



JOC I DISPOSITIUS MÒBILS

Per tal de garantir un **ús responsable** del maneig de les pantalles és imprescindible adoptar un rol actiu. Cal determinar el temps que es destinarà a treballar i el que es destinarà a jugar i comunicar-se i, a la vegada negociar i **pactar l'hora** límit per fomentar els bons hàbits de son i vetlla.

Els més petits, tot i que han nascut en l'era digital, s'inicien en el **món tecnològic** d'una manera exprés. L'objectiu d'aquesta eina és mantenir relació amb els seus referents, fer un seguiment emocional i potenciar d'alguna manera el vincle amb el grup d'iguals. Aquesta eina també potencia l'ús del llenguatge oral i el llenguatge expressiu.

Per edats més avançades els experts **recomanen jugar com a màxim dues hores** seguides alternant-ne els dies, de manera que pot ser un bon moment per reflexionar sobre els canals social-media, les xarxes socials i la **dependència** que pot generar la tecnologia. Haurem de vetllar per evitar que l'espai virtual es converteixi en el seu espai predominant. Tindran tendència a usar el mòbil, la tauleta i l'ordinador per tot: per fer les tasques acadèmiques, per les relacions socials i per l'oci.

És un bon moment, doncs, per **interessar-nos i supervisar** els jocs que juguen i què visualitzen i comparteixen a les xarxes socials. Fer-los partícips de la nostra preocupació davant d'aquesta sobreexposició als entorns virtuals i pactar amb ells normes d'ús (pel que fa als espais i pel que fa la tipologia d'ús) ens pot ajudar a arribar a acords. Donar-los alternatives d'oci serà imprescindible en aquestes edats si volem **reduir les hores de connexió**.

<https://www.educac.cat/sites/default/files/pantalles.pdf>

<https://www.educac.cat/sites/default/files/PDF%20fakenews.pdf>