

PROYECTO PARA LA MEJORA EN EL USO DE LOS DISPOSITIVOS MÓVILES

IES RAFAEL ALBERTI

CURSO 2022/2023

JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

En los últimos años hemos podido observar en nuestro centro un incremento de los problemas derivados de un mal uso de los móviles en nuestro alumnado, problemas que afectan no solo a su rendimiento académico, sino también a su salud física y emocional. Esta problemática se extiende a todo el alumnado, pero especialmente se hace evidente en los grupos de ESO y FPB, cuya inmadurez contribuye a que las consecuencias de este mal uso de los dispositivos móviles sean aun más preocupantes.

Por otro lado, las familias nos manifiestan su imposibilidad para controlar el uso que sus hijos/as hacen de estos dispositivos en el tiempo fuera del centro, lo que repercute en una inactividad y, a veces, una pasividad de la que se aprovechan los propios/as adolescentes, cuando no deriva en conflictos familiares que finalmente se trasladan al centro.

Según el informe '[Impacto de la Tecnología en la Adolescencia. Relaciones, Riesgos y Oportunidades](#)' publicado recientemente por UNICEF España, que ha entrevistado a 40.000 jóvenes de entre 11 y 18 años, los menores comienzan cada vez desde edades más tempranas a utilizar móviles con acceso a Internet. La edad media para tener el primer teléfono son los 11 años y según este mismo estudio, 4 de cada 10 adolescentes se conectan al móvil para evitar sentirse solos, confirmando lo que ya venimos observando en nuestro centro: "El uso problemático de Internet y las redes afecta al día a día de los adolescentes y sus familias, ya que impacta en su bienestar, salud mental, convivencia e, incluso, en su satisfacción con la vida".

Sin embargo, no es menos cierto que los dispositivos móviles son una herramienta muy útil, no solo para nuestra vida cotidiana, sino también como fuente de recursos educativos muy potentes. De hecho, ya en 2013 la UNESCO publicó unas [Diretrices para las políticas de aprendizaje móvil](#) en las que se destacan los numerosos beneficios que el uso de dispositivos móviles proporciona en el aprendizaje escolar. Por lo tanto, prohibir el uso de estos dispositivos en los centros escolares no parece tampoco una solución adecuada para ayudar a nuestros alumnos/as a manejar correctamente su uso, sino más bien todo lo contrario; en este supuesto, estaríamos intentando solucionar el problema alejándonos de nuestra función y nuestra obligación pedagógica para con nuestro alumnado.

Nuestros/as adolescentes han nacido en la era de la tecnología aplicada a todos los ámbitos de la cotidianidad, pero la evolución de esa tecnología ha sido tan

vertiginosa que la sociedad no ha sido capaz de articular, a la misma velocidad, los mecanismos de control y de gestión de la misma.

Desde nuestra posición de docentes no podemos menos que preocuparnos también por esta realidad y debemos idear estrategias que contribuyan a que nuestro alumnado aprenda a usar de forma correcta y beneficiosa la tecnología con la que han nacido y crecido.

IDENTIFICACIÓN DE LOS PRINCIPALES PROBLEMAS GENERADOS POR UN MAL USO DEL MÓVIL EN NUESTRO ALUMNADO

Al aproximarnos a la problemática del mal uso que nuestro alumnado hace de los dispositivos móviles, podemos identificar cinco circunstancias sobre las que debemos centrar nuestros esfuerzos y estrategias en este proyecto:

- 1) Gran parte del alumnado considera que el móvil es un elemento “imprescindible” en sus vidas, manifestando una preocupante dependencia emocional que les impide incluso estar alejados físicamente de sus dispositivos móviles.
- 2) El excesivo uso del móvil está provocando problemas de salud física y psicológica, tales como:
 - Falta de sueño.
 - Inactividad física
 - Aislamiento social
 - Distorsión de la realidad
- 3) El alumnado no es consciente en muchos casos de los riesgos que corren en las redes sociales en cuanto a su privacidad.
- 4) Existe también un gran desconocimiento de cuáles son las consecuencias legales de un mal uso de las redes sociales.
- 5) Cada vez detectamos más casos de ciberacoso entre nuestro alumnado, que es doblemente preocupante porque el acoso se extiende fuera del centro educativo e incluso a veces se inicia en entornos ajenos al centro pero finalmente se traslada a las aulas.

RESPONSABLES DEL PROYECTO

Es evidente que el mal uso de los dispositivos móviles genera diariamente problemas de conducta en las aulas que cada vez son más preocupantes y que nos resultan difíciles de atajar por las circunstancias expresadas en el punto anterior. Por ello, este proyecto nace dentro del Programa “Escuela, espacio de paz”, que nuestro centro viene desarrollando desde hace varios años, cuyo objetivo principal es la mejora de la convivencia en los centros educativos.

La preocupación de la coordinadora de este programa en relación al mal uso del móvil ha sido trasladada al Equipo de convivencia que desde el curso pasado se reúne semanalmente para tratar, analizar y potenciar los elementos que contribuyen a un clima de respeto y buen trato en el centro, tanto entre los propios alumnos/as, como entre éstos/as y el profesorado. Y el equipo ha estado de acuerdo, desde el primer momento, en que es necesario actuar de manera urgente.

El Equipo de convivencia del IES Rafael Alberti está formado por las siguientes personas:

- La jefa de estudios
- La orientadora del centro
- La orientadora del Programa de acompañamiento
- La coordinadora del PROA+
- La coordinadora del Plan de igualdad
- La maestra PT que forma parte del PROA+
- La coordinadora del Programa Escuela, espacio de paz

Desde el primer momento nos dimos cuenta también de que debíamos contar con el asesoramiento de expertos en el tema tecnológico y, como no podía ser de otra forma, pensamos en nuestro alumnado y profesorado de Ciberseguridad, que se han mostrado encantados de participar en el proyecto.

Así pues, es un proyecto en el que participamos responsables de varios perfiles: equipo directivo, departamento de Orientación, coordinadoras de planes y programas, así como alumnado y profesorado de nuestros ciclos superiores de formación profesional.

PLAN DE ACCIÓN Y TEMPORALIZACIÓN

A la hora de abordar la puesta en marcha de mecanismos que nos ayuden a solucionar las circunstancias expuestas anteriormente, creemos necesario establecer un plan de acción que contemple varios pasos:

1. Estudio de la situación
2. Formación del alumnado
3. Formación de las familias
4. Formación del profesorado
5. Establecimiento de normas consensuadas
6. Puesta en marcha de las normas
7. Evaluación del proyecto

Por otro lado, este plan de acción debe basarse siempre en incluir al alumnado como participante del proyecto, para conseguir que llegue a ser consciente de que realmente están haciendo un mal uso del móvil. Sin esta premisa, nuestros esfuerzos obtendrían pocos resultados, pues no contariámos con el interés del propio alumnado en solucionar los problemas que les afectan.

➤ **Estudio previo (primer trimestre)**

El alumnado de Ciberseguridad elaborará de forma digital y presentará al alumnado de ESO y FPB un cuestionario en el que se les planteen preguntas que nos permitan obtener un perfil real del uso que nuestro alumnado hace del móvil. Este cuestionario nos servirá además para que, al tener que preguntarse a sí mismos/as sobre cómo usan el móvil, nuestros alumnos/as puedan reflexionar y ser ellos/as mismos/as conscientes de esa realidad, lo que nos proporcionará un punto de partida favorable a la puesta en marcha de mecanismos de solución y ayuda.

Las preguntas que a priori nos planteamos pueden ser parecidas a las siguientes, aunque será el alumnado de Ciberseguridad quien decida su formulación definitiva:

1) Calcula cuántas horas al día usas el móvil:

- a) Una b) Dos o tres c) Cuatro o cinco d) Más de cinco

2) De esas horas, ¿cuánto tiempo dedicas a aplicaciones de juegos?

- a) Mucho tiempo c) La mitad d) Solo un poco e) Nada o casi nada

3) Nombra tus juegos favoritos:

.....

4) Del tiempo que dedicas al móvil ¿cuánto dedicas a redes sociales?

- a) Mucho tiempo c) La mitad d) Solo un poco e) Nada o casi nada

5) ¿Qué redes sociales usas más?

.....

6) Del tiempo que dedicas al móvil ¿cuánto dedicas a escuchar o ver música?

- a) Mucho tiempo c) La mitad d) Solo un poco e) Nada o casi nada

7) ¿Usas el móvil para las tareas del instituto?

- a) Muchas veces b) En algunas asignaturas c) Solo a veces d) Casi nunca

8) ¿Cuánto tiempo usas el móvil una vez que te has ido a la cama?

- a) Media hora b) Una hora c) Dos horas d) Más de dos horas

9) ¿Cuánto tiempo puedes estar sin el móvil?

- a) Ninguno b) Unos minutos c) 1 o 2 horas d) 4 o 5 horas e) Un día entero

10) ¿Consideras que estás haciendo un uso excesivo del móvil?

- a) Sí b) Puede ser c) No

11) ¿Crees que has desarrollado una adicción al móvil?

- b) Sí b) Puede ser c) No

12) ¿Tu familia te impone algún límite en el uso del móvil?

- a) No
b) Sí (explica en qué consiste ese límite).....

13) ¿Cómo crees que se debería plantear en el instituto el uso del móvil?

- a) Se debería prohibir su uso
- b) Se debería permitir su uso pero con ciertas normas
- c) Se debería permitir su uso sin ninguna norma

El alumnado de Ciberseguridad hará públicos los resultados del estudio en la página web del centro y, a través de las tutorías, el alumnado de ESO y FPB realizará un análisis y reflexión sobre los mismos.

➤ **Formación del alumnado (enero y febrero)**

Una vez establecido el perfil de nuestro alumnado de ESO y FPB en relación a sus costumbres en el uso del móvil, el equipo de Ciberseguridad podrá diseñar un plan de formación que incida especialmente en los puntos que hayamos detectado como más problemáticos.

Esta formación se planteará en forma de charlas y/ o talleres del propio alumnado de Ciberseguridad para el alumnado de ESO y FPB. La cercanía generacional entre formadores y receptores de la formación es un elemento que puede facilitar el buen acogimiento de la misma, a la vez que puede animar al alumnado receptor a plantear dudas e inquietudes que pueden ser perfectamente entendidas por quienes están proporcionándoles la información.

➤ **Formación de las familias (enero y febrero):**

El alumnado de Ciberseguridad impartirá también una charla/taller a las familias del alumnado de ESO y FPB, con el objetivo de presentarles los resultados del estudio y darles estrategias para una gestión adecuada del uso que sus hijos/as hacen del móvil.

En esa formación puede ser muy útil que las familias conozcan cómo funcionan las aplicaciones que más usan sus hijos/as, tanto las de juegos, como las de redes sociales, así como los mecanismos de relación virtual que establecen entre ellos/as. Las familias dejarían así de ser vistas por los adolescentes como “ignorantes tecnológicos”, lo que puede facilitar el establecimiento de normas consensuadas en cuanto al uso del móvil en casa.

➤ **Formación del profesorado (enero y febrero):**

Por un lado, la formación puede venir en el mismo sentido expresado anteriormente en relación a las familias: puede ser muy útil que el profesorado conozca las principales aplicaciones que usa el alumnado y cómo se relacionan de forma digital para que sea más fácil el entendimiento mutuo y el establecimiento de normas consensuadas.

Por otro lado, sería también muy interesante recibir una formación relacionada con los recursos educativos que tenemos a nuestra disposición que conllevan el uso de

dispositivos móviles. La mayor parte de aplicaciones educativas tienen una versión para móviles que puede ayudar a que el alumnado se involucre y se motive en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

➤ **Establecimiento de normas consensuadas (marzo)**

Una vez realizados los pasos previos, el objetivo final es llegar a establecer una serie de normas de uso, tanto en casa como en el centro, que sean consensuadas, por un lado entre el alumnado y sus familias y, por otro lado, entre el alumnado y el profesorado.

Estas normas serían fruto de la reflexión colectiva en torno a los datos proporcionados por el estudio y tendrían la virtud de haber sido pensadas y formuladas con la colaboración de los tres estamentos de la comunidad educativa. Y es fundamental que existan normas comunes en el seno de las familias y normas comunes para aplicar en todo el centro, pues unas y otras deberán ser formuladas para complementarse y retroalimentarse, de manera que sea más fácil conseguir el objetivo común de utilizar adecuadamente los dispositivos móviles.

Para llevar a cabo esta fase de manera efectiva, crearemos tres comisiones: una de profesorado (formada por el Equipo de convivencia y quien quiera colaborar), otra de familias (voluntarias entre las que asistieron a la formación) y otra de alumnado (dos alumnos/as por grupo, elegidos por sus propios compañeros/as en una sesión de tutoría, además de dos alumnos/as del equipo de ciberseguridad).

Las comisiones de profesorado y de familias (ésta con la ayuda del Equipo de convivencia) elaborarán sendos borradores de propuesta de normas sobre el uso del móvil. Estos borradores serán presentados a la comisión de alumnos/as, que los trasladarán a sus compañeros/as y los debatirán en dos sesiones de tutoría.

Finalmente, se celebrará una reunión conjunta en el SUM entre las tres comisiones para llegar a un acuerdo definitivo en relación a las normas que se aplicarán en el entorno familiar y en el centro.

➤ **Puesta en marcha de las normas (tercer trimestre)**

El tercer trimestre será el período en el que toda la comunidad educativa podrá poner en marcha esas normas consensuadas y comprobar su eficacia.

➤ **Evaluación del proyecto (junio)**

En junio podremos tener una visión de conjunto del proyecto y valorar qué ha funcionado y qué no, con la idea de utilizar en años venideros las normas establecidas o cambiar (ya el curso próximo) aquellas que consideremos susceptibles de mejora.