

Programa de Prevención de Riesgos derivados del uso Inadecuado de las Nuevas Tecnologías dirigido a Adolescentes de la Comunidad de Madrid



DEFINICIÓN

El programa Innov@mos, desarrollado por la Dirección General de Salud Pública a través de la Subdirección de Actuación en Adicciones, tiene como objetivo prevenir el uso inadecuado de las Nuevas Tecnologías (NTIC), a través de la formación y las herramientas adecuadas para que los adolescentes sean capaces de identificar los riesgos y la forma de afrontarlos.

El Programa Innov@mos pretende ser una herramienta lúdico-formativa a través de la cual, todos los participantes tomen conciencia de la realidad de las Nuevas Tecnologías, siendo coherentes con su uso y analizando su situación personal respecto a la Red, sus hábitos y conocimientos así como los riesgos que entraña el entorno virtual y trabajar, no sólo desde el aspecto tecnológico sino desde el desarrollo individual, adquiriendo nuevas habilidades y capacidades personales que les permita detectar, prevenir y actuar ante una posible situación complicada o de riesgo de uso inadecuado.

LOS OBJETIVOS

Los **objetivos** específicos del programa son:

1. Identificar las ventajas de las Nuevas Tecnologías (NTIC) y dar a conocer los riesgos que conlleva su uso inadecuado.
2. Adquirir pautas de conducta con el objetivo de evitar el uso inadecuado de internet, videojuegos y teléfonos móviles.
3. Distinguir entre afición y uso no adecuado con la finalidad de conocer las principales señales de riesgo.
4. Ayudar a los padres a identificar las ventajas y riesgos que conlleva el uso de las Nuevas Tecnologías (NTIC), proporcionándoles las herramientas de apoyo más adecuadas.

DESTINATARIOS

Los **destinatarios** del programa Innov@mos son los alumnos de 5º y 6º de Educación Primaria de Centros Educativos de la Comunidad de Madrid y sus padres y madres.

CONTENIDOS

Alumnado de 5º curso de Educación Primaria:

- Proceso de transformación de afición a uso inadecuado.
- Dependencia emocional y pérdida de control.
- Videojuegos: uso, abuso, uso inadecuado. Normas de buena utilización.
- Ocio y tiempo libre.
- Autoestima y superación.
- Asertividad.

Alumnado de 6º curso de Educación Primaria:

- Internet: uso, abuso, uso inadecuado. Normas de buena utilización.
- Teléfono móvil: uso, abuso, uso inadecuado. Normas de buena utilización. Estilo atribucional y efectos.
- Control de impulsos.
- Solución de problemas y toma de decisiones.
- Habilidades de comunicación.
- Habilidades sociales.

Padres y madres de alumnos:

- Videojuegos: uso, abuso, uso inadecuado. Normas de buena utilización.
- Móvil: uso, abuso, uso inadecuado. Normas de buena utilización.
- Proceso de transformación de afición a uso inadecuado.
- Dependencia emocional y pérdida de control.
- Conceptos de prevención y estrategias preventivas.
- Solución de problemas y toma de decisiones.

METODOLOGÍA

La metodología planteada es dinámica y participativa. Emplea herramientas asertivas y empáticas a través de juegos, actividades y propuestas basadas en el autoconocimiento y la interacción con los compañeros, propiciando el análisis y la reflexión crítica en cada una de las situaciones planteadas.

Alex y Mara, son los dos personajes protagonistas del Programa que acompañarán tanto a los alumnos de 5º y 6º de Primaria como a sus padres y madres en el desarrollo de las actividades propuestas



GUÍA DE ALUMNOS DE 5º DE EDUCACIÓN PRIMARIA

En 5º de Educación Primaria las actividades planteadas se organizan en niveles, al igual que los videojuegos. Es necesario ir superando cada uno de ellos para ganar el juego.



Al final de la Guía los alumnos encuentran el **panel INNOV@** en el cual, cada vez que los participantes superen una actividad con éxito, deberán tachar el icono correspondiente a modo de trofeo.

La dinámica de los juegos propuestos se basa en el autoconocimiento y la interacción con los compañeros empleando herramientas asertivas y empáticas.

Nivel 1 Se basa en un correcto **conocimiento de las NTIC**, identificando el nivel de conocimientos por parte de los alumnos participantes y analizando, bajo un punto de vista crítico, las ventajas y desventajas que supone el uso de las NTIC.

Nivel 2

Se trabajan fundamentalmente las **emociones y el autocontrol**, reflexionando acerca de situaciones cotidianas y su manera de enfrentarse a ellas.

Nivel 3

Se centra específicamente en **los videojuegos** y cómo influyen en sus vidas.

Además de trabajar toda la información referente a los tipos de videojuegos, código de identificación e influencia de los mismos.

Nivel 4 "FREE TIME"

Se invita a la reflexión acerca de cómo los alumnos invierten su tiempo libre, las actividades que realizan con más asiduidad y la calidad de las mismas.

Igualmente, se pretende resaltar la existencia de actividades alternativas a las NTIC, tanto al aire libre como en espacios cerrados que se pueden llevar a cabo con la familia y amigos.

Nivel 5

El objetivo fundamental es trabajar la autoestima de los alumnos.

A lo largo de las distintas actividades se reflexiona acerca de su aspecto, sus virtudes y defectos y la importancia de conocerse uno mismo para mejorar todo aquello que esté en su mano.

Nivel 6 "Soy una persona"

Se profundiza en la ASERTIVIDAD, en el conocimiento humano y cómo se debería responder ante situaciones más complejas sin perder la calma.

GUÍA DE ALUMNOS DE 6º DE EDUCACIÓN PRIMARIA

En 6º de Educación Primaria las actividades se presentan en formato revista, y en cada una de las secciones, se recoge información de gran interés para los alumnos.



Se trabaja la motivación del grupo, fomentando el análisis de todos los puntos propuestos y la puesta en común y reflexión crítica de cada una de las situaciones planteadas.

Comprende diferentes secciones:

1.- La Sección ÚLTIMAS NOTICIAS trabaja a partir de una serie de informaciones, noticias y cifras relacionadas con las NTIC presentándolas bajo un punto de vista realista y objetivo, generando un espacio de autorreflexión e intercambio de experiencias en el aula.

2.- La Sección INTERNET trabaja con los alumnos sobre cómo actuar en la Red para generar una posterior reflexión acerca de los aspectos considerados como uso inadecuado de las NTIC.

3.- La Sección MÓVIL trabaja la responsabilidad que implica un teléfono móvil, el conocimiento de las técnicas más adecuadas para el uso no indiscriminado y la búsqueda y propuesta de alternativas en la relación vía móvil con los amigos.

4.- La Sección ATRIBUCIONES aborda el proceso de toma de decisiones y ahonda en la responsabilidad individual frente a las consecuencias que, de cada decisión, se derivan a través del análisis de los pros y los contras de las mismas.

5.- La Sección CONTROLATE trabaja el control de los impulsos y la toma de conciencia de las consecuencias que cada una de nuestras acciones tiene en nosotros y en los demás.

6.- La Sección UNA SOLUCIÓN QUIERO trabaja cómo aprender a buscar soluciones a los problemas que a veces producen las NTIC. Se facilita a los alumnos una serie de consejos y pautas para ayudarles a afrontarlos de una manera inteligente y efectiva y sobre todo, empleando el autocontrol y la responsabilidad ante las posibles consecuencias.

7.- La Sección NOS RELACIONAMOS trabaja consejos prácticos para reforzar sus habilidades interpersonales y capacidades de relación con los demás, incorporando siempre la asertividad y la empatía.

8.- La Sección EL RINCÓN DEL ARTE trabaja la importancia del respeto al trabajo de los demás, recurrir a páginas web legales y seguras para el internauta y, sobre todo, respetuosas con los derechos de autor.

GUÍA PARA PADRES Y MADRES



Las actividades y contenidos se presentan en una guía que pretende, de una forma práctica y accesible, ofrecer respuestas reales a las dudas sobre el uso de las Nuevas Tecnologías (NTIC) y a sus posibles riesgos.

La guía destinada a los padres se estructura en 7 bloques temáticos:

1. VIDEOJUEGOS: uso adecuado y uso no adecuado. Normas de buena utilización.
2. MÓVIL: uso adecuado y uso no adecuado. Normas de buena utilización.

3. INTERNET: uso adecuado y uso no adecuado. Normas de buena utilización.
4. Aficiones y usos inadecuados.
5. Dependencia emocional y pérdida de control.
6. La prevención y sus estrategias.
7. Solución de problemas y toma de decisiones.

Cada uno de los bloques recogidos en la guía, integra una serie de fichas de fácil consulta que abordan los aspectos esenciales a trabajar en cada uno de los temas, organizados en varias secciones:

1. **Ideas clave:** donde podrán encontrar toda la información que deben conocer sobre los contenidos a tratar.
2. **Para saber más:** sección que intenta dar respuesta a su deseo de un mayor conocimiento.
3. **Actividades prácticas:** que tienen como objetivo la consolidación de los contenidos trabajados.

EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

Para valorar el logro de los objetivos marcados, la Subdirección General de Actuación en Adicciones, desde el Servicio de Prevención de Adicciones, realizará una evaluación externa que llevará a cabo un equipo de expertos de la Universidad Complutense de Madrid, con el fin de conocer la efectividad del programa, valorando los cambios producidos antes y después de aplicar la intervención.