

David Bassa i Marta Narberhaus

Il·lustracions de Kim Amate

PANTALLES

QUE NO ET DOMININ!

GUIA PRÀCTICA
PER SABER NAVEGAR
ENTRE PANTALLES



**Bindi
Books**

PANTALLES

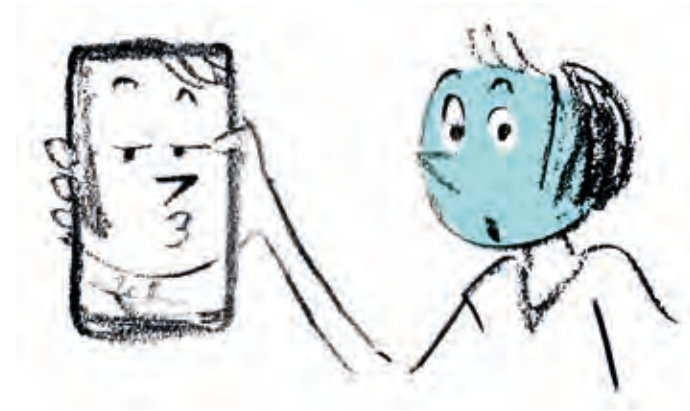
QUE NO ET DOMININ!

David Bassa i Marta Narberhaus

Il·lustracions de Kim Amate

PANTALLES

QUE NO ET DOMININ!



GUIA PRÀCTICA
PER SABER NAVEGAR
ENTRE PANTALLES

© del text: David Bassa i Marta Narberhaus, 2023

© de les il·lustracions: Kim Amate, 2023

© 9Grup Editorial, per l'edició

Bindi Books

Mallorca, 314, 1r 2a B

08037 Barcelona

T. 93 857 46 04

Disseny i maquetació: Kim Amate

Primera edició: novembre de 2023

ISBN: 978-84-18288-69-2

Dipòsit legal: B 16005-2023

Imprès per Índice S.L., Barcelona

No és permesa la reproducció total o parcial d'aquest llibre, ni la seva incorporació a un sistema informàtic, ni la seva transmissió en cap forma ni per cap mitjà, sigui electrònic, mecànic, per fotocòpia, per gravació o altres mètodes, sense el permís previ i per escrit dels titulars del copyright.





9 **JA TENS MÒBIL!**

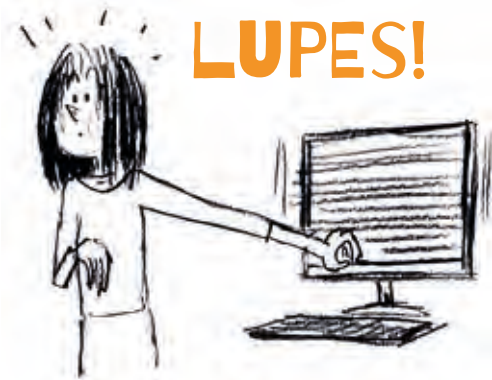
29 **L'ÚLTIMA PARTIDA**



45 **XARXES I BULLYING**



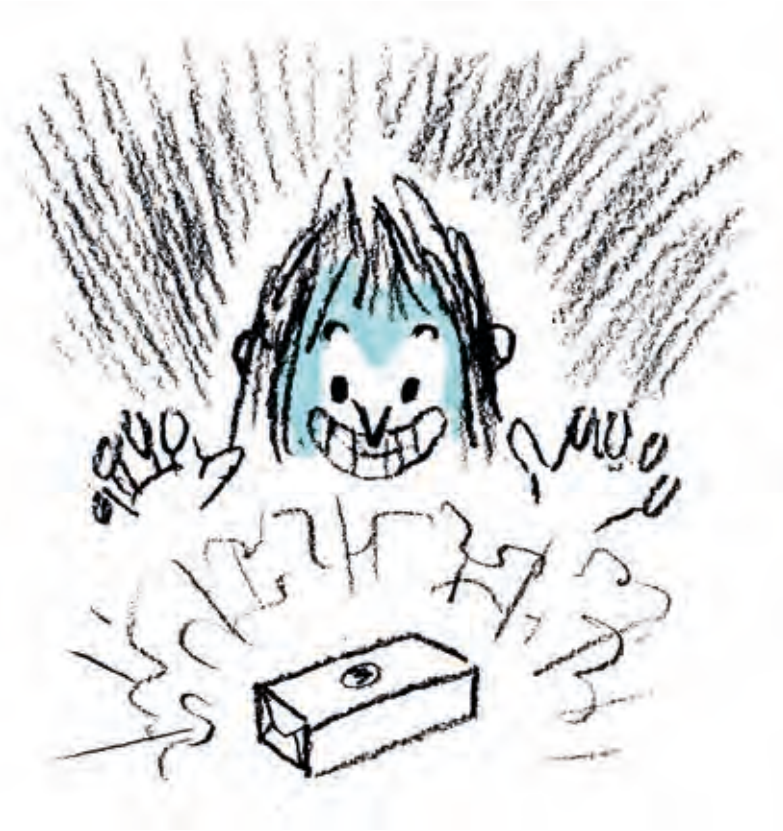
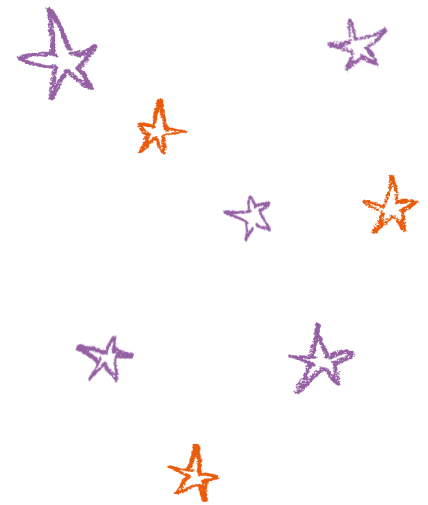
65 **ENDAVENT LES LUPES!**



81 **RECAPITULEM!**



Ja tens mòbil!



Per fi! Ja tens el **TEU** mòbil a les mans. De ben segur que feia molt temps que el demanaves.

No volies ser l'última de la classe a tenir-lo! Totes les amigues i els amics volen tenir mòbil. És com una competició frenètica per aconseguir-lo.

Però per què???



Un cop ja el tens, un cop ja ha arribat el moment, ara què? Ets lliure de fer amb l'aparell el que vulguis quan vulguis. O potser t'han posat algunes normes?

En tot cas, un món sencer se t'obre a través del dispositiu que ara tens a les mans. Els pares han confiat en tu i ara tens una gran oportunitat. Tens el poder de fer servir el **TEU** mòbil. Però...



un gran poder comporta una gran responsabilitat

En aquesta guia t'expliquem tot el que has de saber per exercir aquest nou poder que has adquirit i aprofitar totes les oportunitats que t'ofereix de manera RESPONSABLE I CONSCIENT!

SOM-HI?



Pantalles i excessos

Les **pantalles** formen part de la nostra vida quotidiana. Fem servir el mòbil, les tauletes, els ordinadors, la tele... cada dia. Els utilitzem per comunicar-nos, per socialitzar amb els amics, per jugar i entretenir-nos, per comprar, com a agenda i com a despertador. Per a gairebé tot!

Atura't a pensar: quantes vegades al dia consultes alguna cosa al mòbil? Hi jugues sovint? Potser hi busques informació per a les tasques i els treballs que t'encarreguen al teu centre educatiu?

Quantes hores al dia t'hi connectes???

HORES AL DIA DE CONNEXIÓ

DILLUNS
DIMARTS
DIMECRES
DIJOUS
DIVENDRES
DISSABTE
DIUMENGE

Les **TIC** són el conjunt d'eines i tècniques per al tractament i la transmissió de la informació (sigui del tipus que sigui), que ens permeten poder-nos comunicar a partir d'elements electrònics.

TIC = tecnologies de la informació i la comunicació

Pantalles = aparells que faciliten la comunicació de manera visual: **smartphones** (telèfons mòbils), tauletes, ordinadors, televisors...

Amb el mòbil a la butxaca, a més, la comunicació i l'accés a la informació són **IMMEDIATS!** El mòbil també ens permet trucar en situacions d'emergència. I a través de les videotrucades podem veure gent que és lluny geogràficament.

Segur que també has fet servir les pantalles per **aprendre** i posar ales a la teva **creativitat** creant continguts de tot tipus!

Avantatges de les pantalles

1. Comunicació i informació 24 h: podem parlar amb amics i buscar informació sempre que vulguem!
2. Aprenentatge i creació de continguts: em permeten seguir continguts online de tot tipus per aprendre i també generar-ne per als treballs de classe o per compartir-los amb amics.
3. Jocs i entreteniment: música, videojocs infinits i vídeos i xarxes socials amb tot allò que seguim i ens agrada!

Has de tenir en compte, però, que l'ús de les pantalles també té alguns riscos. Oi que abans d'anar sol pel carrer has après que cal aturar-se quan el semàfor és en vermell, mirar abans de creuar, que no s'han d'acceptar regals de persones desconegudes i tota una sèrie de coses?

Amb les pantalles passa el mateix. Per fer-les servir de manera responsable, has de saber quins són els riscos que suposen.

Riscos

Avui ja no veiem els mòbils com un telèfon. El mòbil ha passat a ser una pantalla al mateix nivell que les tauletes o els ordinadors. De fet, ara tots els nostres dispositius estan interconnectats. Podem jugar o treballar des del mòbil, la tauleta o l'ordinador.

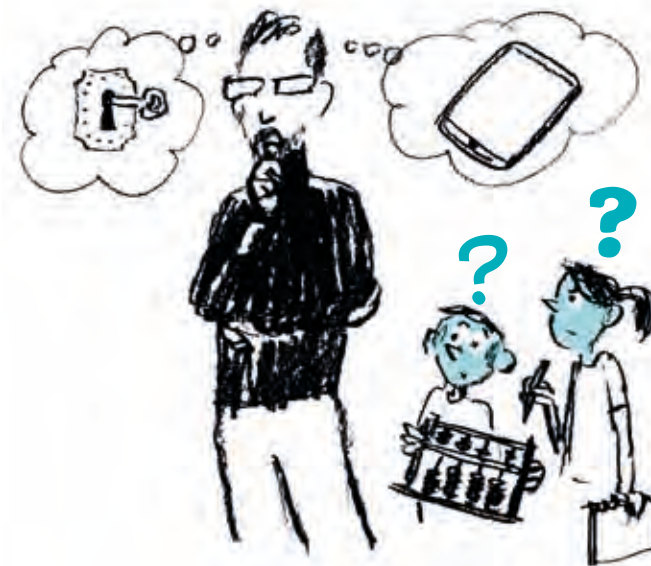
Trucar, que era la funció per la qual es van inventar els telèfons, ara només és una opció, i molt secundària. L'important dels mòbils és tot el món digital a què donen accés.

Per això el mòbil s'ha convertit en el símbol del pas de Primària a l'ESO. Un fet que ha avançat tots els problemes d'abús de les pantalles i d'addiccions digitals: estudis científics* indiquen que abans aquests problemes començaven entre els 14 i els 16 anys i ara s'inicien abans dels 12 anys!

* Andrade, B., Guadix, I., Rial, A. i Suárez, F. (2021). *Impacto de la tecnología en la adolescencia. Relaciones, riesgos y oportunidades*. Madrid: UNICEF España.

Saps que Bill Gates, el creador de Microsoft, no va deixar que els seus fills tinguessin **mòbil fins que van fer 14 anys? I que, quan ja el tenien, no el podien fer servir mai a l'hora dels àpats?**

O que Steve Jobs, el creador d'Apple, va prohibir als seus fills utilitzar l'ipad perquè el considerava massa perillós? O que Mark Zuckerberg, el fundador de Facebook, no deixa mirar pantalles als seus fills?



Tot això és així perquè els que han inventat les pantalles són els primers que en coneixen els riscos.

Ara que ja ho saps, segur que vols fer un bon ús de les pantalles, oi?
Vols saber com fer-ho? Som-hi!!!