

PRIMARIA

1



familias



# PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL

## Prevención de riesgos en Internet

Equipo de Orientación y Apoyo

Julio Campanero Ortiz (Orientador) / Antonio Jiménez Rodríguez (Orientador) / Irene García López (PTSC)

# PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR Y RIESGOS DE INTERNET

C/ Zurbarán, 10 – 45224 – Seseña Nuevo (Toledo) – 91 137 01 50  
[45011951.cp@edu.jccm.es](mailto:45011951.cp@edu.jccm.es) – <http://www.ceip-elquinon.centros.castillalamancha.es>



# EL PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL

El Plan de Acción Tutorial es el documento donde se recoge la organización y funcionamiento de las **actuaciones que realiza el profesorado con las familias y el alumnado en relación a la tutoría y la orientación del alumnado.**

SEPTIEMBRE: Acogida del alumnado y prevención del absentismo.

OCTUBRE: Convivencia y mediación. Técnicas de estudio.

NOVIEMBRE: Derechos y deberes de los niños/as y los ciudadanos.

DICIEMBRE: Escuela Inclusiva, una escuela para todos.

ENERO: Resolución pacífica de conflictos y educación para la paz.

FEBRERO: Gestión de las emociones y promoción del éxito escolar.

MARZO: Educación para la igualdad y prevenir la violencia de género.

ABRIL: Orientación educativa, académica y profesional.

MAYO: Prevención del acoso escolar y riesgos de internet.

JUNIO: Educación para la gestión del ocio y tiempo libre.

Entre todas las actuaciones que incluyen los Planes de Tutoría de cada nivel, se encuentra el **abordaje, con el alumnado, de contenidos transversales que complementan el contenido curricular** y que son de gran relevancia para su vida como ciudadano.

De este modo, trabajar con ellos la importancia de *asistir al colegio, las técnicas de estudio, la convivencia, la gestión emocional o los riesgos de internet*, entre otros, posibilitan una educación integral que **les ayudará conseguir el éxito.**

Es por ello que **los tutores/as trabajan una o dos sesiones mensuales en torno a un tema** de acción tutorial cuyo contenido debe complementarse en el entorno familiar. Siendo así, desde el Equipo de Orientación, **ofrecemos a las familias unas orientaciones para que puedan trabajar en casa los temas que están aprendiendo en la escuela.**

## ¡EXPLIQUEMOS A NUESTR@S HIJ@S!

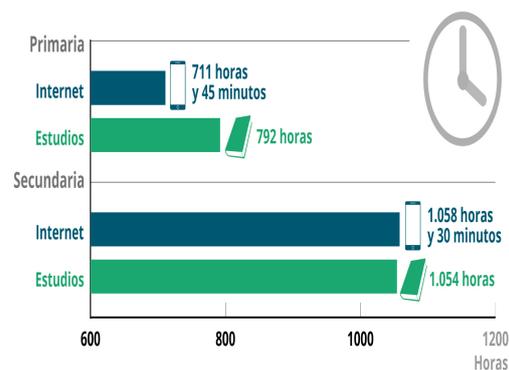
### USO DE NTIC EN MENORES

En 1º de Educación Primaria se van a trabajar los **riesgos** asociados al uso de las Nuevas Tecnologías de Información y Comunicación (NTIC).

**Internet** es una **red** que **conecta** a otras **redes y dispositivos** para **compartir información**. A través de páginas web, sitios o softwares.

Enseñar a los **menores** a hacer un **uso seguro y responsable** de Internet es una labor necesaria para todas las **familias**. Los primeros pasos en Internet no se deben dar a la ligera. Poseer **conocimientos** previos en **seguridad** y uso seguro es esencial para **evitar los riesgos** y aprender a utilizar la Red de forma positiva.

Los menores de Secundaria dedican 4 horas más al año a Internet que a su tiempo de estudio



Fuente: Quostodio/Ipsos  
Datos actualizados 2019

## RIESGOS EN INTERNET

Las **ventajas** de Internet son incuestionables, ha revolucionado el mundo de la **información**, el **entretenimiento**, la **comunicación** y otros ámbitos. Sin embargo, cualquiera de sus ventajas es susceptible de convertirse en un inconveniente.

**Hablar** con los niños es fundamental para estar al tanto de su día a día, también en el **uso de Internet**, para conocer sus inquietudes, **detectar posibles problemas**, y mantener su confianza para resolverlos juntos.

Los **riesgos** e **inconvenientes** más importantes que los padres debemos conocer:



### CIBERACOSO

Exposición de un alumno a un hostigamiento prolongado a través del uso de las nuevas tecnologías.



### EXPOSICIÓN DE INFORMACIÓN PERSONAL

A través de formularios o de imágenes se proporciona información personal que puede ser utilizada por cualquier usuario.



### GROOMING

Práctica en la que adultos se hacen pasar por menores a través de internet para contactar con niños o adolescentes.



### SEXTING

Envío de mensajes, fotos o vídeos de contenido erótico y sexual a través del móvil, aplicaciones de mensajería instantánea o redes sociales, correos electrónicos u otro tipo de herramienta de comunicación.

## SIGNOS DE ALERTA O ALARMA: CIBERADICCIONES

El uso excesivo de las NTIC puede desembocar en una adicción que provoca toda una serie de cambios en el comportamiento de las personas y muy especialmente en el de los niños/adolescentes/jóvenes:

- **Distanciamiento** progresivo familiar o social.
- **Pérdida de control** sobre **tiempo** de uso que hace así como que el **pensamiento** gire de forma **permanente** sobre las NTIC pudiendo desembocar en problemas en el **rendimiento académico**.
- Problemas de sueño: **insomnio** por alargar las horas de conexión.
- **Mentira** y **manipulación** sobre el tiempo real de conexión.
- Estado de **ansiedad**, **inquietud**, **ira** o **agresividad** cuando obligamos a desconectar de NTIC.

# ¡DIALOGUEMOS CON L@S NIÑ@S PARA PREVENIR!

## CÓMO PREVENIR RIESGOS DE NTIC DESDE EL ENTORNO FAMILIAR

Para prevenir los riesgos que pueden derivarse del uso inadecuado de las NTIC es muy importante que **hablemos abiertamente con nuestros hij@s sobre sus consecuencias**. Para prevenir estas situaciones **se recomienda**:

- **Explicar** a los niñ@s los **peligros del uso inadecuado** de las NTIC.
- **Conocer** cómo debe hacerse un **uso correcto** de las NTIC.
- Realizar **acompañamiento y control parental** del uso de los menores de las NTIC y emplear **apps de control parental**.
- **Limitar y controlar horarios de uso del móvil, las redes sociales y otros medios tecnológicos**, así como el establecimiento de unas **normas de uso**, fomentándolo en lugares comunes de la casa (establecer unos tiempos de uso).
- **Limitar y controlar** los contenidos a los que acceden tus hijos mediante las NTIC.
- **Ofrecer alternativas de ocio en las que no sea necesario el uso redes** (facilitar el uso de juegos de mesa, deporte, música, etc... que facilitan la relación personal).



Es importante fomentar que confíen en su familia, así como trasladarles que, **si se ven envueltos en una situación de riesgo relacionada con las NTIC, comunicarlo a la familia o profesionales** es la mejor manera de conseguir ayuda, ya que **el miedo puede provocar su silencio**.

## RECURSOS PARA TRATAR EL TEMA CON NUESTROS HIJ@S

**Is4K internet segura for kids:** materiales informativos y juegos sobre ciberseguridad en familia.

**Instituto Nacional de Ciberseguridad:** telf. **017** gratuito. De 9.00h a 21.00h-365 días

**Oficina de seguridad del internauta:** recursos informativos sobre ciberseguridad

**Teléfono de atención al menor sobre riesgos de Internet:** **900 116 117**

*Los recursos están enlazados en la versión digital. Haga clic en cada enlace y acceda al contenido.*

Colegio Público Bilingüe de Infantil y Primaria "El Quiñón"

C/ Zurbarán, 10 – 45224 – Seseña Nuevo (Toledo) – 91 137 01 50 - [45011951.cp@edu.jccm.es](mailto:45011951.cp@edu.jccm.es) – <http://www.ceip-elquinon.centros.castillalamancha.es>