



Estimados padres y apoderados.

Con motivo de la Conmemoración del día del Ciberacoso este 13 de marzo, queremos expresar nuestro compromiso a trabajar en la prevención con los niños y niñas de nuestro ciclo. Considerando la etapa de desarrollo y las posibilidades que tienen de acceso a la tecnología, creemos relevante educar y reforzar tempranamente en su adecuado uso, de forma que la responsabilidad y valores como el respeto y la empatía siempre estén presentes en sus relaciones e interacciones sociales.

Es por esto que los invitamos a revisar el siguiente material y así estar informados sobre algunas estrategias de ayuda en el proceso formativo de los niños y niñas relacionado al uso de la tecnología, de esta forma estarán dando junto a ellos los primeros pasos para educarlos en el buen uso y respeto en el ciberespacio.

Presentamos la DIETA saludable de medios.

La DIETA saludable de medios

<p>D</p> <p>Da el ejemplo</p>  <p>¡Sé un modelo a seguir! Tus hijos aprenderán de tus acciones.</p>	<p>I</p> <p>Involúcrate</p>  <p>Conversen sobre el contenido que ven tus hijos. Usa los medios para hacer conexiones con la vida real.</p>	<p>E</p> <p>Establece límites</p>  <p>Establece reglas y expectativas claras para tu hogar.</p>	<p>T</p> <p>Toma tiempo para elegir</p>  <p>No todo el tiempo frente a la pantalla es igual. Busca contenidos de alta calidad.</p>	<p>A</p> <p>Apoya y comparte</p>  <p>¡Apóyense entre ustedes! Sean pacientes, ¡incluso en esos días en que las reglas no se aplican!</p>
--	---	--	--	---

 common sense commonsensemedia.org

¿De qué otras formas podemos **dar ejemplo** del buen uso de los medios y la tecnología en casa?

D

Da el ejemplo

¡Sé un modelo a seguir! Tus hijos aprenderán de tus acciones.



 common sense

commonsensemedia.org

La forma en que los padres o adultos responsables utilizan la tecnología y RR. SS será un primer modelo para los niños y niñas de cómo utilizarlas.

¿De qué otras formas podemos **involucrarnos** con nuestros hijos después de que usen la tecnología y los medios?

I

Involúcrate

Conversen sobre el contenido que ven tus hijos. Usa los medios para hacer conexiones con la vida real.



 common sense

commonsensemedia.org

Llevar a la realidad o a lo cotidiano contenidos que aparecen en los medios ayuda a que los niños mantengan el interés y su atención en la realidad.

¿Cuáles son algunos **límites** que necesitamos establecer en casa con respecto al uso de los medios y la tecnología?

E

Establece límites

Establece reglas y expectativas claras para tu hogar.



En acuerdo con el grupo familiar, establecer límites, reglas y/o expectativas fortalece, por ejemplo; la comunicación, el respeto y la empatía de manera transversal en el desarrollo.

¿De qué maneras podemos **elegir** los mejores medios y decidir cuándo y dónde usarlos?

T

Toma tiempo para elegir

No todo el tiempo frente a la pantalla es igual.

Busca contenidos de alta calidad.



Si los contenidos serán compartidos con los niños, idealmente escoja aquellos que tengan un sentido y propósito, por ejemplo, películas que entreguen mensajes que incluya valores como respeto, empatía, solidaridad, honradez.

¿De qué otra manera podemos **apoyar** a nuestra familia y comunidad?

A

Apoya y comparte

¡Apóyense entre ustedes! Sean pacientes, ¡incluso en esos días en que las reglas no se aplican!



No siempre las estrategias tendrán el resultado esperado, pero la sistematicidad y coherencia de los adultos dará frutos y resultados positivos en el tiempo.

De todo lo que aprendiste hoy, menciona tres cosas que practicarás en casa con tus hijos

La DIETA ideal de uso de los medios y la tecnología

- Da el ejemplo:** ¡Sé un modelo a seguir! Tus hijos aprenderán de tus acciones.
- Involúcrate:** Conversen sobre el contenido que ven tus hijos. Usa los medios para hacer conexiones con la vida real.
- Establece límites:** Establece reglas y expectativas claras para tu hogar.
- Toma tiempo para elegir:** No todo tiempo frente a la pantalla es igual. Busca contenidos de alta calidad.
- Apoya y comparte:** ¡Apóyense entre ustedes! Sean pacientes, ¡incluso en esos días en que las reglas no se aplican!

1. _____
2. _____
3. _____

En familia comenten cuales podrían ser las primeras estrategias que pondrán en práctica o que ya están utilizando.