



Unitat didàctica Estàs pantallat?

**Activitats per a l'aula i les famílies
de suport a l'obra de teatre Estàs pantallat?**

Setembre de 2014

<http://edpac.cat>

Índex

Introducció	3
La representació teatral	
Anàlisi dels continguts de l'obra	
Consoles i jocs d'ordinador	4
Xats i e-xarxes socials	5
Televisió	6
Mòbil	7
Activitats d'ensenyament	8
Jocs de consola i ordinador	
ACTIVITAT J1/ Estic farta del meu germà	
ACTIVITAT J2/ Marquem-nos un gol	
ACTIVITAT J3/ Què puc fer a les tardes?	9
Xats i e-xarxes	10
ACTIVITAT X1/ Fa tant que no ens escrivim...	10
ACTIVITAT X2/ Mentim?	
ACTIVITAT X3/ Quant temps passo a les e-xarxes socials?	
ACTIVITAT X4/ El prospecte dels xats	11
Televisió	
ACTIVITAT T1/ Vota per mi, paga-li a ell	12
ACTIVITAT T2/ Incomunicats TV	
ACTIVITAT T3/ Vull ser famosa	
Mòbil	13
ACTIVITAT M1/ Missatges urgents?	
ACTIVITAT M2/ Em compres un mòbil?	
ACTIVITAT M3/ Explica-m'ho amb deu paraules	14
Pantalles en general	
ACTIVITAT P1/ Ho tinc, ho tinc... em falta!	
ACTIVITAT P2/ Una carta per a un addicte a les pantalles	15
ACTIVITAT P3/ El preu d'estar pantallat	
Activitats amb les famílies	16
ACTIVITAT F1/ Les hores compten	
ACTIVITAT F2/ Les pantalles a casa	17
ACTIVITAT F3/ El cap de setmana sense pantalles	

Introducció

El programa Estàs pantallat? és una iniciativa d'Educació per a l'Acció Crítica per promoure al cycle superior de primària i primer cycle de secundària la reflexió i l'ús responsable de les tecnologies de la informació, la comunicació i el lleure.

Consta d'una obra de teatre educatiu i unes propostes didàctiques pel treball a l'aula i amb les famílies, per intervenir en continguts, actituds i aptituds associades a les consoles de joc i els e-jocs, els xats amb persones autoritzades, el mòbil i la televisió.

L'obra de teatre educatiu realitzada per dos professionals té sentit educatiu per sí mateixa. Tanmateix un abordatge previ o posterior per part de l'equip de mestres o el professorat millorarà el seu impacte. Aquest material didàctic és una eina perquè l'equip del centre educatiu reforci i complementi l'obra, mitjançant activitats per realitzar amb l'alumnat i promoure la implicació de la família. El paper d'aquesta serà fonamental a l'hora de fomentar l'ús responsable dels infants amb les TIC.

L'activitat

Realització	Dues persones amb formació teatral i educativa
Parts	L'activitat consta de dues parts: <ul style="list-style-type: none">• Obra de teatre (amb escenes sobre les consoles de joc, els xats amb persones autoritzades, el mòbil i la televisió).• Debat.
Durada	1,15 - 1,30 h
Espai necessari	Espai tancat i ampli -com una aula gran, una sala d'actes, un gimnàs o un biblioteca- que disposi de punt de llum.
Material necessari	El centre educatiu hi ha de posar: <ul style="list-style-type: none">• Un allargant per a la presa de corrent.• 2 taules individuals.• 2 cadires.
Alumnat	Màxim dos grups classe simultàniament.

Anàlisi dels continguts de l'obra

En aquesta guia didàctica s'inclou de cada pantalla tractada en l'obra:

- La part de la representació on hi apareix.
- La idea o contingut principal.
- L'anàlisi.
- Algunes conductes indesitjables en l'ús de les TIC.
- Propostes d'usos responsables de cada eina.

Consoles i jocs d'ordinador

Idea	Representació a l'obra	Situació indesitjable
Aïllament "Jugo sol o sola"	Una noia suggereix al seu germà que baixin a jugar al carrer. Ell, mentrestant, pràcticament no estableix comunicació amb ella.	És una forma de trencament de les relacions amb els seus iguals. Els infants acostumen a passar moltes hores sols davant una pantalla i perden espais de relació amb els altres.
Individualitat "Estic només pendent de la consola"	Mentre dura la partida no la mira, no la toca i pràcticament no parla. Només està pendent de la pantalla que té al davant.	Quan es juga, es pot estar sol a l'habitació o bé estar en un espai compartit (pati de l'escola, transport, etc.) però se segueix estant sol, només pendent de la partida i no del que passa al seu voltant.
Passivitat "Jugo assegut a una cadira"	La germana li recrimina l'actitud. Li diu que passa moltes hores jugant i que la manera com viu el joc és totalment desproporcionada.	Des de la seva cadira es transporten a un món d'"acció" només movent un dit. Mentre pensen que estan jugant un partit de futbol, fent una guerra contra els dolents, realment no s'han mogut de la cadira.
Fantasia "Em desconnecta de la realitat i m'ho dona tot fet"	En Marc està molt immers en el joc, tant que fins i tot dona puntades de peu a l'aire com si fos ell qui realment està protagonitzant l'escena del joc.	Amb un joc poden ser pilots de fórmula 1, estrelles del futbol o lluitadores amb súper poders, però sense l'esforç d'imaginar ni com és el cotxe, ni perquè lluiten ni quins poders tenen. Limita la capacitat imaginativa i pot afectar l'estat d'ànim; allò que en principi diverteix pot dur a estats de tristesa, enuig o ira.
Addicció "Passo massa hores amb la consola"	En Marc, com cada tarda, passa moltes hores jugant. La seva germana li demana que l'acompanyi, la seva resposta és negativa.	Especialment els nois poden passar moltes hores seguides jugant. Durant el cap de setmana, encara més. L'ús abusiu de la consola pot provocar sobreestimulació i manca de descans.
Violència "Empro jocs violents"	Quan comença la partida, només hi ha agressivitat: tant la que es percep de dins el joc com la que en Marc li expressa a la seva germana. Anirà en augment a mesura que avanci l'escena.	Molts jocs tenen com a eix principal la violència. No condueixen a la reflexió, només fan ús de l'agressivitat com a mètode de diversió.

Suggeriments per a un ús responsable

- Em poso un temps màxim per jugar amb la consola de joc i el respecto.
- Em preocupo si veig que la consola de joc està envaint els espais on no toca que jugui, com quan estic sopant.
- Redueixo el temps dedicat al joc si jugar em canvia l'estat d'ànim.
- Trio els jocs que no siguin ni sexistes ni violents.
- Per evitar la dependència dels jocs on-line, si vull jugar ho faig amb un amic o amiga a casa.
- Vigilo de no estar tot el dia parlant de la partida i pendent de la consola o els e-jocs.

Xats i e-xarxes socials

Idea	Representació a l'obra	Situació indesitjable
Passivitat "Estic tota l'estona asseguda a la cadira"	Els protagonistes quan arriben de l'escola el primer que fan és seure a la cadira davant l'ordinador.	Davant l'ordinador no es mouen d'una cadira; els nois i les noies haurien d'estar actius i cremar energia.
Fantasia "Explico algunes coses que no són veritat"	Els dos s'expliquen mentides sobre la seva edat, les seves aficions o gustos, etc. Creen una personalitat fictícia.	Poden inventar-se fantasies, mentir, explicar coses només per agradar o impressionar, o ser víctimes d'aquestes mentides.
Aïllament "No estic amb les meves amigues"	Els personatges es "coneixen" via e-xarxes socials. Se n'adonen que són veïns cosa que els condueix a "quedar". Però no per veure's cara a cara sinó a les xarxes.	És una sensació que els nois i noies tenen quan estan connectats, però en realitat estan sols/es a la seva habitació. Es corre el risc de que supleixin els espais de relació cara a cara.
Addició "Passo massa hores a les xarxes socials"	Un protagonista és interpel·lat per la seva mare constantment, a la qual cosa contesta que en breu tanca l'ordinador per anar a ajudar-la.	Els nois i les noies poden passar moltes hores seguides xatejant o navegant. A més hores lliures -com els caps de setmana- més possibilitats de dedicar massa temps a les pantalles.

Suggeriments per a un ús responsable

- Em dosifico l'ús i em connecto un parell de dies per setmana.
- Em mostro tal com sóc i intento no dir mentides.
- Sóc conscient que quan estic connectada, estic sola i no parlant amb els amics i amigues.
- Intento conservar i potenciar els espais de relacions cara a cara.
- Les coses importants les dic en situacions on puc emprar el llenguatge no verbal.

Televisió

Idea	Representació a l'obra	Situació indesitjable
Passivitat "M'encanta seure tota la tarda a mirar la tele"	Una noia i el seu pare seuen davant la televisió. El pare només té ulls per la tele i es queda empanat.	Passa el mateix que amb les consoles de joc i amb certs programes de l'ordinador; les pantalles ens obliguen a estar asseguts/des davant d'elles.
Publicitat "Sempre que veig la tele no paren de fer anuncis"	La nena li demana el mòbil que està sortint als anuncis perquè el seu ja no és l'últim. El vol perquè a la classe gairebé el té tothom.	Els espais publicitaris són constants i s'adeqüen al públic que veu el programa. Les multinacionals exhibeixen els seus productes per fomentar-ne el consum, fins aconseguir crear necessitats inexistents.
Incomunicació "A casa sempre sopem veient la tele"	La filla li demana que canviï de canal o bé apaugui la televisió. El pare pràcticament no l'escolta.	Moltes famílies tenen el costum de fer els àpats davant la tele i aquest espai d'interrelació es veu envaït. Si estem davant la pantalla, no hi ha comunicació; als únics que escoltem són als de la tele.
Imatge "Vull estar com la de l'anunci"	La filla comenta al pare que el personatge que surt a la tele està molt canviat. El pare respon que s'ha comprat aquell aparell de fer exercici.	La televisió fa una constant al·lusió a l'autoimatge en la majoria de productes que ofereix. La publicitat i els programes estan plens d'estereotips: bellesa, estar primes, felicitat en el consum...

Suggeriments per a un ús responsable

- A casa només tenim tele al menjador.
- Només miro el meu programa preferit i quan ja he acabat els deures.
- Si estic amb la família sopant, apaguem la tele i ens expliquem les coses.
- No em crec tot el que hi surt. Si alguna cosa m'interessa contrasto amb d'altres persones o canals d'informació.

Mòbil

Idea	Representació a l'obra	Situació indesitjable
Desconnexió "M'oblido del que passa al meu voltant"	El noi intenta establir conversa amb la seva amiga. Ella no l'escolta, tot gira entorn del seu mòbil fins al punt de convertir-se en el tema principal de conversa.	Per alguns infants quan el mòbil sona o vibra allò que els envolta desapareix: l'amiga amb la que s'està parlant o l'explicació de la mestra.
Exclusió "Si no tinc mòbil, em quedaré sense amics"	El noi es queixa; se sent marginat perquè és l'únic que no té mòbil.	Els nois o noies que no en tenen poden sentir-se desplaçats o incomunicats (no reben missatges, no s'assabenten quan es queda...) quan qui en té podria buscar altres maneres de comunicar-se.
Addicció "Estic tot el dia i a tot arreu pendent del mòbil"	La mestra li ha pres el mòbil a una nena perquè li ha sonat a classe. Estava molesta, com si l'haguessin privat d'una necessitat bàsica. Els protagonistes riuen com si a ells no els hi passés el mateix.	Per a algunes persones s'ha tornat un element imprescindible. Sempre el porten a sobre, estan massa pendents d'ell i es posen nerviosos si no el poden fer servir.
Consumisme "Aprenc a ser un consumidor"	La protagonista es queixa. Els pares no li posen tarifa amb internet i sempre ha de buscar wifi. Segons ella això la limita molt.	Els nois i noies de seguida volen tenir tarifes i mòbils millors, incorporant necessitats creades per la publicitat.

Suggeriments per un ús responsable

- L'apago quan no el puc fer servir o no el necessito (a classe, quan dormo, al cinema, etc.).
- L'utilitzo només per a coses necessàries i importants.
- No deixo algú amb la paraula a la boca per contestar el mòbil o llegir un missatge.
- Prenc consciència de l'impacte ambiental i social que genera el canvi de mòbil constant.
- Si veig que estic massa pendent o m'estic gastant més diners dels que tenia previst, puc reduir el consum o apagar-lo uns dies.

Activitats d'ensenyament

Jocs de consola i ordinador

Activitat	Descripció	Objectius
J1	Es busquen solucions per resoldre el conflicte entre els protagonistes de l'escena de consoles.	<ul style="list-style-type: none">Abordar la resolució de conflictes a partir de situacions properes a l'alumnat.Posar-se al lloc de l'altre, fomentant el diàleg i la pràctica d'escoltar activament.Diferenciar la violència del conflicte.
J2	S'analitzen les diferències entre jugar un partit de futbol amb la consola o al camp.	<ul style="list-style-type: none">Conscienciar sobre l'ús exagerat dels videojocs.Fomentar els jocs tradicionals, d'equip i cooperatius.
J3	Se cerquen activitats d'oci en el seu context més pròxim.	<ul style="list-style-type: none">Afavorir un oci actiu i saludable.Conèixer les alternatives lúdiques i esportives que ofereix l'entorn.

ACTIVITAT J1/ Estic farta del meu germà

Proposta educativa

El grup classe posa en comú el conflicte que els dos personatges de l'obra tenien mentre un d'ells jugava a la consola. L'alumnat es divideix en parelles o petits grups de nombre parell. Una part del grup es posa en la situació del Marc i l'altre en la de la germana. Han de fer propostes per resoldre el problema entre en els dos. Després es canvien els rols amb la intenció de seguir pensant en noves possibles solucions al conflicte. Les diferents solucions es compartiran amb la resta de l'aula. Finalment, els grups han d'arribar a un acord sobre la solució definitiva del conflicte.

Durada

30 min

Material

Paper reciclat, llapis i pissarra.

ACTIVITAT J2/ Marquem-nos un gol

Proposta educativa

La classe es divideix en dos grups: un pensa en els avantatges i els inconvenients del joc de futbol amb la consola. L'altre grup pensa en els avantatges i els inconvenients de jugar a futbol al terreny de joc. Es comparteixen les aportacions dels dos grups i el mestre/a o professor/a escriu les aportacions a la pissarra. El mestre/a o professor/a condueix un debat amb tot el grup classe. Un cop acabat, l'alumnat es posiciona a favor dels jocs amb la consola o els físics. Les conclusions a les que arriben, es poden escriure i fer un mural per penjar a l'aula.

Durada

30 min
1 h amb el mural

Material

Pissarra i paper d'embalar

ACTIVITAT J3/ Què puc fer a les tardes?

Proposta educativa

El mestre/a o professor/a explica la situació de tres nois:

El Pau i el Mohamed han decidit no jugar per un temps amb la consola. Els dos amics s'han ajuntat amb la Marta –una noia que ha deixat les e-xarxes socials–, però ara cap dels tres sap què fer a les tardes.

En grups de 4 o 5, l'alumnat haurà de trobar activitats (preferiblement gratuïtes) que en Pau, en Moha i la Marta podrien fer a la població del centre educatiu. Per exemple:

- Jugar a pilota a la plaça del mercat.
- Anar al centre cívic o la biblioteca.
- Apuntar-se a una colla castellera.

Cada grup explicarà a la classe totes les activitats que han pensat.

El mestre/a o professor/a preguntarà a l'alumnat quines activitats fan habitualment i els convidarà a practicar aquelles que siguin física o mentalment interessants.

L'activitat es pot enriquir proposant una recerca d'activitats fora de l'horari escolar (al punt d'informació juvenil, al servei d'informació de l'Ajuntament, etc.).

Durada

30 min

Material

Pissarra, paper reciclat i llapis

Xats i e-xarxes

Activitat	Descripció	Objectius
X1	S'escriu una carta a algun dels companys de la classe on poden explicar alguna cosa de la seva vida.	<ul style="list-style-type: none">• Ser conscients de l'ús incorrecte del llenguatge escrit als xats i a les e-xarxes.
X2	L'alumnat explica dues històries, una que és veritat i una altra que és mentida.	<ul style="list-style-type: none">• Reconèixer que sovint es diuen mentides a través dels xats i les e-xarxes, i ser capaços de reflexionar sobre els motius i les conseqüències.• Trencar amb la idea de que emprar un xat és "connectar-se" i ser conscients que quan el fem servir, sovint estem desconnectats de la realitat.
X3	Es calcularan quantes hores s'està connectat a les e-xarxes socials i des del mòbil.	<ul style="list-style-type: none">• Conscienciar sobre el temps dedicat l'ús dels xats i xarxes socials i promoure un ús moderat.
X4	Es reflexiona sobre si els xats poden millorar el temps lliure o bé crear problemes.	<ul style="list-style-type: none">• Fomentar l'oci creatiu i saludable.

ACTIVITAT X1/ Fa tant que no ens escrivim...

Proposta educativa	<p>L'alumnat es posa per parelles i cada un escriu una carta a l'altre. S'intercanvien les cartes amb la parella i se les llegeixen mútuament. Amb la seva parella, escriuen el que la carta diu però, aquest cop, fent servir el mateix llenguatge i els signes que farien servir al xat. Es tornen a intercanviar els escrits i els comparen amb la carta d'abans. El grup classe haurà de pensar en les diferències que hi ha entre una carta i l'altra (es poden anar apuntant a la pissarra):</p> <ul style="list-style-type: none">• S'entén de la mateixa manera?• En quina emprem un llenguatge més clar i correcte?• On queda més clar el que es vol expressar?
Durada	1 h
Material	Paper reciclat i llapis

ACTIVITAT X2/ Mentim?

Proposta educativa	<p>Individualment han de pensar dues històries que hauran d'explicar a la resta. Una serà la història d'un fet real i l'altre un fet inventat. Surten davant els companys/es i expliquen les dues històries. La resta haurà d'endevinar quina és la de veritat i quina és la de mentida i, en cas d'encertar-ho, explicar perquè ho han endevinat. La persona que ha sortit comparteix amb els companys/es si li ha estat fàcil o difícil dir una mentida davant la resta i el perquè.</p>
Durada	30 min

ACTIVITAT X3/ Quant temps passo a les e-xarxes socials?

Proposta educativa	<p>El mestre/a o professor/a demanarà a l'alumnat que compti i escrigui quantes hores es connecten cada setmana. Per fer-ho més exacte es pot demanar amb antelació. Partint de què un mes té 4,3 setmanes i un any 52 setmanes, hauran de calcular quants dies sencers (comptant 16 h per dia que estem desperts) hi estaran connectats en:</p> <ul style="list-style-type: none">• 1 mes.• 1 any.• Fins acabar l'ESO.• Fins que tinguin 18 anys. <p>Voluntàriament els nois i les noies compartiran amb la resta els resultats. Mentre, s'anotarà a la pissarra alguna de les xifres. En grups de 3 o 4 faran una llista de totes les coses que haurien deixat de fer per estar sols i asseguts en una cadira (fer un viatge, aprendre un idioma o tocar uns instrument...).</p> <p>El mestre/a o professor/a recollirà les aportacions i farà un debat final.</p>
Durada	30 min
Material	Paper reciclat i llapis

ACTIVITAT X4/ El prospecte dels xats

Proposta educativa

Es demana als joves que, en grups de 4 - 6 omplin els següents apartats del prospecte d'un medicament, però pensant en un xat amb persones agregades. Hi hauran d'incloure:

- Nom.
- Fabricant.
- Què és.
- Per a què es fa servir.
- Abans de prendre'l.
- Contraindicacions (qui no en pot prendre).
- Com prendre'l: dosi habitual.
- Possibles efectes adversos.
- Data de caducitat.
- Preu.

Els diferents grups llegeixen els seus prospectes a la resta i es debaten les opinions diferents.

Posteriorment es tornaran a trobar en grup. Aleatòriament es dividiran en parts iguals entre un equip format per professionals de la psicologia, medicina i educació, i joves pacients.

Els pacients hauran d'explicar als tècnics quin ús en fan. L'equip professional, en funció de si compleix o no les recomanacions del prospecte, haurà de fer un diagnòstic i pausar un tractament si ho considera necessari. Per exemple:

- "Molt bé; segueix com fins ara".
- "Com a mínim 30 min de lectura al dia".
- "Dejuni de xat durant una setmana".
- "Jugar un partit aquesta tarda per enfortir el cos".

Durada

1 h

Material

Paper reciclat i llapis

Televisió

Activitat	Descripció	Objectius
T1	Es fa un concurs on han de pagar per escollir l'actuació que els hi ha agradat.	<ul style="list-style-type: none">• Potenciar la capacitat d'anàlisi crítica sobre els missatges dels mitjans de comunicació.• Fomentar el consum crític dels programes de la televisió.
T2	L'alumnat experimenta explicant una història sense ser escoltats.	<ul style="list-style-type: none">• Potenciar la capacitat d'anàlisi crítica sobre els missatges audiovisuals.• Conscienciar sobre la incomunicació que genera la televisió quan es menja els espais comuns i familiars.
T3	Enlloc d'admirar famosos, es valoraran aspectes positius dels companys i les companyes.	<ul style="list-style-type: none">• Millorar la pròpia imatge.• Valorar les virtuts de persones properes i qüestionar l'admiració als personatges que surten a la televisió.

ACTIVITAT T1/ Vota per mi, paga-li a ell

Proposta educativa	<p>El grup classe es divideix per parelles. Cada parella haurà de triar un objecte quotidià i pensarà en les seves propietats, característiques, utilitats etc.</p> <p>L'objectiu de cada una serà vendre el màxim d'objectes a la resta del grup. Per aconseguir-ho haurà de pensar un anunci publicitari i representar-lo teatralment.</p> <p>El professorat explicarà prèviament que la publicitat utilitza estratègies de tota mena per aconseguir el seu objectiu i que tot s'hi val: explicar només allò positiu, amagar informació, mentir...</p> <p>En acabar el seu anunci la resta del grup classe decidirà si compren el producte o no. L'activitat finalitzarà amb una reflexió sobre la publicitat i sobre si ens influencia o no en el nostre dia a dia.</p>
Durada	30 min

ACTIVITAT T2/ Incomunicats TV

Proposta educativa	<p>Dues persones de la classe se situaran una a cada extrem de l'aula. Una explicarà una anècdota a l'altra. Abans de fer-ho però, la resta del grup classe es col·locarà enmig de les dues persones i parlaran o faran sons per tal de crear una barrera acústica.</p> <p>Després de compartir com s'han sentit i reflexionar sobre les diferències entre: escoltar, ser escoltat o escoltada, no escoltar i no ser escoltat/da, el professorat farà un paral·lelisme amb aquelles situacions en les que la televisió esdevé una barrera comunicativa.</p>
Durada	20 min
Material	Pissarra

ACTIVITAT T3/ Vull ser famosa

Proposta educativa	<p>El mestre/a o professor/a explica com sovint admirem a qui surt per la televisió i que ens agradaria ser com ells o elles, i que això ens pot dur a deixar de valorar a qui més a prop tenim.</p> <p>Es reparteix a cada noi o noia 5 paperets amb la frase: "M'agradaria ser com tu, perquè ets molt..." i 5 noms de companys/es de classe.</p> <p>Els hauran d'omplir pensant coses positives i que admiren d'aquests 5 alumnes. Els papers seran anònims. A mesura que vagin acabant, es recolliran.</p> <p>El professor/a llegirà en veu alta tots els comentaris. Els hi preguntarà als nois i les noies si ho sabien que tenien tantes coses que agradaven a la resta i com s'han sentit al rebre floretes.</p> <p>Es crearà un espai de debat per compartir emocions i parlar sobre l'admiració a persones properes (els amics i les amigues) i a persones que no coneixem (la gent famosa).</p>
Durada	45 min
Material	Paper reciclat i llapis

Mòbil

Activitat	Descripció	Objectius
M1	L'alumnat analitza com són els missatges instantanis que acostumen a enviar.	<ul style="list-style-type: none">• Reflexionar sobre l'ús que es fa dels missatges.• Plantejar alternatives gratuïtes al mòbil per reduir-ne el consum.
M2	Es busquen raons per tenir i per no tenir mòbil i escriuran una petita obra de teatre.	<ul style="list-style-type: none">• Valorar els aspectes positius i negatius de tenir o no tenir mòbil.• Fomentar l'empatia, el diàleg i la presa de decisions en relació a conflictes amb el mòbil.
M3	Els nois i les noies expressen amb un límit de paraules, com si fossin SMS o twitter.	<ul style="list-style-type: none">• Valorar la limitació del llenguatge amb l'ús de la missatgeria instantània.• Plantejar alternatives als missatges instantanis.

ACTIVITAT M1/ Missatges urgents?

Proposta educativa

La classe es divideix en grups de 5 - 6. Faran una llista amb les diferents raons que els motiva a enviar un missatge instantani (demanar deures, quedar, explicar una tafaneria, etc.).

Es dibuixarà a la pissarra 3 columnes amb les següents categories:

Importants o necessaris / Poc importants / Gens importants.

Es llegiran les raons i entre tot el grup es posaran a una de les tres columnes.

Es fa un recompte final i es convida l'alumnat a la reflexió i al debat sobre l'enviament de missatges de text.

Finalment es poden cercar alternatives per reduir-ne el nombre. Per exemple:

- Quedar cara a cara abans de marxar.
- Trucar de fix a fix.
- No fer grups de converses.
- Emprar-lo només quan hi ha un afer important.

Durada

30 min

Material

Paper reciclat, llapis i pissarra

ACTIVITAT M2/ Em compres un mòbil?

Proposta educativa

Entre tots els nois i noies hauran de trobar deu arguments a favor i en contra de tenir mòbil. S'anotaran a la pissarra.

En grups de 5 a sis escriuran un diàleg com si d'una petita obra de teatre es tractés.

L'argument haurà de seguir el següent patró:

- Un noi o noia demanarà a la seva tieta o al tiet que li compri un mòbil. Recorrerà als tiets ja que els pares no volen comprar-li'n. La mare o el pare no consideren que el fill/a en necessiti, per això s'hi oposen.
- La tieta o tiet hauran d'escoltar els arguments de les dues parts per, finalment, decidir si li compraran o no.

Cada grup llegirà (o interpretarà) el seu diàleg a la resta dels companys i explicarà perquè la tieta finalment li ha o no comprat el telèfon mòbil.

El mestre/a o professor/a obrirà un espai per a que l'alumnat comparteixi sensacions o experiències relacionades amb el conflicte de la tinença i compra de mòbils.

Durada

1 h

Material

Paper reciclat, llapis i pissarra

ACTIVITAT M3/ Explica-m'ho amb deu paraules

Proposta educativa

L'alumnat agafarà un paper i haurà de respondre certes preguntes amb un màxim de paraules: un terç amb un límit de 10, un altre amb 30 i l'últim sense límit. Poden estar relacionades amb l'obra de teatre Estàs pantallat?:

- Feu un petit resum del acte de la televisió.
- Com veieu el pare que només mira la tele?
- Penseu que els videojocs de lluita són adients per a la vostra edat?
- Us heu sentit identificats amb les nenes que xatejaven?

El mestre/a convidarà l'alumnat a explicar si els hi ha resultat fàcil o difícil expressar-se amb límit de paraules, i es buscaran diferències entre les explicacions dels tres grups. Finalment es pot fer una reflexió sobre la pobresa semàntica i ortogràfica associada a l'ús dels SMS i dels xats.

Durada

30 min

Material

Paper reciclat, llapis i pissarra

Pantalles en general

Activitat	Descripció	Objectius
P1	Els nois i les noies viuen la situació de no tenir allò que la majoria té.	<ul style="list-style-type: none">• Promoure el respecte i l'empatia vers qui no empra pantalles.• Fomentar l'esperit crític en l'ús d'aquestes tecnologies.
P2	L'alumnat escriu una carta a un hikikomori enganxat a les pantalles animant-lo a sortir.	<ul style="list-style-type: none">• Valorar un oci actiu i saludable enlloc d'un de sedentari i en soledat.• Conèixer algunes conseqüències indesitjables de certs usos de les pantalles.
P3	Es calcula els diners gastats en pantalles i accessoris (incloent un mòbil pagat cada mes).	<ul style="list-style-type: none">• Valorar i qüestionar la despesa de les pantalles i els seus accessoris en l'economia familiar.

ACTIVITAT P1/ Ho tinc, ho tinc... em falta!

Proposta educativa

S'ajunta l'alumnat en grups de 4. El mestre/a o professor/a explica que han d'imaginar-se que cada membre del grup disposa de totes les pantalles menys una. A cada membre n'hi falta una de diferent (consola, mòbil, televisió, ordinador, tableta...). El grup iniciarà un diàleg de 5 min sobre cada una de les quatre, en el que només debatran els 3 que en tenen. Hauran de parlar de les excel·lències de l'eina i intentar fer-li a veure a qui no en té de la seva necessitat. Qui condueix l'activitat farà èmfasi en què no es tracta de menysprear o riure's de l'altre, sinó de presumir d'allò que l'altre no té. Cada 5 min el professor/a farà que es canviï la pantalla de la que parlen, canviant així la persona que està callada. El mestre/a demanarà a l'alumnat com se sentia quan la resta li enraonava sobre allò que no tenia. Finalment, preguntarà si ens hem sentit desplaçats algun cop per no tenir certes coses i reflexionarà sobre si som allò que posem.

Durada

45 min

Material

Pissarra

ACTIVITAT P2/ Una carta per a un addicte a les pantalles

Proposta educativa	<p>El professor/a explicarà el fenomen dels hikikomori al Japó: joves que no surten de la seva habitació a causa de la pressió que la societat exerceix sobre l'individu, cosa que en ocasions els condueix a passar mesos davant l'ordinador i la consola.</p> <p>En grups de 5 o 6 escriuran una carta a un hikikomori imaginari. Hauran de mirar de convèncer-lo perquè surti primer de l'habitació i després de casa, tot anomenant tot allò que s'està perdent quan està tancat.</p> <p>Els nois i les noies llegiran les seves cartes a la resta de companys.</p> <p>Finalment es pot escollir la redacció més ben escrita i la més creativa.</p> <p>Per complementar l'activitat, poden fer un mural amb totes les activitats que es poden fer sense cap pantalla.</p>
Durada	1 h
Material	Paper reciclat i llapis

ACTIVITAT P3/ El preu d'estar pantallat

Proposta educativa	<p>Es fan grups de 4 o 5. Cada grup haurà d'escollir les pantalles i tecnologies associades que li sembla que ha de tenir una casa amb aquestes característiques:</p> <ul style="list-style-type: none">• Té tres habitacions, una cuina i un sala – menjador.• Hi viuen cinc persones: el pare i la seva companya, una noia, un noi i l'àvia. <p>Hauran de posar-les als diferents espais, sumar el total i omplir la fitxa annexa.</p> <p>Cada grup explicarà a tot el grup les pantalles elegides i escollirà quines d'aquestes li semblen necessàries i de quines se'n pot prescindir.</p> <p>Seguidament el mestre/a o professor/a demanarà el preu mig de cada pantalla o tecnologia per posar-la a la pissarra i calcular la despesa total que hauria de suportar aquesta família durant un any.</p> <p>Finalment obrirà un espai per reflexionar sobre el seu impacte en l'economia d'una família.</p>
Durada	45 min
Material	Paper reciclat i llapis Fitxa annexa

Fitxa Pantalles i accessoris associats

	Sala	Hab.1	Hab.2	Hab.3	Cuina	Total
Consola						
Jocs de consola						
Ordinador de taula						
Portàtil o netbook						
Tauleta						
Connexió a internet						
Impressora						
Webcam						
Mòbil						
Telèfon fix						
Televisió						

Activitats amb les famílies

ACTIVITAT F1/ Les hores compten

A partir d'una taula, les famílies faran una revisió conjunta de les hores que passen davant les pantalles i de quines són les més emprades a casa.

Espai	Activitat	Durada	Material
A l'aula	El/la mestra explica l'activitat i reparteix la fitxa a l'alumnat. Individualment l'han d'omplir fent una taula amb les següents dades: membres de la família i pantalles que tenim a casa (veure taula).	1 h	Fitxa, llapis i colors
A casa	L'alumnat explica l'activitat a casa i es col·loca la taula a un lloc ben visible durant una setmana. Tots els membres de la família han d'escriure les hores que passen davant cada una de les pantalles. El cap de setmana es farà el recompte final del nombre d'hores i es trauran les conclusions en família.	1 setmana	Taula i bolígrafs
A l'aula	L'alumnat comparteix amb la resta els resultats de casa seva. Es fa entre tothom el càlcul de quina és la pantalla més emprada per les famílies del grup classe. Tota la classe prepara uns materials de campanya (amb tríptics, murals, adhesius...) que informin dels usos responsables de la pantalla més vista. Aquests materials es porten a casa i es pengen a l'aula.	2 h	Fulls, cartolines, colors, cola i tisores

Taula 1. Exemple de taula omplerta

A casa de l'alumne Pau són un total de tres membres i tenen tres pantalles. Per tant, haurà de fer la taula següent:

	Pau	Mireia (mare del Pau)	Dani (company de la mare)	Total
Televisió	1h	3h	2h	6h
Ordinador	1h	2h	4h	7h
Consola	4h	0h	1h	5h
Mòbil	8h	9h	10h	27h
Total	14h	14h	17h	45h

Exemple de conclusions:

- El Pau passa durant la setmana un total de 14 h davant les pantalles. Sobretot amb el mòbil i la consola de joc.
- La Mireia està 5 h setmanals davant les pantalles, però ella passa més davant la televisió que en Pau i en Dani.
- El Dani és el que més hores passa davant les pantalles a casa, sobretot amb l'ordinador.
- Entre tots els membres de la família passem 45 h setmanals. La més emprada és el telèfon mòbil.

ACTIVITAT F2/ Les pantalles a casa

Espai	Activitat	Durada	Material
A l'aula	El mestre o la mestra explica l'activitat i reparteix un full amb què han de fer les famílies.	10 min	
A casa	Les famílies fan un plànol de casa seva i senyalen totes les pantalles que tenen, deixant clar on s'ubica i quina és. Davant del plànol, la família parla sobre la ubicació de les pantalles a casa i l'ús que en fa: <ul style="list-style-type: none">• Tenim masses pantalles a casa?• Cal que la nena tingui el televisor a l'habitació?• Si trec la consola de la meva habitació i la poso al menjador... jugaré menys? Es farà un segon plànol amb una nova distribució de les pantalles que afavoreixi un ús més responsable.	1 setmana	Cartolines, bolígrafs, regle i colors
A l'aula	L'alumnat comparteix amb la resta els resultats i les conclusions de casa seva. Han de portar el plànol original i el modificat.	1 h	Pissarra

ACTIVITAT F3/ El cap de setmana sense pantalles

A l'escola es crea el compromís amb la participació de l'AMPA de promoure la iniciativa Cap de Setmana Sense Pantalles.

Espai	Activitat	Durada
A l'aula	El mestre/a o professor/a explicarà el perquè d'aquesta activitat: hi ha una tendència entre força famílies a sortir menys de casa i a relacionar-se menys com a conseqüència de l'ús de les pantalles.	30 min
A casa	Tota la família estarà el cap de setmana sense encendre la televisió, trucar pel mòbil (si és necessari es pot emprar el telèfon fix), fer servir l'ordinador com a oci (només per feines o deures quan sigui menester), ni jugar a la consola.	2 dies
A l'aula	L'alumnat farà una valoració del Cap de Setmana Sense Pantalles: <ul style="list-style-type: none">• Ho heu aconseguit? Si no, per quins motius?• En què heu ocupat el temps que dedicàveu a les pantalles?• Per a què us ha servit l'experiència? Posteriorment se suggerirà practicar l'experiència altres dies o moments.	1 h