

## TALLER DE CONSULTA: IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES Y VIDEOJUEGOS EN NUESTRA VIDA

Correo del Docente: [juan.quiceno@iemonsegerardovalencia.edu.co](mailto:juan.quiceno@iemonsegerardovalencia.edu.co)

Canción que nos acerca a las temáticas, escúchala de acuerdo al género de tu preferencia:

Salsa: <https://suno.com/song/733df38e-0674-4221-916b-47b307c0265d>

Urbano: [https://drive.google.com/file/d/1iu8G8MTj\\_-PnLaJz3GfjHzxL5n8A-ilx/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1iu8G8MTj_-PnLaJz3GfjHzxL5n8A-ilx/view?usp=sharing)

Vallenato: <https://drive.google.com/file/d/15lxSchXJCt-euYT1PpdDOCDkLNeg1ImK/view?usp=sharing>

Merengue: <https://drive.google.com/file/d/1ISNahWlwp58pVh4xjce43rwbSSqwmv4a/view?usp=sharing>

### Objetivo:

Comprender los riesgos y efectos del uso excesivo de redes sociales y videojuegos en nuestra privacidad, salud mental, bienestar físico y desempeño escolar, para desarrollar hábitos digitales más saludables.

### Instrucciones:

A continuación, encontrarás varios temas relacionados con el impacto de las redes sociales y los videojuegos en nuestra vida. En grupo o individualmente, elige uno de los temas y responde las preguntas de investigación. Luego, prepara una presentación creativa para compartir lo aprendido con la clase.

### Entrega y presentación:

 **Formato:** Pueden elegir entre:

- ☒ Infografía digital
- ☒ Video corto explicativo (máximo 3 minutos)
- ☒ Presentación en diapositivas

 **Fecha de entrega:** (Lunes 17 de febrero Grado 9°1-Lunes 24 de Febrero 9°2)

 **Criterios de evaluación:**

- ✓ Profundidad en la investigación
- ✓ Uso de ejemplos y casos reales
- ✓ Creatividad en la presentación
- ✓ Reflexión personal sobre el tema

### **Temas de consulta y preguntas guía:**

#### **1. Ciberacoso: el lado oscuro de las redes sociales OK2**

- ¿Qué es el ciberacoso y cómo afecta a los jóvenes?
- ¿Cuáles son las señales de que alguien está siendo víctima?
- ¿Qué hacer si somos testigos o víctimas de ciberacoso?

#### **2. Grooming: cuando un desconocido intenta manipular a un menor en internet OK2**

- ¿Qué es el grooming y por qué es peligroso?
- ¿Cómo pueden los adultos engañar a los jóvenes en redes sociales o videojuegos?
- ¿Cómo podemos protegernos y ayudar a otros a evitarlo?

#### **3. Redes sociales y privacidad: ¿realmente controlamos nuestra información? OK2**

- ¿Qué tipo de información compartimos sin darnos cuenta?
- ¿Cómo podemos mejorar nuestra privacidad en redes sociales?
- ¿Qué consecuencias puede tener exponer demasiada información personal?

#### **4. Videojuegos en línea: diversión con riesgos OK2**

- ¿Cuáles son los principales riesgos de los videojuegos en línea?
- ¿Por qué es importante poner límites en el tiempo de juego?
- ¿Cómo podemos protegernos de personas desconocidas o estafas dentro de los juegos?

#### **5. Retos virales: ¿divertidos o peligrosos? Ok2**

- ¿Por qué los retos en redes sociales se vuelven populares?
- ¿Cuáles han sido algunos retos virales peligrosos?
- ¿Cómo podemos diferenciar un reto inofensivo de uno riesgoso?

#### **6. Adicción a las redes sociales y videojuegos: cuando el mundo digital nos atrapa Ok 2**

- ¿Cuánto tiempo pasamos en internet y videojuegos diariamente?

- ¿Qué señales indican que alguien tiene una adicción a la tecnología?
- ¿Cómo encontrar un equilibrio entre la vida digital y la vida real?

#### 7. Fake news e influencia en redes: ¿todo lo que vemos es cierto? OK2

- ¿Cómo podemos identificar noticias falsas en internet?
- ¿Cómo influyen los influencers y las tendencias en la forma en que pensamos?
- ¿Por qué es importante aprender a verificar la información?

#### 8. Fraudes y estafas en internet: ¿cómo protegernos? OK2

- ¿Cuáles son las estafas más comunes en redes y videojuegos?
- ¿Cómo identificar señales de alerta y evitar caer en fraudes?
- ¿Qué hacer si alguien ha sido víctima de una estafa en línea?

#### 9. Sharenting: cuando los padres publican demasiado sobre sus hijos OK2

- ¿Qué riesgos tiene que nuestros padres publiquen fotos o información sobre nosotros?
- ¿Cómo podemos hablar con ellos sobre la importancia de la privacidad?
- ¿Qué recomendaciones existen para que los adultos compartan información de manera segura?

#### 10. Problemas físicos y psicológicos por el uso excesivo de redes y videojuegos OK

- ¿Cómo afecta el uso excesivo de pantallas al sueño y la concentración?
- ¿Qué problemas físicos pueden aparecer por estar mucho tiempo en redes o videojuegos?
- ¿Cómo puede afectar a la autoestima y las relaciones sociales el uso extremo de redes sociales?
- ¿Qué estrategias podemos aplicar para reducir estos efectos negativos?

#### 11. Videojuegos y rendimiento escolar: ¿cómo encontrar un equilibrio? OK2

- ¿Cómo influye el uso excesivo de videojuegos en el desempeño académico?
- ¿Por qué es importante establecer horarios para estudiar y jugar?
- ¿Qué estrategias podemos usar para no afectar nuestras responsabilidades escolares?

#### 12. Dependencia emocional de las redes sociales y la validación digital

- ¿Por qué los "me gusta" y los comentarios en redes sociales pueden afectar nuestra autoestima?

- ¿Qué efectos psicológicos tiene depender de la aprobación en internet?
- ¿Cómo podemos desarrollar una autoestima sana sin depender de las redes?

### 13. Delitos informáticos: ¿qué peligros enfrentamos en la web? Ok2

- ¿Qué tipos de delitos informáticos afectan a los jóvenes (hackeo, robo de datos, suplantación de identidad)?
- ¿Cuáles son las consecuencias legales de cometer o ser víctima de estos delitos?
- ¿Cómo podemos proteger nuestra información y cuentas en línea?

### 14. Pandillas digitales y grupos en redes sociales: ¿influencia positiva o negativa? ok 2

- ¿Cómo pueden las redes sociales ser utilizadas para captar jóvenes en pandillas o actividades ilegales?
- ¿Qué señales indican que un grupo en línea puede ser peligroso?
- ¿Cómo tomar decisiones seguras al unirse a comunidades en internet?

### **Conclusión:**

El mundo digital nos ofrece muchas oportunidades, pero también trae riesgos que pueden afectar nuestra privacidad, salud mental y bienestar físico. Entender estos riesgos y aprender a manejarlos nos ayuda a ser usuarios responsables y conscientes. Este taller nos permitirá reflexionar sobre nuestro propio uso de la tecnología y encontrar formas de equilibrar el mundo digital con nuestra vida diaria.