

Las nuevas tecnologías son una herramienta útil siempre que las utilicemos correctamente y sin olvidarnos de disfrutar de la vida real. Los TIC ofrecen grandes oportunidades pero también entrañan riesgos si se utilizan de manera inadecuada. Por este motivo, y con el fin de poder usarlas sin correr riesgos, entre mi familia/responsables y yo, hacemos el presente contrato.:

Yo..... y mi familia, nos comprometemos a respetar las siguientes CONDICIONES que establecemos, aceptamos y firmamos para el buen uso de las TIC en la familia.

Yo

Mi familia

Los dispositivos tecnológicos que me dejen utilizar son de mi familia, por lo que conocerán mis contraseñas y claves comprometiéndose, salvo en caso necesario, a respetar mi intimidad.

El uso de redes sociales (Tik Tok, Instagram, Youtube, Snapchat, WhatsApp, etc.) no es legal ni está recomendado antes de los 14 años, por lo que no las utilizaré, no las solicitaré, ni me abriré cuentas en ellas.

El tiempo máximo diario que puedo utilizar las TIC (sumando todas e incluida la Tv) para que eso no afecte a mi desarrollo, educación y salud será de..... diarias y de en festivos.

Utilizaré los dispositivos en lugares acordados de la casa, nunca en mi habitación y/o en una estancia cerrada y durante el tiempo pactado y los usaré después de hacer las tareas escolares.

Por la noche dejaré fuera de mi habitación todos los dispositivos, en un lugar común previamente acordado y dejaré de tener contacto con las TIC una hora antes de irme a dormir (incluida la Tv).

Cuando a través de alguna app, programa, videojuego, servicio de Internet se pueda hablar o chatear entre usuarios, lo comunicaré a mi familia para que lo conozcan si no lo saben y puedan establecer los ajustes que consideren adecuados para mi seguridad.

A través de estas apps, programas, servicios o videojuegos, me relacionaré exclusivamente con personas que conozco. Si hay que usar la webcam, siempre pidiendo permiso y siempre con personas conocidas y mi familia supervisándolo. El resto del tiempo la mantendremos tapada o desconectada.

Me hago responsable de la rotura, deterioro o gastos que genere por mal uso de los dispositivos que mi familia me permita usar. Por ello, asumiré su reparación o consecuencias de los mismos como decida mi familia.

Me comportaré de forma correcta, respetuosa y educada con las demás personas, también a través de las TIC. No haré nada a través de un dispositivo o en Internet que no haría en persona.

No descuidaré, por el uso que haga de las nuevas tecnologías, mis tareas escolares, el contacto con las amistades, la práctica de deporte y/o hobbies, la alimentación, el descanso, ni otros hábitos saludables y necesarios para mi maduración y desarrollo.



1 Se comprometen a acompañarme y enseñarme el uso de estos dispositivos así como de los servicios, apps, programas, juegos, etc., que en ellos me dejen utilizar.

2 Se comprometen a saber y averiguar las edades legales y/o recomendadas para los distintos servicios, apps, programas, videojuegos, etc., que me dejen utilizar, no permitiéndome utilizarlos o abrirme cuentas en aquellos para los que no tenga la edad exigida y/o recomendada.

3 Se comprometen a no abusar de los dispositivos tecnológicos, proporcionando tiempo en familia de calidad y dándome un ejemplo adecuado para mi educación.

4 Se comprometen a establecer horarios, lugares y situaciones en las que no es adecuado el uso de las TIC, que respetarán también y que serán los siguientes:
.....
.....

5 Se comprometen a dejar de usar las TIC un tiempo antes ir a descansar, con la finalidad de no restar tiempo de descanso ni afectar a la calidad del mismo.

6 Mi familia se comprometen a ayudarme y enseñarme a configurar las opciones de privacidad y los ajustes de aquellos servicios, programas, apps o videojuegos que me dejen usar, aprendiendo juntos estas cuestiones.

7 Mi familia se comprometen a utilizar programas de control parental que permitan limitar el acceso a contenido no adecuado para mí, que les permita supervisar aquello que visualizo o busco y que les ayude a educarme en un uso responsable de las TIC.

8 Mi familia se comprometen a utilizar de forma responsable las TIC, respetando horarios, lugares y situaciones, atendiendo siempre primero a las personas antes que a los dispositivos y, en definitiva, a ser un buen ejemplo. Se comprometen a ejercer un buen modelo, haciendo un uso adecuado y no abusivo de los diferentes dispositivos ya que ningún sistema de control sustituye su papel.

9 Mi familia se comprometen a proporcionarme posibilidades de ocio no relacionadas con las TIC, que me ayuden a divertirme, relacionarme con los demás y estar disfrutando de actividades al aire libre. En definitiva, a tener un ocio saludable, no dependiente de pantallas.

10 Mi familia se comprometen a estar al día sobre TIC, leer sobre ello, asistir a formaciones, seguir entidades y expertos en esta temática, con la finalidad de que puedan usar las TIC de forma responsable y de poder educarme correctamente en el mundo digital. Así, mismo, se comprometen a comunicarse conmigo sobre esta temática, a hablar de TIC en familia, para que sea un tema de conversación más, no solo para establecer normas o consecuencias.

Consecuencias

El INCUMPLIMIENTO de alguno o varios de los acuerdos anteriores conllevará las siguientes consecuencias:

-
-
-

El CUMPLIMIENTO de los acuerdos, además de mi satisfacción personal, podrá tener algún reconocimiento o consecuencia positiva si así lo estiman oportuno mi familia, evitando en lo posible refuerzos materiales u ocio con pantallas, que podrán ser:

-
-
-



Firma familia:



Firma menor: