

Uso de Pantallas



soyprovidencia



Programa de Apoyo Socioemocional

B A

Corporación
DESARROLLO SOCIAL

Las pantallas del computador, celular, tablet, televisión, videojuego, etc. se han vuelto súper necesarias en este tiempo de educación virtual. Pero, también te pueden generar algunos problemas en la vista por el exceso de uso y además, pueden aparecer imágenes o palabras que es posible que no entiendas aún. Por eso, aquí aparecen algunas recomendaciones para ti:

Para evitar que el uso de las pantallas te hagan daño, puedes hacer lo siguiente:

Junto con tu mamá, papá o quien te cuide en casa, acordar un horario para el uso de las pantallas.

Intentar realizar otra actividad diferente, que no necesite el uso de pantallas, como por ejemplo dibujar, leer, cocinar, caminar, manualidades, etc.

Acercarte al adulto en casa que te está cuidando para preguntar, cuando veas algo que no entiendas en alguna pantalla.

Para que puedas aprovechar las pantallas y aprender de ellas, te damos algunas ideas:

¿Cómo podemos aprovechar el uso de las pantallas, para aprender cosas interesantes?:

Para que las pantallas te sirvan a mejorar tu nivel de comprensión de las historias:

CUANDO VEAMOS UN PROGRAMA DE TV O PELÍCULA, PODEMOS COMENTAR CON LOS ADULTOS DE LA CASA SOBRE EL PROGRAMA Y HACER PREGUNTAS COMO ¿CUÁL ES LA HISTORIA QUE SE CUENTA? ¿QUÉ PASÓ CUANDO...? ¿QUÉ PASÓ AL FINAL DE LA HISTORIA?



NO USES PANTALLAS DE COMPUTADOR CELULAR TABLET TELEVISIÓN VIDEOJUEGO EN EXCESO



Para que las pantallas te sirvan a identificar de mejor forma los colores:

Cuando veamos un programa de tv o película, podemos pausar la reproducción e ir identificando los colores que aparecen en pantalla.

Para que las pantallas te sirvan a identificar los sonidos, la música y las imágenes:

Cuando aparezca música en alguna película, puedo conversar con los adultos de la casa la respuesta de las siguientes preguntas: ¿Cómo es la música que acompaña al video? ¿Es alegre, triste, da miedo? ¿Invita a bailar o a quedarse quietos?

Para que las pantallas te sirvan a comprender las emociones:

Conversar con los adultos de la casa: ¿Qué les gustó y qué no les gustó del programa que vieron? ¿Por qué? ¿Qué elementos llamaron su atención? ¿Fueron los personajes, la historia, lo que le pasaba al final, los colores, los dibujos?

Conversar con los adultos de la casa las emociones que sintieron los personajes del programa visto. Pedirles que respondan preguntas concretas como: ¿Qué creen que sintió "ese personaje" cuando...? ¿Qué sintieron, felicidad, tristeza, miedo?

Luego de haber visto algún programa o película, identificar en el programa con un momento que hayan vivido. Por ejemplo, si la emoción es alegría, recordar: ¿En qué momentos han sentido alegría? ¿Cuándo están paseando con los papás? ¿Cuándo están comiendo algo rico? ¿Cómo se dan cuenta que eso es alegría? Y comentar esas preguntas con los adultos de la casa.

Comparar dos escenas del mismo programa donde se expresen emociones distintas, como suspenso y alegría, y conversar sobre ¿Qué le sucede al personaje en este momento? ¿Qué le pasó al personaje acá? ¿Cómo creen que se sintió el personaje? ¿Por qué creen que se sintieron distinto en ambos momentos de la historia?



soy**pro**videncia

Corporación
**DESARROLLO
SOCIAL**

JUNAEB
PROGRAMA

Habilidades
para la Vida