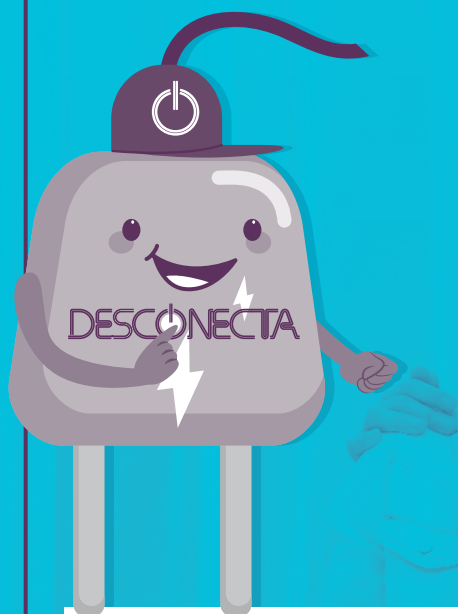


# Ficha 02

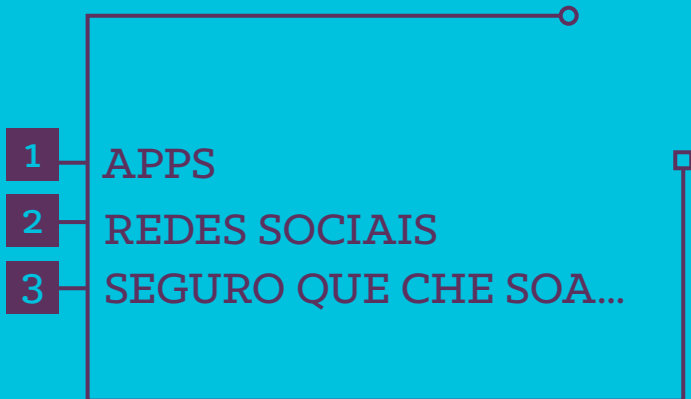
# DESCONECTA



APPS E  
REDES  
SOCIAIS



Concello de Lugo



Cando vexas esta icona, escribe nos espazos reservados para o exercicio!



Cando vexas esta icona, usa a túa tableta dixital para compartir o exercicio con compañeiros!



Cando vexas esta icona, debateremos na clase o tema proposto!



Cando vexas esta icona, proxectarase na clase un microvídeo relacionado con algún dos temas que tratamos na ficha

# 1 Apps

## Que é unha App?

O termo App é unha abreviatura da palabra en inglés *Application*. É, polo tanto, unha aplicación que se instala en dispositivos móbiles ou tabletas. Existen moitísimos tipos de aplicacións: de noticias, xogos, de comunicación, redes sociais, comerciais, deportivas...

## Que ter en conta para descargar unha App?

- › Descarga só aplicacións de fontes fiables, e, se é posible, só de tendas oficiais coma "Google Play" ou "Apple Store".
- › Comprobar quen é o desenvolvedor de software. Existen multitude de aplicacións maliciosas que tratan de facerse pasar polas orixinais. Se "Fornite" é de Epic Games, e "Netflix" de Netflix, non debemos descargar a aplicación dun autor distinto, xa que podemos ter problemas.
- › Consultar o número de descargas. Un bo indicador é o número de descargas da aplicación. Se é unha App coñecida e ten poucas descargas, o máis probable é que non sexa a orixinal.
- › Analiza os comentarios das persoas usuarias.
- › Revisar os permisos que nos pide a aplicación é fundamental. Non ten sentido que unha App de actividade física nos pida permisos para acceder aos nosos SMS ou chamadas.
- › Apps imprescindibles. Asegúrate de instalar só aquelas aplicacións que de verdade vaias utilizar. Fai unha limpeza periódica para eliminar aquelas que xa non utilices.
- › Para non levar sustos, bloquea os servizos "Premium" ou de "tarifa especial" poñéndote en contacto co operador de telefonía.
- › Non descargues Apps que prometan solucións milagrosas.



**Tik Tok**  
 COIDADADO coas horas que botas!!!  
 Máis likes NON é ser mellor!!!



## Vemos un microvídeo sobre Redes Sociais

*Pénsao, es consciente de todos os permisos que deches nas túas Apps?*



## Escribe exemplos de Apps que coñezas

App:	Tipo:
1. _____	_____
2. _____	_____
3. _____	_____
4. _____	_____
5. _____	_____
6. _____	_____

## 2 Redes sociais

As redes sociais son unhas ferramentas fantásticas para comunicarse, informarse e divertirse. Pero como toda ferramenta, ten os seus riscos. Cando facemos uso dos nosos perfís en redes sociais, debemos ser moi coidadosas/os á hora de compartir a nosa información.

### Que non debemos publicar?

Moitas veces compartimos demasiados detalles do noso día a día, incluso hai determinada información que debemos proporcionar de xeito obrigatorio (correo electrónico, número de teléfono, data de aniversario...). Isto no debería preocuparnos, sempre que estes datos non sexan visibles para outras persoas.



Ás veces publicamos contidos que nos parecen inofensivos, pero non somos conscientes do grao de exposición ao que nos sometemos, nin as consecuencias que poden ter nas nosas vidas.

*Sabías que subir fotografías ás redes sociais sen o consentimento das persoas que saen nela é delito?*

### Como pode afectar negativamente unha publicación nas redes sociais?

Xerar contido e compartilo entre as/os usuarios é o obxectivo principal dunha rede social, pero temos que ter claro que cando publicamos algo nas redes sociais deixamos de ter control sobre esa información.

Existen varias publicacións que poden afectarnos negativamente e que non forman parte do propósito dunha rede social. Por exemplo:

- × Publicacións ofensivas ou comentarios negativos: ao outro lado da pantalla as nosas nosas accións tamén teñen consecuencias. Insultar ou ameazar a través das redes pode ser delito, e realizar publicacións ofensivas pode volverse na nosa contra no ámbito persoal e no futuro profesional.
- × Ciberacoso: burlas, humillacións, insultos, difusión de mentiras e rumores, etc.
- × Fotos inapropiadas: se sobes unha fotografía a unha rede social, perdes o control sobre ela. Ademais, as fotografías e vídeos "comprometedores" poden chegar a mans de terceiras persoas que as utilicen para chantaxearte, extorsionarte ou prexudicarte.

*Se tes algún problema, fala coa túa familia, co profesorado ou coa liña de axuda en ciberseguridade de INCIBE 900 116 117.*



### Consellos en relación co uso seguro das redes sociais

- Configurar o perfil privado.
- Non aceptar peticións de persoas descoñecidas. Lembrando túa nai/pai, titor/titora, che di iso de "non fales con descoñecidos?" pois na rede é o mesmo!
- Non revelar información persoal como onde vivimos, estudamos, números de teléfono... todo o que se publica nas redes sociais e Internet é moi complicado de suprimir, e aínda que borres a publicación, eses datos xa puideron ser usados. Non te precipites e pénsao dúas veces antes de darlle a publicar.
- Usar un nick que non sexa o teu nome completo.
- Pensar dúas veces antes de publicar.



### SOPA DE LETRAS:

#### Busca 5 datos que é mellor non dar nas redes sociais

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

(data nacemento, ubicación, domicilio, número de teléfono, fotos)

## Vemos un microvídeo sobre o uso do móbil

### 3 Seguro que che soa...

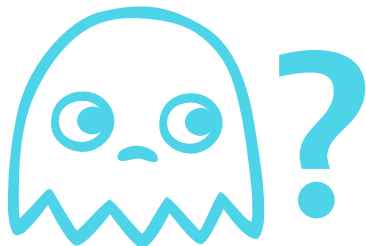
- **Identidade dixital:** todo o que Internet sabe de nós. A identidade dixital é como a nosa identidade real, pero en Internet.
- **Ciberacoso:** intimidación, acoso ou maltrato por medios na contorna dixital.
- **Ciberbullying:** acoso psicolóxico entre iguais na contorna dixital.
- **Troll:** quen participe en conversacións en foros e redes sociais coa única intención de crear polémica e fomentar a discusión.
- **Fake:** úsase para falar do perfil dunha persoa ou unha publicación "falsa" ou "artificial".
- **Troiano:** é un tipo de virus cuxos efectos poden ser moi perigosos.



Coñeces algún termo máis?

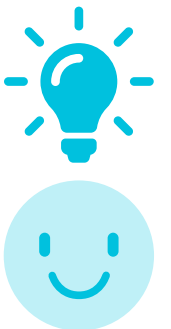
Compárteo coas e cos compañeiros

>> EMPREGA A TABLETA DIXITAL!!



Elabora unha listaxe con 10 consellos, como mínimo, para un uso responsable da Internet e das redes sociais

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_



## Recomendacións!!

- > Olo coa privacidade e a información que damos ás persoas descoñecidas
- > Moitos "youtubers" e "influencers", distorsionan a realidade... non é ouro todo o que reluce!
- > Esquece "challenges" ou retos, non valen para nada, só buscan facer dano.
- > Tamén hai outras Apps moi útiles de tipo educativo.



## Concello de Lugo

Área de Cohesión Social.  
Concellería de Muller, Igualdade e Xuventude

---

SERVICIO MUNICIPAL DE PREVENCIÓN DE  
DROGODEPENDENCIAS E OUTRAS ADICCIÓNS

T. 982 297 498

[www.lugomasxti.org](http://www.lugomasxti.org)

---