



Osasunaren Mundu Erakundeak (OME) ohartarazi du gure haurrek eta nerabeek gehiegi kontsumitzen dutela eduki digitala. Izan ere, hainbat ikerketaren arabera, teknologia-aren gehiegizko esposizioa lotuta dago.

Familia-akordioa teknologia eta gailu mugikorren erabilera arduratsuan

BATXILERGOA



UNESCOren arabera, "haurrei teknologiarekin eta teknologiarik gabe bizitzen irakatsi behar diegu; informazio ugaritasunetik behar dutena hartzen, baina beharrezkoa ez dena alde batera uzten; irakaskuntzako eta ikaskuntzako giza elkarrekintzak babesten utzi behar diegu, baina inoiz ez ordeztuko". "Telefono adimendunek klaseak oztopatzen dituzte, ez dago ikaskuntza hobetzen laguntzen duten ebidentziarik, adimen artifiziala barne, eta, aldiz, haurrak ziberjazarpenaren eraginpean jartzen ditu".

- Arretaren eta funtzio exekutiboan gabeziarekin
- Atzerapen kognitiboekin
- Ikaskuntza disoziatuarekin
- Inpultsibotasun handiagoarekin
- Autokontrolerako gaitasun txikiagoarekin
- Afekzioak familia-harremanei
- Munduarekiko benetako interakziorik eza

Arazo honi irtenbideak bilatzeko, **familia eta eskolaren arteko koordinazioa funtsezkoa dela** eta elkarrekin jardun behar dugula uste dugu.

Zuei, familiei, konpromiso hau sinatzea proposatzen dizuegu, guztiok norabide berean joan ahal izateko, helburua betetzeko.

AKORDIOA



Behean sinatzen dugunok hitzarmen hau betetzeko konpromisoa hartzen dugu, gure seme/alabaren onurarako:

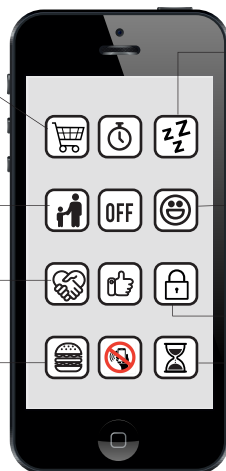
Seme/alabaren izena:.....

Telefono mugikorren instalatuta dituzten **klabe eta aplikazioei eskuratu ahal izan.**

App deskargak eta erosketak familian egiten saiatu, seguruak izateko.

Entzun eta bilatu irtenbide bateratua deseroso sentiarazi duten mezuak, argazkiak, iruzkinak bere telefono mugikorrean, txatean edo sare sozialetan aurkitzen dituenean.

Familian, ez erabili mugikorra sozializazio eta partekatze uneetan, hala nola oforduetan, aisialdi partekatuko jardueretan...



Ez eduki mugikorra edo tableta gaueko 10etatik aurrera, eta ez gorde lo egiten duen gelan.

Teknologiekin zerikusia duen guztian **laguntzea, gidatzea eta gaingabegiratzea**, teknologien garapena erraztuko duen eta eskolan eskuratu-tako ezagutzak osatuko dituen erabilera egokia errazteko. **Iragazkiak jarriko ditugu.**

Telebistaren, tableten edo mugikorren bidez filmak, jokoak... ikusteko pantailak **erabiltzeko denbora mugatzea.**

Izena 1:

Izena 2:

Sinadura 1:

Sinadura 2:










Acuerdo familiar en el uso responsable de tecnologías y dispositivos móviles

BACHILLERATO



La Organización Mundial de la Salud (OMS) alerta del **excesivo consumo de contenido digital entre nuestros niños/as y adolescentes**. De hecho, diferentes investigaciones concluyen que la sobreexposición a la tecnología está asociada con:

-  Un déficit de atención y de función ejecutiva
-  Retrasos cognitivos
-  Aprendizaje disociado
-  Una mayor impulsividad
-  Una menor capacidad de autocontrol
-  Afecciones a las relaciones familiares
-  Falta de interacción real con el mundo

Para buscar soluciones a este problema creemos que **la coordinación familia-colegio es esencial** y que debemos actuar de forma conjunta.

A vosotras, familias, os proponemos firmar el presente compromiso que nos permitirá ir todos/as en la misma dirección para cumplir el objetivo.

Según la UNESCO: "Debemos enseñar a los niños a vivir tanto con la tecnología como sin ella; a tomar lo que necesiten de la abundancia de información, pero a ignorar lo que no es necesario; a dejar que la tecnología apoye, pero nunca suplante, las interacciones humanas en la enseñanza y el aprendizaje". "Los teléfonos inteligentes interfieren en las clases, no existen evidencias de que ayuden a mejorar el aprendizaje, incluida la inteligencia artificial, y, en cambio, expone a los niños al ciberacoso".

ACUERDO altxa burua

Nos comprometemos a cumplir el presente acuerdo para beneficio de nuestro/a hijo/a:

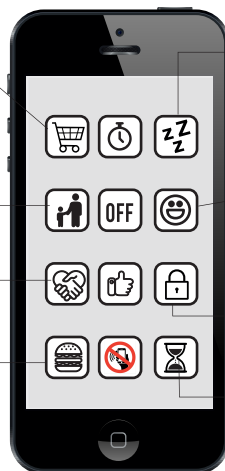
Nombre hijo/a:

Tener **acceso a las claves y aplicaciones** que estén instaladas en el teléfono móvil.

Intentar que las **descargas de apps y compras** se hagan **en familia** para que sean seguras.

Escuchar y buscar una solución conjunta cuando se encuentren mensajes, fotos, comentarios en el móvil, chat o redes sociales que le hayan hecho sentir incómodo/a.

En familia no usar el móvil, en momentos que se consideran de socialización y de compartir como comidas, actividades de ocio...



No tener el móvil o la tablet a partir de las 10 de la noche y no guardar en la habitación donde duerma.

Acompañar, guiar y supervisar todo lo relacionado con las tecnologías para facilitar un buen uso que favorezca su desarrollo y que complemente los conocimientos adquiridos en la escuela. **Pondremos filtros.**

Acotar el tiempo de uso de pantallas para visionado de películas, juegos... a través de la televisión, tablets o móviles.

Nombre 1:

Nombre 2:

Firma 1:

Firma 2: