

TRABAJO FIN DE MÁSTER



UCAM

UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE MURCIA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

Máster Universitario en Formación del Profesorado de Educación
Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y
Enseñanzas de Idiomas

“LA CIBERADICCIÓN Y SUS RIESGOS”: PROYECTO DE APRENDIZAJE Y SERVICIO EN EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

Autora:

María del Carmen Pérez Cánovas

<https://youtu.be/6gkxsH6DALU>

Directora:

Dr. Lina M.^a Tomás Pastor

Murcia, mayo de 2023

Agradecimientos

A mis padres, por vuestro apoyo incondicional, vuestro tiempo y vuestros vitales consejos. A mi compañero de vida, por confiar en mí y en mis esfuerzos. A mi tutora de máster, Lina M.^a Tomás Pastor, por su acompañamiento e implicación durante todo el proceso. A la Universidad, por brindarme la oportunidad de realizar esta formación.

ÍNDICE

1. JUSTIFICACIÓN	4
2. MARCO TEÓRICO	7
2.1 Adicción a las TRIC: concepto, causas y consecuencias.....	7
2.2 Habilidades para la vida	10
2.3 Metodología de Aprendizaje y Servicio (ApS)	11
2.4 Marco legislativo.....	13
3. OBJETIVOS	15
3.1 OBJETIVO GENERAL.....	15
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	15
4. METODOLOGÍA	16
4.1 CONTENIDOS.....	17
4.2 TEMPORALIZACIÓN, ACTIVIDADES Y RECURSOS.....	18
5. EVALUACIÓN	27
5.1 FASE INICIAL.....	28
5.2 FASE PROCESUAL	28
5.3 FASE FINAL.....	29
6. REFLEXIÓN Y VALORACIÓN FINAL	30
7. REFERENCIAS	34
8. ANEXOS	37

1. JUSTIFICACIÓN

La adicción a las tecnologías de la relación, la información y la comunicación (TRIC) es una realidad cada día más imperante en la adolescencia y ante esta realidad surgen nuevas necesidades educativas para prevenir estas conductas adictivas. En el año 2011, Carmen Marta y José Antonio Gabelas dan forma a este nuevo paradigma, cambiando el acrónimo TIC por TRIC, donde se pone en relieve la importante conexión que debe haber entre las tecnologías y las relaciones sociales. De este modo, destaca el factor relacional en el uso de las tecnologías (Gascón-Vera, 2021).

Estos mismos autores señalan en otra de sus publicaciones que la “R” de las siglas TRIC tiene una doble concepción, pues, por una parte, se refiere al factor relacional anteriormente mencionado, pero también están implícitos los riesgos que pueden resultar de hacer un uso irresponsable e inadecuado de las tecnologías. Entre estos riesgos destaca la dificultad de ejercer control sobre las tecnologías, generando una adicción hacia las mismas (Gabelas y Lazo, 2023).

De este modo, ya que nuestras relaciones diarias están influenciadas por un entorno tecnológico, es una responsabilidad en la educación ofrecer las herramientas a los educandos para saber relacionarse de manera sana y consciente en el mismo. Como se ha mencionado anteriormente, el impacto de las tecnologías ha sido muy notable en jóvenes, tanto que nos situamos ante un campo de posible adicción. Sin duda, el desarrollo de las TRIC ha provocado transformaciones en todos los ámbitos, como en el trabajo, en el ocio y el tiempo libre y en la educación. Por ello, es importante tener en cuenta que las personas adolescentes están inmersas en un contexto sociocultural distinto en el que el papel de las TRIC es decisivo.

Basándonos en la bibliografía consultada y en la realidad actual, destacamos que en los centros de Educación Secundaria ha aumentado notablemente el uso de las TRIC para impartir la docencia. Esto acerca al alumnado a la realidad tecnológica que nos rodea, pero a su vez puede generar una normalización del uso desmesurado de las tecnologías, así como potenciar actitudes adictivas hacia las mismas. De igual manera, el uso de las tecnologías se concibe en

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria muchos menores como única alternativa de ocio y entretenimiento. Así pues, nos enfrentamos a un nuevo reto en materia de educación.

Para la realización de este proyecto final de máster se ha analizado la realidad de dicha problemática partiendo de la legislación que ampara los objetivos del proyecto, así como de estudios a nivel estatal y regional sobre la adicción a las TRIC o ciberadicción y sus riesgos en la adolescencia y en el sistema educativo. Todo ello corrobora la necesidad de desarrollar proyectos desde los espacios educativos que incluyan el ocio y el tiempo libre, habilidades para la vida y nuevas metodologías que fomenten la cohesión de la comunidad educativa, así como la sensibilización acerca de este problema de salud, reivindicando el papel de la educación como herramienta preventiva.

Es fundamental mencionar las características del contexto en el que se va a implementar el proyecto, así como las necesidades que se han detectado. Este proyecto va enfocado a la etapa de Educación Secundaria, en concreto, al tratarse de una metodología de aprendizaje y servicio, el grupo motor será el último curso de la etapa, 4º de E.S.O, el cual intervendrá con el curso de 1º de E.S.O. En cuanto a las necesidades encontradas, en primer lugar, se ha observado un uso excesivo y poco pedagógico de los dispositivos electrónicos en las aulas de Educación Secundaria. También es notable la falta de alternativas saludables de ocio y tiempo libre en el alumnado, así como una escasa concienciación sobre las consecuencias derivadas del mal uso de las tecnologías.

De este modo, desde el Departamento de Orientación es importante la intervención en el área de los riesgos de las tecnologías de la relación, la información y la comunicación, no solo proponiendo proyectos para trabajar esta problemática, sino también sensibilizando y formando al equipo docente, al alumnado y a las familias. Así, figuras como el orientador u orientadora y el profesorado técnico de servicios a la comunidad tienen un amplio campo de intervención socioeducativa.

Por todo ello, este proyecto va a consistir en una experiencia de Aprendizaje y Servicio (en adelante ApS), donde el foco se coloca en la prevención del mal uso de las TRIC en las aulas de Educación Secundaria. Mediante este proyecto se hará protagonista de la acción educativa al alumnado de 4º de la ESO, quien

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria ofrecerá, con el apoyo y acompañamiento del Departamento de Orientación, herramientas al primer curso de Educación Secundaria, así como de manera indirecta a familias y profesorado, potenciando la cohesión y la relación en la comunidad educativa.

Por último, cabe señalar que se ha escogido la metodología como la más adecuada para dar respuesta a esta problemática principalmente por el siguiente motivo: esta hace partícipe y protagonista al alumnado promoviendo no solo el autoaprendizaje, sino también desarrollando actuaciones preventivas hacia el desarrollo de conductas no saludables como ocurre con la adicción a las TRIC. El proyecto de Aprendizaje y servicio estará planteado para realizarlo durante todo el curso académico, cuya posibilidad de continuación en el próximo curso queda abierta y contemplada.

De este modo, se puede afirmar que esta metodología es de carácter innovador en tanto que el ApS, al igual que la innovación educativa, es un proceso continuo y consciente que transforma situaciones reales, mejorando el proceso enseñanza-aprendizaje, cuya finalidad última es responder a las necesidades que manifiesta no solo el alumnado sino la comunidad educativa en su conjunto.

Además, destaca la relación que existe una relación entre los proyectos de ApS y otras propuestas de innovación educativa., pues en ambas se trabajan dimensiones como el enfoque colaborativo y cooperativo del aprendizaje, el aprendizaje basado en proyectos, retos y problemas, la perspectiva emprendedora, el desarrollo de la inteligencia interpersonal e intrapersonal, el fomento del buen clima convivencial y la inclusión, entre otros.

Con todo ello, mediante este proyecto se pretende transmitir no solo al alumnado, sino a toda la comunidad educativa, la posibilidad de realizar proyectos innovadores como es el ApS desde el Departamento de Orientación, donde las relaciones con el alumnado y la intervención socioeducativa cobran protagonismo, activando no solo el aprendizaje de conocimientos en los estudiantes, sino también fomentando en ellos las destrezas y habilidades necesarias para desarrollarse fuera del centro educativo.

2. MARCO TEÓRICO

A continuación, se va a realizar una aproximación al concepto de adicción a las tecnologías de la relación, la información y la comunicación, así como al concepto de habilidades para la vida. Además, se expondrán las características de la metodología de aprendizaje y servicio. Finalmente, se dedica un apartado al marco legal.

2.1 Adicción a las TRIC: concepto, causas y consecuencias

A colación de lo anterior, la existencia de adicciones a las tecnologías es una realidad en nuestros jóvenes. En la actualidad, encontramos las TRIC muy incorporadas en nuestra rutina de vida, pasando de ser un modo de entretenimiento a una verdadera adicción. Podemos observar una afirmación alarmante sobre esta adicción, ya que se da un nuevo perfil de pacientes jóvenes que se muestran igual de dependientes a los adictos a cualquier otra droga (siguiendo a Tellez, 2018, citado en Roca, 2019).

Cabe resaltar que los adolescentes pasan cada vez más tiempo haciendo uso de las TRIC, tanto que son considerados de la llamada “generación digital”. Este término fue acuñado por Tapscott en 1997 y denominó a esta generación como “una cohorte que ha crecido inmersa en las tecnologías táctiles y conectadas” (Pérez Escoda, 2018, p. 78). Este término se ha ido consolidando a “nativos digitales” para aquella generación nacida desde 1994 hasta la actualidad. Esta ha marcado un antes y un después en el uso de las tecnologías, pues ha nacido interactuando con ellas, generando así una brecha digital entre las distintas generaciones existentes (Alfaro, 2019).

Siguiendo al autor mencionado en el anterior párrafo, para abordar esta realidad, cabe destacar la definición de adicción a las TIC (Tecnologías de la Información y la Comunicación), ahora conocidas como TRIC. Tal y como exponen Cobacango, Cedeño y Tinoco (2019, p.1), la adicción a las tecnologías o ciberadicción se conoce como “trastorno de adicción a Internet (IAD), el cual se refiere a un uso excesivo de internet a través de diversos dispositivos electrónicos”.

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria

Lo cierto es que, en la actualidad, aparentemente su impacto no se percibe tan grave como el que provocan otras adicciones como las drogas. Sin embargo, no son tan distintas, así lo demuestra la Estrategia Nacional sobre Adicciones 2017-2024 cuando incluye este concepto dentro de las adicciones llamadas sin sustancia, planteando la prevención y el fomento de estilos de vida saludable como motor para su reducción. Por otro lado, la OMS sigue en esta misma línea, y aunque no comprende la adicción a las tecnologías, sí que reconoce la adicción a los videojuegos.

Además, numerosos estudios corroboran las adicciones sin sustancia, como el que elabora Proyecto Hombre Murcia (2019), donde se muestra un tendiente crecimiento en adicciones sin sustancia en la población joven y adolescente entre 13 y 24 años que ha solicitado atención por problemáticas relacionadas con el juego de apuestas, los videojuegos y las tecnologías.

Es importante subrayar dos tipos de adicción a las tecnologías que destacan algunos autores. Así, se puede hablar de adicción pasiva, la cual indica que el individuo puede dejarse influenciar por lo que reciba de los distintos canales tecnológicos que utilice, y también de adicción activa, donde los comportamientos hacia el uso de la tecnología, y con ello las conductas de riesgo se agravan, dándose un uso desmesurado de la misma (Aries et al., 2012, en Klimenko, Cataño, Otálvaro y Úsuga, 2021).

En cuanto a las causas que pueden motivar en mayor o menor grado una adicción de las tecnologías en el alumnado, Tabuenca, Sánchez-Peña y Cuetos-Revuelta (2019), mencionan la adopción del *mobile learning*. Este nos muestra el uso que hace el personal docente de smartphones en la educación. Un dato que destacar del estudio realizado es el desconocimiento por parte del profesorado acerca del uso del teléfono móvil con fines educativos, pues un 93,3% desconoce este uso. Además, un 77,42% de los docentes utilizan su teléfono móvil durante la actividad docente, y el 51 % utilizan tablets.

Es notable el gran porcentaje de docentes que hacen uso de los smartphones y otros dispositivos electrónicos en sus clases, aunque no conozcan sus posibilidades didácticas. Se puede afirmar que esto es un factor de riesgo de la adicción a las tecnologías, no solo para los adolescentes, sino

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria también para el profesorado, pues es peligroso que la comunidad educativa normalice un uso excesivo y desconocido de las TRIC.

Autores como López-Iglesias, Tapia-Frase y Ruiz-Velazco (2023) realizan un análisis sobre las posibles patologías y peligros que puede generar un uso irresponsable de las redes sociales. Los mismos, afirman que “las redes sociales crean una fuerte adicción”, siendo uno de los síntomas en los jóvenes la abstinencia ante la separación de las redes sociales. De este modo, se da una grave dependencia hacia Internet, provocando poca tolerancia y síntomas adictivos. Además, alarman sobre la relación entre conductas depresivas en los jóvenes y la relación a Internet. Otros riesgos que mencionan son las enfermedades mentales, la ansiedad y el ciberacoso.

Una muestra de esta realidad la encontramos en el artículo elaborado por Rodríguez y Ballesteros (2019), en el que se destaca el impacto en la manera en la que se vive el ocio y tiempo libre, pues está variando. El 55,1 % de los jóvenes de este estudio ven muy importante incluir las redes sociales en su ocio, siendo las dos más alarmantes entre jóvenes de 15 y 29 años “chatear y/o navegar por internet” para el 75% y “ver series y/o películas de forma activa, en *streaming* o a la carta” un 68,5%. En un segundo nivel, entre el 40 y el 45% se dedica a las “compras online” y el 42,4% “juega con videojuegos o consolas”.

Esta ciberadicción también se refleja en los resultados recogidos en el estudio realizado por Díaz-Vicario, Mercader y Gairín (2019), donde una gran parte de los adolescentes confirman que el uso de las tecnologías les provoca una pérdida de tiempo en su vida académica y consideran haber perdido tiempo en dedicarlo a actividades como deporte, ocio y tiempo libre.

Otra consecuencia de su mal uso es el estrés que se genera en la adolescencia, tal y como se muestra en el estudio que llevan a cabo Díaz-López, Maquilón y Mirete (2020). El abuso de las tecnologías se relaciona en los adolescentes con la necesidad de estar conectados más tiempo y con el estrés al no poder acceder a Internet. Por último, la supervisión familiar ante el uso de Internet y de redes sociales tiene sus ventajas porque estos adolescentes se muestran menos estresados ante la ausencia o imposibilidad de acceso a Internet.

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria

Por último, no podemos hacer caso omiso a una de las consecuencias más detonantes de la adicción a las TRIC: el ciberacoso. Este es un tipo de violencia que se lleva a cabo en el uso de las tecnologías, generando daños psicológicos, vulneración de la privacidad e intimidad de los y las adolescentes y control, entre otros. El ciberacoso se puede manifestar de dos maneras: el “grooming” (ciberacoso por parte de un adulto a un menor) y el “sexting” (difusión sin consentimiento de imágenes de carácter sexual en las redes sociales). Un dato destacable según el último estudio de EU Kids Online España en 2016 es que el 32% de los menores manifestó haber sufrido alguna forma de ciberacoso y un 19% reconoció haber acosado por redes sociales (Alfaro, 2019).

2.2 Habilidades para la vida

El desarrollo de las habilidades para la vida promueve a su vez el desarrollo de hábitos saludables. El concepto de habilidades para la vida nace de la educación para la salud. Ya que este proyecto se propone desde un enfoque de educación para la salud, se va a dedicar un capítulo de este marco teórico a las habilidades para la vida.

Existen diferentes modos de definir este concepto, como el que lanza una de las organizaciones de las Naciones Unidas: “la capacidad de un comportamiento del individuo positivo y adaptable de forma efectiva a las demandas y retos de todos los días” (WHO, 1997, en Portillo, 2017, p. 4.). En relación con el contenido de este proyecto, las tecnologías se presentan como algo habitual y continuo en la cotidianidad de los jóvenes. Por ello, si la persona ha desarrollado habilidades que le ayuden a afrontar los riesgos de las tecnologías, el impacto negativo será menor.

Así, las Naciones Unidas han proporcionado las habilidades que se engloban en este concepto: “toma de decisiones, resolución de problemas, pensamiento creativo, pensamiento crítico, comunicación efectiva, habilidades para las relaciones interpersonales, empatía, manejo de las emociones, manejo del estrés, auto consciencia” (Portillo, 2017, p. 6.) Además, en este artículo se hace hincapié en que son habilidades necesarias para el bienestar en la infancia y la adolescencia.

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria

Son numerosos los estudios que tratan sobre la relación entre la prevención de adicciones y el desarrollo de las habilidades para la vida. Siendo la etapa de la adolescencia una etapa en la que los jóvenes se exponen a diferentes riesgos que presenta la sociedad, es fundamental desde la educación fomentar en esta etapa “aptitudes necesarias para su desarrollo personal y para enfrentar en forma efectiva los retos de la vida diaria” (OMS, 1993, en Díaz-Alzate y Mejía-Zapata, 2018, p. 205.). De este modo, estas habilidades se convierten en factores de protección ante los riesgos derivados de las tecnologías, en este caso.

2.3 Metodología de Aprendizaje y Servicio (ApS)

La metodología de ApS surge con el objetivo de dar respuestas a necesidades reales detectadas en un entorno cercano. Según Montes, Tapia y Yaber (2011) en Mayor (2018, p. 39), esta metodología se define como: “un servicio a la comunidad con el propósito de dar respuesta necesidades reales y sentidas”. De este modo, el aprendizaje se vuelve significativo al tratarse de problemáticas que afectan a las participantes que desarrollan el proyecto.

El ApS tiene su origen en numerosos autores que con sus teorías y prácticas conformaron dicha metodología. Entre ellos destacan Dewey y James con la corriente del “aprender haciendo” y el servicio militar. Además, es importante mencionar las influencias de Paulo Freire en ApS, pues según el pedagogo “la teoría separada de la práctica es puro verbalismo inoperante y la práctica separada de la teoría es activismo ciego” (Mayor, 2018, p. 38).

Una definición que aportan Vázquez Toledo, Liesa y Lozano se la siguiente:

Es una metodología pedagógica basada en la experiencia, en la cual los estudiantes, docentes y miembros de una institución comunitaria o pública trabajan juntos para satisfacer las necesidades de esa comunidad; integrando y aplicando conocimientos académicos, alcanzando de esta forma, los objetivos instruccionales del curso (2017, p. 175).

Respondiendo a una de las competencias curriculares clave, la *competencia ciudadana*, este proyecto fomenta la participación y el compromiso social, pues el alumnado no solo aprende y se forma como ciudadano con

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria aptitudes para mejorar en lo colectivo, sino que realiza actuaciones con el objetivo de promover transformaciones y dar respuesta a una necesidad real de su entorno.

Es fundamental subrayar que el ApS cobra importancia en el contexto educativo, pues el proceso de enseñanza-aprendizaje trasciende, destacando cuatro dimensiones en las que alumnado participa activamente mediante dicha metodología: la dimensión pedagógica en los modos de fomentar la participación del alumnado en su proceso de enseñanza; la dimensión política en la posibilidad de ejercer el derecho de participación en las cuestiones que les atañen; la dimensión social en las estrategias de sensibilización ante necesidades reales y, por último, la dimensión psicológica en tanto que al participar activamente se dan procesos afectivo-emocionales en los alumnos (Ochoa y Pérez Galván, 2019).

Estas dimensiones anteriormente mencionadas tienen su eco en los procesos que se desarrollan fuera del centro educativo. Por ello, el ApS contribuye a formar al alumnado en ciudadanía, poniendo en relieve el concepto de participación y convivencia. Cabe señalar que las prácticas de ApS en el ámbito educativo requieren el compromiso de los distintos agentes implicados y de la propia institución educativa. Se puede observar en la aportación de los autores anteriores cuando mencionan el derecho a participar del alumnado:

La participación es un eje a partir del cual se construye convivencia y se forma en ciudadanía, y, por otra parte, que las niñas, niños y adolescentes (NNA) son sujetos de derechos y, por tanto, se debe promover y resguardar su derecho a participar dentro de la escuela (p. 21).

De este modo, los proyectos de aprendizaje y servicio se caracterizan por su positivo impacto y eficacia en el aprendizaje, tal y como mencionan Blanco-Cano y García-Martín (2021) en su artículo: “el ApS constituye un método efectivo de aprendizaje, ya que ofrece la oportunidad de darle sentido a lo que se estudia en el aula al utilizarlo para contribuir a mejorar la vida de otras personas” (p. 640). Así mismo, implica una mejora en el aprendizaje en tanto que se retienen y comprenden de manera significativa los conocimientos trabajados, además de fomentar principios éticos en el alumnado (Vázquez Toledo, Liesa y Lozano, 2017).

2.4 Marco legislativo

A continuación, se va a realizar un recorrido por el marco legislativo nacional y autonómico en materia de educación para la salud y tecnologías en la etapa de Educación Secundaria.

En la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE), se menciona en el preámbulo la transformación que ha generado el uso de las tecnologías en diversas esferas cotidianas, como en el ámbito educativo, para la cual se exige una responsabilidad por parte del sistema educativo:

Se hace necesario que el sistema educativo dé respuesta a esta realidad social e incluya un enfoque de la competencia digital más moderno y amplio, acorde con las recomendaciones europeas relativas a las competencias clave para el aprendizaje permanente”. Ante ello, se torna necesario dotar tanto al alumnado como al profesorado y las familias de herramientas preventivas para hacer un uso saludable de las tecnologías, además de desarrollar una formación permanente en competencias digitales (p. 122871)

Además, se señala que las tecnologías se utilizarán en los centros educativos como medio pedagógico y será competencia de las administraciones educativas realizar actuaciones preventivas en las consecuencias derivadas de un mal uso de las tecnologías por parte del alumnado. Asimismo, se realiza especial hincapié en una situación de riesgo como es la violencia digital, señalando que el sistema educativo deberá “establecer las condiciones que hagan posible la eliminación en el ámbito escolar de las situaciones de riesgo derivadas de la inadecuada utilización de las TIC, con especial atención a las situaciones de violencia en la red” (Capítulo II, apartado 5).

También se establece la importancia de la promoción de la salud en el ámbito educativo con el objetivo de fomentar unos hábitos de vida saludable. Así, podemos encontrar que la educación para la salud será una de las materias a trabajar transversalmente en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria. En

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria relación con la temática que nos ocupa, se entiende la prevención de conductas adictivas como fomento de pautas y hábitos saludables en el alumnado.

El Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria recoge las asignaturas de Tecnología y Digitalización y otra materia llamada Digitalización. En concreto, la asignatura de Digitalización abarca competencias específicas en el consumo responsable de las TRIC, por encima de una formación en la competencia digital: “la formación de la ciudadanía actual va más allá de la alfabetización digital, ya que requiere una atención específica a la adquisición de los conocimientos necesarios para usar los medios tecnológicos de manera ética, responsable, segura y crítica” (p. 42.). Durante el texto observamos la necesidad de que el sistema educativo fomente la construcción de una ciudadanía sensibilizada y crítica con los medios tecnológicos.

Siguiendo la normativa anterior, ya que la E.S.O forma parte de la enseñanza básica, el perfil de salida del alumnado exige que este haya desarrollado las destrezas y habilidades para continuar con el aprendizaje de la vida. Esto va de la mano de las habilidades para la vida mencionadas en el cuerpo del texto anteriormente. Además, en el apartado de la *competencia personal, social y de aprender a aprender* se especifica la necesidad de desarrollar las mismas. En el Real Decreto se mencionan como habilidades personales, sociales, de comunicación interpersonal y de adaptación.

Acorde con el Decreto n.º 235/2022, de 7 de diciembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia en el artículo 5 relativo a los principios pedagógicos, se dispone que además del currículo a seguir, se podrán realizar proyectos importantes e innovadores que complementen el aprendizaje en el alumnado. En este trabajo se considera la metodología de aprendizaje y servicio como propuesta significativa.

Siguiendo en el marco de esta normativa autonómica, en el apartado de competencias específicas de múltiples asignaturas relacionadas con las tecnologías se menciona la importancia del uso responsable y saludable de las redes sociales, Internet y las tecnologías en general. Entre ellas podemos

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria encontrar la asignatura de Digitalización, Digitalización Creativa y Tecnología y digitalización.

Deteniéndonos en la asignatura de Digitalización Creativa, incluso se subraya dentro de las competencias específicas de la misma la aproximación e intervención en problemáticas desde el servicio a la comunidad, proporcionando alternativas creativas y lúdicas en el uso de las tecnologías. De este modo, este proyecto está contemplado ya que se trata de una metodología de aprendizaje y servicio, concretamente en la comunidad educativa.

Un punto relevante en la materia de Educación en Valores Cívicos y Éticos del currículo de Educación Secundaria en el decreto autonómico es que, no solo se menciona la necesidad de “desarrollar autonomía moral” en el uso responsable de las tecnologías, sino también en los hábitos adictivos, como es el caso de la ciberadicción, con sus múltiples factores de riesgo y consecuencias.

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GENERAL

- Potenciar el uso responsable de las tecnologías de la relación, la información y la comunicación en el alumnado de 1º y 4º de Educación Secundaria.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Promover en los alumnos de 1º y 4º de la E.S.O. la sensibilización acerca de los riesgos de las TRIC mediante la metodología de aprendizaje y servicio.
- Impulsar alternativas de ocio en el alumnado de 1º y 4º de la E.S.O. a través de una guía de recursos de ocio y tiempo libre del barrio.
- Fomentar la cohesión y las relaciones entre el alumnado de 1º y 4º de la E.S.O.
- Desarrollar en la comunidad educativa un mayor conocimiento sobre la metodología de Aprendizaje y Servicio.

4. METODOLOGÍA

Tal y como se ha mencionado en la justificación y en el marco teórico, la metodología que se va a llevar a cabo es aprendizaje y servicio. Esta metodología supone que las personas implicadas, en este caso los alumnos y alumnas, aprendan ofreciendo un servicio al resto de la comunidad.

El proyecto por desarrollar va a requerir el compromiso por parte del equipo del departamento de orientación, de los tutores y del alumnado implicado. Asimismo, necesitará el respaldo del equipo directivo del centro educativo para su realización. Cabe señalar que las familias serán informadas del desarrollo del proyecto, así como de los resultados que se vayan obteniendo.

Así, la participación y la implicación de la comunidad educativa del centro se señala con estas funciones:

- ❖ Equipo docente del Departamento de Orientación (Orientadora y Profesora Técnica de Servicios a la Comunidad, en adelante P.T.S.C.):
 - Acompañamiento en la formación inicial.
 - Supervisión de los tiempos del proyecto, así como de las actividades planteadas y llevadas a cabo.
 - Difusión el proyecto al equipo directivo y a las familias.
 - Contacto con personal externo que apoyará en la formación.
- ❖ Equipo directivo:
 - Respaldo y apoyo institucional al proyecto.
 - Participación en la actividad de cierre y celebración.
- ❖ Tutores/as:
 - Acompañamiento en la formación inicial.
 - Supervisión de contenidos.
 - Dedicación del tiempo de tutoría a las actividades del proyecto.
- ❖ Alumnado de 4º E.S.O:
 - Recepción de la formación inicial.
 - Elaboración de materiales didácticos.
 - Implementación del proyecto.
 - Supervisión y compromiso de los tiempos marcados.
 - Evaluación.

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria

- ❖ Alumnado de 1º E.S.O:
 - Recepción de los materiales didácticos elaborados.
 - Participación en las actividades propuestas.
 - Participación en el proceso de evaluación.
- ❖ Familias:
 - Participación en la actividad de cierre y celebración.

4.1 CONTENIDOS

Los contenidos que se van a abordar en este proyecto son los siguientes:

- Concepto de Tecnologías de la Relación, la Información y la Comunicación (TRIC).
- Uso seguro de las TRIC en el alumnado de Educación Secundaria.
- Riesgos del uso irresponsable de las TRIC: ciberadicción, ciberacoso, grooming, sexting, consumo de pornografía, entre otros.
- Habilidades para la vida.
- Alternativas de ocio y tiempo libre en jóvenes.

Cabe señalar que los contenidos que se van a trabajar son contenidos conceptuales y curriculares, como la definición de ciberadicción, ciberacoso, grooming, sexting, etc., y procedimentales/actitudinales como la creación de un perfil social con uso de sensibilización y difusión del proyecto, así como las charlas informativas que promoverán las habilidades para la vida en el grupo motor, así como la guía de recursos de ocio y tiempo libre. Todo ello se explicará en el siguiente apartado.

4.2 TEMPORALIZACIÓN, ACTIVIDADES Y RECURSOS

Es importante subrayar que la metodología ApS alberga su propia estructura organizativa. De este modo, las actividades que se van a realizar estarán organizadas durante todo el curso académico, incluido por tanto en la Programación General Anual del centro, y formando parte de dicha estructura. Así, las actividades están enmarcadas en diferentes dimensiones o fases llamadas: *preparación*, *desarrollo*, *evaluación* y *cierre o celebración*. En la *preparación* tiene lugar el diseño y la formación, en el *desarrollo* se realizará el servicio, en la *evaluación*, la cual será continua y sumativa, se hará seguimiento y valoración. Por último, en el *cierre* se llevará a cabo la celebración del proyecto. Estas se recogen en la tabla que se expone más adelante.

Para la temporalización del proyecto, se va a contar con las horas de tutoría de los grupos de 1º y 4º de la E.S.O para la realización de las actividades. Por ello, será necesario que la jefatura de estudios tenga en conocimiento la realización del proyecto para la elaboración del horario lectivo, de manera que coincidan las tutorías de ambos cursos. Sería pertinente que los grupos que van a recibir la formación y realizar el servicio no superaran un máximo de 20 alumnos.

Con el fin de facilitar la comunicación entre los integrantes del proyecto, la calendarización de las actividades se volcará en un cronograma compartido a través de “Google Classroom”. En cada grupo se nombrará a 2 personas “referentes” o “coordinadoras” del mismo. Estas supervisarán que se esté escribiendo la información de manera adecuada en el cronograma, junto con los profesionales que acompañan en la realización del proyecto.

A continuación, se muestra la temporalización en forma de tabla. Cabe destacar que la evaluación está integrada en cada fase del proyecto, y se encuentra detallada en el apartado de evaluación.

Tabla 1.*Temporalización de las actividades*

1ER TRIMESTRE (FASE DE PREPARACIÓN)	2º y 3ER TRIMESTRE (FASE DE DESARROLLO)
<p style="text-align: center;"><u>Actividad 1</u></p> <p>Diseño del proyecto ApS</p> <p><i>Mes de septiembre</i></p> <p><i>-1ª sesión: reunión Dpto. Orientación y Equipo Directivo.</i></p> <p><i>-2ª sesión: reunión con los tutores y alumnado.</i></p> <p><i>-3ª sesión: contacto con la profesional externa.</i></p> <p><i>-4ª sesión: definición de organización temporal y previsión de materiales.</i></p> <p><i>* Tendrán una duración de una sesión semanal.</i></p>	<p style="text-align: center;"><u>Actividad 4</u></p> <p>Creación y dinamización de un perfil social: “Espacio seguro”</p> <p><i>-Creación: mes de enero.</i></p> <p><i>-Dinamización: hasta finalización del proyecto.</i></p> <p style="text-align: center;"><u>Actividad 5</u></p> <p>Charlas informativas: “Conocemos los riesgos de la tecnología”</p> <p><i>-Meses de febrero y marzo.</i></p> <p><i>-8 sesiones con cada grupo (1 sesión semanal).</i></p> <p style="text-align: center;"><u>Actividad 6</u></p> <p>Recreos activos: “el deporte como alternativa saludable”</p> <p><i>-Meses de abril y mayo.</i></p> <p><i>*El inicio de esta actividad será después de las vacaciones de Semana Santa y culminará en la última semana de mayo.</i></p>
<p style="text-align: center;"><u>Actividad 2</u></p> <p>Formación del alumnado de 4º E.S.O en ciberadicción.</p> <p><i>Meses de octubre y noviembre.</i></p> <p><i>-8 sesiones con cada grupo (1 sesión semanal).</i></p>	
<p style="text-align: center;"><u>Actividad 3</u></p> <p>Elaboración de una guía de recursos de ocio y tiempo libre.</p> <p><i>Mes de noviembre.</i></p> <p><i>-3 sesiones con cada grupo.</i></p>	
3ER TRIMESTRE (FASE DE CIERRE)	
<p style="text-align: center;"><u>Actividad 7</u></p> <p>Presentación y celebración del proyecto</p> <p><i>-Mes de mayo.</i></p>	

Nota: Elaboración propia (2023).

El primer trimestre se va a iniciar con la fase de preparación, la cual consistirá en el diseño del proyecto y en la formación inicial del alumnado de 4º de la E.S.O., nos referiremos a los mismos como grupo motor ya que será el implicado en desarrollar el proyecto. En el segundo y tercer trimestre se llevarán a cabo las fases de desarrollo, en la que se realizarán las actividades propuestas por el grupo motor al curso de 1º de la E.S.O, y cierre, con la presentación del proyecto. La fase de evaluación, la cual está detallada en el apartado de evaluación, se realizará durante todo el proyecto. A continuación, se detalla la propuesta metodológica:

Tabla 2.*Tabla de actividades*

ACTIVIDAD 1: DISEÑO DEL PROYECTO APS				
OBJETIVOS	- Desarrollar en la comunidad educativa un mayor conocimiento sobre la metodología de Aprendizaje y Servicio.			
CONTENIDOS	-Concepto de Tecnologías de la Relación, la Información y la Comunicación (TRIC). -Uso seguro de las TRIC en el alumnado de Educación Secundaria. -Riesgos del uso irresponsable de las TRIC: ciberadicción, ciberacoso, grooming, sexting, consumo de pornografía, entre otros. -Habilidades para la vida. -Alternativas de ocio y tiempo libre en jóvenes.			
RECURSOS	ESPACIALES	MATERIALES	HUMANOS	FINANCIEROS
	-Aula	-Mesas -Sillas	-PTSC y Orientadora. -Equipo Directivo. -Tutores. -Alumnado.	-Coste nulo. Materiales proporcionados por el centro educativo.

			-Profesional externa.	
DESARROLLO				
<p>El equipo del departamento de orientación implicado explicará al equipo directivo, a los tutores y al alumnado de 4º E.S.O. en qué va a consistir el proyecto. Se mantendrá, por tanto, una reunión con el equipo directivo y con los tutores tanto de 4º curso como de 1º (apoyo en la acción tutorial). También se realizará la coordinación con la profesional que colaborará, y se detallará la organización temporal de las actividades junto con la previsión de materiales. Para finalizar esta primera parte de la fase, se va a realizar una reunión con los grupos de 4º E.S.O en la que se expondrán otras experiencias de ApS desarrolladas en otros centros educativos.</p>				
ACTIVIDAD 2: FORMACIÓN EN CIBERADICCIÓN				
OBJETIVOS	-Promover en los alumnos de 1º y 4º de la E.S.O. la sensibilización acerca de los riesgos de las TRIC mediante la metodología de aprendizaje y servicio.			
CONTENIDOS	<p>-Concepto de Tecnologías de la Relación, la Información y la Comunicación (TRIC).</p> <p>-Uso seguro de las TRIC en el alumnado de Educación Secundaria.</p> <p>-Riesgos del uso irresponsable de las TRIC: ciberadicción, ciberacoso, grooming, sexting, consumo de pornografía, entre otros.</p> <p>-Habilidades para la vida.</p>			
RECURSOS	ESPACIALES	MATERIALES	HUMANOS	FINANCIEROS
	-Aula de Orientación	-Mesas -Sillas -Ordenadores -Proyector	-Alumnado 4º E.S.O. -PTSC y Orientadora. -Profesional experta docente en	- Coste nulo. La profesional experta en bienestar digital forma parte de un proyecto solicitado a una entidad social.

			bienestar digital. -Tutores/as.	
DESARROLLO				
<p>Esta actividad consiste en la formación del alumnado de cuarto curso en ciberadicción. Esta se va a desarrollar con la colaboración del departamento de orientación y una profesional experta docente en bienestar digital, así como de los tutores de cada grupo durante la hora de tutoría. Esta formación tendrá la finalidad de realizar una presentación mediante la herramienta “Canva” en forma de charlas informativas para impartirlas al alumnado de primer curso. En esta presentación los alumnos volcarán los contenidos a trabajar en el proyecto. Uno de los objetivos de esta actividad es que los alumnos, además de formarse en ciberadicción, conozcan el uso didáctico de la aplicación mencionada.</p> <p>Tras finalizar la formación, se repartirán las funciones que van a tener los distintos alumnos. De esta manera, se elegirá como voluntarios y voluntarias a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 3 personas “referentes” de cada grupo como supervisoras del calendario de actividades y dinamizadoras del perfil social. • 15 personas de cada grupo como “portavoces” para impartir las charlas informativas. • 5 personas de cada grupo encargadas del seguimiento y la evaluación. 				
ACTIVIDAD 3: ELABORACIÓN DE UNA GUÍA DE RECURSOS DE OCIO Y TIEMPO LIBRE				
OBJETIVOS	- Impulsar alternativas de ocio en el alumnado de 1º de la E.S.O. a través de una guía de recursos de ocio y tiempo libre del barrio.			
CONTENIDOS	-Alternativas de ocio y tiempo libre en jóvenes.			
RECURSOS	ESPACIALES	MATERIALES	HUMANOS	FINANCIEROS
	-Aula. -Dpto. de Orientación.	-Mesas. -Sillas. - Ordenadores. -Proyector.	-Alumnado 4º E.S.O. -P.T.S.C. y Orientadora.	-Coste nulo. Materiales proporcionados por el centro educativo.

		-Imprenta. -Folios	-Profesional experta docente en bienestar digital. -Tutores/as.	
DESARROLLO				
<p>El grupo motor se encargará también de la elaboración de una guía de recursos de ocio y tiempo libre alternativos. Esta guía se imprimirá en formato papel para proporcionar al alumnado del centro educativo y se subirá en el perfil social creado para que esté disponible de manera digital. Cabe señalar que tanto la realización de la guía como el resto de los materiales se va a repartir de manera equitativa en los distintos grupos de 4º para su realización.</p>				
ACTIVIDAD 4: CREACIÓN Y DINAMIZACIÓN DE UN PERFIL SOCIAL: “ESPACIO SEGURO”				
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar en la comunidad educativa un mayor conocimiento sobre la metodología de Aprendizaje y Servicio. -Fomentar la cohesión y las relaciones entre el alumnado de 1º y 4º de E.S.O. 			
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> -Concepto de Tecnologías de la Relación, la Información y la Comunicación (TRIC). -Uso seguro de las TRIC en el alumnado de Educación Secundaria. -Riesgos del uso irresponsable de las TRIC: ciberadicción, ciberacoso, grooming, sexting, consumo de pornografía, entre otros. -Habilidades para la vida. -Alternativas de ocio y tiempo libre en jóvenes. 			
RECURSOS	ESPACIALES	MATERIALES	HUMANOS	FINANCIEROS
	-Aula. -Dpto. de Orientación.	-Mesas. -Sillas. - Ordenadores.	-Alumnado 1º y 4º E.S.O.	-Coste nulo. Materiales proporcionados

		-Tablets.	-P.T.S.C. y Orientadora. -Tutores/as.	por el centro educativo.
DESARROLLO				
<p>Otra actividad que preparará el grupo motor es la creación de un perfil social en Instagram llamado “Espacio seguro”. Este perfil social servirá como portal de visualización, difusión y sensibilización del proyecto de ApS. En él, se subirán los contenidos, así como las aportaciones que el alumnado implicado considere hacer en materia de sensibilización de los peligros de las TRIC. Para la creación del perfil se contará con la autorización de las familias y estará gestionado por las profesionales del departamento de orientación.</p>				
ACTIVIDAD 5: CHARLAS INFORMATIVAS “CONOCEMOS LOS RIESGOS DE LA TECNOLOGÍA”				
OBJETIVOS	-Promover en los alumnos de 1º y 4º de la E.S.O. la sensibilización acerca de los riesgos de las TRIC mediante la metodología de aprendizaje y servicio.			
CONTENIDOS	<p>-Concepto de Tecnologías de la Relación, la Información y la Comunicación (TRIC).</p> <p>-Uso seguro de las TRIC en el alumnado de Educación Secundaria.</p> <p>-Riesgos del uso irresponsable de las TRIC: ciberadicción, ciberacoso, grooming, sexting, consumo de pornografía, entre otros.</p> <p>-Habilidades para la vida.</p> <p>-Alternativas de ocio y tiempo libre en jóvenes.</p>			
RECURSOS	ESPACIALES	MATERIALES	HUMANOS	FINANCIEROS
	-Aula. -Dpto. de Orientación.	-Mesas. -Sillas. - Ordenadores. -Proyector.	-Alumnado 1º y 4º E.S.O. -P.T.S.C. y Orientadora. -Tutores/as.	-Coste nulo. Materiales proporcionados por el centro educativo.

DESARROLLO				
<p>Las charlas informativas serán desarrolladas por el grupo motor. Estas se organizarán en sesiones, impartidas en el horario de tutoría de cada grupo de 1º de E.S.O. Además del carácter informativo de estas, en este espacio el grupo motor va a dinamizar, junto con la orientadora y la profesora técnica de servicios a la comunidad, debates sobre el buen uso de las TRIC, role-playing de diferentes situaciones de peligro en la red y técnicas grupales para trabajar las relaciones interpersonales.</p>				
ACTIVIDAD 6: “RECRETOS ACTIVOS: EL DEPORTE COMO ALTERNATIVA SALUDABLE”				
OBJETIVOS	-Fomentar la cohesión y las relaciones entre el alumnado de 1º y 4º de E.S.O.			
CONTENIDOS	-Alternativas de ocio y tiempo libre en jóvenes.			
RECURSOS	ESPACIALES	MATERIALES	HUMANOS	FINANCIEROS
	-Recreo. -Pabellón de deportes. -Biblioteca.	-Pelota de fútbol. -Juegos de mesa. -Mesas. -Sillas. -Altavoz. -Ordenador.	-Alumnado de E.S.O.	-Coste nulo. Materiales proporcionados por el centro educativo.
DESARROLLO				
<p>Antes de la fase de cierre, se va a realizar una actividad llamada “Recreos activos: el deporte como alternativa saludable”. Durante los meses de abril y mayo, se habilitarán espacios durante el recreo para que el alumnado de 4º dinamice distintas actividades lúdicas y deportivas en las que podrá participar el resto de alumnado del centro. Entre estas actividades se encuentran: fútbol, zumba, y juegos de mesa.</p>				
ACTIVIDAD 7: PRESENTACIÓN DEL PROYECTO				
OBJETIVOS	-Fomentar la cohesión y las relaciones entre el alumnado de 1º y 4º de E.S.O.			

	- Desarrollar en la comunidad educativa un mayor conocimiento sobre la metodología de Aprendizaje y Servicio.			
CONTENIDOS	-Concepto de Tecnologías de la Relación, la Información y la Comunicación (TRIC). -Uso seguro de las TRIC en el alumnado de Educación Secundaria. -Riesgos del uso irresponsable de las TRIC: ciberadicción, ciberacoso, grooming, sexting, consumo de pornografía, entre otros.			
RECURSOS	ESPACIALES	MATERIALES	HUMANOS	FINANCIEROS
	-Salón de actos.	-Sillas. -Proyector. -Imprenta. -Folios.	-Alumnado 1º y 4º E.S.O. -P.T.S.C. y Orientadora. -Tutores. -Equipo directivo. -Familias.	-Coste nulo. Materiales proporcionados por el centro educativo.
DESARROLLO				
<p>La última actividad consistirá en la celebración y presentación del proyecto de ApS al resto de la comunidad educativa. Esta actividad requiere de una preparación previa. Para ello, se contará con las horas de la asignatura de Digitalización o Tecnología, en la que cada grupo va a realizar de manera conjunta unas diapositivas que se integrarán posteriormente en una sola presentación para exponerla durante el acto de celebración. Además, alumnado voluntario de los grupos de 1º de E.S.O va a realizar un cartel con la información del mismo para difundirlo.</p> <p>El acto de celebración y presentación del proyecto se realizará en el salón de actos y se invitará tanto a la profesional experta en bienestar digital, como al equipo directivo y a las familias del alumnado implicado en el proyecto. Para la difusión de este acto, el cartel informativo se va a subir al perfil social además de</p>				

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria

colocarlo en los tabloneros informativos del centro educativo. Además, las profesionales del departamento de orientación informarán de manera directa al equipo directivo, a los tutores y a la profesional experta colaboradora.

Nota: Elaboración propia (2023).

5. EVALUACIÓN

La evaluación que se va a realizar va a combinar tanto el enfoque cuantitativo como cualitativo. En cuanto a las fases de evaluación, cabe destacar que se van a considerar 3 fases evaluativas: fase inicial o de diagnóstico, fase procesual y fase final.

- ❖ En la fase inicial se va a aplicar la técnica de la encuesta mediante la implementación de un cuestionario elaborado con la herramienta Kahoot a los alumnos de 4º E.S.O, para conocer de forma previa su percepción sobre la temática a trabajar, realizando así una evaluación de diagnóstico. Su aplicación se realizará en el primer trimestre, en la segunda sesión de la actividad 1.
- ❖ Para la fase procesual de la evaluación, en la última semana del mes, se realizará una reunión de seguimiento del proyecto entre el alumnado y los profesionales implicados donde poner en relieve las dificultades y/o propuestas de mejora. Además, en los espacios del recreo, diversos alumnos de cada grupo supervisarán el perfil social registrando los resultados en un diario de campo teniendo en cuenta los criterios de evaluación.
- ❖ Por último, la fase final se realizará en el mes de mayo y consistirá en la implementación de una escala Likert a través de “Google Formularios” a los alumnos de 4º de E.S.O con el fin de realizar una autoevaluación e introducir mejoras para próximas implementaciones.

A continuación, se detallan los instrumentos que se utilizarán en cada fase evaluativa.

5.1 FASE INICIAL

Esta fase va a consistir en una evaluación diagnóstica con la finalidad de obtener información de cómo perciben el uso de las TRIC y detecta las necesidades principales. Para realizar esta fase de manera interactiva, el instrumento consiste en un cuestionario elaborado en Kahoot. Los indicadores se encuentran en el Anexo I. Estos se mostrarán en la pantalla digital y se analizarán en forma de escala tipo Likert, siendo las respuestas: *totalmente en desacuerdo (Valor 1)*, *En desacuerdo (Valor 2)*, *Indiferente (Valor 3)*, *De acuerdo (Valor 4)*, *Muy de acuerdo (valor 5)*.

5.2 FASE PROCESUAL

Durante el desarrollo del proyecto, como se ha mencionado anteriormente, al final los meses de enero, febrero, marzo, abril y mayo se llevará a cabo una reunión mensual entre el alumnado y los profesionales para hacer seguimiento al desarrollo de las actividades. La información obtenida en esta reunión se va a recoger en un acta de reunión, la cual se compartirá en la carpeta de “Google Classroom”.

Así mismo, durante los recreos, el grupo motor se dividirá por semanas junto con los coordinadores o referentes para supervisar el perfil social creado, con la finalidad de registrar los resultados observados en un diario. Ambos instrumentos estarán compartidos en “Google Classroom”.

Los criterios de evaluación en esta fase son los siguientes:

OE1: Promover en los alumnos de 1º y 4º de la E.S.O. la sensibilización acerca de los riesgos de las TRIC mediante la metodología de aprendizaje y servicio.

1. Está mejorando el uso de las TRIC por parte del alumnado de 1º y 4º de la E.S.O.
2. El alumnado se muestra interesado en conocer los riesgos de las TRIC.
3. El alumnado está conociendo los riesgos de las TRIC.

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria

OE2: Impulsar alternativas de ocio en el alumnado de 1º de la E.S.O. a través de una guía de recursos de ocio y tiempo libre del barrio.

1. El alumnado está conociendo recursos de ocio y tiempo libre a los que acceder.
2. Está aumentando el tiempo del alumnado en actividades de ocio y tiempo libre.
3. El alumnado está reduciendo el uso de los aparatos tecnológicos en el tiempo libre en horario lectivo.

OE3: Fomentar la cohesión y las relaciones entre el alumnado de 1º y 4º de E.S.O.

1. Los alumnos participan de manera activa en el perfil social.
2. Se da una buena comunicación entre alumnado de 1º y 4º de la E.S.O. para la realización de las actividades.
3. Las relaciones entre alumnado en el espacio del recreo están mejorando.

5.3 FASE FINAL

En cuanto a la fase final, se va a aplicar una escala tipo Likert con 10 indicadores al alumnado de 4º E.S.O. mediante “Google Formularios” con la finalidad de recoger una evaluación de los propios responsables del proyecto de ApS, analizando el trabajo realizado. Además de los indicadores que se recogen en el Anexo II, será importante el apartado de propuestas de mejora en el que el alumnado podrá expresar de manera cualitativa aspectos a mejorar. Los criterios de evaluación son los siguientes:

-OE2: Impulsar alternativas de ocio en el alumnado de 1º de la E.S.O. a través de una guía de recursos de ocio y tiempo libre del barrio.

1. El proyecto ha impulsado otros usos saludables de las tecnologías.
2. La guía de recursos de ocio y tiempo libre se ha dado a conocer a la comunidad educativa.
3. Las actividades extraescolares del centro tienen un mayor número de participantes.
4. Las actividades de ocio del barrio tienen un mayor número de participantes.

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria

-OE3: Fomentar la cohesión y las relaciones entre el alumnado de 1º y 4º de E.S.O.

1. El proyecto ha conseguido mejorar el clima entre el alumnado.
2. El alumnado ha participado de manera activa y con interés en el desarrollo de las actividades.

-OE4: Desarrollar en la comunidad educativa un mayor conocimiento sobre la metodología de Aprendizaje y Servicio.

1. La metodología ApS se ha dado a conocer a la comunidad educativa.
2. El proyecto ha tenido buena acogida por parte de la comunidad educativa.
3. Se ha previsto implementar proyectos ApS en cursos futuros.
4. El equipo directivo ha apoyado el proyecto ApS.

Finalmente, el análisis de datos se realizaría utilizando el programa Excel tras extraer los datos de los cuestionarios mediante la herramienta *Kahoot*, en la fase inicial, y de “Google Formularios”, en la fase final. El alumnado recibirá la ayuda del equipo del departamento de orientación para extraer los datos y evaluarlos.

Posteriormente, los resultados obtenidos se volcarán en un documento escrito, el cual será leído y valorado por el grupo motor y el equipo profesional y, además, del cual se extraerá parte de la información para exponerla en la actividad de cierre y celebración del proyecto.

6. REFLEXIÓN Y VALORACIÓN FINAL

Como se ha señalado al inicio de este proyecto, la adicción a la tecnología supone un grave problema de salud, sobre todo durante la infancia y la adolescencia. De cara a afrontar este problema, desde la educación para la salud se puede lograr una transformación de la realidad mediante la promoción de hábitos y estilos de vida saludables, la sensibilización de la problemática y la formación de la población para desarrollar actuaciones preventivas y evitar el desarrollo de conductas no saludables, como es el caso de la adicción a las TRIC.

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria

Para el desarrollo de estas conductas y estilos de vida sanos se hace necesario hincapié en las habilidades para la vida, pues si se desarrollan y se trabajan de manera continua y transversal en el sistema educativo, es muy probable que generemos estilos de vida que se preocupen por la salud. En esta línea, si se apuesta por trabajar las habilidades para la salud y las habilidades interpersonales con el alumnado, se fomenta la posible detección y percepción de factores de riesgo que sean detonantes de una posible adicción a las tecnologías. Esto supone proporcionar herramientas y factores de protección al alumnado.

En este proyecto se ha apostado por seguir una metodología participativa, como es la del aprendizaje y servicio, pues esta posibilita la búsqueda de la transformación socioeducativa y da respuesta a necesidades y problemáticas reales que presenta el alumnado actual, cuyo análisis de la realidad se ha podido fundamentar en una revisión de fuentes que abordan la problemática de la adicción a las TRIC.

En la realidad educativa actual, el profesorado manifiesta la dificultad a la que se enfrentan tras comprobar que el alumnado tiene una gran dependencia de los teléfonos móviles no solo en el aula, sino también en los espacios comunes como es el recreo. Ante ello, en muchos centros educativos se solicitan charlas de sensibilización en torno a la adicción a la tecnología. Sin embargo, el alumnado permanece pasivo en estas actividades, tanto que mientras corre el tiempo de la charla, se continúa utilizando el teléfono móvil, sin generar apenas pensamientos críticos ante esta problemática.

A pesar de ello y tras estudiar los riesgos derivados de las tecnologías, también es importante resaltar las posibilidades que estas brindan en la educación. Pues no solo es necesario informar y sensibilizar sobre el uso responsable de las mismas, sino también potenciar y posibilitar más aun este uso seguro. La puesta en marcha no es sencilla, pues requiere de compromiso por parte de los docentes, además de las familias, quienes no deben quedarse en ningún caso apartadas del proceso socioeducativo de sus hijos e hijas. De este modo, si el centro educativo se implica con el aprendizaje y servicio, así como con el diagnóstico de necesidades reales del alumnado, se promoverán y

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria surgirán otros proyectos que promuevan posibilidades dentro de la educación, minorizando así las limitaciones.

Siguiendo en el hilo de la metodología planteada, es pertinente considerar que el aprendizaje y servicio debería darse a conocer en los centros educativos como metodología innovadora ante problemáticas reales. Si bien es cierto que estos proyectos van encaminados a dar respuesta a problemas sociales, la educación forma una gran parte de la sociedad y por ello sería beneficioso realizarlos y darles cabida desde el propio sistema educativo.

Además, dicha metodología se puede extender a etapas educativas posteriores, incluso en la universidad los proyectos de aprendizaje y servicio son provechosos, no solo para cumplir con competencias y objetivos curriculares, sino también para abrir las titulaciones a las realidades sociales con las que los educandos trabajarán e intervendrán en un futuro y para lo que se están preparando profesionalmente.

Deteniéndonos en la etapa para la que se ha diseñado este proyecto de intervención socioeducativa, esta metodología puede tener posibilidades de implementación en los distintos cursos académicos, pues en cada etapa vital surgen y se detectan situaciones que precisan ser trabajadas por el centro educativo. De este modo, es fundamental que, desde el Departamento de Orientación, con el apoyo a la acción tutorial, se potencie la interacción con el alumnado con el fin de conocer su situación tanto académica como familiar, social y personal.

Además, como propuestas de mejora para posibles implementaciones futuras de este proyecto, en primer lugar, se propone incluir sesiones que consistan en talleres en forma de Escuela para Familias. Es fundamental incluir a las familias en el proceso de enseñanza de los menores escolarizados, y concretamente en la prevención del mal uso de las tecnologías. Cada vez más se hace necesario una educación de adultos basada en la toma de conciencia de los riesgos de las TRIC, pues no solo se encuentra esta problemática en menores, sino también en adultos que proyectan una imagen errónea de la utilización de los dispositivos electrónicos y las redes sociales.

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria

En segundo lugar, otra de las aportaciones sería realizar formación del profesorado, pues es otra parte activa y fundamental en el proceso de aprendizaje. Ya que la tecnología ocupa gran parte de la metodología utilizada por parte de muchos docentes, si se dota de herramientas para trabajar con estas mediante un uso responsable, mejoraría el proceso de enseñanza-aprendizaje, así como la captación de atención del alumnado. De este modo, se fomentaría el uso pedagógico de los dispositivos tecnológicos. Por su parte, a través de una formación en materia de adicción y dependencia a las tecnologías y sus riesgos, el profesorado contaría con recursos para abordar esta temática durante sus tutorías o cuando lo considerara apropiado.

Para finalizar, es importante detenernos en el trabajo preventivo que debe hacerse desde el centro educativo con el objetivo de evitar o minimizar las situaciones de riesgo en el alumnado. Por ello, además de la formación sobre la temática de adicción a las tecnologías, en la propuesta de intervención se aborda el desarrollo de las habilidades interpersonales y de comunicación o habilidades para la vida para brindar herramientas al alumnado con el fin de poder detectar actitudes de dependencia hacia el entorno tecnológico y actuar a tiempo. Entre estas herramientas se encuentran poder pedir ayuda, ser capaz de debatir con iguales sobre conductas de riesgo, ofrecer información al grupo de iguales, entre otras.

7. REFERENCIAS

- Alfaro, M.A. (2019). Proyecto de educación para la salud: riesgos en internet: adicción y ciberacoso. *Nuevos retos en salud*, 62, 173-189. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7639717>
- Blanco-Cano, E. y García-Martín, J. (2021). El impacto del aprendizaje-servicio (ApS) en diversas variables psicoeducativas del alumnado universitario: las actitudes cívicas, el pensamiento crítico, las habilidades de trabajo en grupo, la empatía y el autoconcepto. Una revisión sistemática. *Revista Complutense de Educación*, 32(4) 639-649. <https://doi.org/10.5209/rced.70939>
- Cobacango, M.J., Cedeño, V.P y Tinoco M.G. (2019). La ciberadicción en la conducta de los estudiantes. *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*, 11763, 1-13. <https://www.eumed.net/rev/atlante/2019/07/ciberadiccion-estudiantes.zip>
- Decreto n.º 235/2022, de 7 de diciembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia. *Boletín Oficial de la Región de Murcia*, 283, de 9 de diciembre de 2022, 42535-43102. <https://www.borm.es/services/anuncio/ano/2022/numero/6346/pdf?id=813663>
- Díaz-Alzate, M.V, y Mejía-Zapata, S.I., (2018). Desarrollo de habilidades para la vida en la prevención del consumo de sustancias psicoactivas: un enfoque crítico al modelo existente. *El Ágora USB*, 18(1), 203-210. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6574933>
- Díaz-López, A., Maquilón, J.J y Mirete, A.B (2020). Uso desadaptativo de las TIC en adolescentes: Perfiles, supervisión y estrés tecnológico. *Revista Científica de Educomunicación*, (64), 29-38. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7486697>
- Díaz-Vicario, A., Mercader, C. y Gairín, J. (2019). Uso problemático de las TIC en adolescentes. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 21, 1-11. <https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e07.1882>

- “La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria
Gabelas, J.A. y Lazo, C.M. (2023). *Diálogos posdigitales: Las TRIC como medios para la transformación social*. Gedisa Editorial.
- Gascón-Vera, P. (2021). La década del Factor R-elacional y la nueva era TRIC desde la educomunicación. *Revista Mediterránea de Comunicación*, 12(2), 327-329. <https://www.doi.org/10.14198/MEDCOM.19578>
- Klimenko, O., Cataño Restrepo, Y.A., Otálvaro, I., y Úsuga Echeverri, S.J. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente*, 24(46), 123-155. <https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4382>
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 340, de 30 de diciembre de 2020, 122868-122953. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2020/12/29/3>
- López-Iglesias, M., Tapia-Frade, A. y Ruíz-Velasco, C.M. (2023). Patologías y dependencias que provocan las redes sociales en los jóvenes nativos digitales. *Revista de Comunicación y Salud*, 13, 1-22. <http://doi.org/10.35669/rcys.2023.13.e301>
- Mayor Paredes, D. (2018). Prácticas de aprendizaje-servicio como escenarios de confluencia entre la educación escolar y social. *Revista Iberoamericana de Educación*, 76(1), 35-56. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6284862>
- Ochoa Cervantes, A. y Pérez Galván, L. (2019). El aprendizaje servicio, una estrategia para impulsar la participación y mejorar la convivencia escolar. *Psicoperspectivas*, 18(1), 1-13. <http://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol18-issue1-fulltext-1478>
- Pérez Escoda, A. (2018). Uso de smartphones y redes sociales en alumnos/as de Educación Primaria. *Prisma Social*, (20), 76-91. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6360033>

- “La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria
- Portillo-Torres, M.C. (2017). Educación por habilidades: Perspectivas y retos para el sistema educativo. *Revista Educación*. 41(2). <http://dx.doi.org/10.15517/revedu.v41i2.21719>
- Proyecto Hombre Murcia (2019). Memoria de Actividades. <https://www.proyectohombremurcia.es/publicaciones/memorias.html>
- Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria. *Boletín Oficial del Estado*, 76, de 30 de marzo de 2022. <https://www.boe.es/eli/es/rd/2022/03/29/217/con>
- Roca, C. (2019). Adicción a las Tecnologías: Adolescencia, familias y Trabajo Social. Revisión teórica del fenómeno. *Revista Internacional de Trabajo Social y Bienestar*, (8), <https://doi.org/10.6018/azarbe.395081>
- Rodríguez, E. y Ballesteros, J.C. (2019). *Jóvenes, ocio y TIC. Una mirada a la estructura vital de la juventud desde los referentes del tiempo libre y las tecnologías*. Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=747034>
- Tabuenca, B., Sánchez-Peña, J.J. y Cuetos-Revuelta, M.J. (2019). El smartphone desde la perspectiva docente: ¿una herramienta de tutorización o un catalizador de ciberacoso?. *Revista De Educación a Distancia (RED)*, 19(59). <http://dx.doi.org/10.6018/red/59/01>
- Vázquez Toledo, S, Liesa Orúz, M. y Lozano Roy, A. (2017). Recreos Cooperativos e Inclusivos a través de la metodología de Aprendizaje-Servicio. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 20(1), 173-185. <http://dx.doi.org/10.6018/reifop.20.1.213181>

8. ANEXOS**ANEXO I****Tabla 3.***Mi percepción sobre el uso de las TRIC*

Indicadores	1	2	3	4	5
	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Indiferente	De acuerdo	Muy de acuerdo
1.Considero que hago buen uso de las tecnologías					
2.Conozco los riesgos de las tecnologías					
3.Paso más de la mitad del día con el ordenador, la Tablet o el móvil.					
4.Prefiero pasar tiempo con mis amigos y amigas antes que con el ordenador, la Tablet o el móvil.					
5.Participo en otras actividades de ocio y tiempo libre o voluntariados.					

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria

6.Tengo límites en casa para usar los dispositivos electrónicos e Internet.					
7.Me siento mal cuando no puedo usar las redes sociales.					
8.Tengo conflictos con mi familia por usar las redes sociales.					
9.He tenido problemas con otras personas a través de Internet.					
10.Puedo pasar un día entero sin usar el ordenador, la Tablet o el móvil.					
Observaciones:					
¿Qué esperas de este proyecto?					

Nota: Elaboración propia (2023).

ANEXO II**Tabla 4.***Evaluación del proyecto ApS*

Criterios de evaluación e indicadores:	1	2	3	4	5
OE2:					
1.El proyecto ha impulsado otros usos saludables de las tecnologías.					
2.La guía de recursos de ocio y tiempo libre se ha dado a conocer a la comunidad educativa.					
3.Las actividades extraescolares del centro tienen un mayor número de participantes.					
4.Las actividades de ocio del barrio tienen un mayor número de participantes.					
OE3:					
1.El proyecto ha conseguido mejorar el clima entre el alumnado.					
2.El alumnado ha participado de manera activa y con interés en el desarrollo de las actividades.					
OE4:					
1.La metodología ApS se ha dado a conocer a la comunidad educativa.					
2.El proyecto ha tenido buena acogida por parte de la comunidad educativa.					
3.Se ha previsto implementar proyectos ApS en cursos futuros.					

“La ciberadicción y sus riesgos” Proyecto de Aprendizaje y Servicio en Educación Secundaria

4.El equipo directivo ha apoyado el proyecto ApS.						
---	--	--	--	--	--	--

Aspectos que mejorar:

Nota: Elaboración propia (2023).