

# Hablemos de Tecnología

## Grado K-5 EDICIÓN #3

El número de días nublados, fríos y lluviosos está aumentando y nuestro tiempo de pantalla también. Comunicarse con amigos y familiares puede parecer un desafío, sin embargo, algunas personas dicen que ahora hablan más que nunca con sus amigos y familiares lejanos. La forma en que se utiliza la tecnología marca la diferencia.

1

### ¿Está bien que mis hijos simplemente chateen en Zoom?

Reunirse pueden hacerlo de muchas maneras diferentes cuando nos ponemos un poco creativos. Pueden hornear, jugar a los Legos, jugar a disfrazarse, colorear, crear con plastilina o arcilla, tener **desafíos de construcción** (¿quién puede construir la estructura más alta con espaguetis y pequeños malvaviscos?), compartir lecturas en voz en alta o escribir una obra de teatro, una historia, un poema o una canción juntos! Puede crear una lista de reproducción de videos adorables de cachorros y gatitos, usar **Teleparty** para **ver una película** juntos o **crear su propio noticiero**. Zoom es una excelente herramienta y más si la usamos juntos.

2

### Sigo escuchando diferentes números. ¿Cuánto tiempo frente a la pantalla es demasiado?

“La Academia Estadounidense de Pediatras (AAP) relajó sus recomendaciones habituales, reconociendo que el tiempo de pantalla de los niños probablemente aumentará durante la pandemia. En circunstancias normales, la AAP sugiere que niños menores de 18 meses no pasen tiempo frente a una pantalla, que el tiempo sea mínimo para niños de 18 a 24 meses (con la participación de los padres), una hora al día de programas de alta calidad para niños de 2 a 5 años, y ningún límite específico para niños de 6 años o más, siempre que no interfiera con el sueño, la actividad física y otros hábitos saludables”. Lee el artículo completo: [https://bit.ly/ScreenTime\\_Balance](https://bit.ly/ScreenTime_Balance) y profundízate en este recurso maravilloso **para crear un Family Media Plan** (en español).

3

### Mi hijo realmente tiene ganas de ir a un sitio web específico para ver su juguete / programa / juego favorito. ¿Cómo puedo saber si es seguro?

En caso de duda, puede analizar el sitio de la siguiente forma. Juegue un poco en el sitio y fíjese si le solicitan información personal, si el sitio está cargado de publicidad, si tiene contenido deficiente o si solicita salas de chat. Si es así, ¡GENIAL! Tenemos un momento de enseñanza en el que podemos hablar sobre por qué esta no es una buena opción y luego puede ofrecer una alternativa: <http://bit.ly/SafeWebsites>

4

### Mi hijo está pidiendo comenzar su propio canal de YouTube y creo que tiene una idea realmente genial. ¿Es seguro?

Primero, felicítase que le haya pedido permiso. Esto significa que su hijo comprende que existen límites en torno al uso de la tecnología. A continuación, es necesario sopesar los pros y los contras y ver cuál es la mejor opción para su familia. Este es un resumen muy bueno de los factores que puede considerar antes de dar el paso o pisar el freno: <http://bit.ly/YouTube4MyKids>

?

¿Tiene alguna pregunta para nuestra próxima publicación? <http://bit.ly/Tech-TalkQuestions>

¿Perdió la última publicación?

Aquí está: <https://bit.ly/HdTK-5ed1>



Patrocinado por SAFE San Juans y Joyce L. Sobel Family Resource Center  
Este documento fue traducido por Stephanie Cariker