

Guia de recursos per a l'acompanyament digital



Aquesta obra està sota una llicència de Creative Commons
Reconeixement-No comercial-Compartir igual 3.0 Espanya



Setembre 2025

Entitat impulsora Fundació Ferrer i Guàrdia

Autoria Sandra Gómez, Aida Mestres, Daniel Sosa i Queralt Tornafoch

Disseny i maquetació Andrea González

Amb el suport de



Generalitat de Catalunya
**Departament de Drets Socials
i Inclusió**

Aquesta guia és **flexible,**
oberta i pensada per ser
una **eina viva: fes-la teva**
i transforma-la segons les
necessitats i interessos del
teu context.

Introducció

Què són els drets digitals?

Els drets digitals de la infància i l'adolescència busquen protegir a nenes, nens i adolescents a l'entorn digital. Aquests drets tenen com a objectiu garantir que les persones més joves puguin utilitzar la tecnologia i accedir a Internet de manera segura, lliure i justa, respectant la seva privacitat, llibertat d'expressió i benestar en general. Aquests drets no són molt diferents dels de l'entorn *offline*, sinó que ara prenen una nova forma en l'entorn digital.



Objectiu i propòsit de la guia

Aquesta guia està adreçada a **professionals i persones adultes** referents que treballen amb adolescents d'entre **12 i 18 anys**, tant en l'àmbit de l'**educació formal com no formal**. Pretén facilitar una reflexió col·lectiva sobre els impactes i potencialitats del món digital en la vida de les persones joves. L'objectiu és **proporcionar eines i recursos pràctics per afavorir un acompanyament conscient i crític en l'ús de la tecnologia**.

- > El foment del **pensament crític**.
- > El desenvolupament de **factores de protecció** davant els riscos digitals.
- > L'impuls de l'**apropiació tecnològica**, posant en valor les possibilitats que ofereixen les tecnologies.

Com utilitzar aquesta guia?

Aquesta guia es pot utilitzar com una **eina de suport per planificar activitats educatives i reflexions amb joves sobre el món digital**. Et proposem:

1 Explorar les 5 dimensions temàtiques

segons l'interès o necessitat del grup amb el qual treballes. No cal seguir un ordre concret.

2 Llegir la introducció de cada dimensió

t'ajudarà a contextualitzar la temàtica i a comprendre els objectius educatius associats.

3 Escollir una o dues activitats

cada activitat està pensada per ser adaptable segons el temps disponible, l'edat i el context educatiu.

4 Fer servir els recursos complementaris

Webs, vídeos, articles, etc. Per aprofundir o continuar treballant la temàtica fora de les sessions.

5 Adaptar els continguts a la realitat del grup

pots modificar dinàmiques, combinar materials o connectar les activitats amb altres projectes educatius que estigueu treballant.

Estructura de la guia

Aquesta guia es basa en les dimensions identificades en la recerca ParticipaTIC, i cadascuna es presenta com un capítol independent:



Cada secció conté:

Una introducció temàtica que contextualitza la dimensió.

Quadres resum amb recursos útils.

Activitats pràctiques amb metodologia participativa.

Aquest enfocament permet abordar l'acompanyament digital des d'una mirada integral i crítica, posant al centre les experiències i les necessitats dels i les adolescents.

Entorn digital

i sostenibilitat

Aquesta dimensió aborda la rellevància creixent de l'entorn digital en les vides de la infància, l'adolescència i la joventut, així com les **oportunitats i desigualtats** vinculades a l'accés i ús d'aquest espai.

L'entorn on creixen infants, adolescents i joves condiona profundament el seu desenvolupament i influeix en la garantia i l'exercici dels seus drets. Aquest entorn, avui dia, és també digital, i les seves característiques **impacten de manera directa en els processos de socialització, aprenentatge i participació**. Actualment, l'entorn digital està fortament influenciat per les grans corporacions tecnològiques (BigTech), que el configuren segons lògiques centrades en interessos comercials, modelant així com hi accedim, què hi consumim i com ens hi relacionem. Tanmateix, Internet no sempre ha estat així, ni està condemnat a ser-ho. Imaginar i construir models alternatius d'entorns digitals —més justos, sostenibles i respectuosos amb els drets fonamentals— és una tasca urgent i necessària per garantir el benestar i la protecció dels col·lectius més joves.

Els **GAFAM** (Google, Apple, Meta (Facebook, Instagram i WhatsApp), Amazon, Microsoft) són les grans corporacions tecnològiques que controlen una part important de la nostra vida digital.

Però, hi ha alternatives lliures i obertes que et poden donar més **llibertat, seguretat i privacitat**.

Què penses?

Vols provar alguna d'aquestes alternatives?

Analitzem-ho!



Sistemes operatius

- **GAFAM:** *Windows* (Microsoft), *MacOS* (Apple)
Sistemes operatius que et limiten, recopilen dades personals amb interessos comercials...
- **Alternativa FLOSS:** *Linux* (Ubuntu, Manjaro, Fedora...) - Un sistema operatiu gratuït, segur i personalitzable.

Per què escollir Linux?

- ✓ **Privacitat:** No recopila dades personals com Windows o MacOS.
- ✓ **Llibertat:** Pots modificar-lo per adaptar-lo exactament a les teves necessitats.
- ✓ **Independència:** No depens de grans corporacions per actualitzacions o decisions.

Edició d'imatges i vídeos

- **GAFAM:** *Adobe Photoshop*, *Adobe Premiere*
(requereixen subscripció i són cars).
- **Alternativa FLOSS:** *GIMP* (per a imatges) i *Kdenlive* (per a vídeos) – Eines gratuïtes i potents.

Per què escollir-les?

- ✓ **Gratuïtes:** No necessites pagar mensualitats.
- ✓ **Completament lliures:** Pots modificar el codi per adaptar-les a les teves necessitats.
- ✓ **Seguretat:** No comparteixen dades ni et rastregen, com fa Adobe amb la seva subscripció.

Ofimàtica (documents, fulls de càlcul...)

- **GAFAM:** *Microsoft Office* (Word, Excel, PowerPoint) – Llicència de pagament, pot controlar la teva informació.
- **Alternativa FLOSS:** *LibreOffice*
Suite d'ofimàtica gratuïta i de codi obert.

Per què escollir LibreOffice?

- ✓ **Gratuït:** No necessites pagar res per fer-ho servir.
- ✓ **Compatibilitat:** Pot obrir arxius de Microsoft Office sense problemes.
- ✓ **Transparència:** Pots revisar i modificar el codi. No hi ha sorpreses en com es gestionen les teves dades.

Navegadors web

- **GAFAM:** *Google Chrome* – Rastreja les teves activitats i mostra anuncis personalitzats.
- **Alternativa FLOSS:** *Mozilla Firefox*, *Brave*
Navegadors segurs i enfocats a la privacitat.

Per què escollir Firefox o Brave?

- ✓ **Privacitat:** No comparteixen dades amb grans corporacions com Google.
- ✓ **Seguretat:** Brave bloqueja automàticament anuncis i rastrejadors, mentre que Firefox ofereix eines per protegir la teva informació.
- ✓ **Independència:** Firefox és gestionat per una fundació sense ànim de lucre, no per una gran corporació.

Música i entreteniment

- **GAFAM:** *Spotify*, *Netflix*, *Amazon Prime Video*
Subscriu-te a canvi de dades personals i control de la teva activitat.
- **Alternativa FLOSS:** *Funkwhale* (música), *Jellyfin* (entreteniment) – Solucions de codi obert, sense publicitat ni rastreig.

Per què escollir-les?

- ✓ **Gratuït i sense rastreig:** Pots gaudir de música i pel·lícules sense que les grans corporacions t'exploitin amb publicitat o dades.
- ✓ **Control total:** Pots crear el teu propi servidor amb Funkwhale o Jellyfin.
- ✓ **No depens de ningú:** Les alternatives de codi obert no estan controlades per grans corporacions, així que tens més autonomia.

L'emmagatzematge al núvol

- **GAFAM:** *Google Drive*, *iCloud*, *OneDrive*
Ofereixen emmagatzematge, però poden vendre les teves dades.
- **Alternativa FLOSS:** *Nextcloud*
Emmagatzematge al núvol privat i controlat per tu.

Per què escollir Nextcloud?

- ✓ **Privacitat garantida:** No venen les teves dades a ningú.
- ✓ **Control total:** Pots crear el teu propi núvol a casa o amb el teu servidor, controlant l'accés.
- ✓ **Gratuït:** No has de pagar mensualment per tenir control sobre els teus arxius.

Us dels GAFAM vs FLOSS

Analitzar l'impacte de les grans corporacions digitals i les alternatives de codi obert.



Durada
45 min

Competències bàsiques:

Pensament crític,
capacitació digital
treball en equip

Objectius:

- Comparar els avantatges i inconvenients del programari privatiu i del programari de codi obert.
- Reflexionar sobre les alternatives digitals sostenibles.

Continguts:

- GAFAM vs FLOSS
- Ús responsable de la tecnolo-

Metodologia:

- Pluja d'idees i debat
- Anàlisi de casos pràctics
- Treball en grup

Materials necessaris:

- Ordinadors o tauletes
- Llista de programes populars.
- Pissarra o paperografs

Conclusió i missatge a transmetre

Les grans corporacions digitals (GAFAM) tenen un gran poder sobre la teva vida digital, rastrejant la teva activitat i controlant les dades. Però les alternatives de codi obert (FLOSS) et donen més llibertat, seguretat i privacitat.

Amb Linux, LibreOffice, GIMP, Mozilla Firefox i altres eines de codi obert, pots tenir control total sobre la teva vida digital, sense dependre de les grans corporacions ni pagar per serveis que et venen amb cost ocult. Tots aquests programes et permeten protegir les teves dades i no ser manipulat o manipulada per la publicitat o el control de les empreses. A més, amb FLOSS, tens la llibertat de modificar i millorar els programes segons les teves necessitats. El pas cap al codi obert! És una forma més independent i ètica d'utilitzar la tecnologia.

Desenvolupament de l'activitat

1. Introducció i enquesta inicial (5')

Iniciarem l'activitat amb una enquesta ràpida per identificar les aplicacions digitals més utilitzades. Utilitzarem post-its on cada persona escriurà una aplicació. Així, crearem un llistat visible a la pissarra o paperografs per veure quines són les eines digitals més comunes i quines empreses estan darrere d'aquestes.

2. Presentació de la Guia d'Eines Digitals (5')

Es presentarà la Guia Jove d'Eines Digitals Tecnoètiques, elaborada per l'Escola Lliure el Sol i femPro-comuns, per començar a conèixer les alternatives de programari lliure (FLOSS) que substitueixen les eines de les grans corporacions (GAFAM). Aquesta guia té una base per entendre els avantatges del programari de codi obert i per saber on trobar alternatives. Els i les joves poden consultar la guia des d'ordinadors o tauletes, o també podeu imprimir-la prèviament per facilitar-ne l'ús.

3. Recerca i Investigació (15')

Dividirem els i les joves en petits grups. Cada grup rebrà una eina o servei popular de les grans corporacions (GAFAM) com a punt de partida (per exemple, Google Drive, Adobe Photoshop, Microsoft Office, etc.). El repte de cada grup serà trobar una alternativa FLOSS per a aquesta eina. Els i les joves han de:

Investigar les característiques de l'eina GAFAM assignada.

Buscar informació de les alternatives FLOSS (per exemple, Nextcloud per Google Drive, GIMP per Adobe Photoshop, LibreOffice per Microsoft Office, etc.).

Identificar els avantatges i inconvenients de cada eina en termes de privacitat, seguretat, cost i control sobre les dades.

Els i les joves poden utilitzar ordinadors o tauletes per a la recerca, utilitzant recursos com la [Guia Jove d'Eines Digitals](#) i altres fonts en línia fiables.

4. Debat en petits grups (10')

Després de la recerca, els grups es reuniran per compartir els seus resultats i discutir els punts següents:

- Com el programari de codi obert es compara amb les eines propietàries en termes de seguretat, privacitat i cost?

- Quines són les implicacions ètiques i sostenibles de l'ús de programari lliure versus privatiu?

- Com poden les alternatives FLOSS contribuir a una societat

Els grups hauran de prendre notes per compartir amb el grup més tard.

5. Debat general (10')

Un cop acabats els debats en grups, es farà una posada en comú. Els i les joves explicaran les seves troballes i reflexions sobre les eines FLOSS que han investigat. Es fomentarà un debat sobre els avantatges i desavantatges de les alternatives FLOSS, així com la importància d'adoptar models digitals més responsables, sostenibles i ètics. Es farà èmfasi en les següents qüestions:

Com les grans corporacions (GAFAM) poden influir en la nostra privacitat i utilitzen les nostres dades personals amb interessos comercials (contingut recomanat, anuncis, pressió estètica, consumisme, etc).

Com el programari de codi obert (FLOSS) permet a les persones usuàries un major control sobre la seva informació i la seva independència respecte a les corporacions.

Com les alternatives FLOSS poden contribuir a un model de sostenibilitat digital que no es basi en l'explotació de dades i recursos.

ENLLAÇOS D'INTERÉS

<https://femprocomuns.coop/guia-jove-eines-tecnoetiques/>

<https://www.elcritic.cat/mes/espai-critic/somnuvol-eines-etiques-digitals-contra-el-capitalisme-de-vigilancia-143906>

<https://opcions.org/alternatives-a-google/>

<https://opcions.org/articulo/software-procomu/>

<https://floss.colectic.coop/>

<https://xarxanet.org/informatic/recursos/8-motius-passar-al-programari-lliure>

[Ciberlocutorio - "Internet no está en la nube, está lleno de cables" de Andrea Gumes y Anna Pacheco](#)

<https://www.primaverasound.com/es/radio/shows/ciberlocutorio/ciberlocutorio-internet-no-est-en-la-nube-est-lleno-de-cables>

Sostenibilitat digital i consum de recursos naturals

Reflexionar sobre el consum de recursos en el model tecnològic actual. Aquesta activitat convida a reflexionar sobre l'impacte ambiental de la fabricació i ús dels dispositius electrònics, fomentant un consum més responsable i sostenible.



Durada
50 min

Competències bàsiques:

Educació mediambiental,
consum responsable,
investigació

Objectius:

- Conscienciar sobre l'impacte ambiental de la fabricació i ús de dispositius electrònics.
- Fomentar hàbits de consum sostenible en l'àmbit digital.

Continguts:

- Sostenibilitat digital
- Consums i recursos en la tecnologia

Metodologia:

- Recerca guiada
- Reflexió en grup
- Presentació de conclusions

Materials necessaris:

Accés a internet
Fitxes amb dades sobre consums i materials d'un smartphone
Cartolines i retoladors

Desenvolupament de l'activitat

1. Introducció i enquesta inicial

Es planteja la pregunta "Què és la sostenibilitat digital?" i es genera un breu debat. A continuació, es fa una pluja d'idees sobre els materials necessaris per fabricar un smartphone, anotant les respostes a la pissarra.

2. Recerca guiada

Es divideix el grup en equips i es visita conjuntament la web <https://electronicajusta.net/> per entendre els impactes socials i ambientals de la indústria electrònica.

3. Treball en grup: resposta al formulari

Cada grup respon un formulari amb preguntes sobre el cicle de vida d'un smartphone i l'impacte ambiental dels dispositius electrònics. Aquest qüestionari ajudarà a consolidar la informació i fomentar la reflexió crítica.

4. Creació d'una infografia

Cada grup sintetitza la informació en una **infografia visual** sobre el cicle de vida d'un smartphone, des de l'extracció de materials fins al reciclatge. Es poden utilitzar **cartolines i retoladors** per fer-ho més creatiu.

5. Posada en comú i alternatives sostenibles

Cada grup presenta la seva infografia i es debat sobre com reduir l'impacte ambiental de la nostra tecnologia. Es poden proposar accions com:

- > Allargar la vida útil dels dispositius (reparació, ús conscient, evitar l'obsolescència programada).
- > Utilitzar tecnologia de segona mà o reciclada
- > Triar marques més ètiques
- > Reciclar correctament els dispositius electrònics

Finalment, es recullen les conclusions en un **mural** per fomentar compromisos concrets cap a un consum digital més sostenible.

Formulari

1. Quins materials són essencials per fabricar un smartphone?

- a) Fusta, alumini i ferro
- b) Vidre, plàstic i or
- c) Cobalt, liti i terres rares** ✓
- d) Coure, plata i urani

2. On es troben principalment les mines de cobalt, un dels materials més usats en les bateries?

- a) República Democràtica del Congo** ✓
- b) Rússia
- c) Austràlia
- d) Brasil

3. Quin és un problema ambiental greu associat a l'extracció de liti per a les bateries?

- a) Deforestació massiva
- b) Ús excessiu d'aigua i contaminació dels aqüífers** ✓
- c) Emissions tòxiques a l'aire
- d) Radiació perillosa

4. Quant temps de mitjana es fa servir un smartphone abans de ser substituït?

- a) 1 any
- b) 2,5 anys** ✓
- c) 5 anys
- d) 7 anys

5. Quin percentatge d'un smartphone és realment reciclable?

- a) 90%
- b) 50%** ✓
- c) 30%
- d) 10%

ENLLAÇOS D'INTERÉS

Observatori del Deute en la Globalització (ODG)

<https://masto.es/@tunubeseccamirio>

Participació

En la dimensió sobre participació, s'inclouen qüestions sobre com l'entorn digital amplia les possibilitats de participació i la llibertat d'expressió, d'aportar idees i que aquestes siguin escoltades o tingudes en compte, al mateix temps que ens trobem amb un enorme volum d'informació, molta de la qual pot estar esbiaixada o pot no ser certa.

Segons dades del **Reuters Institute Digital News Report 2024**:

El vídeo és la font més important per accedir a notícies online, especialment entre els grups més joves.

Gairebé 6 de cada 10 enquestats (59%) mostren preocupació sobre què és real i què és fals a internet en relació amb les notícies online. TikTok i X presenten els nivells més alts de preocupació.

A l'Estat espanyol 4 de cada 10 persones afirmen evitar de vegades o sovint les notícies, fet que apunta a un aclaparament per la quantitat de notícies a internet.



Desinformació i fake news

Estratègies per identificar informació falsa i tendenciosa.



Durada
40 min

Competències bàsiques:

Pensament crític, verificació de fonts i comunicació digital

Objectius:

- Aprendre a identificar notícies i informació falsa.
- Desenvolupar eines per contrastar informació.

Continguts:

- Desinformació i fake news
- Eines de verificació

Metodologia:

- Anàlisi de casos
- Pràctica amb eines digitals
- Debat en grup

Materials necessaris:

- Ordinadors, tablets o mòbils amb accés a internet
- Exemples de notícies reals i falses
- Pissarra o projector

Desenvolupament de l'activitat

1. Detectar les notícies falses

- > Es presenten diverses notícies preparades prèviament, i els i les joves han de detectar quines són falses.
- > Es pot dinamitzar l'activitat fent una votació per decidir quines notícies es consideren falses.
- > Fer una reflexió de quins mitjans utilitzen habitualment per informar-se, què els fa pensar que una info pot ser falsa, a quina info donen més valor o veracitat.

2. Introducció a l'eina Skeptic Reader

- > Es mostra l'eina Skeptic Reader i s'explica el seu funcionament.
- > Cada jove accedeix a la web des de Mozilla Firefox (*"Alternativament també està disponible a Google Chrome"*) i instal·la l'extensió.
- > Un cop instal·lada, es tanca i es torna a obrir Firefox.
- > Es localitza l'extensió a la barra d'eines i s'utilitza per analitzar una notícia oberta. L'eina avaluarà com està escrita la notícia i proporcionarà una valoració.

3. Objectius de l'activitat

Es marca un objectiu concret, com ara:

- > Trobar la notícia més enganyosa però ben escrita.
- > Identificar mitjans de comunicació amb un percentatge de valoració molt elevat o baix.

4. Conclusió i debat final

- > Es fa una cloenda on s'explica què són els fact-checkers (4 plataformes de verificació per lluitar contra la desinformació a Internet) i per a què serveixen.
- > Es reflexiona sobre la importància de contrastar la informació i utilitzar eines com Skeptic Reader per combatre la desinformació.
- > Es presenten diverses notícies preparades prèviament adaptades als interessos del grup. Es troben fàcilment en els fact-checkers. Els i les joves han d'intentar detectar quines són falses. Es pot dinamitzar votant.

ENLLAÇOS D'INTERÉS

<https://euvsdisinfo.eu/>

<https://xarxanet.org/informatic/recursos/4-plataformes-de-verificacio-lluitar-contra-la-desinformacio-internet>

Discursos d'odi a les xarxes

Com detectar i combatre aquests discursos.



Durada
45 min

Competències bàsiques:

Pensament crític, empatia, comunicació responsable.

Objectius:

- Reconèixer els discursos d'odi a les xarxes socials.
- Aprendre a reaccionar de manera assertiva.

Continguts:

- Discursos d'odi a internet
- Estratègies per combatre'ls

Metodologia:

- Anàlisi de situacions reals
- Rol-playing
- Pluja d'idees

Materials necessaris:

- Captures de pantalla (anònimes) amb exemples de comentaris discriminatoris
- Cartells i post-its

Desenvolupament de l'activitat

1. Introducció (10')

Es presenta la temàtica amb la pregunta:

"Què entenem per discurs d'odi?"

- Breu debat per identificar els principals tipus de discursos discriminatoris a internet (racisme, masclisme, LGTBI-fòbia, islamofòbia, capacitisme, etc.).
- Es convida els i les joves a escriure exemples de discursos d'odi que han vist a xarxes en post-its (sense noms ni dades personals).

2. Anàlisi i classificació (10')

- Es recullen els post-its i es classifiquen en una cartolina segons el tipus de discurs d'odi.
- Es comenten algunes situacions, reflexionant sobre com es difonen i quins impactes tenen.

3. Rol-playing: Com respondre als discursos d'odi (20')

Es divideixen en petits grups. Cada grup rep una situació real extreta dels post-its o de captures d'exemple (anònimes i que hem seleccionat prèviament).

Cada grup ha de representar una conversa a xarxes en què una persona escriu un discurs d'odi i altres responen aplicant diferents estratègies de com ho aborden: Desmentir amb dades / Fer preguntes per exposar contradiccions / Mostrar l'impacte humà / Redirigir el debat cap a valors positius / Cada grup interpreta la seva escena davant la resta.

4. Reflexió final i estratègies pràctiques (5')

Es fa una posada en comú: Quines estratègies han funcionat millor? Quines dificultats han sorgit?

ENLLAÇOS D'INTERÉS

Guia "Internet: un negoci d'odi" – Òmnium Cultural

<https://www.3cat.cat/3cat/la-xarxa-ultra/video/6266854/>

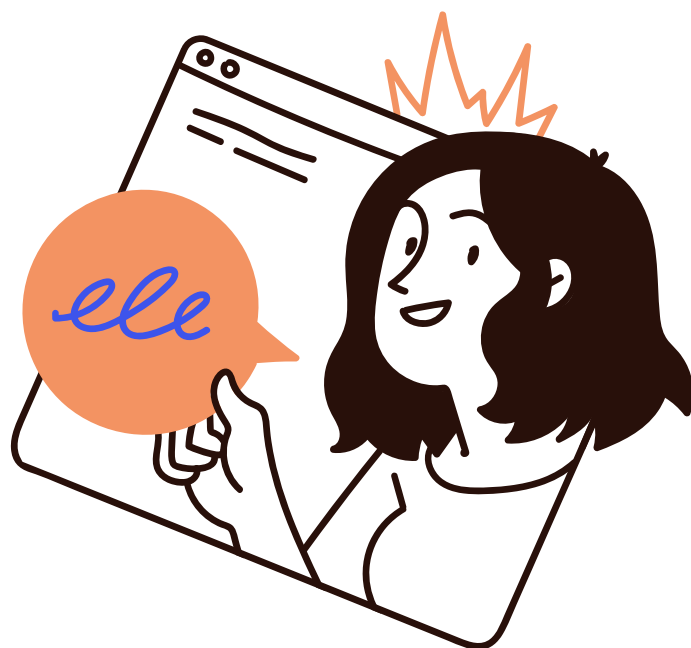
PERFILS INTERESSANS

@mohagerehou / @desireebelal / @miriamhatibl

Educació

En aquesta dimensió destaca la presència de desigualtats educatives que van estretament lligades a les desigualtats socioeconòmiques de la població. Els recursos són un element clau a l'hora de determinar les possibilitats de què disposaran els nens, nenes i adolescents per accedir a l'educació digital. Aquí parlem sobre com es viu l'educació a través d'Internet i també de les perspectives de futur relacionades amb les tecnologies digitals, com ara les vocacions STEM.

- Segons l'informe **“La IA generativa y el futuro de la educación”** (2023), a partir d'una enquesta global portada a terme a més de 450 escoles i universitats es va observar que menys del 10% ha elaborat polítiques institucionals i/o directrius formals sobre la utilització d'aplicacions d'IA generativa.
- En relació amb les vocacions STEM, es dona una important bretxa de gènere i també socioeconòmica. Segons dades de l'OECD (2021), les dones només representen un quart dels nous estudiants dels programes d'educació superior en el camp STEM. Pel que fa a les minories ètniques, aquestes representen menys d'un quart de la força laboral STEM (NCSES, 2023).



Dret a l'educació digital

Acompanyament en l'entorn digital.



Durada
45 min

Competències bàsiques:

Igualtat d'oportunitats,
alfabetització digital,
pensament crític

Objectius:

- Reflexionar sobre les desigualtats d'accés a la tecnologia i el seu impacte en l'educació.
- Analitzar les polítiques tecnològiques en l'àmbit educatiu i el seu efecte en l'aprenentatge.
- Proposar solucions per garantir una educació digital equitativa i accessible.

Continguts:

- Bretxa digital i desigualtats en l'accés a la tecnologia.
- Dret a l'accés a la tecnologia com a eina educativa.
- Polítiques d'ús de la tecnologia als centres educatius o espais de lleure educatiu.
- Tecnologia com a eina d'inclusió o d'exclusió en l'educació no formal.

Metodologia:

- Debat en grup: Reflexió sobre l'ús de la tecnologia en educació i les seves restriccions.
- Recerca i presentació: Anàlisi de casos sobre desigualtat en l'accés digital.
- Dinamització participativa: Compartir experiències i propostes d'acció en l'entorn de l'escola i de l'educació no formal.

Materials necessaris:

- Articles sobre bretxa digital i polítiques educatives sobre l'ús de la tecnologia.
- Ordinadors o tauletes per a la recerca.
- Pissarra o paperògraf per recollir idees.

Desenvolupament de l'activitat

1. Introducció i pluja d'idees (10')

- Es pregunta a les participants: *Quina relació teniu amb la tecnologia en el vostre dia a dia? A l'escola? A l'esplai? Al cau?*
- Es recullen les respostes en una pissarra per identificar percepcions sobre l'ús de la tecnologia en l'educació formal i no formal.

2. Recerca en petits grups (15')

- Es divideixen en grups i cada grup rep un cas real o hipotètic sobre desigualtat digital, com ara:
 1. Manca d'ordinadors o connexió a internet en algunes llars.
 2. Polítiques de prohibició de mòbils i les seves conseqüències.
 3. Quin paper ha de tenir la tecnologia en les activitats de l'esplai, cau, aula...?
 4. Cada grup investiga el seu cas i identifica causes, conseqüències i possibles solucions.

3. Debat obert (15')

- Cada grup presenta les seves conclusions.
- Es genera debat sobre la necessitat d'equilibrar l'ús de la tecnologia en l'educació: *Són efectives les polítiques de restricció? Quines alternatives podrien ser més inclusives i educatives?*
- Reflexió sobre com es pot acompanyar a l'entorn digital des dels espais de lleure i educació formal.

4. Propostes d'acció (5')

- Cada grup planteja una acció concreta per reduir la bretxa digital en el seu entorn (escola, esplai, barri, etc.).
- Es recullen totes les propostes en un document col·laboratiu o paperògraf.

Pensament crític i alfabetització

mediàtica i informacional



Durada
45 min

Competències bàsiques:

Ànlisi crítica, alfabetització mediàtica i informacional

Objectius:

- Desenvolupar el pensament crític per identificar desinformació i biaixos.
- Aprendre a verificar fonts i utilitzar recursos d'alfabetització

Continguts:

- Pensament crític: Estratègies per verificar notícies i utilitzar els recursos de Desfake per analitzar la informació quotidiana.
- Alfabetització mediàtica: Identificar desinformació, fonts fiables i biaixos en la informació.

Metodologia:

- Treball en grups reduïts
- Exploració autònoma i guiada dels recursos de Desfake
- Posada en comú i reflexió

Materials necessaris:

- Ordinadors o dispositius amb accés a internet
- Accés a Desfake

Desenvolupament de l'activitat

1. Introducció (5')

- Presentació breu sobre la importància del pensament crític en el consum d'informació.
- Pregunta inicial per obrir el debat: Com sabem si una informació és fiable?

2. Treball en grup amb els recursos de Desfake (30')

- Es divideixen en petits grups i cada grup treballa amb un recurs diferent de Desfake.
- L'objectiu és explorar les activitats proposades i aplicar-les a situacions reals.
- Cada grup segueix les instruccions del recurs i extreu conclusions sobre com es construeix i es difon la informació.

3. Posada en comú i reflexió final (15')

- Cada grup exposa breument el que ha après i comparteix les reflexions més destacades.
- Discussió guiada: *Quins trucs o estratègies podem utilitzar per verificar la informació? / Per què és important contrastar les fonts? / Quins perills pot tenir la desinformació en el nostre dia a dia?*

ENLLAÇOS D'INTERÉS

[Desfake - Recursos per treballar a l'aula](#)

Com la tecnologia pot resoldre reptes socials i combatre els biaixos de gènere?



Durada
50 min

Competències bàsiques:

Pensament crític, creativitat, resolució de problemes, treball en equip

Objectius:

- Reflexionar sobre com la tecnologia pot ajudar a resoldre problemes socials.
- Analitzar els biaixos de gènere en la tecnologia i la importància de la inclusió de les dones en aquest sector.

Continguts:

- Tecnologia al servei de la societat
- Biaixos de gènere en la tecnologia i la ciència
- Dones tecnòlogues i les seves contribucions

Metodologia:

- Treball en equip
- Discussió reflexiva
- Creació de propostes
- Presentació i debat

Materials necessaris:

- Ordinadors o dispositius amb accés a Internet
- Materials per prendre apunts i fer esborranys de les idees

Desenvolupament de l'activitat

1. Introducció (10')

Es comença l'activitat preguntant al grup: Quins són els reptes socials més importants actualment? Què podem fer per afrontar aquests reptes socials? En el debat, es parla de la tecnologia com a eina per fer-ne front. A partir d'aquí es pot parlar de com la tecnologia pot ser una eina per afrontar reptes socials, com el disseny de videojocs per a persones amb autisme o aplicacions per a la gestió de la salut mental. Es posa èmfasi en la importància de la inclusió de les dones en la creació tecnològica, compartint exemples de dones tecnòlogues que han impactat positivament en la societat.

2. Reflexió sobre el biaix de gènere en la tecnologia (10')

Es planteja la pregunta: "Quins problemes poden sorgir si la tecnologia no reflecteix la diversitat de gènere?" Es proposa una breu discussió sobre els biaixos que poden existir en la creació de tecnologies i la necessitat de fomentar més la inclusió de les dones en el sector. impactat positivament en la societat.

3. Treball en grup: disseny d'una solució tecnològica (20')

Els i les participants es divideixen en grups petits i seleccionen un repte social (exemples: millorar l'accessibilitat de les persones amb discapacitat, combatre la

desinformació, promoure la igualtat de gènere a través de la tecnologia). Cada grup proposa una solució tecnològica per al repte escollit, integrant elements de creativitat i inclusió.

4. Presentació de les propostes (20')

Cada grup presenta la seva solució tecnològica, destacant com la seva proposta pot ajudar a resoldre el repte social i com han abordat el biaix de gènere en el disseny de la seva solució.

5. Reflexió final (5')

Reflexió conjunta sobre l'impacte social de la tecnologia i la necessitat de treballar per una tecnologia inclusiva que tingui en compte la diversitat de gènere i que ressegueixi els reptes socials més urgents.

ENLLAÇOS D'INTERÉS

<https://xarxanet.org/informatic/noticies/10-dones-referents-en-tecnologia-celebrar-el-dia-de-les-nenes-i-les-tic>

<https://www.rtve.es/play/audios/laltra-radio/dones-tecnologia-ada-lovelace-bsc/6986788/>

<https://codelearn.cat/blog/que-es-educacio-stem-i-per-que-es-tan-important/>

Cultura, oci i joc

En aquesta dimensió parlem de les possibilitats d'accedir a la cultura, l'oci i el joc digital, aspectes que cada vegada tenen més pes en la vida quotidiana de les persones joves. La cultura digital no només inclou el consum de sèries, música o continguts en xarxa, sinó també l'experiència del joc com a pràctica social i cultural. Els videojocs, en particular, han deixat de ser considerats únicament una forma d'entreteniment per convertir-se en un producte cultural de primer ordre, capaç de generar comunitat, identitat i formes diverses d'expressió creativa. En aquest sentit, el paper dels videojocs és fonamental per entendre com es configuren les relacions socials, els espais de lleure i fins i tot les trajectòries professionals de moltes joves.

Tanmateix, aquest accés a l'oci digital ha d'anar acompanyat de la garantia que els videojocs es desenvolupin i es gaudeixin en un entorn segur, inclusiu i saludable. L'ús massiu d'aquestes plataformes evidencia la necessitat de treballar no sols en la promoció del benestar digital, sinó també en la prevenció de riscos associats a pràctiques d'assetjament, discriminació o addicció.

- El 84,5% dels homes i el 69,7% de les dones entre 15 i 29 anys juguen habitualment a videojocs. El 30% de les videojugadores ha estat assetjada mentre jugava (Calderón i Gómez, 2023).



Videojocs i ficcions digitals

Anàlisi de narratives digitals en l'aprenentatge



Durada
50 min

Competències bàsiques:

Pensament crític, anàlisi narrativa, expressió digital

Objectius:

- Explorar les narratives digitals i el seu impacte en l'aprenentatge
- Fomentar la mirada crítica en els videojocs i altres formes de ficció digital

Continguts:

- Narratives digitals en videojocs
- Representació cultural en ficcions digitals

Metodologia:

- Anàlisi de casos
- Debat i reflexió
- Creació d'un petit relat digital

Materials necessaris:

- Captures de pantalla de videojocs amb històries rellevants
- Ordinadors o consoles

Desenvolupament de l'activitat

1. Introducció i contextualització (10')

Abans de començar, es convida el grup a compartir què saben o què pensen sobre els videojocs. Sovint, hi ha idees preconcebudes que poden anar des de considerar-los simples formes d'entreteniment fins a veure'ls com una pèrdua de temps o fins i tot una influència negativa. Es pot preguntar: Quins tipus de videojocs coneixeu? Creieu que poden transmetre missatges o valors? Penseu que poden tenir un impacte en la manera com entenem el món?

A partir d'aquestes primeres impressions, es pot introduir la idea que els videojocs són més que una activitat d'oci: són també narratives digitals que poden transmetre històries complexes i generar reflexió sobre qüestions socials, ètiques i emocionals.

Comencem amb una breu introducció sobre les narratives digitals, explicant com els videojocs poden ser una forma de ficció interactiva que fa reflexionar sobre els valors, conflictes i temes socials. Es podrien mostrar exemples de videojocs amb històries rellevants, com "The Last of Us", "Minecraft" o "Undertale". Es pot introduir també com les narratives digitals impacten l'aprenentatge, apropant-se a conceptes com la presa de decisions, la resolució de conflictes i el desenvolupament de personatges.

2. Anàlisi de casos (15')

Es divideixen els i les joves en petits grups. Cada grup treballa amb una captura de pantalla de videojocs o gameplays que es poden trobar fàcilment a YouTube. Els i les joves han de discutir els següents aspectes:

- > Quins valors o conflictes s'exploren en la història del videojoc?
- > Com es representen els personatges i les cultures?
- > Quin impacte tenen les decisions del jugador en la història?

Aquest exercici fomenta la lectura crítica i la reflexió sobre com els videojocs poden transmetre missatges i abordar temes complexos.

4. Debat i reflexió (10')

Després de l'anàlisi en grups, es fa un debat en què cada grup comparteix les seves conclusions sobre la narrativa del videojoc analitzat. Es discuteix en grup quins temes socials, culturals o ètics es poden aprendre a través dels videojocs, i com aquestes narratives poden influir en l'aprenentatge dels i les joves.

5. Creació d'un petit relat digital (15')

Finalment, cada grup crea un petit relat de com ens agradaria que fos un videojoc per crear històries interactives on els i les joves prenguin decisions que influeixin en el desenvolupament de la història, o bé poden esbossar el relat en format de diàleg o guió de videojoc. Aquesta activitat ajuda a aplicar els coneixements adquirits sobre narrativa i videojocs i fomenta la creativitat.

ENLLAÇOS D'INTERÈS

Ficció en joc: Biblioteca Virtual de la Diputació de Barcelona

Minecraft Education Edition

<https://twinery.org/>

Club de lectura de videojocs

Oportunitats culturals i espais digitals d'expressió



Durada
60 min

Competències bàsiques:

Pensament crític, anàlisi narrativa, expressió digital

Objectius:

- Reflexionar sobre el contingut cultural, narratiu i social dels videojocs.
- Fomentar la discussió i l'anàlisi crítica entre els i les joves sobre els videojocs com a mitjà de comunicació.
- Promoure la reflexió sobre les temàtiques tractades en els videojocs, com els biaixos de gènere, la narrativa i l'ètica.

Continguts:

- Anàlisi crítica de videojocs com a mitjans narratius i culturals.
- Reflexió sobre el paper dels videojocs en la societat i la seva capacitat per generar debat.
- Identificació de temàtiques socials i culturals a través dels videojocs.

Metodologia:

- Discussió grupal i reflexió col·lectiva.
- Creació d'un espai per compartir idees, impressions i punts de vista.
- Retorn a la trobada un temps després per discutir els videojocs jugats i les opinions personals.

Materials necessaris:

- Captures de pantalla de videojocs amb històries rellevants
- Ordinadors o consoles

Identitat digital

i privacitat

En aquesta dimensió parlem de com Internet influeix en la construcció i l'expressió de la identitat de les persones, especialment de la joventut, per a qui la presència en línia forma part de la vida quotidiana. La identitat digital s'ha convertit en un element clau per formar part de la comunitat, establir vincles socials i evitar l'exclusió tant en l'entorn digital com en l'offline. Disposar d'una identitat digital no només implica tenir perfils en xarxes socials o plataformes digitals, sinó també gestionar-los de manera conscient, responsable i segura, fent-los servir com a eina de participació, reconeixement i expressió personal.

A més, és fonamental protegir la privacitat i les dades personals. La informació compartida a Internet pot afectar la reputació, les relacions i fins i tot les oportunitats laborals, i sovint és recollida i utilitzada amb finalitats comercials o institucionals. Per això, el control sobre les pròpies dades i la presa de decisions sobre què es mostra i què es preserva són essencials per garantir drets fonamentals com la intimitat i la llibertat d'expressió.

En conseqüència, és necessari promoure l'educació digital que permeti a les persones joves desenvolupar una identitat digital saludable i segura, prevenir riscos com l'assetjament o el robatori d'informació i aprofitar les oportunitats que ofereix Internet com a espai de creació, socialització i participació.

- Segons dades d'UNICEF, el 98,5% dels adolescents a l'Estat espanyol estan registrats a una xarxa social, mentre que un 83,5% està registrat en més de tres xarxes socials.
- El 42,5% dels i les joves tenen els seus perfils personals a les xarxes socials privats, el 18,6% els tenen totalment públics i el 36,4% parcialment (Fad, 2024).



Imatge, pressió social i representació

L'impacte de les xarxes en la identitat dels i les adolescents.



Durada
60 min

Competències bàsiques:

Pensament crític, autoestima, consciència social

Objectius:

- Analitzar com les xarxes socials influeixen en la percepció de la pròpia imatge.
- Reflexionar sobre els estereotips i la pressió social en l'entorn digital.

Continguts:

- Estereotips i idealització en xarxes socials
- Pressió estètica i comparació social

Metodologia:

- Anàlisi de casos
- Debat en grup
- Dinàmica d'autoavaluació

Materials necessaris:

- Captures de pantalla de xarxes socials amb imatges retocades i no retocades
- Fitxes d'autoavaluació

Desenvolupament de l'activitat

1. Introducció al tema i debat inicial (10')

Comencem amb una introducció breu sobre la influència de les xarxes socials en la nostra percepció de la imatge personal. Parlem de com els estereotips digitals s'han difós a través de les xarxes, creant un ideal de bellesa que molts adolescents intenten seguir. Es recomana la visualització del webdocs del Lab RTVE sobre l'efecte advers de l'ús excessiu dels filtres a les xarxes socials: 'El lado oculto de los filtros'

Es poden plantejar preguntes com:

- *Com creieu que les xarxes socials poden influir en com ens veiem a nosaltres mateixes?*
- *Quins tipus d'imatges veiem sovint a les xarxes socials que ens poden fer sentir pressió per encaixar en determinats estereotips?*

2. Anàlisi de casos (15')

Es presenten imatges d'influencers o celebritats que mostren dues versions d'una mateixa imatge: una retocada i una sense retocar. Els i les joves han de comparar les dues versions i debatre en grup sobre:

- *Què canvia en la imatge després del retoc?*
- *Com creieu que aquestes imatges influeixen l'autoestima i la percepció de la pròpia imatge?*
- *Quins estereotips es poden crear a partir d'aquestes imatges?*

3. Debat en grup (10')

Es divideixen en grups petits i analitzen casos concrets d'estereotips digitals. Cada grup identifica com aquests estereotips es representen a les xarxes socials (per exemple, el cos idealitzat, la bellesa perfecta, o el maquillatge digitalitzat) i discuteixen el seu impacte en la percepció social i en la seva pròpia autoestima.

- *Quins són els perills d'aquestes representacions per a la salut mental i emocional?*
- *Com afecten aquestes representacions a la manera en què ens comparem amb altres persones?*

4. Avaluació i tancament (5')

Un cop acabades les respostes, es fa una rotació en petits grups de 3 o 4 persones, on cadascú comparteix alguna de les seves reflexions. Això fomenta el diàleg i la comparació d'opinions sobre com es perceben els estereotips digitals i quines estratègies individuals fan servir per gestionar-los.

Després, es fa una breu reflexió conjunta sobre possibles solucions per construir una relació més saludable amb les xarxes socials. Es pot parlar de com aplicar el que s'ha après a la vida digital diària per reduir la pressió social i mitigar l'impacte dels estereotips en l'autoestima. A més, s'explora com les xarxes poden ser espais de diversitat i reivindicació, trencant amb les normativitats imposades i promovent representacions més diverses i autèntiques.

Petjada digital

Com gestionar la informació personal en l'entorn digital.



Durada
45 min

Competències bàsiques:

Pensament crític, gestió de la identitat digital, seguretat en línia

Objectius:

- Reflexionar sobre la informació que compartim a internet.
- Conèixer eines per gestionar la privacitat digital.

Continguts:

- Identitat digital i privacitat
- IAs

Metodologia:

- Autoavaluació de la pròpia empremta digital
- Exercici pràctic de configuració de privacitat
- Debat en grup

Materials necessaris:

- Ordinadors o mòbils amb accés a internet

Desenvolupament de l'activitat

1. Buscar el propi nom a internet i reflexionar sobre la informació que apareix

- > Quins són els temes que més repeteixo en les meves consultes?

2. Practicar la configuració de privacitat a les xarxes socials

- > Fent servir totes les nostres interaccions, quines coses em pots dir sobre mi que jo no sàpiga?

3. Cercar de diferents prompts a les IAs que facin servir:

- > Què pots dir-me sobre mi basant-te en totes les nostres interaccions?
- > Com podries definir el meu perfil només amb el que hem parlat?
- > Quina informació has après sobre mi fins ara?

4. Posada en comú sobre com protegir la seva identitat digital

Recursos d'utilitat

- ➔ **Connecta'hi – Diputació de Barcelona: Recursos locals per a l'empoderament digital juvenil.**

<https://www.diba.cat/ca/web/spott/connecta-hi>

- ➔ **Ficció Digital – BCXarxa Terrassa: Projectes de narrativa digital creativa**

<https://www.terrassa.cat/es/bctxarxa-ficcio-digital>

- ➔ **DAVANT L'ODI, PASSEM A L'ACCIÓ! Un recurs per combatre els discursos d'odi des de l'Esplai**

<https://bancrecursos.esplac.cat/recurs/67d8057b253b0e7c5760ac90>

- ➔ **4 recursos per viure un estiu digitalment responsable**

https://xarxanet.org/informatic/recursos/4-recursos-viure-un-estiu-digitalment-responsable?utm_source=chatgpt.com

- ➔ **5 eines de programari lliure per la comunicació d'equips de persones**

<https://xarxanet.org/informatic/recursos/5-eines-de-programari-lliure-la-comunicacio-dequips-de-persones>

- ➔ **Pantallas Amigas**

<https://www.pantallasamigas.>





FUNDACIÓ
FERRER i GUÀRDIA