

¿Cómo elegir mis actividades de manera saludable?

QUÉ SIENTO CUANDO USO INTERNET ¡importa y mucho! Bienestar digital. Lección 1.8 - 4ºPrimaria.

*Obligatorio

Escribe el nombre de tu colegio *

Tu respuesta

¿Usar medios digitales es bueno o malo?

- Tiene cosas buenas siempre que además hagamos otras como estar con los amigos, la familia o salir a jugar a la calle.
- No lo sé.

Imagina que estas comiendo con tu familia, por ejemplo, celebrando un cumpleaños y alguien en la mesa está muy atento a su dispositivo digital (el móvil, la Tablet u otro) ¿qué opinas tú de esa actitud?:

- No creo que esté bien, ni sea respetuoso ni responsable.
- No tiene importancia porque mucha gente lo hace.



Usar los dispositivos digitales de una forma equilibrada y responsable, significa:

- Que yo mismo tengo que controlar Cuanto, Cuando y Que uso hago de mis dispositivos.
- No lo sé

Para que nosotros mismos nos organicemos mejor con nuestros dispositivos, y sea un uso saludable, es importante aprender a:

- Reconocer como nos sentimos cuando llevamos un rato jugando o viendo videos o lo que sea con las pantallas: ¿cansado, aburrido, contento, etc.)
- No es importante aprender nada.

Enviar

Nunca envíes contraseñas a través de Formularios de Google.

Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google. [Notificar uso inadecuado](#) - [Términos del Servicio](#) - [Política de Privacidad](#)

Google Formularios

