

Título:

¿Los videojuegos también traen beneficios emocionales?

Categoría:



Contexto:

El texto propone reflexionar sobre el papel de los videojuegos en la vida de jóvenes y adolescentes, más allá de los estigmas que los presentan solo como una pérdida de tiempo. A partir de investigaciones, testimonios juveniles y miradas expertas, se invita a analizar cómo el gaming puede apoyar el bienestar emocional, la socialización y el aprendizaje, pero también generar riesgos si no se usa con equilibrio. El enfoque busca desarrollar pensamiento crítico, autoconocimiento y toma de decisiones responsables frente al uso del tiempo, las pantallas y la salud mental.

La actividad se desarrolla en cuatro fases, y cada una cumple un papel importante en el aprendizaje. En la primera fase, los estudiantes comprenden la información básica y aclaran conceptos clave. En la segunda, analizan esa información y la relacionan con su realidad, fortaleciendo el pensamiento crítico. En la tercera fase, dialogan y comparten puntos de vista, lo que fomenta la empatía y el respeto por las ideas de los demás. Finalmente, en la cuarta fase crean un producto propio, donde expresan lo aprendido y desarrollan autonomía, reflexión y responsabilidad.

Para cerrar la actividad, se sugiere realizar una puesta en común donde los estudiantes compartan lo que más les llamó la atención, qué aprendieron y si cambió su forma de pensar sobre el tema. Este cierre permite consolidar los aprendizajes, reforzar la escucha respetuosa y conectar lo trabajado con la vida cotidiana.

Objetivos de aprendizaje:

- Identificar los hechos principales del texto para comprender cómo los videojuegos pueden influir en el bienestar emocional de los jóvenes, reconociendo tanto sus beneficios como sus riesgos.
- Relacionar la información del texto con la experiencia personal y el contexto digital actual, analizando cómo el uso de videojuegos impacta la salud mental, las relaciones sociales y la vida diaria.
- Expresar opiniones propias y escuchar las de otros con respeto, desarrollando empatía frente a diferentes formas de vivir y entender el gaming en la adolescencia.

www.radiotrompo.com



radio trompo
la voz juvenil



Mi Historia
Entender el pasado Desafiar el presente Construir el futuro



Radio Trompo para profesores, padres y cuidadores

Actividad:
20260113

Entender Identificar los hechos principales y resumir la información con palabras propias	Exploradores 🚗 10 a 12 Años - Según el texto, ¿de qué formas los videojuegos pueden ayudar a que los niños y jóvenes se sientan más tranquilos o contentos? (HPZ4, AC1, AC2) ¿Cuáles son algunas habilidades que los videojuegos pueden ayudar a desarrollar? (AC1, AC2)	Analistas 💡 13 a 14 Años ¿Qué beneficios emocionales de los videojuegos aparecen en el texto según estudios y experiencias de jóvenes? (HPZ4, AC1, AC2) ¿Qué datos se mencionan sobre cuántas personas juegan videojuegos en el mundo y en Colombia? (AC1, AC2)	Transformadores 📢 15 a 16 Años ¿Qué beneficios emocionales de los videojuegos se mencionan en el texto según estudios y testimonios? (HPZ4, AC1, AC2) ¿Qué datos se presentan sobre el uso de videojuegos en el mundo y en Colombia? (AC1, AC2)
Analizar Relacionar lo que ocurre en la historia con experiencias reales de niñas, niños y jóvenes	¿Cómo crees que los videojuegos pueden ayudar a relajarse o a manejar los nervios después de un día difícil? (HPZ1, ADC2) ¿Qué problemas pueden aparecer si se juega demasiado y no se deja tiempo para estudiar, dormir o compartir con la familia? (HPZ5, ADC2, ADC3)	¿Cómo pueden los videojuegos ayudar a algunos jóvenes a manejar el estrés o la ansiedad? (HPZ1, ADC2) ¿Qué problemas pueden aparecer cuando se juega demasiado y no hay equilibrio con el estudio, el descanso o la vida familiar? (HPZ5, ADC2, ADC3)	¿De qué manera los videojuegos pueden ayudar a manejar el estrés o la ansiedad en la vida de los jóvenes? (HPZ1, ADC2) ¿Qué riesgos aparecen cuando el tiempo de juego no tiene límites claros ni equilibrio con otras responsabilidades? (HPZ5, ADC2, ADC3)
Discutir Compartir opiniones y emociones, escuchando y respetando distintos puntos de vista	¿Piensas que los videojuegos ayudan más de lo que dañan, o al revés? Explica tu respuesta. (HPZ4, ADC5, C3) ¿Qué ideas se te ocurren para organizar el tiempo entre jugar, hacer tareas, descansar y pasar tiempo con otras personas? (HPZ3, HPZ4, ADC5, C3)	¿Crees que los videojuegos ayudan o afectan más la salud emocional de los jóvenes? Explica tu respuesta. (HPZ4, ADC5, C3) ¿Qué ideas se te ocurren para mantener un equilibrio sano entre jugar, estudiar, descansar y compartir con otras personas? (HPZ3, HPZ4, ADC5, C3)	¿Crees que los videojuegos son más una ayuda o un problema para la salud emocional de los jóvenes? ¿Por qué? (HPZ4, ADC5, C3) ¿Cómo se puede encontrar un equilibrio sano entre jugar, estudiar, descansar y compartir con otras personas? (HPZ3, HPZ4, ADC5, C3)
Crear Expresar ideas de forma creativa y compartirlas con Radio Trompo para generar conversación	ACTIVIDAD Graba un audio corto (20–30 segundos) Responde: Graba un mensaje para otros niños en el que cuentes cómo los videojuegos pueden ser algo bueno cuando se usan con equilibrio y qué consejos darías para jugar sin descuidar la salud, el estudio y la vida diaria. (HPZ1, HPZ5, ADC5, C2) Compártelo con Radio Trompo por 	ACTIVIDAD Graba un audio o video (30–40 segundos) Responde: • Graba un mensaje dirigido a otros jóvenes donde expliques cómo los videojuegos pueden ser algo positivo si se usan con equilibrio y qué consejos darías para que no se conviertan en un problema para la salud emocional o la vida diaria. (HPZ1, HPZ5, ADC5, C2) Compártelo con Radio Trompo por 	ACTIVIDAD Graba un audio o video de (30–35 segundos) Responde: • Graba un mensaje dirigido a otros jóvenes en el que cuentes cómo los videojuegos pueden ser positivos si se usan con equilibrio y qué consejos darías para evitar que se conviertan en un problema para la salud emocional o la vida diaria. (HPZ1, HPZ5, ADC5, C2) Compártelo con Radio Trompo por 

www.radiotrompo.com



radio trompo
la voz juvenil

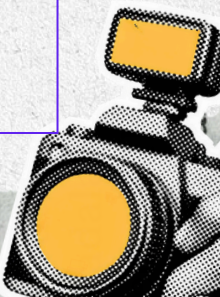


Mi Historia
Entender el pasado Desafiar el presente Construir el futuro



MATRIZ PEDAGÓGICA

Eje	Competencias clave	Cómo se trabaja en Radio Trompo	Resultados observables	Alineación MEN y UNESCO
Alfabetización crítica	• Distinguir hechos, opiniones e interpretaciones (AC1) • Comprender el contexto social, político y cultural (AC2) • Reconocer narrativas que influyen en decisiones (AC3) • Construir una opinión informada (AC4)	• Onda del Día: explicación de hechos y contexto • Preguntas de análisis y discusión • Actividades de lectura y escucha crítica	• Mejor comprensión lectora • Opiniones más informadas	MEN: Participación y responsabilidad democrática UNESCO: Educación para la Ciudadanía Global
Alfabetización digital crítica	• Leer críticamente contenidos digitales y reconocer desinformación y sesgos (ADC1) • Comprender cómo los medios digitales influyen en emociones, creencias y decisiones (ADC2) • Evaluar riesgos, consecuencias y responsabilidades en entornos digitales (ADC3) • Verificar información y contrastar fuentes (ADC4) • Expresarse y participar de forma ética, segura y no polarizante (ADC5)	• Análisis de noticias y su circulación en redes sociales • Reflexión guiada sobre emociones, viralidad y narrativas digitales • Módulos especializados (redes, IA, desinformación, verificación) • Producción de contenidos juveniles con enfoque ético y seguro	• Mayor capacidad de verificación y lectura crítica digital • Uso más consciente y seguro de redes sociales • Reducción de prácticas de polarización y amplificación emocional	MEN: Participación y responsabilidad democrática UNESCO: Alfabetización Mediática e Informativa (AMI)



MATRIZ PEDAGÓGICA

Eje	Competencias clave	Cómo se trabaja en Radio Trompo	Resultados observables	Alineación MEN y UNESCO
Habilidades para la paz	•Autoconocimiento (HPZ1) •Autogestión (HPZ2) •Manejo de relaciones interpersonales (HPZ3) •Conciencia social (HPZ4) •Toma de decisiones responsables (HPZ5)	• Diálogo guiado •Reflexión y expresión creativa •Escucha y desacuerdo respetuoso	• Mayor regulación emocional •Aumento de la autoeficacia	MEN: Convivencia y paz UNESCO:Educación para la paz y no violencia
Bienestar	•Reconocer emociones asociadas a la información (B1) •Procesar la actualidad sin saturación (B2) •Construir seguridad y pertenencia (B3) •Fortalecer la agencia personal (B4)	•Lenguaje informativo cuidado •Espacios de conversación seguros	• Menor ansiedad frente a las noticias • Mayor confianza para hablar de temas complejos	MEN: Convivencia y paz UNESCO:Enfoque de bienestar y aprendizaje socioemocional
Ciudadanía	•Conectar la actualidad con derechos y responsabilidades (C1) •Desarrollar voz propia (C2) •Participar sin polarización (C3) •Pensar el futuro y el proyecto de vida (C4)	•Preguntas abiertas •Espacios de creación y participación juvenil	•Participación reflexiva •Ciudadanía como práctica cotidiana	MEN: Participación y responsabilidad democrática; Pluralidad UNESCO:Participación cívica y ciudadanía democrática

