


Actividad 1:**Hazte un selfie****Tiempo previsto: 10/15 minutos.**

Con la siguiente actividad queremos promover una reflexión sobre nuestro tiempo en la red. Queremos que el alumnado conteste a una serie de preguntas y así entiendan un poco mejor el tiempo que pasan en la red.

Hacernos un selfie lo entendemos siempre como poner la cámara y hacernos una foto a nosotros mismos. Pues eso es lo que queremos hacer. Vamos a poner la cámara mirando hacia nosotros, vamos a mirarnos en el espejo y contestar de forma sincera a estas situaciones.

Preparación y desarrollo:

1. Vamos a realizar esta actividad todos juntos. Debemos situar al alumnado de forma que puedan ver la PDI.
2. Explicaremos la actividad a la clase antes de pulsar en el icono .
3. La actividad será una [presentación genially](#) que mostrará unas frases. Todas las frases nos indican a elegir Sí o No.
4. Cuando el reloj de tiempo (15 segundos) llegue a cero, todos a la vez, deben decir en voz alta Sí o No según su experiencia personal. La sinceridad es muy importante en esta actividad.
5. Pulsaremos en siguiente para avanzar a la próxima frase. Hay un total de 20: podemos hacerlas todas o parar cuando lo consideremos oportuno.
6. Resultados: no los hay ni buenos ni malos. Todas las respuestas Sí tienen que ver con el uso y la dependencia de las redes sociales, móviles, conectividad...No será necesario evaluar las respuestas, debe ser algo personal.

Frases de la actividad:

1. ¿Me ha ocurrido estar con un grupo y estar hablando entre nosotros usando el móvil en lugar de hablar en persona? Sí o No
2. Le doy importancia al número de seguidores de mis redes sociales. Sí o No
3. Salgo de casa, compruebo que no llevo el móvil, no puedo aguantar la ansiedad y tengo que volver a casa para cogerlo. Sí o NO
4. Me siento o sentiría mal entre mis amigos por no tener móvil. Sí o No
5. Todas las semanas hago un TikTok o similar. Sí o No
6. Mis padres me indican por el Whatsapp que vaya a comer, estando en la misma casa. ¿Me ha pasado? Sí o No
7. Se me estropea el móvil y... ¿Ahora cómo quedo con mis amigos? ¿Sabría cómo hacerlo? Sí o No

8. Tengo que hacer un trabajo de investigación, pero no tengo Google. ¿Sé hacerlo de otra forma? Sí o No
9. Siempre llevo el móvil conmigo, incluso al baño. ¿Lo llevo? Sí o No
10. Miro de reojo el móvil cada dos por tres, "por si acaso". Sí o No
11. Estudio con la música de Youtube puesta. Sí o No
12. Salgo de casa con la familia o amigos y me agobio mucho porque se me ha olvidado el cargador del móvil. Sí o No
13. No quiero ir al pueblo o al campo de fin de semana: ¡allí no hay cobertura! ¿Me pasa? Sí o No
14. Escucho una notificación en el móvil, dejo lo que esté haciendo para revisar de qué se trata. Sí o No
15. En casa, tengo el móvil siempre a menos de 3 metros. Sí o No
16. Estoy deseando llegar a casa para ponerme a jugar a Fortnite o cualquier otro juego. Sí o No
17. He conocido a algunos de mis amigos por Internet. Sí o No
18. Soy seguidor o tengo mi propio Instagram. Sí o No
19. Lo que más disfruto está en la red, no en la calle. Sí o No
20. Antes de consultar a mis padres o a algún adulto lo miro en Internet. Sí o No

Tras la realización del "selfie" con las frases podemos establecer un pequeño debate en torno a estas preguntas:

- ¿Qué es lo que más tenemos?
- ¿Tenemos todos más o menos los mismos resultados?
- ¿Serían los mismos resultados para los adultos que para nosotros?

Podemos revisar algunas de las cuestiones que consideremos más relevantes.