ACTIVITAT DIDÀCTICA cicle superior

Campanya de sensibilització sobre l'ús de pantalles

1 Temps ús de pantalles

ACTIVITAT

MÉS ENLLÀ DE LES PANTALLES

OBJECTIU

Reforçar als aprenentatges i proposar alternatives saludables

EVIDÈNCIA CIENTÍFICA

- Temps d'ús i benestar: un ús excessiu de pantalles, especialment quan interfereix amb el son, l'activitat física o les relacions socials, pot associar-se amb conseqüències negatives per al benestar. No tots els usos digitals tenen el mateix impacte.
- Pensament crític: analitzar informació, contrastar fonts i elaborar arguments fonamentats ajuda l'alumnat a desenvolupar criteri propi davant dels missatges relacionats amb les tecnologies digitals.
- Autoregulació i presa de decisions: identificar els propis hàbits, reflexionar sobre les conseqüències i establir objectius realistes són estratègies que poden afavorir un ús més conscient i equilibrat de les pantalles.

Referència: UNESCO (2023). Technology in education: A tool on whose terms?

DESCRIPCIÓ

Es proposa que l'alumnat investigui els diferents usos de les pantalles i analitzi quins hàbits poden afavorir o dificultar el benestar.

A partir de les conclusions, cada grup elabora missatges i recomanacions fonamentats en evidències, evitant afirmacions simplistes com ara «totes les pantalles són dolentes». Les pantalles també ens permeten aprendre, crear i comunicar-nos. L'objectiu és descobrir com podem utilitzar-les de manera conscient i equilibrada.

També es pot crear una campanya de sensibilització sobre l'ús responsable de les pantalles, creant un cartell, un eslògan, un còmic, un vídeo breu, un mural d'activitats alternatives... En acabar la mini campanya es poden exposar el treballs realitzat als passadissos de l'escola.

- Grup 1: Per què es recomana evitar les pantalles abans d'anar a dormir?
  - Recurs: Perquè és tan important mantenir un bon son en la infància. Escola de Salut de l'Hospital Sant Joan de Déu.

- Grup 2. Què passa si passem molta estona asseguts davant d'una pantalla? Quines altres activitats deixem de fer?
    - Recurs: Petits canvis per moure's més. Agència de Salut Pública de Catalunya. Generalitat de Catalunya
    - Consulteu les pàgines 9-11,14- i 51-55

- Grup 3: És el mateix utilitzar una pantalla per aprendre, comunicar-nos o entretenir-nos?
    -
    - Recurs: Menys pantalla, més vida! — Guia per acompanyar les famílies. Departament d'Educació i Formació Professional . Generalitat de Catalunya
    - Consulteu les pàgines 9 i 21

- Grup 4: Quines estratègies ens poden ajudar a gestionar millor el temps que dediquem a les pantalles?
    -
    - Recurs: Menys pantalla, més vida! — Guia per acompanyar les famílies. Departament d'Educació i Formació Professional . Generalitat de Catalunya
    - Consulteu les pàgines 17-18 i 49-50

MATERIAL NECESSARI

Cartolines, fulls de paper diferents mides i colors, retoladors, llapis, tisores i cola, revistes per retallar imatges i crear collages, diaris, post-its, pissarra o projector per presentar les idees, ordinadors o tauletes per si algun grup crea un vídeo...

www.santceloni.cat/pantalles