



MATHS

"Las nuevas tecnologías: Equilibra tus actividades"

Ref. 38990



LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS: EQUILIBRA TUS ACTIVIDADES

Ref. 38990



CONTENIDO:

El juego se compone de 50 fichas hexagonales, 42 con imágenes reales y 8 fichas con diferentes iconos. Las fichas son de cartón grueso resistente muy duradero y de gran calidad. Medidas de las fichas: 8,5 x 7,5 cm.

EDAD RECOMENDADA E INDICACIONES DE USO:

De 5 a 10 años.

Mediante este juego se pretende concienciar de la importancia de saber equilibrar el tiempo libre con diferentes actividades, poniendo especial atención al uso de la tecnología.

Se puede dirigir a niños de edades tempranas debido a que cada vez se inicia antes el contacto con dispositivos tecnológicos. El juego es una herramienta para reflexionar sobre su relación con estos dispositivos, especialmente respecto al tiempo que se les dedica y a las actividades que se realizan con ellos.

Con niños más mayores, el juego permite abrir un debate para trabajar los pros y los contras de las nuevas tecnologías. Considerando aspectos como el sedentarismo o el aislamiento social, como posibles consecuencias de un uso excesivo de las pantallas.

OBJETIVOS PEDAGÓGICOS:

- Identificar las actividades de ocio y tiempo libre de cada niño.
- Descubrir la diversidad de actividades que se pueden realizar en el tiempo libre.
- Conocer y clasificar las distintas actividades de ocio y tiempo libre según la duración de la actividad, si es individual o se realiza en grupo, si es sedentaria, si implica un trabajo mental, si es una actividad física o si es tecnológica.
- Entender la importancia de realizar actividades que sean variadas.
- Integrar el uso de los dispositivos tecnológicos y de las nuevas tecnologías dentro de las actividades diarias, de una forma natural y equilibrada.
- Reflexionar sobre los riesgos y consecuencias de realizar únicamente un tipo de actividad.



- Reflexionar sobre el abuso de las nuevas tecnologías y sus consecuencias.

DESCRIPCIÓN DE LOS ICONOS

Los 8 iconos representan diferentes categorías en las que se pueden clasificar las actividades que aparecen en el juego. Dichas categorías no son excluyentes y pueden darse al mismo tiempo en algunas actividades.

	Actividad física: La actividad implica ejercicio físico y movimiento.
	Actividad mental: La actividad conlleva ejercitar funciones cognitivas.
	Actividad individual: La actividad la realiza una persona en solitario.
	Actividad en grupo: La actividad la realiza un grupo de personas.
	Actividad sedentaria: La actividad se realiza sentado.
	Actividad tecnológica: La actividad se realiza con un dispositivo electrónico.
	Mucho tiempo: La actividad se realiza durante mucho tiempo.
	Poco tiempo: La actividad se realiza durante poco tiempo.

Actividades para conocer el material:

Definir iconos y clasificar actividades:

1. Se elige un icono, según la categoría de actividad con la que se quiere trabajar, y se pone en el centro de la mesa. Se dejan las fichas de actividades boca arriba.
2. De entre todas las fichas de actividades se seleccionan las que puedan corresponder con esa categoría, y se ponen alrededor de la ficha del icono.
3. A continuación, se ha de argumentar la selección.
4. Se puede repetir la misma actividad eligiendo otra categoría o proponiendo dos categorías al mismo tiempo, para seleccionar actividades que puedan incluirse en ambas (Ej. actividades físicas y que se realicen en grupo).

Definir actividades y asociarlas con los iconos:

1. Se eligen unas cuantas fichas de actividades y se ha de describir la actividad o actividades que se observan en la/s imagen/es: personajes, tipo de actividad, lugar en el que se realiza la actividad, acciones de los personajes, emociones, etc. Dependiendo de la edad se pondrán más o menos fichas de actividades.
2. A continuación, se han de asociar los iconos que estén relacionados con las actividades que aparecen en las imágenes.
3. Por último, se ha de argumentar la asociación.

SISTEMA DE JUEGO Y ACTIVIDADES:

1. **El mosaico de mi tiempo libre.** Seleccionar las actividades de ocio y tiempo libre que se realizan durante la semana, y realizar un mosaico con ellas. Analizar la cantidad de actividades que se realizan, si son variadas, si son actividades similares o que se repiten, el tiempo que se dedica a ellas a la semana, la duración de las diferentes actividades, etc. A continuación, seleccionar los iconos que pueden relacionarse con esas actividades semanales. Hacer una reflexión sobre los iconos seleccionados y aquellos que no han sido asociados, para valorar la conveniencia de incluir actividades semanales más variadas. Posibles preguntas que invitan a la reflexión: *¿Cómo son la mayoría de tus actividades? ¿Por qué no hay ninguna de tipo "físico"? ¿Qué tipo de actividades crees que faltarían en tu semana? ¿Es adecuado realizar actividades sólo de tipo "mental"? etc.*
2. **Mi pirámide de actividades favoritas:** Realizar una pirámide con las 10 actividades que más te gustan. Has de seleccionar tus 10 actividades favoritas. A continuación, se han de ordenar poniendo arriba de la pirámide la actividad que más te gusta, en la fila



de abajo las otras 2 actividades que más le gustan, en la siguiente fila 3, y en la última fila las 4 actividades restantes. Una vez realizada la pirámide, se invitará a la reflexión sobre cómo son la mayoría de tus actividades preferidas: *¿se realizan en el exterior o en el interior?, ¿se realizan de manera individual o en grupo?, ¿son de tipo sedentario o de tipo físico?, ¿son variadas?, ¿deberían ser variadas?, ¿por qué deberían ser variadas?, etc.*

- 3. Los polos opuestos.** Se escogen una pareja de fichas de iconos que pueda considerarse opuesta: *ej. poco tiempo-mucho tiempo; individual-en grupo; física-sedentaria*, (no todos los iconos tienen un opuesto, muchos pueden considerarse complementarios en lugar de opuestos). Se coloca cada uno de los iconos opuestos en un extremo opuesto de la mesa. A continuación, se han de clasificar y asociar las actividades en uno de los dos iconos. Por último, nos haremos preguntas para reflexionar: *¿Se podría pasar esta actividad al otro icono? ¿Qué debería cambiar en la actividad para que pudiéramos incluirla en el lado opuesto? ¿con qué tipo de actividad nos sentimos más identificados?, etc.*
- 4. Conecta la Tecnología.** Se seleccionan todas aquellas actividades relacionadas con la tecnología y se ponen en el centro de la mesa. Describir las actividades y asociar a cada una de ellas uno de los iconos siguientes: mucho tiempo - poco tiempo; individual - en grupo; físico - sedentario - mental. A una misma actividad podemos asociar más de un icono (ej. mucho tiempo y en grupo). Del mismo modo, un icono puede estar asociado a más de una actividad. A continuación se puede formar una figura con todas las fichas relacionadas entre sí. Por último, invitar a la reflexión acerca de la diversidad de actividades tecnológicas que existen, considerando que no todas las actividades tecnológicas, ni todos los dispositivos son iguales. Todo dependerá del tipo de dispositivo que se use (*móvil, tablet, pizarra electrónica, gafas de realidad virtual, videoconsola...*), del objetivo con el que se use (*deberes, ocio, comunicación, sistemas adaptativos para personas con discapacidad...*), con quién se use (*solo, con amigos, con familia, con desconocidos...*) y el momento del día en que se use (*en clase, a la hora de estudiar, en el fin de semana, en la fiesta de un amigo*).

Cualquier actividad en exceso, a la larga puede ocasionar consecuencias. En el equilibrio de las actividades, se encuentra el desarrollo óptimo de un tiempo de ocio para una vida sana y saludable.

