

CUADERNO DE ACTIVIDADES PARA FAMILIAS

SOBRE CIBERSEGURIDAD



GOBIERNO
DE ESPAÑA

VICEPRESIDENCIA
TERCERA DEL GOBIERNO
MINISTERIO
DE ASUNTOS ECONÓMICOS
Y TRANSFORMACIÓN DIGITAL

SECRETARÍA DE ESTADO
DE DIGITALIZACIÓN
E INTELIGENCIA ARTIFICIAL

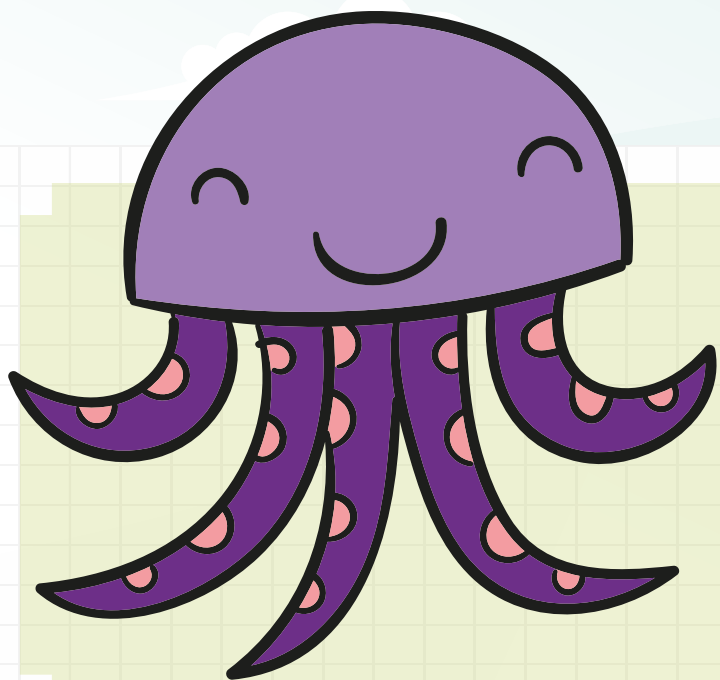
 **incibe** — **is4k** INTERNET
SEGURA
FORKiDS
INSTITUTO NACIONAL DE CIBERSEGURIDAD

is4k INTERNET
SEGURA
FORKiDS



Cofinanciado por la Unión Europea
Mecanismo «Conectar Europa»

ins@fe



INTRODUCCIÓN

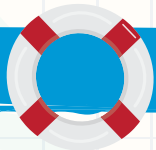
Realiza las actividades propuestas y aprovecha para hablar de estas prácticas con los menores.

Siempre que tengas dudas, o sospeches de algún tipo de problema en Internet, **puedes contactar con la Línea de Ayuda en Ciberseguridad de INCIBE** (servicio gratuito y confidencial).

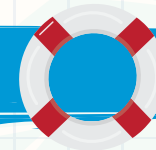


TU AYUDA EN
CIBERSEGURIDAD

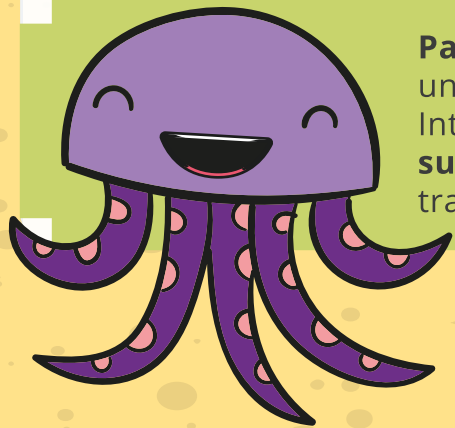




ACTIVIDAD 1: ACÉRCATE A SU ENTORNO DIGITAL



- 1. Apunta las aplicaciones** que crees que le gustan más:
- 2. ¿Son realmente las que más usa? Pregúntale:**
- 3. Elige una de ellas:**
- 4. Descárgatela**, empieza a utilizarla y analízala:
 - A) ¿Por qué** le gusta?
 - B) ¿Con qué** debe tener cuidado?
- 5. Investiga las opciones** de configuración de la aplicación:
 - A) Opciones de seguridad.** *Por ejemplo: si necesita contraseña, si tiene alertas de inicio de sesión, etc.*
 - B) Opciones de privacidad.** *Por ejemplo: cuenta privada, visibilidad de comentarios, etiquetado de personas, recibir mensajes de personas desconocidas, búsqueda de usuarios, etc.*
 - C) Opciones de bienestar.** *Por ejemplo: límites de tiempo, restricciones de contenido, etc.*
- 6. ¿Cómo se reporta y denuncia** un mensaje inapropiado o un usuario molesto?
- 7. Ahora que conoces mejor esa aplicación**, ¿por qué no os sentáis juntos a configurar su cuenta?



Para ayudar a los menores a hacer un uso seguro y responsable de Internet, es fundamental **conocer su realidad y acompañarles** en su trayectoria digital.





ACTIVIDAD 2: PROTEGE TU DISPOSITIVO PARA LOS MENORES



Marca cada punto , a medida que lo vayas configurando en tu dispositivo
¡ten cuidado, no te olvides de ninguno!

.....

1. Configurar un sistema de **desbloqueo de pantalla seguro** con al menos una de estas opciones:

Reconocimiento facial

Huella Digital

Contraseña

Pin

Patrón

2. Ajustar las opciones de **búsqueda segura**.

3. Hacer uso de las **opciones de control parental** de la tienda de aplicaciones.

4. **Proteger archivos y aplicaciones** sensibles con las funciones de caja fuerte y contraseñas de aplicación.

5. **Utilizar aplicaciones específicas** para menores, en lugar de las genéricas, cuando sea posible.

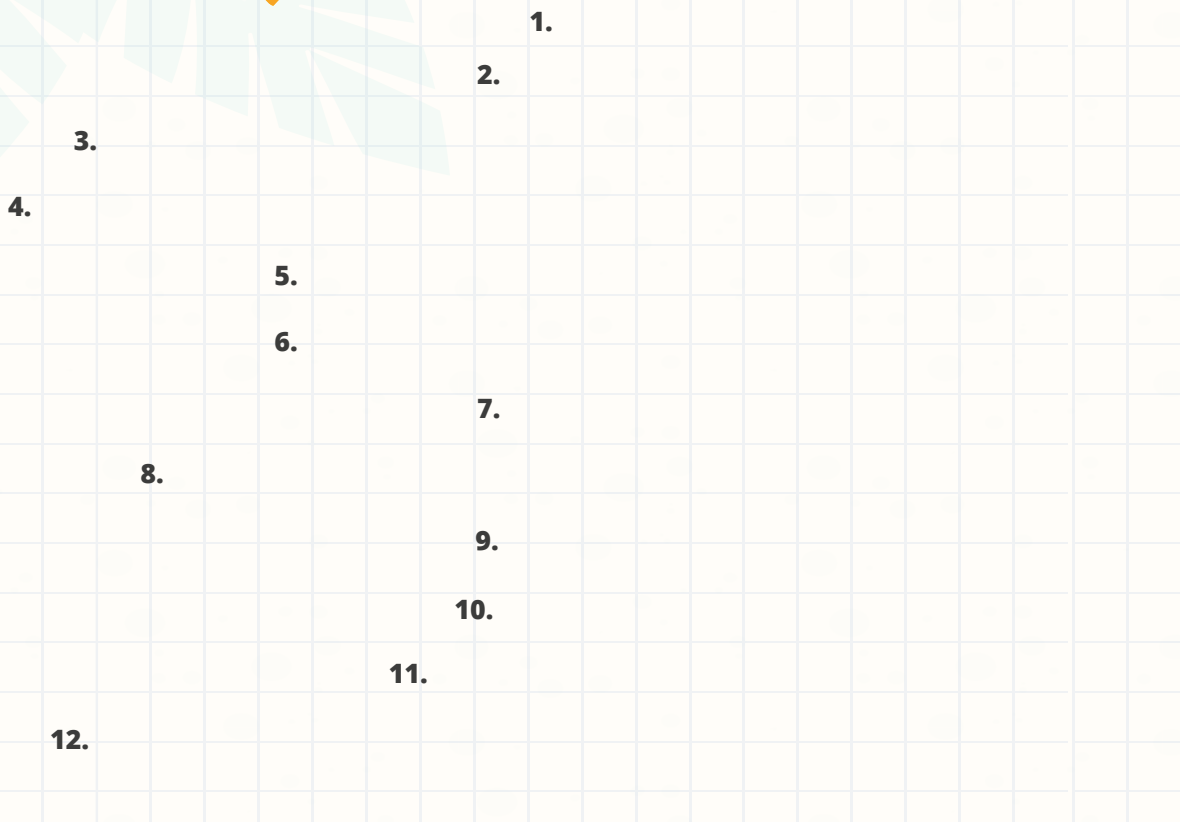
6. **Activar una cuenta de usuario limitado o con restricciones** cuando le preste mi dispositivo a un menor.




Por seguridad, es necesario dedicar un poco de tiempo a **configurar los dispositivos que utilizan**, de igual forma que, por ejemplo, ajustamos su bici (los frenos, el sillín, los ruedines, etc.).



ACTIVIDAD 3: PALABRAS CRUZADAS EN LAS REDES SOCIALES

- 
- 1.
 - 2.
 - 3.
 - 4.
 - 5.
 - 6.
 - 7.
 - 8.
 - 9.
 - 10.
 - 11.
 - 12.



Las redes sociales son principalmente espacios de comunicación, donde **los menores interactúan** entre ellos. Como en cualquier otro entorno, **deben aprender a relacionarse** de manera adecuada, desarrollando progresivamente sus habilidades sociales. **Recuerda algunas pautas** que pueden servirte de apoyo en esta tarea.

PISTAS:

1. Internet debe ser un espacio seguro y amable donde todos/as podamos relacionarnos. En las redes sociales, trata a los demás como te gustaría que te trataran a ti.
2. Las redes sociales son espacios en los que compartir gustos, objetivos o aficiones.
3. Antes de publicar un mensaje o un comentario, valora si puede resultar ofensivo para otras personas.
4. Tener más amigos/as o seguidores no debe ser una prioridad. Valora cada solicitud de amistad y acepta solo las de personas conocidas.
5. Configura tu perfil para evitar exponerte demasiado y proteger tu información personal.
6. No es necesario compartir todo en las redes sociales, hay aspectos de tu vida que son privados.
7. Antes de hacer público un contenido o un mensaje, reflexiona, en Internet la información se difunde a gran velocidad.
8. Al crear un perfil en una red social, debes configurar las opciones de seguridad.
9. Si te incomoda compartir determinada información personal, puedes negarte aunque te presionen.
10. Las humillaciones y ataques en Internet duelen igual que en la vida real, no participes ni las difundas.
11. Es necesario buscar un equilibrio y saber gestionar los horarios para no hacer un uso excesivo de Internet.
12. Si alguien te molesta en las redes sociales, no lo dudes: cuéntalo y denuncia.

ACTIVIDAD 4: ¿SOY CONSCIENTE DE CUÁNTO TIEMPO DEDICO AL MENOR?

Marca una casilla Lleva contigo esta ficha/registro durante todo un día. **cada vez que realices esa acción.** También puedes rellenarlo en momentos concretos. Por ejemplo, al desayunar, a media mañana, a mediodía, etc.

Registro de uso del móvil de

, el día

Desbloqueo el móvil:

Miro las notificaciones:

TOTAL

TOTAL

Entro en una aplicación de mensajería:

Entro en una red social:

TOTAL

TOTAL

Envío un mensaje / foto / vídeo:

No atiendo a lo que me dicen en persona por estar con el móvil:

TOTAL

TOTAL

Hablo en persona con alguien de algo que he visto en el móvil:

TOTAL

1. Cuenta las X de cada fila. **¿Te ha sorprendido algún dato?**

2. Si crees que debes mejorar en alguno de esos puntos, **apúntalo como uno de tus propósitos en la actividad 8** y pon los medios necesarios para conseguirlo.

La forma en que utilizamos el móvil es un ejemplo para los menores. Cuidemos la comunicación familiar, de la misma manera en que nos gustaría que ellos/as la cuidaran.



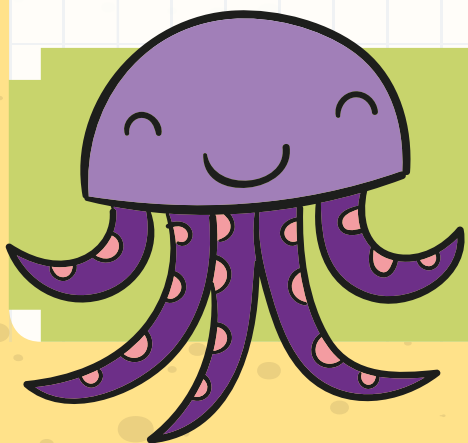
ACTIVIDAD 5: ¡DESCUBRE LOS RIESGOS A LOS QUE SE ENFRENTAN EN LA RED!

C C Y Y C K W W D M W S A T Y U T S C C Y Y
G E T Y I Y U L H I F P O X V G R E G E T Y
L M Y A B Z C V W H R Z G B U L O X L M Y A
M P O R E Z P Z V I R U S D W Z L T M P O R
L A Q R R N R E T O V I R A L A N I L A Q R
E T Z C A O P R I V A C I D A D V N E T Z C
G P X S C L H O I V N Z R Q T S X G G P X S
V Z D P O I A I E W I Z J P I I K G V Z D P
E A T M S G R O O M I N G I C K I P E A T M
F O Z K O O U S O E X C E S I V O E F O Z K
L H N F T S L K W F F I Z X F W Q T L H N F
C O N T E N I D O S I N A P R O P I A D O S

Encuentra los **10 términos**:

Ejemplo:

1. *Concepto:* Breve descripción del concepto.



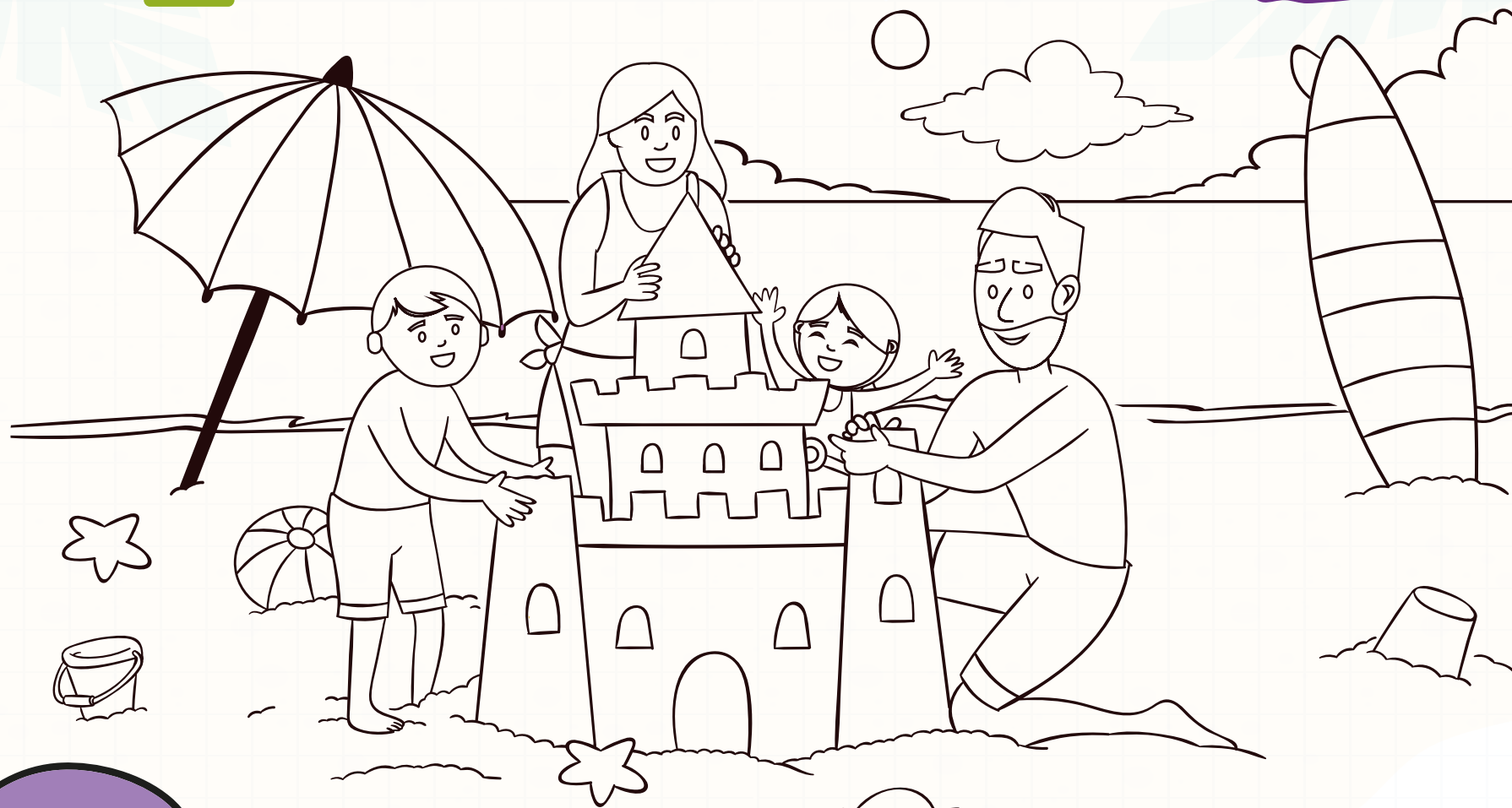
Seguro que has oído hablar de muchos temas relacionados con la seguridad de los menores en Internet. **Ahora es el momento de demostrar si conoces algunos de los riesgos más relevantes**, y eres capaz de definirlos con tus propias palabras.

ACTIVIDAD 6: CREAR UNA RED MÁS SEGURA ESTÁ EN TUS MANOS

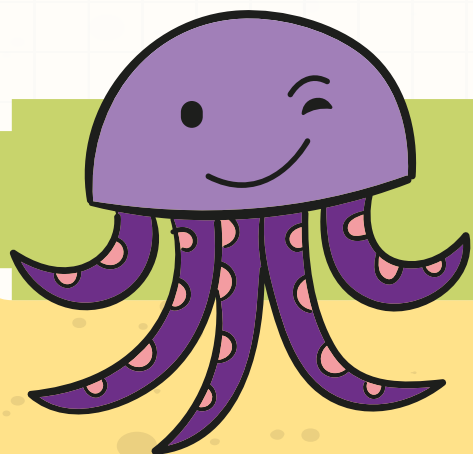


Todos debemos colaborar para hacer que Internet sea un espacio de comunicación seguro para los menores. **Relaciona los conceptos** que aparecen a continuación y no te quedes al margen: **tu participación es importante.**

ACTIVIDAD 7: ¡PINTA Y COLOREA EN FAMILIA!



Conversar de forma cotidiana con tus hijos sobre su día a día en Internet es imprescindible para conocer los contenidos que le gustan, los problemas a los que se enfrenta y cómo reacciona ante los riesgos. Cualquier momento es bueno para hablar sobre estos temas, por ejemplo, ¡mientras coloreáis juntos esta imagen familiar!



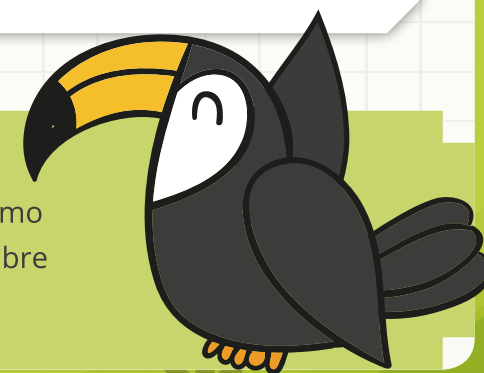
ACTIVIDAD 8: MIS PROPÓSITOS PARA EL NUEVO CURSO

OBJETIVO

FECHA

PLAN PARA CONSEGUIRLO

A continuación, puedes **apuntar tus buenos propósitos para mejorar tu protección y la de tu familia**, en el uso seguro de Internet, durante el próximo curso. Además, puedes aprovechar para pedirle a los menores su opinión sobre las cosas que creen que deberías mejorar, **¡quizás te puedan ayudar!**



HOJA DE SOLUCIONES:

ACTIVIDAD 3: PALABRAS CRUZADAS EN LAS REDES SOCIALES

1. C O M U N I D A D

2. R E S P E T O

3. P E T I C I Ó N

4. P R I V A D O

5. I N T I M I D A D

6. V I R A L

7. A J U S T E S

8. N O

9. C I B E R A C O S O

10. T I E M P O

11. R E P O R T A R

12.

HOJA DE SOLUCIONES:

ACTIVIDAD 5: ¡DESCUBRE LOS RIESGOS A LOS QUE SE ENFRENTAN EN LA RED!

Encuentra los **10 términos**:

PRIVACIDAD

USO EXCESIVO

SEXTING

CIBERACOSO

CONTENIDOS INAPROPIADOS

GROOMING

RETO VIRAL

VIRUS

BULO

TROL

C C Y Y C K W W D M W S A T Y U T S C C Y Y
G E T Y I Y U L H I F P O X V G R E G E T Y
L M Y A B Z C V W H R Z G B U L O X L M Y A
M P O R E Z P Z V I R U S D W Z L T M P O R
L A Q R R N R E T O V I R A L A N I L A Q R
E T Z C A O P R I V A C I D A D V N E T Z C
G P X S C L H O I V N Z R Q T S X G G P X S
V Z D P O I A I E W I Z J P I I K G V Z D P
E A T M S G R O O M I N G I C K I P E A T M
F O Z K O O U S O E X C E S I V O E F O Z K
L H N F T S L K W F F I Z X F W Q T L H N F
C O N T E N I D O S I N A P R O P I A D O S

- **Privacidad:** gestión de la información personal que generamos y compartimos con otras personas a través de Internet.
- **Uso excesivo:** conducta desmedida respecto al uso de la tecnología e Internet, provocando dependencia.
- **Sexting:** práctica que consiste en enviar imágenes y vídeos con connotación sexual a otras personas a través de Internet.
- **Ciberacoso:** ataque reiterado en el tiempo contra un menor a través de las redes sociales, mediante mensajes y publicaciones humillantes.
- **Contenidos inapropiados:** imágenes, vídeos o textos existentes en Internet que promueven actitudes o valores perjudiciales para para los menores.
- **Grooming:** práctica mediante la cual un adulto se hace pasar por un menor para acercarse a niños o adolescentes en Internet.
- **Reto viral:** desafíos que se difunden por las redes sociales, que en ocasiones pueden resultar peligrosos para los menores.
- **Virus:** programas informáticos que pueden dañar los dispositivos y/o acceder a la información personal almacenada.
- **Bulo:** noticia falsa que circula por Internet provocando desinformación, alerta o confusión.
- **Trol:** persona que fomenta el odio en la Red, mediante comentarios ofensivos o provocativos.

HOJA DE SOLUCIONES:

ACTIVIDAD 6: CREAR UNA RED MÁS SEGURA ESTÁ EN TUS MANOS





TU AYUDA EN
CIBERSEGURIDAD



www.is4k.es

@internetseguraforkids



@is4k



@is4k.es



GOBIERNO DE ESPAÑA

VICEPRESIDENCIA
TERCERA DEL GOBIERNO
MINISTERIO
DE ASUNTOS ECONÓMICOS
Y TRANSFORMACIÓN DIGITAL

SECRETARÍA DE ESTADO
DE DIGITALIZACIÓN
E INTELIGENCIA ARTIFICIAL

 **incibe** — **is4k** INTERNET
SEGURA
FORKiDS
INSTITUTO NACIONAL DE CIBERSEGURIDAD



Cofinanciado por la Unión Europea
Mecanismo «Conectar Europa»

