

Campaña de prevención de adicciones tecnológicas

Menos pantallas, más

vida

#MenosPantallasMásVida

Campaña de prevención de adicciones tecnológicas

www.educastur.es

@educastur



2022. Consejería de Educación Principado de Asturias



Principado de Asturias

Consejería de Educación

#MenosPantallasMásVida

La campaña **Menos pantallas, más vida** está dirigida a promover la reflexión de la comunidad educativa sobre el uso de la tecnología e internet, especialmente el abuso de *apps* y redes sociales, y sobre las medidas necesarias para el fomento de hábitos saludables y seguridad de nuestro alumnado.

Durante el curso escolar la Consejería de Educación propondrá cada dos meses **un lema** para que los centros puedan unirse a la campaña con sus **microproyectos**. Cada microproyecto constará de una breve descripción del *Cómo se hizo*, material gráfico (carteles, vídeos, presentaciones...) y actividades orientadas a la reflexión sobre el uso de la tecnología y la prevención de las adicciones tecnológicas.

Un equipo de la campaña seleccionará los trabajos que mejor se ajusten al Objetivo de la campaña: lema, *hashtag*, diseño, significado, posibilidad de transferencia... Los trabajos podrán publicarse en los medios de difusión que desde la Consejería se consideren oportunos.

LOS LEMAS DE LA CAMPAÑA

TEMA. Salud y vida.

CALENDARIO. Otoño: octubre-noviembre.

LEMA/HASHTAG: #VoyA ClaseEnBici

Los hábitos saludables, como el deporte, una buena alimentación, pasear por la naturaleza, compartir tiempo con la familia y las amistades, son la mejor prevención contra las adicciones tecnológicas.

TEMA. Uso seguro de la tecnología

CALENDARIO. Invierno: diciembre-febrero.

LEMA/HASHTAG: #CuandoHacesClicPierdesElControl

Piensa antes de compartir fotos, información, datos personales, comentarios sobre personas, porque el público potencial es el mundo entero. Y adopta todas las precauciones posibles para protegerte del ciberacoso.

TEMA. Ocio saludable

CALENDARIO. Primavera: marzo-abril.

LEMA/HASHTAG: #LasCosasBuenasPasanEnLaVidaReal

Tocar un instrumento, visitar un museo, leer un libro, bailar, contemplar la naturaleza o charlar, son actividades que favorecen el desarrollo personal. Desarrolla tus *Me gusta* sin dispositivos, ni redes, ni clics.

TEMA. Tecnología, vida y familia

CALENDARIO. Verano: mayo-junio.

LEMA/HASHTAG: #¿HacemosUnPacto?

Tú. Cuida tu salud, tu sueño, tu descanso. Haz amistades reales, pasa tiempo con tu familia. Tu tiempo y tu vida son para ti, no solo para tus dispositivos y tus redes.

Tu familia. Pacta con tus hijas e hijos un uso responsable de la tecnología y el tiempo que dedican a las pantallas. Conoce y mantente al día de la tecnología que utilizan tus hijas e hijos para prevenir adicciones y riesgos.

TEMA GENERAL. TODO EL CURSO. El futuro

CALENDARIO. Todo el curso.

LEMA/HASHTAG: #MiMundoDentroDe20Años

Se propone una reflexión de la comunidad educativa sobre la evolución del mundo tecnológico y cómo será la vida cuando los alumnos y alumnas tengan 20 años más: cómo se integrarán en la vida cotidiana los imparables avances tecnológicos, será la tecnología más *humana* o más *robótica*, viviremos con los pies en el suelo o en las *nubes*, se hará realidad alguna de las distopías que nos muestran la literatura y el cine...

UN EJEMLO: #VoyAClaseEnBici

A modo de ejemplo se han preparado una serie de carteles sobre el tema *Salud y vida*. El lema/*hashtag* es **#Voy a clase en bici**. La propuesta se centra en la alternativa que ofrecen los hábitos saludables al abuso de dispositivos y se concreta en los **ME GUSTA** que no precisan de dispositivos ni de redes sociales.



[#VoyAClaseEnBici](#) (sway)

PARTICIPACIÓN DE LOS CENTROS EDUCATIVOS

MICROPROYECTOS

Los centros educativos podrán participar en la campaña enviando a la Consejería de Educación sus **microproyectos**.

Un microproyecto es una propuesta educativa breve, muy dinámica y atractiva, diseñada para periodos de tiempo cortos (por ejemplo, una o dos sesiones de clase, los recreos de una semana). La propuesta establece una intención educativa definida que se desarrolla mediante material multimedia y actividades diseñadas para promover el aprendizaje a través de la reflexión, la sugerencia, la interiorización, la investigación, el juego, el desarrollo transversal de temas y competencias.

Cada microproyecto constará al menos de:

- **Una breve descripción del *Cómo se hizo*.** Cómo se ha planteado el proyecto, cuáles son sus objetivos y su punto de partida, el significado de los elementos que lo componen, la lógica del diseño gráfico, la elaboración de los recursos... Opcionalmente, el proyecto puede incluir lemas o *hashtags* adicionales.
- **Material multimedia:** carteles, vídeos, podcasts, presentaciones, infografías...
- **Propuesta de actividades educativas para realizar en el aula o en el centro.** Actividades orientadas a la reflexión sobre el uso de la tecnología y la prevención de las adicciones tecnológicas.

ENVÍO A LA CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN

El centro podrá remitir sus trabajos relacionados con el lema propuesto en cada periodo del curso escolar a la Consejería de Educación a través del correo:

vidasaludable@educastur.org

Solo se admitirán proyectos enviados con el visto bueno del centro y a través de su cuenta de correo institucional.

SELECCIÓN

El equipo de la campaña seleccionará los proyectos que mejor se ajusten al formato y objetivo de la campaña. Los trabajos podrán publicarse en los medios de difusión de educastur o en cualquiera que desde la Consejería se consideren oportunos.

FORMATO

Carteles. Imagen en formato png, jpg o gif con un tamaño de 2.000x3.000 px; si es superior deberá mantener esta relación. También se enviará el cartel en formato pdf. El peso de cada archivo no deberá superar 1 Mb.

Vídeos, presentaciones, infografías... Solo se admitirán elementos multimedia alojados en internet: Genially, Sway, Canva, Youtube, Vimeo, OneDrive, Ivoox,... El elemento deberá ser de acceso público: podrá ser visible por el público sin necesidad de validación. Se enviará el enlace al elemento multimedia y el código de inserción en web (</>).

PROTECCIÓN DE DATOS

Los centros que participen en esta campaña garantizan la protección de datos e imagen personal en todos los elementos y recursos que formen parte de su proyecto, así como el consentimiento expreso para la difusión de nombres e información personal y para el uso de imágenes y sonidos (menores y personas adultas).

LICENCIAMIENTO DE RECURSOS

Los centros que participen en esta campaña garantizan que todos los recursos utilizados en sus proyectos tienen los permisos necesarios y respetan las licencias de autoría establecidas en cada caso.

Todos los trabajos susceptibles de ser seleccionados para su publicación deberán incluir en sitio visible una licencia *Creative Commons* del tipo:



2022. CP El Mar

Esta licencia conserva los derechos de autoría, pero permite a cualquier persona utilizar el recurso siempre que respete la licencia: derecho de cita (BY), no podrá usarlo con fines comerciales (NC) y si lo modifica deberá compartirlo con la misma licencia que el original (SA).

IMAGEN CORPORATIVA

Todos los trabajos susceptibles de ser seleccionados para su publicación deberán incluir en sitio visible los siguientes elementos: nombre del centro, localidad y logotipo (si lo tiene); el título y el *hashtag* principal de la campaña y el logotipo de la Consejería de Educación.

Ejemplo de pie de cartel de campaña realizado por un centro:



Alumnado de Matemáticas de 3º de ESO

Campaña de prevención de adicciones tecnológicas


[#NuestroHashtagPreferido](#)

www.educastur.es

[#MenosPantallasMasVida](#)

 IES BARCO DE PAPEL
Gijón

alojaweb.educastur.es/web/educastur

 2022. IES Barco de Papel (Gijón)

 Principado de Asturias | Consejería de Educación

CRÉDITOS

Independientemente de que cada recurso pueda incluir sus créditos, se entregará de forma separada una ficha de créditos del proyecto. Los proyectos serán de titularidad del centro educativo por lo que en los créditos deberá aparecer el nombre del centro, localidad y logotipo (si lo tiene).

Y además: el nombre de los autores y de las autoras (previa autorización expresa); curso, nivel, materia, departamento...; *hashtags* o lemas adicionales, etc.