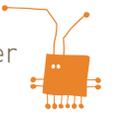




Apps en Familia

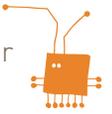
Guía para usar apps con tus hijos





Contents

Introducción	2-3
Descubre formas de usar apps juntos	4-11
Jugando juntos.....	4
Leyendo juntos a diario.....	5
Creando proyectos multimedia.....	6
Preparándose para nuevas experiencias	7
Conectándose con la familia	8
Descubriendo el mundo exterior	9
Haciendo los viajes más divertidos	10
Estableciendo rutinas	11
Cómo encontrar apps	12-14
Buscando con tus hijos.....	12
La lista de control	13
Enlaces de apps relacionados	14
Organiza las apps	15
Preguntas frecuentes.....	16
Enlaces relacionados	17



La tecnología está en todas partes. Las familias de hoy pueden elegir entre varias opciones de contenidos.

La mayor parte de los desafíos a los que se enfrentan los padres pueden resolverse con una combinación de información práctica y sentido común. Sin embargo, esta época en la que la tecnología siempre está disponible plantea nuevas preguntas:

¿Cómo saber qué es lo mejor para mis niños en cuanto a la tecnología? ¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a elegir las apps que le convienen? ¿Cómo puedo evitar que los contenidos digitales afecten las relaciones personales?

Las conclusiones de nuevos estudios pueden ayudar a los padres a dar respuesta a estas preguntas modernas. La verdad es que la decisión de cuándo puede tu hijo empezar a usar apps, los objetivos que buscas y su forma de usar la tecnología en el día a día te corresponden a ti.



APPS: UNA PRESENTACIÓN

Las apps y otros contenidos audiovisuales se han convertido en parte importante de nuestras vidas cotidianas, sin embargo padres y expertos están preocupados por la excesiva exposición de los niños a la tecnología. Por otro lado, jugar e interactuar con otras personas son actividades cruciales para su desarrollo. La American Academy of Pediatrics recomienda un máximo de una o dos horas diarias frente a la pantalla para los niños mayores de dos años y el menor tiempo posible para los menores de dos años, ya que las experiencias sensoriales y el contacto físico deben ocupar la mayor parte de su tiempo. Además, los niños pequeños deben de estar bajo supervisión de un adulto responsable al usar dispositivos digitales. Parecen grandes retos, pero no tiene por qué ser difícil. Estos son algunos puntos para tener en cuenta:

- **Piensa en tus metas acerca de la tecnología.** ¿Qué límites quieres poner? ¿Qué esperas que las apps aporten a tu familia? ¿Qué hábitos quieres fomentar?
- **Habla con tus hijos.** ¿Qué les interesa? ¿Qué tipo de decisiones pueden tomar juntos?
- **Piensa en las distintas situaciones.** ¿Dónde y cuándo deberían usarse las apps? ¿Cómo pueden usarlas para conectar con la gente y vivir experiencias nuevas?
- **Examina el contenido.** ¿Qué valor ofrecen las apps en las que estás pensando y cómo se relacionan con tu hijo? Distintas apps pueden ofrecer experiencias completamente diferentes.



Cómo usar esta guía

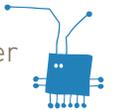
No importa la cantidad de cosas increíbles que puedas hacer con una app, gran parte de las cosas realmente importantes suceden lejos de una pantalla. Piensa en las apps como herramientas que pueden ayudar a las familias a jugar y aprender juntas. Por ejemplo, ciertas apps pueden:

- **Favorecer el aprendizaje y el crecimiento.** Algunas apps pueden ayudar a que tu hijo aprenda divirtiéndose y a despertar su curiosidad. También contribuyen a desarrollar el autocontrol, expresar sentimientos y tomar buenas decisiones.
- **Fomentar la comunicación.** Con tu orientación, las apps pueden ser un punto de partida para otras actividades y conversaciones. Hablar sobre lo que tus hijos leen o escuchan, o lo que están jugando, ayuda a desarrollar habilidades lingüísticas importantes y fomenta el pensamiento creativo.
- **Conectar a personas y experiencias.** Las apps son herramientas móviles que pueden servir para resolver retos cotidianos. También pueden ayudar a poner en contacto a familiares que viven lejos, aliviar situaciones tensas y convertir el aprendizaje en una actividad que va más allá de la escuela, desde el autobús hasta la casa de la abuela.

Para crear esta guía hemos utilizado tanto estudios recientes como experiencias reales con nuestras familias. Léela con tus hijos, consulta los consejos y recursos, y disfruta de los cómics. Encontrarás:

- Ejemplos de la vida real que, según los estudios, pueden ser beneficiosos para las familias.
- Consejos para usar apps con tu familia.
- Información para encontrar y elegir las apps que mejor se ajustan a las necesidades de tu familia.
- Las distintas formas en que las apps pueden ayudar al desarrollo saludable y aprendizaje de los niños.
- Enlaces a más información y otros recursos.

Esperamos que esta guía se sume a lo que te dice el instinto y los objetivos que ya tienes en mente respecto a la forma de utilizar contenidos digitales en tu familia. Recuerda que tú tienes el papel más importante en cómo se beneficiarán de las apps que usen. En caso de duda, ¡ponte a jugar con ellos!



Jugando juntos

Jugar con tus hijos te da la oportunidad de hablar de lo que ocurre en el juego y compartir una actividad. Los juegos tienen objetivos, reglas y retos claros que ayudan a los niños a tomar decisiones. ¿No tienes tiempo para jugar con ellos? Pídeles que te cuenten qué es lo que más les gusta de sus juegos favoritos.



MÁS INFORMACIÓN

Los estudios muestran que los niños aprenden más de todo tipo de contenidos digitales si sus familias también participan. Cuando juegas a apps, lees libros o ves la televisión con tu hijo les das la oportunidad de hacer preguntas y aprender sobre lo que están viendo y ése puede ser el principio de otras conversaciones.

No te preocupes si tu hijo juega solo, pero encuentra tiempo para jugar con él cuando puedas. ¡Los dos disfrutarán más!

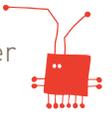
Parents' Choice - parents-choice.org
 buscar: "Mobile App Award Winners"

Common Sense Media - commonsensemedia.org
 buscar: "Best Kids Game Mobile Apps"



CONSEJOS Y ACTIVIDADES

- 1 Busca juegos que profundizan en los intereses de tu hijo.
- 2 Si te gustan los juegos tradicionales con aspectos nuevos, puedes probar las versiones de distintos juegos de mesa que puedes disfrutar en un iPad con toda la familia.
- 3 Llévelo a la práctica. Por ejemplo, usa una app de streaming para buscar un video que explique algún baile popular o cómo aprender nuevos trucos de un deporte o actividad que interese a tu hijo.



Haciendo proyectos creativos

Al crear sus propios contenidos (historias, arte, juegos o videos), los niños pueden expresar lo que piensan y lo que sienten. También les ayuda a descubrir los secretos de un buen video, un buen juego o una buena historia. Algunas apps permiten a los niños grabar recuerdos de familia que pueden compartir fácilmente con parientes y amigos.



MÁS INFORMACIÓN

Los niños pequeños pueden aprender mucho al compartir sus historias y experiencias. Contar historias ayuda a desarrollar el vocabulario y lenguaje más adelante, cuando aprendan a leer y escribir. Crear contenidos audiovisuales como videos o animaciones también es parte importante de la “alfabetización digital”, que ayuda a los niños a entender y evaluar los mensajes que ven y escuchan.

Edutopia - edutopia.org

buscar: “Teaching Your Kids to Code”

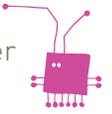
Common Sense Media - commonsensemedia.org

buscar: “Great Apps and Sites for Digital Creation”



CONSEJOS Y ACTIVIDADES

- 1 Algunas apps pueden servir de introducción a la programación y la informática para niños un poco mayores.
- 2 Ayuda a tu hijo a crear su propia versión de una historia de su libro o programa de televisión favorito.
- 3 Filmar sus propios “noticieros” o entrevistas con miembros de la familia, puede ser una forma estupenda para que tus hijos conozcan a parientes y personas de la comunidad.



Preparándose para nuevas experiencias

Nuevas experiencias como el primer día de escuela, viaje en avión o corte de pelo pueden asustar a un niño pequeño. Jugar un juego o ver un video relacionado con la actividad le puede ayudar a imaginar lo que va a suceder, hablar de ello y estar preparado. Hasta los problemas cotidianos con el baño y la hora de irse a la cama pueden mejorar con la ayuda de un video o un juego que transmita buenos hábitos y buenos resultados.



MIRA TODAS LAS COSAS QUE EL PELUQUERO USA PARA CORTAR EL CABELLO. ¿QUIERES PROBAR?



...Y ANTES DE CORTARLO, EL PELUQUERO TE PEINARÁ EL CABELLO.



MÁS INFORMACIÓN

Las actividades y lugares nuevos a veces asustan a los niños pequeños, que todavía están desarrollando la habilidad de entender el mundo que les rodea. Algunas experiencias nuevas llegan acompañadas de emociones intensas, por ejemplo el nacimiento de un hermano, el primer día de escuela o mudarse de casa. Los libros y los videos se utilizan desde hace tiempo para ayudar a los niños a manejar estas situaciones. Las apps pueden ser útiles de la misma forma, tanto si usas un programa específico como si creas el tuyo.

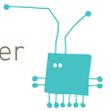
Common Sense Media - [commonsensemedia.org](https://www.commonsensemedia.org)
 buscar: "Journal Apps, Online Diaries, etc."

Common Sense Media - [commonsensemedia.org](https://www.commonsensemedia.org)
 buscar: "Comic-Creation Apps and Websites"



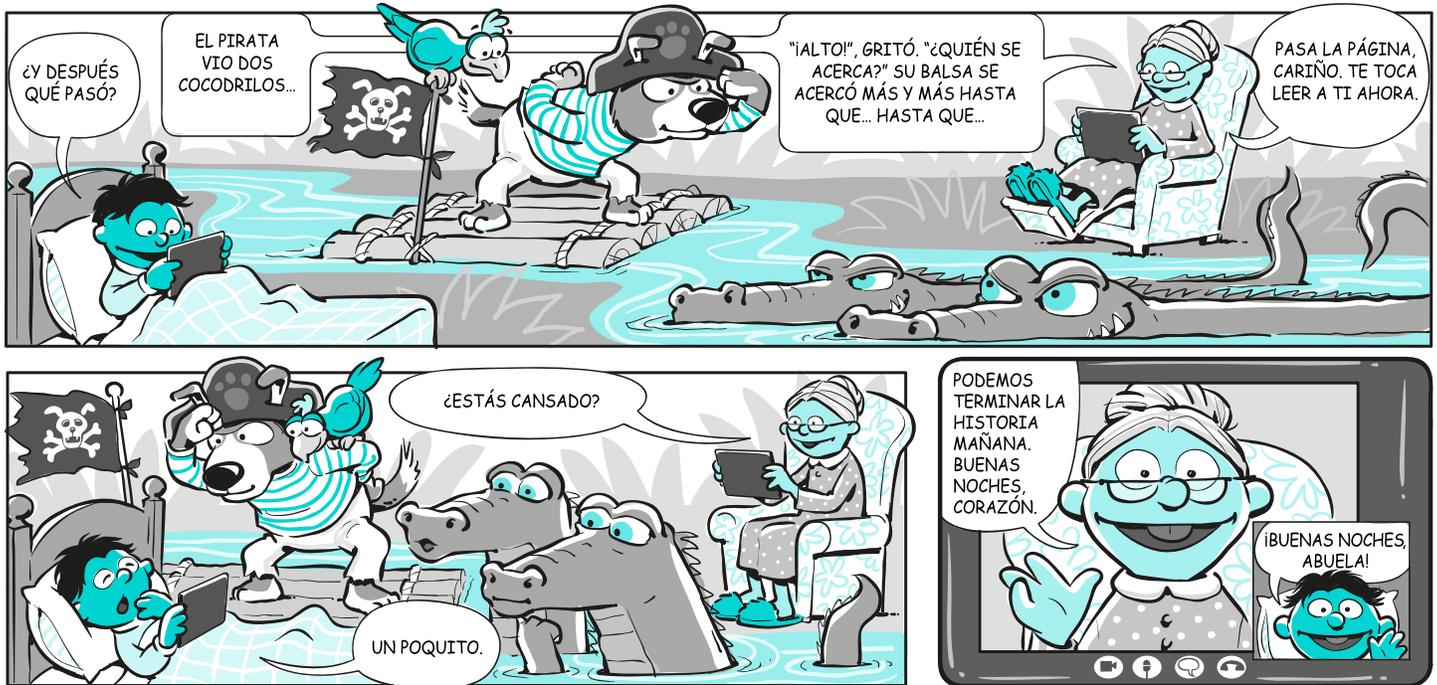
CONSEJOS Y ACTIVIDADES

- 1 Guarda las fotos de las experiencias de tus hijos mayores o primos de la familia para enseñárselas a los pequeños y animales a hablar de cómo se sintieron en esos momentos.
- 2 Si planear una videollamada te resulta difícil por tus ocupaciones o diferencias de horario, también hay apps que es un médico o un dentista.
- 3 Para aprovechar al máximo las experiencias cotidianas, explora apps que incluyan actividades en lugares tan comunes como el supermercado o el parque.



Conectándose con la familia

Estar en contacto con los familiares y amigos que viven lejos expone a los niños a nuevas palabras, nuevas ideas y relaciones importantes. A los niños pequeños les cuesta mantener la atención durante llamadas por teléfono o video, pero suelen responder mejor si éstas son parte de una actividad compartida. Hay apps que te permiten leer libros o compartir juegos con seres queridos que viven lejos.



MÁS INFORMACIÓN

Los estudios demuestran que los niños pequeños que realizan videollamadas con seres queridos mantienen la atención durante más tiempo cuando participan en actividades como leer libros juntos, cantar, contar historias y explicar cosas en clase. Las videollamadas con familiares y amigos que viven en el extranjero dan a los niños la oportunidad de practicar un idioma nuevo o que usan con menos frecuencia. Por ejemplo, un niño de Estados Unidos que hable inglés y español puede practicar el segundo con sus parientes hispanohablantes.

Mashable - mashable.com

buscar: "6 Essential Apps for Connected Families"

Common Sense Media - commonsensemedia.org

buscar: "Apps and Games that Promote Collaboration"



CONSEJOS Y ACTIVIDADES

- 1 Las videollamadas son una oportunidad perfecta para que los niños muestren sus fotos, dibujos y otras creaciones.
- 2 Si planear una videollamada no es sencillo, también hay apps que te permiten compartir mensajes de voz, foto y video fácilmente.
- 3 Algunas apps de cuentos te permiten grabar a alguien leyendo el libro y compartirlo.



Descubriendo el mundo exterior

Cuando los niños juegan fuera usan todos sus sentidos (visión, oído, olfato, tacto y gusto) para investigar y conectar con todo lo que les rodea. Las apps pueden ser la puerta que anime a tus hijos a descubrir su barrio y el mundo a su alrededor. Busca las que encaminan a tus hijos a aprender sobre pájaros, plantas, estrellas o cualquier otra cosa que les interese.



MÁS INFORMACIÓN

Explorar la naturaleza aumenta la curiosidad de los niños y los expone a nuevas experiencias. Las aventuras al aire libre también pueden despertar su interés por las ciencias y dan a los niños la oportunidad de pensar como científicos, observando lo que sucede, documentándolo (con fotos, dibujos o grabaciones de voz) y explicar por qué suceden ciertas cosas (con hipótesis).

Edutopia - edutopia.org

buscar: "7 iPad Apps for Outdoor Adventures"

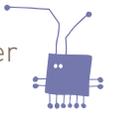
Common Sense Media - commonsensemedia.org

buscar: "Apps That Inspire Kids to Play Outside"



CONSEJOS Y ACTIVIDADES

- 1 Usa apps de mapas para marcar sitios que has visitado y hablar de las áreas cercanas a medida que las exploras.
- 2 Cuando salgan a pasear deja que tus hijos usen la cámara de tu dispositivo para tomar fotos de las plantas y animales. Si sigues una ruta habitual, toma fotos del mismo lugar en distintos momentos de año y habla de cómo cambian las cosas con cada estación.
- 3 Las apps de "geocaching" funcionan como búsquedas del tesoro que te dan pistas para encontrar cajas llenas de cosas divertidas. Si encuentras una, te puedes quedar con lo que haya dentro siempre y cuando dejes otra cosa para su siguiente descubridor.



Haciendo los viajes más divertidos

Los viajes en auto o transporte público pueden ser estresantes, pero también un rato divertido en familia. Hay apps que pueden ayudar a que todos aprendan y jueguen juntos durante el viaje. Otras apps permiten a los niños seguir la ruta y documentar el viaje con fotos e historias.



MÁS INFORMACIÓN

Dejar que los niños tomen parte activa en actividades familiares cotidianas como cocinar, limpiar o planear la ruta de un viaje por carretera les ayuda a aprender y desarrollarse. Actividades funcionales como organizar unas vacaciones pueden ser muy divertidas con apps. También, cuando viajen en tren, avión, u otros medios de transporte, puedes elegir actividades que todos puedan disfrutar juntos, como juegos multijugador o videos. Todas estas opciones ayudan a los niños a interactuar, ejercitar la mente, hacer preguntas y estar conectados los unos con los otros en lugar de con la vista fija en su propia pantalla.

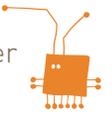
Common Sense Media - commonsensemedia.org
 buscar: "Best Road Trip Apps"

Tech With Kids - techwithkids.com
 buscar: "Apps for Traveling Kids"



CONSEJOS Y ACTIVIDADES

- 1 Usa las apps para ayudar a tu hijo a aprender sobre los lugares que van a visitar.
- 2 Dale el teléfono a tu hijo y déjale usar la cámara para sacar fotos del viaje: escenas desde el interior del auto, aventuras en las áreas de descanso y la llegada al destino final. Después puedes usar una app de recortes o de cómics para crear un álbum.
- 3 Los niños mayores pueden ayudarte a planear la ruta con apps de mapas antes de salir. Juntos pueden encontrar áreas de descanso o restaurantes para almorzar. También pueden buscar apps o videos sobre el punto de destino.



Estableciendo rutinas

Las rutinas predecibles en cuestiones como la hora de la comida y el sueño son importantes para un desarrollo saludable. Lo mismo pasa con las apps. Pon expectativas claras para tus hijos manteniendo hábitos sobre dónde, cuándo y durante cuánto tiempo pueden jugar. Las rutinas ayudan a tus hijos a alejarse de la pantalla y refuerzan su autocontrol, algo que les beneficiará tanto en casa como en la escuela.





MÁS INFORMACIÓN

Las rutinas y los límites firmes del tiempo que pasan con apps harán que a los niños les resulte más fácil dejar la pantalla a corto y largo plazo. Establecer límites ayudará a tu hijo a desarrollar habilidades de autocontrol importantes, además de evitar que el tiempo frente a la pantalla interfiera con otras actividades como jugar afuera, hacer los deberes o dormir. El contexto es importante: elige situaciones o momentos que te parezcan apropiados para usar apps y limita el resto. Por ejemplo, puedes animar a tus hijos a que usen apps cuando esperan para ver al médico, pero impedir que lo hagan durante las comidas.

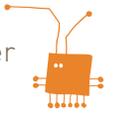
Parents' Choice - parents-choice.org
 buscar: "Media Management Tips"

Common Sense Media - commonsensemedia.org
 buscar: "Parent Concerns: Screen Time"



CONSEJOS Y ACTIVIDADES

- 1 Establece un lugar específico para colocar o "estacionar" los dispositivos cuando no es el momento de jugar.
- 2 Reserva al menos una hora cada semana para jugar en familia.
- 3 Advertir a los niños pequeños cuando se acerque la hora de dejar de jugar puede ayudarles a aceptar apagar los aparatos más fácilmente cuando llegue el momento.



Cuando busques apps, cuenta con tus hijos.

Piensa en el tipo de cosas que disfrutan haciendo juntos y pregúntales a qué les gustaría jugar. Inclúyelos en la conversación desde ahora y a medida que se hagan mayores les resultará más natural hablar contigo de las apps que les gustan.

Por otra parte, el “tiempo frente a la pantalla” (el tiempo que los niños pasan con apps y otros contenidos audiovisuales) no debería ser el único factor a tener en cuenta. Tan importante, o incluso más, son qué apps están utilizando, cuál es su contenido, dónde las usan y las necesidades individuales de cada niño.



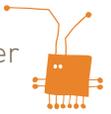
HAY MUCHO DONDE ELEGIR. ¿POR DÓNDE EMPIEZO?

Sigue estos consejos para buscar en el App Store:

Categoría de niños: estas apps han sido revisadas para comprobar que los usuarios más jóvenes disfrutarán de una experiencia apropiada para su edad, y además deben cumplir con reglas específicas de Apple. A menudo exigen la acción de los padres antes de permitir al niño acceder a un enlace externo o hacer compras. En esta categoría puedes usar filtros para encontrar las apps que mejor se ajustan a la edad de tu hijo: menos de 5 años, de 6 a 8 años o de 9 a 11 años.

Categoría de educación: aquí encontrarás apps diseñadas para explorar un tema o habilidad en particular. Hay coincidencias con la sección de niños, pero esta categoría también incluye apps de educación general para todas las edades.

En internet puedes encontrar recursos de expertos que ofrecen información valiosa, reseñas y hasta videos de apps, especialmente si buscas una en concreto. Consulta la sección de recursos al final de esta guía.



Ten en cuenta estos puntos al decidir qué app descargar:



¿AYUDA A TU HIJO A PENSAR Y EXPLORAR?

Profundiza en las cosas que le interesan

Fomenta los juegos creativos

Requiere una participación activa



¿FOMENTA LA COMUNICACIÓN?

Ofrece oportunidades para hablar de la actividad

Ofrece formas de jugar o crear juntos

Conecta con amigos y familiares que viven lejos

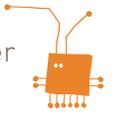


¿CONECTA EXPERIENCIAS DIFERENTES?

Conecta actividades en distintos espacios (por ejemplo, la casa y la escuela)

Prepara para nuevas experiencias

Ayuda a la familia a divertirse junta



Enlaces de apps relacionados

El contenido de estos enlaces está en inglés.

¿QUÉ TIPO DE EXPERIENCIA ESTÁS BUSCANDO?

Cuando busques apps con tu hijo echa un vistazo a estas categorías:

Las **apps educativas** se centran en temas concretos. Algunas sirven como referencia para identificar elementos de la naturaleza como animales o constelaciones.

Los **juegos** giran alrededor de desafíos y a menudo ofrecen recompensas en forma de puntos o nuevos niveles. A veces tienen objetivos temáticos o educativos, por ejemplo fracciones.

Las **apps de e-books** pueden incluir uno o varios libros (una “biblioteca” virtual) y varían desde los más sencillos hasta los interactivos:

- Los e-books “básicos” se parecen mucho a sus parientes impresos y contienen texto y/o ilustraciones. Algunos también te permiten escuchar el texto.
- Los e-books “interactivos” a menudo ofrecen una narración además de animaciones o juegos. Puedes encontrar ambos en el iBooks Store.

Las **apps creativas** ponen a disposición de los niños herramientas para crear obras digitales como historias, videojuegos, películas o cómics. Algunas también son educativas, con contenidos sobre arte y manualidades, cocina, música y otras actividades.

JUGANDO JUNTOS

Parents’ Choice - parents-choice.org
 buscar: “Mobile App Award Winners”

Common Sense Media - commonsensemedia.org
 buscar: “Best Kids Game Mobile Apps”

LEYENDO JUNTOS A DIARIO

Best Interactive eBooks - bestinteractiveebooks.com
 buscar: “Young Readers Category”

Common Sense Media - commonsensemedia.org
 buscar: “Best Book Apps for Kids”

CREANDO PROYECTOS MULTIMEDIA

Edutopia - edutopia.org
 buscar: “Teaching Your Kids to Code”

Common Sense Media - commonsensemedia.org
 buscar: “Great Apps and Sites for Digital Creation”

PREPARÁNDOSE PARA NUEVAS EXPERIENCIAS

Common Sense Media - commonsensemedia.org
 buscar: “Journal Apps, Online Diaries, etc.”

Common Sense Media - commonsensemedia.org
 buscar: “Comic-Creation Apps and Websites”

CONECTÁNDOSE CON LA FAMILIA

Mashable - mashable.com
 buscar: “6 Essential Apps for Connected Families”

Common Sense Media - commonsensemedia.org
 buscar: “Apps and Games that Promote Collaboration”

PARA EXPLORAR EL MUNDO EXTERIOR

Edutopia - edutopia.org
 buscar: “7 iPad Apps for Outdoor Adventures”

Common Sense Media - commonsensemedia.org
 buscar: “Apps That Inspire Kids to Play Outside”

HACIENDO LOS VIAJES MÁS DIVERTIDOS

Common Sense Media - commonsensemedia.org
 buscar: “Best Road Trip Apps”

Tech With Kids - techwithkids.com
 buscar: “Apps for Traveling Kids”

ESTABLECIENDO RUTINAS

Parents’ Choice - parents-choice.org
 buscar: “Media Management Tips”

Common Sense Media - commonsensemedia.org
 buscar: “Parent Concerns: Screen Time”



Ahora que ya has descargado algunas apps, ¿cómo puedes mantenerlas ordenadas y seguras?

Aquí tienes unos cuantos consejos para ayudarte a mantener las apps de tus hijos ordenadas y actualizadas sin desorganizar tu dispositivo.

Crea carpetas. Organiza tus apps por categoría o por usuario. Por ejemplo, crea una carpeta para juegos o haz una carpeta para cada miembro de la familia con sus apps favoritas.

Borra las apps antiguas o que no uses. Si tu hijo y tú ya no quieren una app, bórrala de tu dispositivo. Si cambias de opinión, siempre puedes restaurar las compras y descargarlas de nuevo desde el App Store.

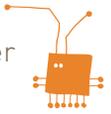


A partir de iOS 8 tu dispositivo también ofrece distintos ajustes que te permiten compartir apps con tu familia más fácilmente. Con algunas también podrán aprender y jugar juntos.

Apps compartidas. al activar En familia, todas las personas del grupo podrán compartir las apps que descarga un miembro de la familia en distintos dispositivos. De esta forma sus apps y libros favoritos están siempre disponibles y todos tendrán la oportunidad de jugar.

Compra de apps. Si activas la opción “Solicitar permiso”, recibirás una notificación cada vez que tu hijo quiera hacer una compra. Es una advertencia útil, pero también una buena oportunidad para hablar de por qué le interesa la app y si comprarla es una buena idea.

Puedes encontrar más información sobre En familia en el sitio web de Apple.



Preguntas frecuentes

¿Cuánto tiempo frente a la pantalla es demasiado para mi hijo?

Padres y expertos se preocupan por encontrar el equilibrio adecuado. Los estudios demuestran que demasiado tiempo frente a la pantalla puede desembocar en problemas de comportamiento e incluso de insomnio. Piensa en cómo esperas que las apps beneficien a tu hijo y cuáles son los momentos y lugares apropiados para usarlas. La mayoría de los expertos están de acuerdo en que los niños menores de dos años casi no deberían pasar tiempo frente a la pantalla, sino enfocarse más en las actividades prácticas e interacciones humanas que los bebés necesitan para su desarrollo, pero a partir de esta edad tú eres el modelo más importante. De nuevo, no se trata únicamente de la cantidad de tiempo. Tan importante, o incluso más, son estos tres factores: las necesidades de tu hijo, el contexto y la calidad del contenido.

¿Qué es mejor para mi hijo, leer un libro impreso o un e-book?

Cualquier tipo de lectura ofrece beneficios tangibles, pero la clave está en comunicarte con tu hijo al leer. Los libros impresos suelen ofrecer una experiencia de lectura más íntima y cercana para los niños pequeños, pero muchos e-books cuentan con animaciones, subrayado de texto o narración hablada y presentan distintos tipos de oportunidades de aprendizaje.

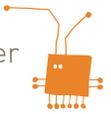
¿Cómo puedo saber si mi hijo se está beneficiando del contenido?

Jueguen juntos. Así será más fácil ver, escuchar y hablar con tu hijo sobre la app. Sigue tu instinto y presta atención a la forma de hablar y comportarse de tu hijo. Si habla con la app mientras está jugando, o si pone en práctica algo que vio o aprendió después de haberla usado, es probable que esté aprendiendo una lección o habilidad valiosa. Lo más importante es que hables con él sobre cómo le hace sentir la app y las formas de aplicar su experiencia en la “vida real”.

¿Cómo puedo asegurarme de que cada miembro de la familia juega con apps apropiadas para su edad?

Es normal que los niños pequeños quieran jugar a lo mismo que sus hermanos mayores (o que sus padres). Afortunadamente, existen herramientas que ponen límites a los contenidos a los que pueden acceder los niños y listas de apps organizadas por edad apropiada. También puedes establecer periodos de “juego en familia” en los que todos tengan la oportunidad de sugerir algo a lo que puedan jugar juntos. Por último, a veces los niños necesitan que también sus padres desconecten: no permitas que el tiempo frente a la pantalla ocupe el lugar de otras actividades conjuntas.





Enlaces relacionados



Common Sense Media ofrece información y recomendaciones sobre cómo familiarizar a los niños con los contenidos digitales dirigidos a padres, profesores y legisladores. Su sitio web reúne clasificaciones y reseñas de apps y juegos, con énfasis en los de carácter educativo.
<http://commonsensemedia.org/>

Children's Technology Review ayuda a profesores, bibliotecarios, editores y padres a mantenerse informados de los últimos productos digitales en el mercado de contenidos infantiles. Las reseñas son obra de “profesores quisquillosos” con experiencia docente en preescolar o educación primaria.
<http://childrenstech.com/>

El School Library Journal es una publicación destinada a bibliotecarios y educadores, pero encontrarás numerosas reseñas en su sitio web que te pueden ayudar a descubrir apps y libros digitales de calidad.
<http://www.slj.com/>

La Parents' Choice Foundation es una guía sin ánimos de lucro de libros de contenidos audiovisuales y juguetes para niños. Sus sellos Parents' Choice Award incluyen apps cuyo contenido ha sido verificado para la edad correspondiente, actividades, experiencias y notas que los padres pueden usar con sus hijos. <http://www.parents-choice.org/>

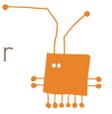
Moms with Apps, una organización fundada por madres, ayuda a los padres a elegir las mejores apps para sus hijos. Su sitio web destaca a desarrolladores comprometidos con el respeto a la privacidad de los niños y opciones de uso de carácter familiar. <http://momswithapps.com/>

PBS Parents ofrece información sobre desarrollo infantil y aprendizaje temprano, además de acceso gratuito a juegos y actividades. Su sección “Children and Media” reúne consejos y estrategias para educar a tus hijos en la era digital. <http://www.pbs.org/parents/>

En 2014 **Zero to Three** lanzó un recurso para padres llamado Screen Sense: Setting the Record Straight en el que ofrece directrices basadas en estudios para utilizar contenidos digitales con niños menores de tres años. <http://zerotothree.org/>

La American Academy of Pediatrics (AAP) recomienda que los padres establezcan “zonas sin pantallas” en casa asegurándose de que no hay televisores, computadoras o videojuegos en las habitaciones de los niños, y que las pantallas están apagadas durante las comidas.
<https://www.aap.org/>

En 2012 la **National Association for the Education of Young Children** y el **Fred Rogers Center** publicaron un estudio conjunto en el que afirmaban que, usados de forma intencional y apropiada, los contenidos digitales podían contribuir al aprendizaje y el desarrollo de los niños pequeños.
<http://www.naeyc.org/content/technology-and-young-children>



Citas

- Ball, S., & Bogatz, G. A. (1970). *The first year of Sesame Street: An evaluation: A report to the Children's Television Workshop*. Princeton, NJ: Educational Testing Service. Retrieved from <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED047823.pdf>
- Bogatz, G. A., & Ball, S. (1971). *The second year of Sesame Street: A continuing evaluation*. Volume 1. Princeton, NJ: Educational Testing Service. Retrieved from <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED122800.pdf>
- Hart, B., & Risley, T. R. (1995). *Meaningful differences in the everyday experience of young American children*. Baltimore: Paul H. Brookes Publishing.
- Moffitt, T. E., Arseneault, L., Belsky, D., Dickson, N., Hancox, R. J., Harrington, H., ... others. (2011). *A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety*. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(7), 2693–2698.
- Reiser, R. A., Tessmer, M. A., & Phelps, P. C. (1984). *Adult-child interaction in children's learning from "Sesame Street"*. *Educational Communication and Technology Journal*, 32(4), 217-223.
- Reiser, R. A., Williamson, N., & Suzuki, K. (1988). *Using "Sesame Street" to facilitate children's recognition of letters and numbers*. *Educational Communication and Technology Journal*, 36(1), 15-21.
- Salomon, G. (1977). *Effects of encouraging Israeli mothers to co-observe "Sesame Street" with their five-year-olds*. *Child Development*, 1146-1151.
- Sektnan, M., McClelland, M. M., Acock, A., & Morrison, F. J. (2010). *Relations between early family risk, children's behavioral regulation, and academic achievement*. *Early Childhood Research Quarterly*, 25(4), 464–479.



El Joan Ganz Cooney Center investiga las posibilidades de los contenidos digitales para ayudar a los niños a aprender y colabora con educadores, productores de contenidos, legisladores e inversionistas para poner sus estudios en práctica. Se trata de una entidad independiente sin ánimo de lucro que pone de relieve cuestiones relacionadas con la igualdad digital y tiene como objetivo reforzar los lazos entre los entornos educativos formales e informales.

Más información en www.joanganzcooneycenter.org.

Ilustraciones de Marybeth Nelson.
Diseño de Goat & Bear.
Con la colaboración de Apple.
Copyright Joan Ganz Cooney Center
2014-2015



1900 Broadway
New York, NY 10023
p: (212) 595-3456 f: (212) 875-7308
cooney.center@sesame.org
www.joanganzcooneycenter.org

sesameworkshop.