiar que de segur us ajudaran en aquesta tasca:

### 1) HORARI D'ÚS DE LES TECNOLOGIES

- Establiu un horari diari d'ús de tecnologies com a oci. Fora d'eixe horari, no es podran utilitzar. Aquest horari es pot establir juntament amb el vostre fill/filla per tal que resulte més fàcil complir-lo. En cas de no complir amb les pautes marcades aplicar conseqüències.
- Tingueu molta paciència, resistència i perseverança en l'aplicació de les mesures de limitació de l'ús del mòbil/tableta/WiFi. Penseu que es tracta d'una inversió de futur.

### 2) CONTROL PARENTAL

- Establiu un control parental diari respecte als tipus de programes que veuen a TV, internet i l'ús que en fan.
- Oferiu alternatives al us excessiu de les pantalles, com per exemple: practicar esport, escoltar música, llegir, eixir amb amics o un altra activitat.
- No deixeu els mòbils, tabletetes etc. a la vista dels vostres fills i filles.

### 3) COMPARTIU LES TIC

- Acompanyeu als vostres fills i filles i ensenyeu-los, si és possible, a utilitzar el mòbil/tableta com una eina de treball i no únicament com a objecte per al joc.

### 4) IDENTITAT DIGITAL

- Ajudeu-los a prendre consciència de la diferència entre el món físic i el món virtual.



Camí de Sant Francesc 2-12549 Betxí  
Tel 964738930  
mail: [12000406@edu.gva.es](mailto:12000406@edu.gva.es)  
web: <https://portal.edu.gva.es/iesbetxi/>



Finançat per  
la Unió Europea



## 5) **SEGURETAT**

- Configureu la privacitat dels dispositius.
- Superviseu l'accés a continguts en xarxa. Alguns poden ser inapropiats per a la seua edat i poden afectar a la seua conducta social.

## 6) **VIDEOJOC**

- Interesseeu-vos pels continguts dels videojocs a què juguen. Eviteu continguts xenòfobs, violents, etc.
- Trieu de manera conjunta els seus videojocs.
- Seguiu les recomanacions PEGI (codi de conducta de la indústria europea que regulava la classificació per edats, l'etiquetatge, la promoció i la publicitat dels productes de *software* interactiu).
- Fomenteu el joc amb companys i companyes i amb la família.
- Controleu amb qui participen als xats en línia, quan estan jugant a algun videojoc interactiu.

## 7) **COMUNICACIÓ**

- Converseu sobre l'ús que la família ha fet eixe dia dels dispositius i prengueu consciència de l'ús que en fan i el temps que passen amb ells.
- Teniu que ser un exemple per a elles i elles.

## 8) **COORDINACIÓ ENTRE EL CENTRE ESCOLAR I LES FAMÍLIES**

- Es important afavorir la comunicació fluida i basada en la confiança entre les famílies i el centre.

Penseu que no es tracta de prohibir l'ús de les TIC, sinó d'ensenyar a utilitzar-les de manera controlada i segura, substituint els hàbits inadequats per altres més positius per poder aprofitar tots els avantatges que ens ofereixen.

A la fi, es tracta de fomentar un ús responsable de les TIC i adequat a la edat i maduresa del cada adolescent.

**Departament d'orientació**

**IES de Betxí**