



soy providencia

Corporación
DESARROLLO
SOCIAL

Recomendaciones para los padres y/o apoderados o cuidadores.

Las pantallas y niños: Tiempo de uso y exposición recomendado

Educación Inicial



**¿A QUÉ NOS REFERIMOS POR PANTALLAS?
NOS REFERIMOS A TELEVISORES,
TABLET, CELULARES Y COMPUTADORES.**



Actualmente, la estadía en el hogar - producto de la pandemia- ofrece posibilidades de negociar los tiempos con los niños/as. Al respecto, la Academia Americana de Pediatría (AAP)¹, entrega un margen de la organización de estos tiempos, y considera importante asegurar un sueño adecuado (9 a 12 horas, según la edad). Considerando que hoy los niños no están asistiendo a la escuela (8 horas al día), será importante generar espacios para compartir en

familia y establecer rutinas de estudio, orden e higiene personal, limitando el uso de las pantallas al desarrollo previo de las actividades antes mencionadas.

De esta manera, se recomienda un **plan de uso de pantallas personalizado para cada familia**, para compartirlo con todos los cuidadores (en caso de que los niños estén al cuidado de abuelos). Este

¹ Academia Americana de Pediatría. Dedicada a la salud de todos los niños. Ver en <https://www.aap.org/en-us/professional-resources/Pages/Professional-Resources.aspx>



soyprovidencia

Corporación
**DESARROLLO
SOCIAL**

plan es personalizado para cada familia, por lo que es diferente para cada contexto familiar.

Recomendaciones de horas exposición de niños en pantallas

Según la AAP, el «screen time» o tiempo de pantallas en niños son las siguientes (siempre debe ser supervisado):

0- 2 años	Nada de pantallas.
2-5 años	Entre media y una hora.
7-12 años	Una hora con un adulto delante. Nunca en horas de comida
12-15 años	Una hora y media. Mucho cuidado con el uso de las redes sociales.
+16 años	Dos horas. Los dormitorios no deben tener pantallas.

Lo más importante es que las pantallas no interfieran en la vida normal de los niños, el tiempo en familia, la actividad física o las horas de sueño.

Recomendaciones de horarios y lugares sin pantallas para niños

La AAP entrega recomendaciones con respecto a los lugares y momentos en los que las pantallas se deben evitar. Es muy importante crear rutinas desde pequeños, y que estas normas se expresen abiertamente o estén indicadas en alguna parte de la casa que sea visible y donde todos puedan verlas o leerlas.

Evitar el uso de celulares o pantallas

Antes de dormir		Mientras están en la escuela	
A la hora de comer		Mientras cruza la calle	
En el automóvil (excepto en viajes largos)		Mientras se hacen tareas escolares	
Mientras se pasea en el coche		Cuidado con la esclavitud hacia las pantallas.	

Se recomienda fijar un «tiempo en familia» en el que ningún miembro use las pantallas (podría ser los fines de semana por la mañana, la hora antes de ir al colegio, etc.).

¿Sabías qué?



Dibujos de niños de 5 a 6 años expuestos a menos de una hora de televisión por día.



Dibujos de niños de 5 a 6 años expuestos a más de tres horas de televisión por día.

Recomendaciones sobre contenidos digitales para niños

Ver juntos algún contenido, promueve la interacción y la discusión en torno a los temas que son de interés de los niños. De esta manera, los niños aprenden mejor de programas y vídeos educativos cuando los ven junto a un adulto.



soy providencia

Corporación
**DESARROLLO
SOCIAL**

La importancia de la ciudadanía digital

Es sumamente importante poder hablar con los niños y educarlos en el uso de estos medios de comunicación para prevenir situaciones como acoso cibernético, y qué hacer cuando se es víctima o se reconoce un mal uso en terceros.

Actividades para realizar en familia

Para comprender la Historia

Al igual que los adultos, los niños/as otorgan significado a lo que ven, leen o escuchan, y le dan sentido a las imágenes y sonidos. Una forma sencilla de analizar y reflexionar sobre lo que ven los niños/as en la pantalla, es conversar con ellos a partir de lo que vieron y pedirles que relaten la historia contada. Este ejercicio contribuye a fomentar el hábito de pensar y hablar sobre el contenido de los medios de comunicación desde pequeños, además de permitir a padres, madres y cuidadores/as, conocer los aspectos que llaman su atención, sus preferencias y forma de comprender el mundo.

Esta sección apunta a que niños/as identifiquen la autoría de los videos y películas que ven, a través de la comprensión e interpretación del relato audiovisual.

2. Armandó la historia

a) Ver con los niños un extracto de la serie Wishbone cap 7 part 1/ 2 (español latino) en <https://www.youtube.com/watch?v=XC0nw4YVKmI&list=PL9DYGOqGDTcIK53i1hGCZogdQ5wY3jhqk>

b) Entregar a los niños/as recortes de distintos personajes de historias o programas de televisión que conozcan para utilizar como modelo. Pedirles que con estos elementos construyan las escenas claves de la serie vista y que luego las ordenen cronológicamente.



3. Para reflexionar con niños y niñas



soy providencia

Corporación
**DESARROLLO
SOCIAL**

c) Pedir a los niños/as que relaten lo que vieron en la serie Wishbone preguntando: ¿Cuál es la historia que se cuenta? ¿Qué pasó cuando Whishbone...? ¿Qué pasó al final de la historia?

d) Pedir a niños/as que identifiquen al narrador de la historia, con preguntas como: ¿Quién cuenta la historia? ¿Es uno de los personajes? ¿Es alguien más que no se ve?

e) Para reconocer al autor de la historia, invitar a niños/as a jugar preguntándose: ¿Quién escribió la historia? ¿Quién se la imaginó primero? ¿Cómo es esa persona? ¿Con qué escribe? ¿Dónde vive?

4. Para identificar imágenes y sonidos

Existen distintos recursos audiovisuales para entregar los mensajes televisivos que son parte de lo que se denomina lenguaje audiovisual, por ejemplo, los colores y sonidos utilizados en el video, el tipo de luz de las imágenes, la posición de la cámara y el movimiento de los personajes, entre otros. Estos elementos son escogidos de manera consciente por los realizadores para poder contar la historia de la manera que quieren. Los distintos tipos de programas, sean de terror, humor, drama o romance, utilizan estos recursos de diversas maneras, con el objetivo de crear la atmósfera deseada para el género televisivo al que pertenece el programa.



Los ejercicios propuestos en esta sección facilitan que los niños/as identifiquen elementos básicos de formato de los programas que ven, y con ello, adviertan la intención que se encuentra a la base de las decisiones tomadas en una producción audiovisual. Para ello, se presentan algunas actividades de identificación de técnicas audiovisuales como la utilización de distintas posiciones de cámara y recursos sonoros.

5. Elegir y reconocer a través del dibujo y las manualidades

a) Pedir a niños/as que escojan el momento que más les gustó de la serie y que lo dibujen, usando los colores y las formas de la imagen.



soy providencia

Corporación
**DESARROLLO
SOCIAL**

b) Para reconocer las posiciones de la cámara de la serie, construir con los niños/as un pequeño marco de cartón o “ventanita”, a través del cual deberán mirar las cosas que los rodean, invitándolos a acercarse mucho a las cosas o a buscar “miradas distintas”, como, por ejemplo, desde el piso o desde el cielo. Luego, volver a ver partes del programa donde se aprecien distintas posiciones de la cámara e invitarlos a identificar dónde está puesta la “ventanita de cartón”, preguntando: ¿Desde dónde se está mirando? Por ejemplo: debajo de la cama, entre medio de las plantas o desde arriba.

c) Invitar a niños/as a ver la parte 2 de la serie Wishbone cap 7 part 2/ 2 (español latino), en <https://www.youtube.com/watch?v=6rOsOmQFIPs&list=PL9DYGOfGDTcIK53i1hGCZogdQ5wY3jhqk&index=2>, SIN AUDIO, y pedirles que relaten lo que sucede. Invitarlos a hacer las voces de los personajes e inventar lo que podrían estar diciendo.

d) Invitar a niños/as a escuchar la parte 3 de la serie Wishbone capítulo 8 parte 1 (español latino) en <https://www.youtube.com/watch?v=yvjRjppqUZ-s&list=PL9DYGOfGDTcIK53i1hGCZogdQ5wY3jhqk&index=5> con los OJOS CERRADOS (o tapar la pantalla). Luego, pedirles que cuenten lo que creen que está sucediendo. Posteriormente, mostrarles el fragmento nuevamente con los ojos abiertos y corroborar si acertaron en lo que imaginaron.

e) Entregar a niños/as esta imagen (tamaño real en anexo), donde se muestra la escena de una película e invitarlos a que se imaginen qué está sucediendo en ella, preguntando: ¿Quiénes son los personajes?, ¿Cómo se llaman? ¿Qué están haciendo? ¿Para qué lo hacen? Luego pedirles que construyan un cuento a partir de esta imagen, que el mediador anotará en un cuaderno o pizarra. Se sugiere que para esta actividad, no se utilicen imágenes de una película conocida por los niños/as, de manera que la construcción del relato se realice según lo que ellos/as imaginan.



3. Para reflexionar con los niños y las niñas

a) Invitar a los niños/as a que escuchen un cuento, pedirles que vuelvan a contar la historia y verificar cómo la entendieron, preguntándoles: ¿Qué imaginan con la historia contada? ¿Qué colores y formas tienen los



soy providencia

Corporación
**DESARROLLO
SOCIAL**

personajes que imaginaron? ¿Se parece escuchar un cuento a ver televisión? ¿Qué falta?

El pequeño Rufo

Rufo era un travieso conejito que vivía con su mamá en el campo. Su madre era muy buena con él. Hacía todo lo posible para que nunca le faltara nada. Si el conejito tenía hambre, su mamá iba y le buscaba una zanahoria. Si tenía sed, su mamá iba al río y le buscaba agua. En las mañanas, cuando Rufo tenía que ir a la escuela, su mamá lo despertaba, le preparaba la ropa para que se vistiera y le hacía el desayuno.

Un día, la mamá coneja se tuvo que ir de viaje, y Rufo se quedó solito. Tenía hambre, y no sabía dónde buscar comida. Tenía sed, pero no sabía dónde estaba el agua. Un poco triste, se acostó a dormir porque al otro día tenía que ir muy temprano a la escuela. Durmió mucho, y en un momento, mientras soñaba, se despertó porque sentía que los rayos del sol iluminaban su cara. Cuando miró el reloj “¡eran las once de la mañana!”. Tenía que ir temprano a la escuela, y se había quedado dormido porque su mamá no estaba en casa para despertarlo. Tampoco nadie le había preparado el desayuno.

Rufo se puso a llorar. Se sentía muy triste, porque si no estaba su mamá, él no sabía hacer nada. Lloró un largo rato, y luego pensó: “Esto me pasa por dejar que mi mamá siempre haga las cosas que yo, a mi edad, puedo hacer solito. Cuando venga mamá, le

voy a decir que me enseñe a hacer lo que ella hace, para que yo sepa hacerlo la próxima vez que tenga que irse de viaje.”

A la siesta, la mamá coneja llegó de su viaje, y Rufo se puso muy contento. Fue corriendo a saludarla y a darle un beso.

Durante la semana, Rufo empezó a investigar y a aprender las cosas que hacía su mamá, y que él también podía hacer. Cuando tenía hambre y su mamá le traía la zanahoria, le preguntaba de dónde la sacaba, cómo había que hacer para conseguir una. Cuando tenía sed y la madre le traía el agua, le pedía que le enseñara a él cómo conseguirla.

b) Hacer que los niños/as escuchen diferentes tipos de música (alegre, triste, suspenso, terror, etc.) e invitarles a moverse de acuerdo a ella. Preguntarles ¿Cómo se sienten con uno u otro tipo de música? ¿Por qué? ¿Qué sensaciones les produce cada una? ¿Les da miedo, felicidad, sorpresa, tristeza?

¿Sabías qué...?

Estas actividades permiten que los niño/as acostumbren a expresar lo que ven, sienten y piensan respecto de sus experiencias. El ejercicio de distinguir diferentes formatos en los videos que ven, permite identificar elementos visuales y



soy providencia

SOCIAL

Material desarrollado por encargadas de convivencia escolar de los establecimientos educativos de Providencia.

Comunidad de Aprendizaje, Convivencia Escolar.

Dirección de Educación.



soyprovidencia

Corporación
DESARROLLO
SOCIAL

ANEXO

