

SECUENCIA DIDÁCTICA

1. DATOS GENERALES

Nombre del taller: Reconociendo nuestras emociones.	Taller No. 1
Institución Educativa: Institución Educativa Buenos Aires.	Dirección: Zona rural del Municipio de Palestina Huila.
Docente investigadora: Marycruz Guevara.	Fecha: 27/8/2025
Tema: Conciencia emocional.	
Grado: Aula Multigrado.	Tiempo: 40 Minutos.
<p>Introducción: La intención de esta sesión es poder brindar a los niños y niñas una serie de herramientas prácticas para que puedan comprender cómo las emociones conviven con ellos y algunas formas de reconocerlas, buscando fortalecer sus relaciones con sí mismos y con los demás en la vida cotidiana.</p>	
<p>Actividad de Apertura o de sensibilización y exploración: Se les pedirá a todos los y las participantes que se sienten en un círculo, explicándoles que se desarrollará un juego de mímica para aprender a descubrir las emociones. Cada uno de los y las participantes tendrá que hacer la mímica de una emoción (que la docente mostrará previamente usando la imagen) mientras que los demás participantes la adivinarán. Una vez el grupo adivine la emoción, se buscará otro participante y así sucesivamente (por turnos) hasta que se haya hecho la representación de las cinco emociones básicas: alegría, tristeza, miedo, enojo y desagrado.</p>	
<p>Actividades de desarrollo:</p> <p>Etapas de Acercamiento: Se invita a los niños y niñas a que se ubiquen de manera que puedan observar la hoja de una infografía (que contiene la imagen de emociones básicas) y se les pedirá que describan lo que observan en la imagen. Se motivará de forma divertida a imitar algunas de las expresiones que aparecen en la ilustración. En ese momento, se les explicará a través de la imagen ¿qué es una emoción? ¿para qué nos sirven las emociones? y ¿cuáles son las emociones?</p> <p>Etapas de Elaboración. A cada participante se les pedirá que dibujen una silueta del cuerpo. Se les indicará que cada emoción está acompañada de muchas sensaciones físicas que se alojan en el cuerpo y que es necesario aprender cómo las percibe cada uno de los participantes. Para esto ubicará en la silueta los lugares donde identifican que cada uno tiende a sentir cada emoción, dibujando la forma que quieran para representar la experiencia (piedras, fuego, puntillas, plumas, cosquillas, etc.) y utilizando un color para cada emoción, de la siguiente forma:</p> <p style="text-align: center;">Enojo: rojo Tristeza: azul Alegría: amarillo</p>	

Desagrado: verde

Miedo: morado

Cuando los participantes completen sus siluetas con las representaciones de sus emociones, se les invita a que compartan con el grupo su silueta. Después de haber socializado las siluetas, se les propondrá que los participantes interactúen con las siluetas de otros participantes con el siguiente juego breve: “Ahora haremos una prueba sobre ¿qué tanto nos conocemos?, para ello se preguntará ¿qué le genera _____ (rabia, miedo, tristeza, alegría, disgusto) a _____ (¿Juan, María, etc.?)”.

A medida que se realicen las preguntas, se les llevará en el tablero la cuenta de aciertos y desaciertos. Al final del juego, se recogerá los resultados y compartirá las puntuaciones.

Actividades de Cierre o Puesta en común: Se finalizará generando un espacio de conversación con los niños y niñas en el que se hará preguntas como:

- a. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
- b. ¿Qué aprendizajes obtuvieron?
- c. ¿Cuáles fueron los compromisos o acuerdos establecidos para manejar las emociones de cada uno y de los demás?

OBJETIVOS, COMPETENCIAS Y CONTENIDOS

Objetivo de aprendizaje:

- Familiarizar a los estudiantes con las emociones primarias.
- Facilitar la comprensión de las emociones, su función y cómo se pueden identificar.
- Explorar las sensaciones físicas asociadas a las emociones.

Contenidos a desarrollar o conceptualización.

Emoción: Las emociones son sensaciones causadas directamente por la respuesta fisiológica ante algún evento. Las emociones se manifiestan con una reacción de carácter inmediato que podemos notar por cambios corporales. La conjugación de estos conlleva a que se produzcan diferentes tipos de emociones (Melamed, 2016).

Tipos de emociones: Hay emociones básicas y son universales para todos los humanos. Estas emociones son la alegría, el miedo, el disgusto, el enojo y la tristeza.

Recursos

- Humano (Docente).
- Emoticones de las emociones.
- Infografía de las emociones.
- Cartulinas/hojas de papel, lápices/colores /marcadores



Evaluación y productos Asociados.

Cartografía de las emociones y las preguntas orientadoras a la actividad de cierre.

Referencias Bibliográficas:

Bisquerra R. Purset E., Mora, F., García Navarro, E., López- Cassá, E., Pérez-González, J. C., Ianells, O. (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia.* Barcelona: Esplugues de Llobregat, Hospital Sant Joan de Déu.

Melamed, A.F (2016). *Las teorías de las emociones y su relación con la cognición: Un análisis desde la filosofía de la mente. Cuadernos de la facultad de humanidad y ciencias sociales - Universidad Nacional de Jujuy, 13-38.*

SECUENCIA DIDÁCTICA

1. DATOS GENERALES

Nombre del taller: “Controlando nuestras emociones: ¿Cómo responder ante el enojo?”	Taller No. 2
Institución Educativa: Institución Educativa Buenos Aires.	Dirección: Zona rural del Municipio de Palestina Huila.
Docente investigadora: Marycruz Guevara.	Fecha: 05/9/2025
Tema: Regulación emocional.	
Grado: Aula Multigrado.	Tiempo: 40 Minutos.
<p>Introducción: La intención de esta sesión es profundizar frente a la regulación emocional del enojo (en el nivel de frustración), haciendo énfasis en las habilidades y estrategias que los niños y niñas pueden utilizar para disminuir el nivel de malestar y las consecuencias negativas.</p> <p>Actividad de Apertura o de sensibilización y exploración: La docente invitará a los niños y niñas a formar un círculo con el fin de explicarles la actividad.</p> <p>A continuación les indicará que los círculos de colores Rojo, Amarillo y Verde que ven pegados en el suelo representan un “semaforo de las emociones”. Por lo tanto, cada color del semáforo simboliza cómo se sienten frente a situaciones relacionadas con el uso de la tecnología (celular, juegos, internet, tareas en computador, etc.):</p> <p>Rojo: Me siento enojado/a, frustrado/a o con rabia.</p> <p>Amarillo: Me siento confundido/a, preocupado/a o con dudas.</p> <p>Verde: Me siento tranquilo/a, contento/a o feliz.</p> <p>La docente lanzará una pregunta o planteará una situación, por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ “Cuando se va el internet en medio de un juego” ○ “Cuando mis papás me dicen que ya no puedo seguir en el celular” ○ “Cuando logro terminar una tarea en el computador” ○ “El celular se queda sin batería cuando quieres ver un video” ○ “Tu hermano/a no te presta la tablet” ○ “El/la profe te felicita porque hiciste muy bien una tarea en el computador” <p>En ese momento, los niños deberán ubicarse junto al color que represente cómo se sentirían. Al</p>	



finalizar con todas las situaciones, se conversará brevemente sobre las respuestas con preguntas como: ¿qué pasa cuando nos enojamos? ¿Qué hacemos para calmarnos?”, enlazando con el tema central del taller: la importancia de aprender a regular el enojo para usar las TIC de manera sana y divertida.

Actividades de desarrollo:

Etapas de Acercamiento: Se invitará a los niños y niñas a que se ubiquen de manera que puedan observar la hoja de una infografía (que contiene una imagen de la historia “La casa en llamas”(Ver anexo)) y se les pedirá que describan lo que observan en la imagen. Se motivará de forma divertida a imitar algunas de las expresiones que aparecen en la ilustración. En ese momento, se les pedirá que participen con preguntas como: ¿Cómo el habitante de la casa puede apagar el fuego?, ¿todos los elementos disponibles son útiles para apagar el fuego?, ¿qué pasaría si usamos el balde de agua o la gasolina? ¿Cuál creen que fue el vecino que más y el que menos ayudó? ¿creen que alguien hubiera podido hacer algo diferente?

Etapas de Elaboración. La docente empezará explicando que a veces, cuando usamos la tecnología (celular, internet, juegos) nos enojamos o nos frustramos. Por lo tanto, los invitará a que dibujen ese enojo para después transformarlo en algo bonito que los ayude a calmarse. Para ello, deberán dibujar en su hoja cómo se ve su enojo (un monstruo, un rayo, un volcán, un color fuerte o algo abstracto, etc).

Luego, se les pedirá que transformen ese dibujo en algo positivo (Con colores más suaves, dibujando alrededor cosas que les calmen como flores, arcoíris, naturaleza, su familia o un lugar feliz) y convirtiendo su “monstruo de enojo” en un “monstruo alegre o tranquilo”.

Se solicitará a algunos niños que compartan cómo era su enojo y cómo lo transformaron. La docente reforzará recordando que así como transformaron su dibujo también pueden transformar su enojo en calma cuando respiramos, pensamos y usamos estrategias.

Actividades de Cierre o Puesta en común: Se finalizará generando un espacio de conversación con los niños y niñas en el que se hará preguntas como:

- a. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
- b. ¿Qué aprendizajes obtuvieron?
- c. ¿Cuáles fueron los compromisos o acuerdos establecidos para manejar las emociones de cada uno y de los demás?

OBJETIVOS, COMPETENCIAS Y CONTENIDOS

Objetivo de aprendizaje:

- Conocimiento propio sobre las situaciones cotidianas (especialmente relacionadas con el uso de dispositivos tecnológicos) que les generan enojo.
- Identificar acciones encaminadas a la regulación emocional.
- Fortalecer sus habilidades para expresar a los demás sus emociones negativas.

Contenidos a desarrollar o conceptualización.

Enojo: Una respuesta ante situaciones de frustración, amenaza o pérdida. Algunas personas llegan a sentir enojo cuando piensan que son tratados injustamente. Puede generar irritación, rabia o venganza.

Niveles de enojo: Fastidio, frustración, pérdida de paciencia, propensión a discutir, amargura, venganza y furia.

Regulación emocional: Todos los procesos, comportamientos, habilidades o estrategias que son usados de manera consciente, inconsciente o automática con el fin de modular o inhibir la experiencia y expresión emocional.

Recursos

- Humano (Docente).
- Tres círculos de colores (rojo, amarillo, verde).
- Infografía e historia de “La casa en llamas”.
- Cartulinas/hojas de papel, lápices/colores /marcadores

Evaluación y productos Asociados.

Dibujos sobre el enojo y las preguntas orientadoras a la actividad de cierre.

Referencias Bibliográficas:

Escobar, L. (2011). Intervención cognitivo conductual para el manejo del enojo en niños. Universidad Iberoamericana de Puebla, repositorio institucional: <https://repositorio.iberopuebla.mx/>.

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (2022). Cartilla 7: Expresar sin herir”. pp 8-10; 16,17; 26,27.

Muñoz-Muñoz, L. (2017). La autorregulación y su relación con el apego en la niñez. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 15 (2), pp. 807-821. DOI:10.11600/1692715x.1520201082016



Anexo. No. 1

Historia “La casa en llamas”

Había una vez una casa en la que inició un pequeño incendio. Un habitante al percatarse de lo que ocurría trató de identificar qué había provocado el fuego y comenzó a observar cómo podían actuar para apagar el fuego con las herramientas que tenían en sus manos.

Desde afuera, las personas comenzaron a notar que algo se estaba quemando en la casa y todos comenzaron a actuar. Unos observaron o ignoraron la situación, otros gritaban asustados y sin control, otros buscaron mangueras para apagar el fuego y otros que eran bomberos usaron sus conocimientos para ayudar.

Dentro de la casa utilizaron el extintor y las cobijas para apagar el fuego. El bombero y un vecino, por su parte, conectaron una manguera a 20 metros de distancia de la casa, para esparcir agua en caso de necesitarla. Finalmente se logró apagar rápidamente las llamas y estas no alcanzaron a causar daños graves a la casa y a sus habitantes.

Reflexión:

Al igual que esta casa en llamas, es importante reconocer que generó nuestra molestia y a su vez identificar las herramientas que tenemos nosotros mismos para hacer que el enojo disminuya. Esto puede ser difícil en un inicio, pero poco a poco podremos reaccionar de una mejor manera, sí realizamos ejercicios de regulación emocional. Para ello es fundamental que intentemos disminuir la intensidad de la emoción y después enfocarnos en entender las razones para comunicarlo.



Anexo No. 2

Imagen No. 1 “Casa en llamas”

26





Anexo No. 3

Imagen No. 2 “Posibles elementos para apagar el incendio”



SECUENCIA DIDÁCTICA

1. DATOS GENERALES

Nombre del taller: Construyendo mi identidad.	Taller No. 3
Institución Educativa: Institución Educativa Buenos Aires.	Dirección: Zona rural del Municipio de Palestina Huila.
Docente investigadora: Marycruz Guevara.	Fecha: 10/9/2025
Tema: Influencia de la cultura y la tecnología en la construcción de identidad.	
Grado: Aula Multigrado.	Tiempo: 40 Minutos.
Introducción: La intención de esta sesión es que los niños y niñas reconozcan cómo la cultura de su comunidad y la tecnología que usan influyen en quiénes son y en cómo se ven a sí mismos.	
Actividad de Apertura o de sensibilización y exploración: La docente iniciará la actividad mostrando un espejo y lo rotará mientras hace preguntas como las siguientes:	
<ul style="list-style-type: none"> • “¿Qué vemos cuando nos miramos?” • ¿ De dónde venimos? • ¿En qué lugar nació? • ¿Qué me gusta de mi territorio? • “¿Será que solo vemos nuestra cara, o también podemos ver un poquito de quiénes somos?” 	
Se procede a explicar que hoy harán su propio espejo , para descubrir cómo lo que aprendemos de nuestra cultura y lo que usamos de la tecnología nos ayuda a construir nuestra identidad.	
Actividades de desarrollo: La docente invitará a los niños y niñas a formar un círculo con el fin de explicarles la actividad.	
A continuación, les indicará cuando escuchen las frases que dirá a continuación con las que se identifiquen, den un paso al frente o levanten la mano:	
<ul style="list-style-type: none"> ■ “Me gusta jugar a las escondidas” ■ “Uso el celular para jugar o escuchar música” ■ “Me gusta bailar en las fiestas de la comunidad” 	



- *“Me gusta ver caricaturas en la televisión”*
- *He visto en YouTube o redes cómo viven personas en otros países.*
- *Algunas cosas que uso o hago las vi en internet o en videojuegos.*
- *Sigo siendo yo, aunque use tecnología o vea muchas cosas diferentes.*
- *Lo que veo en internet a veces me hace pensar en cómo quiero ser.*
- *Puedo mostrar quién soy a través de lo que publico, dibujo o creo.*
- *La tecnología puede ayudarme a conocerme mejor y también a respetar a los demás.*

Al finalizar las frases, se resaltarán que todos los seres humanos tenemos partes de la cultura y partes de la tecnología que nos hacen únicos a lo que le llamamos identidad. Dentro de las cosas que nos hacen únicos se encuentran: el nombre, forma de ser, las cosas que nos gustan, nuestra familia, las costumbres, nuestro idioma, nuestros sueños, etc.

Etapa de Acercamiento: Se entregará a cada niño o niña una hoja y se les pedirá que dibujen un espejo. Luego, se les indicará que dibujen en un lado lo que los representa de su cultura (qué comidas, juegos, música o tradiciones de su familia les gusta o conservan). En el otro lado de la hoja, deberán dibujar lo que los representa de la tecnología (dibujos, internet, celular, TV, influencers). Por último, se les solicita que en el centro se dibujen a sí mismos.

La docente finaliza con el proceso de reflexión con preguntas como ¿Qué cosa de tu comunidad te hace sentir orgulloso?, ¿Qué cosa de la tecnología te ayuda a aprender?

Etapa de Elaboración. Se invitará a los niños y niñas a que conformen dos grupos los cuales se llamarán: Equipo cultura y equipo tecnología.

- *Equipo Cultura:* inventarán una estrofa corta con juegos de palabras o refranes de su comunidad.
- *Equipo Tecnología:* inventarán una estrofa corta inspirada en canciones que conocen de la



radio, TV o celular.

Cada grupo cantará su parte (pueden hacerlo con ritmo de palmas o golpecitos en la mesa). Al finalizar, se solicitará que, entre todos, unan las dos estrofas y creen “**la canción de quiénes somos**”.

Actividades de Cierre o Puesta en común: Se finalizará generando un espacio de conversación con los niños y niñas en el que se hará preguntas como:

- a. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
- b. ¿Qué aprendizajes obtuvieron?
- c. ¿Qué elementos forman su identidad.?

OBJETIVOS, COMPETENCIAS Y CONTENIDOS

Objetivo de aprendizaje:

- Reconocer gustos compartidos en torno a cultura y tecnología.
- Reflexionar de manera personal y creativa sobre cómo su cultura y la tecnología influyen en quiénes son.
- Identificar sobre cómo la identidad cambia entre lo tradicional y lo tecnológico.

Contenidos a desarrollar o conceptualización:

- Identidad.
- Influencia de la cultura en la identidad.
- Influencia de las tecnologías en la identidad.

Recursos

- Humano (Docente).
- Espejo.
- Cartulinas/hojas de papel, lápices/colores /marcadores

Evaluación y productos Asociados.

Dibujos, estrofas y las preguntas orientadoras a la actividad de cierre.

Referencias Bibliográficas:

Bruner, J. (1997). *La educación, puerta de la cultura*. Visor.

Buckingham, D. (2008). *Más allá de la tecnología: Aprendizaje infantil en la era de la cultura digital*. Manantial.

Castells, M. (2003). *La era de la información: Economía, sociedad y cultura* (Vol. I). Alianza.



Chaux, E., Lleras, J., & Velásquez, A. M. (2004). *Competencias ciudadanas: De los estándares al aula*. Ministerio de Educación Nacional.

SECUENCIA DIDÁCTICA

1. DATOS GENERALES

Nombre del taller: ¿Cómo usar de manera adecuada las tecnologías?	Taller No. 4
Institución Educativa: Institución Educativa Buenos Aires.	Dirección: Zona rural del Municipio de Palestina Huila.
Docente investigadora: Marycruz Guevara.	Fecha: 26/9/2025
Tema: Uso responsable de las tecnologías: Contenidos y riesgos asociados	
Grado: Aula Multigrado.	Tiempo: 40 Minutos.

Introducción: La intención de esta sesión es que los niños y niñas reconozcan los efectos del uso inadecuado de las tecnologías y la identificación de medidas de protección.

Actividad de Apertura o de sensibilización y exploración: La docente explicará: “Vamos a jugar a movernos según la pantalla que más usamos. Cuando escuchen una frase, corran rápido hacia la pantalla que corresponda”, es decir, hacia el cartel que contiene la imagen o escrito el nombre de las siguientes pantallas: **CELULAR – TABLET – COMPUTADOR – TELEVISOR.**

La docente dirá frases como:

- “La pantalla que me ayuda a escribir o imprimir la tarea.”
- La pantalla donde veo mis caricaturas favoritas.”
- “La pantalla que uso para hablar con mi familia.
- “La pantalla que me ayuda a hacer tareas.”
- “La pantalla que suena cuando me llaman por teléfono.
- “La pantalla que vemos juntos en familia para ver una película.”
- “La pantalla donde puedo tomar fotos o selfies.”
- “La pantalla que es más pequeña que un computador, pero más grande que un celular.”
- “La pantalla donde veo mis caricaturas favoritas.”
- “La pantalla táctil que no tiene teclado.”
- “La pantalla donde juego videojuegos.
- “La pantalla que uso en la sala de informática del colegio.”

Se preguntará a los asistentes: ¿Cuál fue la pantalla más escogida? ¿Por qué creen que la usamos tanto? Lo anterior, con el fin de conectar con el tema central:

“Todas las pantallas pueden ser útiles o divertidas, pero lo más importante es **qué contenido**



elegimos cuando estamos frente a ellas.”

Actividades de desarrollo: La docente indicará a los niños y niñas que van a moverse como si la tecnología les diera órdenes. Para eso, hará lectura de unas frases y si ellos creen que la acción es buena, deberán saltar hacia adelante. Si la acción es peligrosa, saltarán hacia atrás. Si no están seguros, se quedan quietos/as pensando.

Las frases que leerá la docente son:

- *Buscas información en Internet para hacer tu tarea.*
 - *Envías tu foto a un desconocido por Internet.*
- *Te conectas a una red de WiFi pública sin saber si es segura.*
 - *Descargas una aplicación sin pedir permiso a un adulto.*
- *Ves un tutorial para aprender a dibujar o cocinar algo sencillo.*
 - *Dices dónde vives en un chat de videojuegos.*
- *Pasas mucho tiempo viendo videos en YouTube sin parar.*
 - *Usas la tablet mientras comes.*
- *Usas la tablet solo el tiempo que acuerdas con tus padres.*
 - *Te conectas a Internet sin avisar a un adulto.*

Después de cada ronda, se preguntará a algunos: ¿por qué crees que era bueno o malo?

Como conclusión, la docente dirá que así como nuestro cuerpo se movió para decir lo que es bueno o malo, también en la vida real debemos decidir qué hacer con la tecnología: avanzar, detenernos o pensar antes de actuar.

Etapa de Acercamiento: Se pedirá a los niños y niñas que conformen grupos y que dibujen una isla en el papel y que escriban o dibujen ejemplos de contenidos adecuados, contenidos que requieren cuidado y contenidos inadecuados en el dibujo de la siguiente manera:

- Verde: contenidos adecuados (aprendizaje, diversión sana, familia).
- Amarilla: contenidos que requieren cuidado (videos largos, juegos con desconocidos).



- Roja: contenidos inadecuados (violentos, retos peligrosos, insultos).

Se pegarán en el mural: lo verde dentro de la isla, lo amarillo en la orilla y lo rojo en el mar.
Se conversará brevemente: ¿qué nos gustaría tener más en nuestra isla digital?

Etapa de Elaboración: La docente pedirá a los niños y niñas que conformen grupos y les informará que cada grupo hace parte de una “orden de magos” que tienen la misión de ayudar a un niño llamado Juanito que se convirtió en robot.

La docente hará lectura de la historia (Anexo 1) y les dirá que entre todos, deben preparar una “pócima mágica” para que vuelva a ser un niño de verdad y para esto, a cada equipo se le asignará un ingrediente (Anexo 2) que deben alistar para el brebaje curativo. Cada grupo deberá discutir entre los diferentes integrantes, cuáles podrían ser los tipos de ingredientes que el niño robot debería 'consumir' para volver a ser un niño de 'verdad'.

Cada ingrediente tiene unos elementos que ellos deberán adaptar a su receta (tipo de contenidos, tiempos de exposición, actividades alternativas atractivas) y escribir en la cartelera cómo los van a aplicar.

Luego de que todos los grupos hayan incluido los ingredientes en la cartelera, la docente leerá la historia final de Juanito el niño de verdad:

“Después de beber juiciosamente la pócima, Juanito fue regresando a su cuerpo de niño real. Ahora siente que no necesita de las pantallas para tranquilizarse, divertirse o aprender. Sus papás dicen que ahora le dedica menos tiempo a ver pantallas y más a ver personas y objetos reales. Últimamente han regresado las ganas de correr, saltar y jugar con sus hermanos en el parque, incluso está pensando en entrar a un equipo deportivo.

Pero tampoco quiere dejar del todo la tecnología, ayuda a su familia a entender el mundo virtual y a proteger a sus hermanos para que no compartan información privada, ni ingresen a lugares de la red que pueden ser peligrosos”

Actividades de Cierre o Puesta en común: Se finalizará generando un espacio de conversación con los niños y niñas en el que se hará preguntas como:

- a. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
- b. ¿Qué aprendí hoy sobre los contenidos de Internet?
- c. ¿Qué voy a elegir la próxima vez que navegue?



OBJETIVOS, COMPETENCIAS Y CONTENIDOS

Objetivo de aprendizaje:

- Reflexionar y proponer hábitos saludables frente al uso de la tecnología.
- Reconocer los riesgos asociados al uso de las tecnologías.
- Identificar estrategias de protección sobre los riesgos digitales.

Contenidos a desarrollar o conceptualización:

- Contenidos adecuados.
- Protección contra conductas inadecuadas promovidas por las tecnologías.

Recursos

- Humano (Docente).
- Cuatro carteles grandes con dibujos o palabras: **CELULAR – TABLET – COMPUTADOR – TELEVISOR.**
Cinta adhesiva para pegar los carteles en diferentes esquinas o paredes del salón.
- Hojas de papel.
- Lápices y colores.
- Historia de Juanito
- Tarjetas con imágenes de la historia de Juanito

Evaluación y productos Asociados.

Dibujos y preguntas orientadoras a la actividad de cierre.

Referencias Bibliográficas:

Kilbey, E. (2018). Niños desconectados. Cómo pueden crecer nuestros hijos sanos y felices en la era digital. EDAF.

MinTIC -Ministerio Colombiano de tecnologías de la información y comunicaciones (2018) Disponible en <https://colombiatic.mintic.gov.co/679/w3-channel.html>

Anexos

Anexo No. 1



Un día Juanito se levantó y descubrió que su cuerpo era diferente, lo sentía pesado, ancho ¡se había convertido en robot! Su corazón iba a revoluciones muy lentas, tenía dificultades para moverse, ganaba peso constantemente y cada vez que lo intentaba sus niveles de batería se agotaban rápidamente. Sus ojos estaban cuadrados y todo lo veía en pixeles, sentía unas ganas incontrolables de usar cualquier dispositivo electrónico, celulares, tablets, computadores o televisores, etc, todas eran irresistibles para él. El mundo normal era aburrido para Juanito cada vez más necesitaba de los sonidos e imágenes rápidas que la tele y videojuegos para prestar atención y divertirse!

Sin darse cuenta, Juanito había perdido vocabulario y solo se comunicaba con un beep-beep, se le dificultaba recordar lo que aprendía en el colegio porque se había vuelto dependiente a internet. En el colegio le costaba mucho trabajo leer de manera adecuada porque los libros y los cuadernos no tenían emoticones, cuando debía escribir, lo hacía con las palabras a medias pues ya no recordaba cómo escribir palabras completas o cómo redactar una tarea a mano.

Ahora sus papás estaban preocupados y su hermana le tenía miedo al mal genio de Juanito, todos preferían dejarlo solo, pero eso hacía que se sintiera más triste y aislado, eso hacía que buscara amigos en el mundo virtual y realmente no sabía quienes eran con exactitud pues había escuchado que algunos adultos se disfrazaban de niños en internet para ganarse la confianza de otros niños, pero estaba seguro que eso no le pasaría a él, por eso compartía fotos e información personal de él y su familia de manera descuidada.

Juanito y su familia han acudido a ustedes solicitando ayuda para curarlo. Ustedes tienen un ingrediente que deben aportar a la pócima mágica que lo ayudará a ser un niño de verdad. Antes de convertirse, Juanito corría, saltaba y jugaba en el parque, pero después de esa mañana había perdido el interés de caminar y correr al aire libre, prefería permanecer sentado o acostado en su casa y temía que si pasaba mucho tiempo desconectado de las pantallas se podría descargar. Cuando sus papás lo llamaban para recordarle que debía bañarse, comer, dormir o realizar sus deberes, Juanito se ponía de mal humor, sus ojos se volvían rojos y le salía humo por sus orejas de robot.

Anexo No. 2



Manejo del tiempo

¿En qué momentos del día puede usar Juanito la tecnología?
¿Cuánto es el tiempo máximo?



Contenido

¿Qué programas, juegos o aplicaciones puede usar Juanito?
¿Cuáles no?



Actividades alternativas

¿Qué otras actividades puede volver a hacer Juanito para



volver a ser un niño normal?

¿Cómo le vas a proponer a Juanito que haga estas actividades alternativas?



Supervisión y acompañamiento

¿Cuáles son las tecnologías que Juanito puede usar solo y cuáles no?

¿En qué sitios puede acceder a la tecnología? Casa, colegio, vecino/a, con un desconocido



SECUENCIA DIDÁCTICA

1. DATOS GENERALES

Nombre del taller: ¿Con qué nos quedamos?	Taller No. 5
Institución Educativa: Institución Educativa Buenos Aires.	Dirección: Zona rural del Municipio de Palestina Huila.
Docente investigadora: Marycruz Guevara.	Fecha: 30/9/2025
Tema: Autonomía: Participación de los niños y niñas en la toma de decisiones frente a la frecuencia e intensidad del uso de las TIC.	
Grado: Aula Multigrado.	Tiempo: 40 Minutos.
Introducción: La intención de esta sesión es que los niños y niñas fortalezcan su capacidad de decidir frente a la frecuencia e intensidad del uso de las TIC, como también, hacer el cierre de las actividades de intervención.	
Actividad de Apertura o de sensibilización y exploración: La docente pedirá a todos los niños y niñas que se sienten formando un círculo con sus sillas, mientras ella está de pie en el centro. Por lo tanto, explicará que la regla principal es que va a decir frases relacionadas con cómo usan la tecnología. Si la frase es cierta para alguien, debe levantarse rápidamente y cambiar de lugar ocupando otro sitio. Para ello usará las siguientes frases: <ul style="list-style-type: none"> ● “Cámbiate de lugar si usas el celular más de 2 horas al día.” ● “Cámbiate de lugar si ves televisión todos los días.” ● “Cámbiate de lugar si prefieres jugar afuera más que usar pantallas.” ● “Cámbiate de lugar si alguna vez te has quedado con sueño por usar pantallas en la noche.” ● “Cámbiate de lugar si usas el computador para hacer tareas.” ● “Cámbiate de lugar si disfrutas ver videos en familia.” En cada ronda se retirará una silla y luego de que se hagan varias rondas, la docente hará preguntas como: <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Qué frases hicieron que se movieran más? ● ¿En qué nos parecemos y en qué somos diferentes en el uso de la tecnología? ● ¿Qué descubrimos sobre la cantidad de tiempo que dedicamos a las pantallas? 	



Se concluirá que todos usamos la tecnología de formas distintas, pero es importante aprender a decidir cuánto tiempo dedicarle para que no nos quite otras actividades importantes como dormir, jugar o compartir con la familia.

Actividades de desarrollo: La docente preguntará a los niños y niñas:

- ¿Cuánto tiempo pasan al día usando celular, tablet, computador o televisor?
- ¿Qué hacen más: jugar, estudiar, ver videos, hablar con amigos?

Luego explicará que van a construir un **reloj digital de decisiones** que les ayude a pensar cuánto tiempo quieren dedicar a la tecnología y a otras actividades importantes.

Cada niño/a recibirá un círculo de papel (asimilando a un reloj). Se les pedirá que dividan en 3 partes con colores:

- **Pantallas** (uso de TIC).
- **Tiempo en movimiento** (jugar, hacer deporte, correr).
- **Tiempo con otros** (familia, amigos, leer, descansar).

Luego, cada niño/a coloreará y marcará cómo está usando su tiempo actualmente. La docente planteará algunas situaciones:

- “Si hoy ya jugaste 2 horas en la tablet y todavía tienes tarea, ¿qué decides hacer?”
- “Si ya viste televisión en la mañana, ¿cuánto tiempo más es saludable en la tarde?”
- “Si un amigo te invita a jugar fútbol y al mismo tiempo quieres seguir en el celular, ¿qué decides?”

Los niños reflexionarán y pueden ajustar su reloj para representar la decisión que consideran más saludable. La docente concluirá con la reflexión de que ser autónomo/a es saber elegir lo que les hace bien. La tecnología es útil y divertida, pero necesitamos equilibrarla con otras actividades para estar sanos, aprender y compartir con los demás.

Etapas de Acercamiento: La docente dirá a los niños y niñas que así como la música tiene ritmo, también nuestra vida necesita equilibrio. Por ello, les mencionará que van a inventar una canción para aprender a decidir mejor cómo usar la tecnología y que para ello deben formar pequeños grupos de 4–5 niños.

1. Cada grupo recibirá 2 tarjetas con las siguientes palabras o imágenes.

- Celular – dormir
- Computador-tiempo libre.
- Televisor-hacer la tarea.
- Internet- mucho rato.
- Redes sociales- comer en familia.
- Videojuegos-

pausa.

Con esas palabras deberán crear un verso corto y rítmico (ejemplo: “*Si uso mucho el celular, me cuesta descansar*”). Mientras inventan la frase, deberán marcar el ritmo con palmas, maracas o cualquier objeto que encuentren en su entorno. Después de 5 minutos, cada grupo compartirá su “estrofa” cantada o recitada al ritmo elegido. La docente finalizará este momento con la reflexión de que así como hicieron una canción juntos, también pueden ser autónomos al saber cuándo parar y cuándo seguir con las TIC.

Etapas de Elaboración: La docente explicará que van a imaginar y diseñar su semana digital soñada, para pensar cómo les gustaría equilibrar la tecnología con otras actividades. Para ello, cada niño/a recibirá una hoja con los 7 días de la semana en la que deberán dibujar o escribir:

1. Cuánto tiempo quieren dedicar a pantallas cada día.
2. Qué otras actividades incluirán (ej.: jugar al aire libre, hacer deporte, leer, pasar tiempo en familia, hacer tareas).

Luego, los niños se agruparán de 4 a 5 integrantes y cada uno compartirá su semana digital soñada, juntos deberán buscar acuerdos y construir una versión en común, respondiendo:

- o ¿Cuánto tiempo máximo de pantallas sería saludable por día?



- ¿Qué actividades no deben faltar en la semana?
- ¿Qué momentos deberían ser libres de pantallas (ejemplo: comidas, antes de dormir)?

Para finalizar, deberán dibujar o escribir en un papel su propuesta conjunta y presentar su “semana digital soñada” al resto. La docente concluirá resaltando que las pantallas son parte de nuestra vida, pero también necesitamos otras actividades para crecer sanos, divertirnos y aprender.

Actividades de Cierre o Puesta en común: Se finalizará generando un espacio de conversación con los niños y niñas en el que se hará preguntas como:

- a. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
- b. ¿Qué aprendí hoy sobre la frecuencia con que debo usar las TIC?
- c. ¿Cuánto tiempo voy a elegir usar la tecnología?

OBJETIVOS, COMPETENCIAS Y CONTENIDOS

Objetivo de aprendizaje:

- Promover la autonomía de los niños y niñas en la toma de decisiones frente al uso de la tecnología
- Reflexionar sobre la frecuencia e intensidad del uso de las TIC.
- Diseñar acuerdos que contengan reglas saludables sobre el uso de las tecnologías.

Contenidos a desarrollar o conceptualización:

- Autonomía.
- Toma de decisiones.
- Frecuencia y/o intensidad del uso de las tecnologías.

Recursos

- Humano (Docente).
- Sillas.
- Papel.
- Lápices y colores.
- Tarjetas con frases o dibujos.

Evaluación y productos Asociados.

Dibujos y preguntas orientadoras a la actividad de cierre.

Referencias Bibliográficas:



Kilbey, E. (2018). Niños desconectados. Cómo pueden crecer nuestros hijos sanos y felices en la era digital. EDAF.

MinTIC -Ministerio Colombiano de tecnologías de la información y comunicaciones (2018) Disponible en <https://colombiatic.mintic.gov.co/679/w3-channel.html>