

# Escuela Primaria

## Burchfield



- Niños edades 2 a 5
  - **Limite el tiempo de pantalla a 1 hora por día**
  - **Monitorear el uso – Animar usar programas basados en el aprendizaje**
- Niños edades 6 y arriba
  - **Establecer límites consistentes en el tiempo de pantalla**
    - **Límite de 2 horas**
  - **Monitorear YouTube or restringir completamente**
- Proteger la hora de Dormir
  - **Restringir el uso de teléfonos o tabletas a 30 minutos antes de acostarse**
  - **No permita que haya dispositivos en el dormitorio después de que se apaguen las luces.**
    - **Guarde los dispositivos en un lugar seguro y cerrado con llave por la noche.**
- Fomentar las Relaciones de la Vida Real
  - **Ayude a su hijo a desarrollar habilidades sociales y promover sus relaciones en la vida real.**
- Redes Sociales – Mínimo de 13 años de edad
  - **El software de monitoreo como "Net Nanny" y "Surfie" le da a los padres el control sobre los sitios de medios, permitiéndoles bloquear chats y monitorear la actividad de amigos**
- Mantenga los dispositivos en áreas abiertas
  - **Los dispositivos deben usarse en áreas abiertas como la cocina o la sala para aumentar las oportunidades de monitoreo.**

## Apoyo Tecnológico Límites de Dispositivos

