

# Cómo hablar

del buen uso de las

# pantallas

EN LOS  
CENTROS  
EDUCATIVOS

360

ENERO 2026



# Contenidos

Cómo hablar del  
**buen uso de las pantallas ante:**

## Alumnos

Páginas 4 a 13



## Docentes

Páginas 14 a 23



## Familias

Páginas 24 a 35



## Medios

Páginas 36 a 47





# Presentación

Os ofrecemos en esta presentación un argumentario para hablar con los alumnos, las familias, los docentes y los medios de comunicación sobre el buen uso de tecnologías y pantallas en los centros educativos.

ALUMNOS ➤

DOCENTES ➤

FAMILIAS ➤

MEDIOS ➤



escuelas  católicas



# Cómo hablar del buen uso de la tecnología a los **alumnos.**



Los alumnos han de conocer cómo utilizar de manera adecuada las pantallas en el aula y en el centro escolar.







# 1. Las pantallas en el centro estarán siempre al servicio de la educación.

No se utilizarán pantallas sin un “para qué”. Son un medio para poder hacer aquello que antes no podíamos hacer, para ayudarte a aprender mejor y con más autonomía. No sustituyen tu criterio, ni deben disminuir tu atención ni tu participación en el aula.



## 2. Utiliza las pantallas para potenciar tu aprendizaje.

La tecnología puede potenciar tu aprendizaje si te organizas bien. Las pantallas te ayudarán si tienes un problema de aprendizaje y harán los contenidos más accesibles. Te ayudarán a resolver algunas de las actividades y retos planteados en el aula. Te ayudarán a estar mejor preparado para el mercado laboral.





### 3. No pierdas de vista tu objetivo.

Utiliza siempre las pantallas con un objetivo y no te dejes llevar por lo que el algoritmo de otros cree que es lo mejor para ti.







Localiza a tu *influencer* más cercano, alguien que pueda ayudarte siempre que lo necesites

## 4. Busca *influencers* fuera de la pantalla.

Seguro que hay preguntas que no responde ningún *influencer*, ninguna inteligencia artificial ni ningún buscador. Solo las personas saben lo que es la verdadera empatía y tus profesores están para escucharte, no dudes en preguntar o hablar con ellos si tienes alguna duda o algún problema, también si tiene que ver con el uso de la tecnología.



## 5. Las pantallas deben respetar la privacidad de tus compañeros.



Si tienes dudas,  
mejor no lo  
publiques

Las normas de tu aula física rigen también en el mundo digital y por tanto debes actuar siempre respetando la convivencia saludable. Grabar, fotografiar o difundir imágenes de cualquier persona sin su consentimiento vulnera su privacidad y nunca debes utilizar los chats u otras herramientas digitales para excluir, presionar o burlarte de nadie. Si dudas si tu comportamiento es el más correcto, pregúntate si alguna vez has compartido información personal de un compañero sin su permiso, cómo te sentirías si un adulto o tu “yo del futuro” viera lo que publicas, si dices en Internet cosas que no te atreves a decir en persona o si has sido testigo de burlas, insultos o exclusión a través de las pantallas y no has hecho nada. Recuerda que el daño digital es igual de nocivo que el presencial.



## 6. Tu cuerpo y tu mente necesitan desconectar.

### Desconectar es de sabios

Desconecta para poder conectar mejor

El uso prolongado de pantallas afecta a la vista, la postura y el sueño. Deberías establecer tus propias pautas para controlar el tiempo de pantalla. Existen aplicaciones que te ayudarán a hacer esto. Si no tienes claro si pasas demasiado tiempo frente a las pantallas empieza por contabilizar el número de horas de tu vida que les dedicas. Si revisas el móvil periódicamente aunque no haya sonado ninguna notificación, si usas pantallas antes de dormir y notas que te roba horas de sueño, y si aprovechas que estás estudiando en el ordenador para ver otras aplicaciones, ponte en alerta.



## 7. La mejor inteligencia artificial es tu cerebro.

La IA puede ser una ayuda pero no un sustituto de tu pensamiento. Puede ayudarte a estructurar, a explicar, a resumir; o puede servirte de inspiración, pero tú decides lo que es válido. No pierdas tu capacidad crítica. Un mal uso de la IA te hará ser cada vez menos competente. Un buen uso de de la IA te hará más autónomo.


★★★★★ 9.5/10





## 8. Lo que haces *on-line* es tu reputación de hoy y de mañana.

Cada publicación deja rastro, pero también cada búsqueda o comentario. Cualquier interacción puede ser capturada, reenviada o malinterpretada. No desaparece aunque te arrepientas; por eso piensa antes de publicar si no te importaría que lo viera cualquiera, si puede herir a alguien o que pensaría tu “yo del futuro” de esa publicación.

A photograph of three young people, two men and one woman, sitting outdoors on a brick ledge. They are all looking intently at a laptop screen. The woman in the center is pointing at the screen with her right hand. The man on the left is looking down at the screen, and the man on the right is also looking at the screen. They are all dressed in casual clothing.

Todas tus publicaciones dejan rastro



## 9. Principios RIE.

Recuerda que puedes usar la tecnología y las pantallas desde estos principios:

### RESPECTO

Usa la tecnología y las pantallas sin que afecte el aprendizaje, la privacidad o los derechos de tus profesores o compañeros.

### INTENCIÓN

Usa la tecnología y las pantallas siempre con un objetivo educativo concreto.

### EFICIENCIA

Usa la tecnología y las pantallas el menor tiempo que puedas para aprender lo máximo posible.





# Cómo hablar del buen uso de la tecnología a los **docentes.**



Los docentes han de integrar las pantallas con intención, seguridad y criterios comunes, con el objetivo de que la tecnología deje de ser un fin para convertirse en el medio que impulsa una educación más personalizada, responsable y de calidad.








# 1. Marco común para el plan de digitalización de la fundación o institución.

Es fundamental que todas las acciones se enmarquen en las directrices de la institución. Es necesario seguir las orientaciones establecidas para el Plan Digital de Centro (PDC), lo que permitirá construir un marco de trabajo sólido y compartido. El objetivo es mantener una coherencia real entre los distintos centros y etapas educativas, garantizando siempre que la tecnología esté al servicio de nuestro proyecto educativo y no al revés.



## 2. El profesorado como guía y referente.

El profesorado desempeña un papel central en el uso responsable de la tecnología. Su implicación activa marca la diferencia entre un uso superficial y uno educativo. Acompañar al alumnado implica establecer normas claras, consensuadas entre docentes. Además, el profesorado es el principal canal a través del cual las familias conocen cómo y para qué se utiliza la tecnología en el centro.



La implicación activa del docente marca la diferencia entre un uso superficial y uno educativo



### 3. Formación docente como prioridad.

No puede haber buen uso sin formación. La actualización del profesorado es una condición necesaria para aprovechar el potencial de la tecnología y conocer también sus riesgos. La formación en protección de datos y seguridad digital permite tomar decisiones informadas, establecer criterios claros y generar confianza. Apostar por la formación es apostar por un uso consciente, seguro y pedagógicamente sólido.



La actualización del profesorado es una condición necesaria para aprovechar el potencial de la tecnología





Personaliza el aprendizaje y atiende a la diversidad

## 4. Beneficios pedagógicos del entorno digital.

La tecnología puede personalizar el aprendizaje y atender mejor a la diversidad cuando se usa con criterio. Permite ofrecer *feedback* rápido y directo, favoreciendo la mejora continua del alumnado. Además, potencia el trabajo en entornos colaborativos, fomenta la interacción y prepara a los alumnos para contextos de aprendizaje más abiertos, siempre desde una perspectiva pedagógica y humanizadora.



## 5. Tecnología como herramienta, no como fin.

La tecnología debe aportar un valor añadido al proceso de enseñanza-aprendizaje, evitando su uso de forma arbitraria. Debe entenderse siempre como un apoyo para la transmisión del conocimiento y el desarrollo de competencias. Por tanto, cada vez que introduzcamos un dispositivo o aplicación en el aula, debemos hacerlo con una intencionalidad clara y un sentido educativo bien definido.



## 6. Orientaciones adaptadas a cada etapa educativa.

### Uso adaptado de la tecnología

Según edad y nivel de madurez

El uso de la tecnología debe ser progresivo y ajustado a la realidad de nuestros alumnos. Por ello, aplicaremos criterios pedagógicos específicos para cada etapa, acompañando a los estudiantes según su edad y nivel de madurez. Es prioritario generar enfoques y ejemplos concretos que permitan atender las necesidades desde Infantil hasta Secundaria o Bachillerato, asegurando un entorno de aprendizaje seguro y adecuado.





El equilibrio entre lo digital y lo analógico resulta fundamental

## 7. Metodologías y organización del aula.

Hablar de tecnología es hablar de metodología. Decidir cuándo y cómo usarla forma parte de la planificación didáctica. El modelo “*one to one*” puede ser una opción válida si responde a criterios pedagógicos claros.

El equilibrio entre lo digital y lo analógico resulta fundamental. El trabajo por proyectos favorece un uso significativo de la tecnología, mientras que el uso preferente de portafolios manuales, especialmente en Secundaria, refuerza la reflexión, el pensamiento crítico y la autoría personal.



## 8. Gobernanza y gestión de recursos.



La transformación digital requiere estructuras estables de apoyo y revisión. Crear un equipo de transformación digital facilita el análisis de las herramientas propuestas por el profesorado desde una mirada pedagógica, ética y organizativa. Revisar licencias, aplicaciones y recursos asegura un uso responsable y sostenible. La tecnología debe evaluarse no por su novedad, sino por su valor educativo real.



La Tecnología debe evaluarse no por su novedad, sino por su valor educativo real



## 9. Un mensaje coherente para toda la comunidad.

La eficacia de un plan digital reside en la unidad. Es vital mantener un mensaje común ante toda la comunidad educativa, con normas claras y un cumplimiento firme por parte de todos. La alineación entre equipos, etapas y centros es lo que dará credibilidad al proyecto y seguridad a las familias, demostrando que remamos todos en la misma dirección.





# Cómo hablar del buen uso de la tecnología a las familias.



Las familias merecen transparencia y confianza mutua y eso solo se puede lograr a través de una información adecuada, precisa y puntual.







# 1. Uso de las pantallas en nuestro centro educativo.

Entendemos la educación como un proyecto compartido entre la escuela y las familias. El uso de pantallas y tecnología forma parte de nuestra realidad educativa y es importante que las familias conozcan nuestra normativa al respecto; una normativa que busca coherencia, sensatez, eficiencia, uso adecuado y valores compartidos para todo el centro, sin personalismos ni condicionantes ajenos.



## 2. Por qué hablamos de pantallas.

### Nuestro objetivo

es ofrecer información clara, siempre desde una comunicación abierta y honesta

La tecnología forma parte del entorno cotidiano de nuestros alumnos y en los últimos tiempos ha provocado mucho debate. Hablar del uso de las pantallas en el centro educativo nos ayudará a reducir incertidumbres, aclarar dudas y acompañar a las familias en un tema que genera preguntas y, en ocasiones, preocupación. Nuestro objetivo es ofrecer información clara, siempre desde una comunicación abierta y honesta, y lograr así una confianza mútua imprescindible para el desarrollo de nuestro alumnado.



### 3. La tecnología en nuestro proyecto educativo.

En nuestro proyecto educativo la tecnología no es un fin en sí misma, sino un medio al servicio del aprendizaje. No se utiliza por moda ni como entretenimiento, sino únicamente cuando aporta un valor pedagógico real. El aprendizaje sigue centrado en el alumno, en su relación con el docente y en su desarrollo integral.







Acompañar y formar al alumnado para que aprenda a usar la tecnología de manera responsable

## 4. Acompañar en lugar de prohibir.

No creemos que la educación se construya desde la prohibición. Nuestra apuesta es acompañar y formar al alumnado para que aprenda a usar la tecnología de manera responsable, crítica y equilibrada. De este modo, les proporcionamos herramientas útiles para su futuro personal, académico y profesional.





El profesorado decide en cada momento cuándo y para qué se usan

## 5. Metodologías y uso de dispositivos.

Los dispositivos digitales se integran dentro de metodologías activas y variadas. No se utilizan de forma constante ni sustituyen otros materiales, sino que se combinan con trabajo en papel, actividades orales, dinámicas cooperativas y experiencias prácticas. El profesorado decide en cada momento cuándo y para qué se usan, siempre desde el respeto a la normativa general del centro a este respecto.



## 6. Uso ético de la tecnología y la IA.



Educar en tecnología también implica educar en valores. En el centro trabajamos el uso ético y responsable de las herramientas digitales y de la inteligencia artificial, fomentando el pensamiento crítico, la reflexión y el respeto. El alumnado aprende a utilizar la tecnología con criterio y conciencia.





Cumplimos estrictamente la normativa vigente en materia de protección de datos

## 7. Seguridad y protección de datos.

La seguridad es una prioridad. Los dispositivos están gestionados por el centro y cuentan con sistemas de control y filtrado. Además, cumplimos estrictamente la normativa vigente en materia de protección de datos, garantizando la privacidad y la identidad digital del alumnado.



## 8. Espacios de diálogo con las familias.

Ofrecemos distintos espacios para el diálogo y la participación de las familias, como reuniones de inicio de curso, tutorías personalizadas y encuestas de satisfacción. Estos espacios nos permiten escuchar, resolver dudas y mejorar de manera conjunta.





## 9. Escuela de padres y acompañamiento familiar.



A través de la Escuela de Padres abordamos temas relacionados con el uso de pantallas, la tecnología y la inteligencia artificial, ofreciendo orientación y apoyo para el acompañamiento en casa. Estos espacios favorecen la reflexión compartida y la construcción de criterios comunes.



### Escuelas Católicas

ofrece orientación y apoyo para el acompañamiento en casa.





# 10. Escuela y familia: una alianza imprescindible.

La educación digital ha de ir de la mano de una colaboración real entre la escuela y la familia. Compartir criterios, mantener un diálogo constante y trabajar juntos es fundamental para ofrecer al alumnado un marco coherente y seguro.







Siempre de la  
mano de las  
familias

## 11. Confianza y tranquilidad para las familias.

Queremos transmitir un mensaje de tranquilidad: no se trata de que nuestros alumnos pasen más tiempo delante de una pantalla, sino de que aprendan a utilizarla mejor. La tecnología se usa con sentido pedagógico, acompañamiento y valores, preparando a nuestros alumnos para el presente y el futuro, siempre de la mano de las familias.



# Cómo hablar del buen uso de la tecnología en la escuela ante los **medios de comunicación.**



La escuela debe comunicar que el buen uso de la tecnología no depende de la pantalla, sino de un proyecto pedagógico sólido, con acompañamiento docente, criterios claros y una planificación equilibrada que forme en responsabilidad, pensamiento crítico y madurez digital.



Un uso responsable implica acompañamiento y criterios claros





# 1. La tecnología no es un fin, sino una herramienta educativa.

Permite ampliar metodologías y ofrecer experiencias de aprendizaje que complementan lo analógico. Su uso cobra sentido cuando está al servicio de objetivos formativos concretos.







## 2. Lo decisivo no es el dispositivo, sino el proyecto pedagógico que lo orienta.

Un mismo recurso digital puede tener impactos distintos según la forma en la que se integre en el aula. La diferencia la marca el enfoque educativo, no la herramienta.



### Pantallas con sentido

Guiadas y con actividades de calidad

## 3. El debate no es “pantallas sí o no”, sino “para qué y cómo se usan”.

Importa el propósito, la guía del docente y la calidad de las actividades propuestas. Las prohibiciones generales no resuelven los retos de fondo y provocan debates reduccionistas.





## 4. Los colegios son los entornos más seguros para aprender a manejar tecnología.

Ofrecen supervisión, criterios claros y un acompañamiento profesional y estable. Enseñar a usar bien estos recursos dentro del aula reduce riesgos fuera de ella.



Escuela = entorno digital seguro





## 5. El riesgo no está en la pantalla, sino en un uso sin acompañamiento.

Cuando hay mediación adulta, la tecnología se convierte en una oportunidad formativa. Los problemas suelen surgir en entornos sin supervisión ni pautas claras.



La tecnología con acompañamiento es una oportunidad educativa



## 6. No podemos aislar a los centros de la **realidad digital** del alumnado.



Los estudiantes viven en un entorno tecnológico y necesitan aprender a desenvolverse en él. Ignorar este contexto dificulta su madurez digital y limita su preparación para la vida futura.





Planificar evita  
excesos digitales

## 7. Defendemos un uso equilibrado, planificado y acorde a cada etapa.

Lo digital y lo analógico se complementan, cada uno con funciones distintas. La planificación evita excesos, improvisaciones y usos que no aportan valor.



## 8. La tecnología aporta inclusión, personalización y autonomía de aprendizaje.

Facilita que cada alumno avance a su ritmo y disponga de apoyos ajustados a sus necesidades. En muchos casos abre puertas que los recursos tradicionales no pueden ofrecer, especialmente en el caso de los alumnos con Necesidades Educativas Especiales.





# 9. Educar en tecnología es educar en valores, pensamiento crítico y responsabilidad.



La competencia digital implica hábitos éticos y una mirada consciente sobre el entorno.



La competencia digital implica:  
valores, conciencia  
y hábitos  
responsables

Es importante

desarrollar  
hábitos éticos y  
conciencia digital





# 10. La escuela es el lugar donde aprender a gestionar riesgos y resolver problemas tecnológicos.

Ese aprendizaje prepara para actuar con autonomía cuando surjan dificultades fuera del centro.





# 11. Material complementario para medios:



## Resultados del proyecto de Escuelas Católicas

“EnganchaTIC con inteligencia artificial”.



## Informe de Ayuda en Acción, CSIC y el Instituto de Investigación en inteligencia artificial, sobre

“La inteligencia artificial en la Formación Profesional”.







### Teléfono

91 3288000

### Dirección

C/ Hacienda de Pavones, 5  
28030 Madrid

### *E-mail*

comunicacion@escuelascaticas.es  
info@escuelascaticas.com

### Web

www.escuelascaticas.es



# Gracias por estar ahí

Uso de tecnologías y pantallas en los centros  
educativos de Escuelas Católicas