

Grades K-5 Digital Citizenship Curriculum Letter to Parents

Dear parents and caregivers,

Your child is taking part in classroom lessons from **Common Sense Education**. Common Sense helps kids learn the habits and skills they need to use technology safely and responsibly in school, at home, and beyond.

WHAT IS DIGITAL CITIZENSHIP?

Kids today may seem like experts at using technology, but the digital world requires all kinds of skills and habits that kids don't just pick up as they go. Digital citizenship helps them learn those skills.

The Common Sense lessons help kids in grades K-2 develop healthy media habits and learn how to be safe online. Lessons for kids in grades 3-5 continue to focus on screen time and online safety. Older kids also learn about how to recognize cyberbullying, what is and isn't OK to share online, and how to find credible news and information.

WHAT FAMILIES CAN DO

Common Sense Education provides resources to help you support your kid's learning. As we teach these lessons in class, we'll be sending home tip sheets, videos, and activities for you to do with your kids. You can visit the Common Sense website at www.common sense media.org for more.

Please feel free to contact us if you have any questions. Working together with Common Sense Education, we can prepare today's kids to think critically and use tech in positive, creative, and powerful ways.

Sincerely,

To learn more about Common Sense Education's tools and resources, visit www.common sense.org/education.

> Grades K-5 Family Tips

Help Kids Balance Their Media Lives



MEDIA BALANCE & WELL-BEING

We find balance
in our digital lives.

From phones and tablets to streaming movies and YouTube, tech and media are everywhere. Kids love easy access to shows, games, and information. Parents and caregivers love that kids can learn on the go (and stay busy when dinner's cooking). But it's easy to overdo it when the phone never stops pinging and the next episode plays automatically. Families can keep media and tech use in check by following a few simple practices.

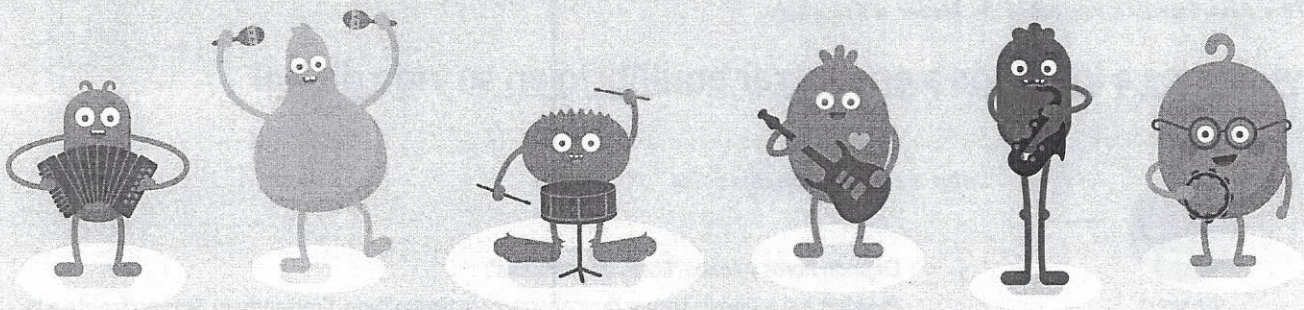
Check out these 5 tips

- 1 **Create screen-free times and zones.**
Help kids take breaks from tech by limiting screen time in bedrooms, during study time, or at the dinner table.
- 2 **Try parental controls.**
Set content limits that make sense for your family. Alongside conversations about healthy media habits, use features such as content filtering, privacy settings, and time limits offered by the apps and platforms your family uses to help manage access and exposure to media.
- 3 **Establish clear family rules.**
Decide together what kind of media and tech is OK -- and when it's OK to use it. A family media plan can help get everyone on the same page.
- 4 **Watch and play together.**
Choose quality, age-appropriate media to enjoy with your kids. Visit [commonsensemedia.org](https://www.common sense media.org) to find shows, games, and more.
- 5 **Help kids identify healthy behaviors.**
Practice talking about feelings -- both physical and emotional -- during screen and non-screen activities.

<https://www.common sense.org/education/family-tips/k-5-media-balance-and-well-being>



© Common Sense Media 2018. Lessons are shareable with attribution for noncommercial use only. No remixing permitted. View detailed license information at creativecommons.org.



Estimados padres y cuidadores:

En el aula de su hijo, están utilizando lecciones de **Common Sense Education**. Common Sense ayuda a los niños a aprender los hábitos y las habilidades que necesitan para usar la tecnología de manera segura y responsable en la escuela, en el hogar y en otros lugares.

QUÉ ES LA CIUDADANÍA DIGITAL

Hoy en día, puede que los niños parezcan expertos en el uso de la tecnología, pero el mundo digital requiere de todo tipo de habilidades y hábitos que los niños no aprenden solo por usar internet y los medios de comunicación. La ciudadanía digital los ayuda a aprender estas habilidades.

Las lecciones de Common Sense permiten que los niños de los niveles K-2 desarrollen buenos hábitos de consumo del contenido de los medios y aprendan a navegar de forma segura por Internet. Las lecciones para los niños de los niveles 3-5 también se centran en el tiempo frente a la pantalla y en la seguridad en línea. Además, los niños más grandes aprenden cómo reconocer casos de *ciberbullying*, qué contenido se puede compartir o no por Internet y cómo buscar información y noticias confiables.

QUÉ PUEDEN HACER LAS FAMILIAS

Common Sense Education brinda recursos para apoyar el aprendizaje de sus hijos. A medida que vayamos enseñando estas lecciones en el aula, enviaremos hojas con consejos, videos y actividades para que realicen con sus niños. Si desean obtener más información, visiten el sitio web de Common Sense en www.commonsensemedia.org/latino.

Si tienen alguna pregunta, comuníquense con nosotros. Trabajando junto con Common Sense Education, podemos formar a los niños de hoy para que desarrollen el pensamiento crítico y usen la tecnología de forma positiva, creativa y eficiente.

Atentamente,

> *Tips para familias con niños de kínder a 5to grado*

Ayudemos a los niños a encontrar equilibrio en su vida digital



EQUILIBRIO EN
LOS MEDIOS Y BIENESTAR

Encontramos equilibrio en
nuestras vidas digitales.

Desde teléfonos y tabletas hasta películas por Internet y YouTube, la tecnología y los medios están en todas partes. Los niños adoran acceder a programas, juegos e información. A los padres y cuidadores les encanta que los niños aprendan sobre la marcha (y que estén entretenidos mientras preparan la cena). Sin embargo, es muy fácil excederse cuando el teléfono suena todo el tiempo y el próximo episodio comienza automáticamente. Las familias pueden mantener el uso de los medios y la tecnología bajo control siguiendo prácticas muy sencillas.

Lean estos 5 consejos

- 1 **Definan horas y zonas "libres de pantallas".**
Ayuden a sus hijos a tomar descansos de la tecnología, limitando el tiempo frente a la pantalla en la habitación, mientras estudian o durante la cena.
- 2 **Prueben los controles parentales.**
Definan límites de contenido que sean razonables para su familia. Además de mantener conversaciones sobre hábitos saludables con los medios, usen funciones como por ejemplo filtros de contenido, configuraciones de privacidad y límites de tiempo que ofrecen las aplicaciones y plataformas que usan sus familias para ayudar a administrar el acceso y la exposición a los medios.
- 3 **Definan reglas claras para la familia.**
Decidan junto a sus familias qué tipo de medios y tecnología está bien usar y en qué momentos. Un plan familiar de medios puede ayudar a que todos se pongan de acuerdo.
- 4 **Miren contenidos y jueguen en familia.**
Elijan medios de calidad acordes a la edad de sus hijos para disfrutar con ellos. Visiten [commonsensemedia.org](https://www.commonsensemedia.org) para buscar programas, juegos y mucho más.
- 5 **Ayuden a los niños a identificar comportamientos saludables.**
Expresen sentimientos - tanto físicos como emocionales - durante actividades que involucren y no involucren estar frente a una pantalla.

<https://www.commonsense.org/education/spanish/family-tips/k-5-media-balance-and-well-being>



© Common Sense Media 2018. Lessons are shareable with attribution for noncommercial use only. No remixing permitted. View detailed license information at creativecommons.org.

Grades 6-8 Digital Citizenship Curriculum Letter to Parents

Dear parents and caregivers,

Your child is taking part in classroom lessons from **Common Sense Education**. Common Sense helps kids learn the habits and skills they need to use technology safely and responsibly in school, at home, and beyond.

WHAT IS DIGITAL CITIZENSHIP?

Kids today may seem like experts at using technology, but the digital world requires all kinds of skills and habits that kids don't just pick up as they go. Digital citizenship helps them learn those skills.

The Common Sense lessons help students in grades 6-8 reflect on their tech use and make thoughtful choices about how and when they use it. Kids also learn about how to stand up to cyberbullying, use social media carefully, and look critically at the news.

WHAT FAMILIES CAN DO

Common Sense Education provides resources to help you support your kid's learning. As we teach these lessons in class, we'll be sending home tip sheets and activities for you to do with your kids. You can visit the Common Sense website at www.commonsensemedia.org for more.

Please feel free to contact us if you have any questions. Working together with Common Sense Education, we can prepare today's kids to think critically and use tech in positive, creative, and powerful ways.

Sincerely,

To learn more about Common Sense Education's tools and resources, visit www.commonsense.org/education.

> Grades 6–12 Family Tips


Help Kids Balance Their Media Lives



MEDIA BALANCE & WELL-BEING

We find balance
in our digital lives.

From phones and tablets to streaming movies and YouTube, tech and media are everywhere. Kids love easy access to TV shows, games, and information. Parents and caregivers love that kids can stay in contact while they explore their independence. But it's easy to overdo it when the phone never stops pinging and the next episode plays automatically. Families can keep media and tech use in check by following a few simple practices.

Check out these 5 tips 

- 1 **Create screen-free times and zones.**
Help tweens and teens take breaks from tech by limiting screen time in bedrooms, during study time, or at the dinner table. Consider carving out regular family time when screens are either put away or enjoyed together.
- 2 **Explore built-in digital well-being tools.**
Together with your kids, check out the features on their devices and in their apps that can help them use tech more intentionally. Consider turning off autoplay functions, limiting notifications from certain apps, using settings that turn off devices at a certain time each night, and more.
- 3 **Model the behavior you want to see.**
Tweens and teens learn more from watching adult behavior than listening to lectures. Consider how you use your devices and other media, and make changes if your use doesn't follow your expectations for your kids.
- 4 **Help kids identify healthy behaviors.**
Ask kids to notice their feelings, both physical and emotional, during screen and non-screen activities. Does their heart rate increase when their phone vibrates? Does their self-esteem dip after viewing a friend's Instagram feed? Do they feel good when they get positive feedback on a post? Encourage kids to keep the constructive activities and let go of the rest.
- 5 **Understand how tech companies make money.**
Along with your tween and teen, research how digital devices, social media platforms, and apps and games get paid. Do they sell ads? Do they sell kids' data? Discuss why companies might want kids to spend more time on their platforms and what tricks they use to keep their attention.

<https://www.commonsense.org/education/family-tips/6-12-media-balance-and-well-being>



© Common Sense Media 2018. Lessons are shareable with attribution for noncommercial use only. No remixing permitted. View detailed license information at creativecommons.org.

Estimados padres y cuidadores:

En el aula de su hijo, están utilizando lecciones de **Common Sense Education**.

Common Sense ayuda a los niños a aprender los hábitos y las habilidades que necesitan para usar la tecnología de manera segura y responsable en la escuela, en el hogar y en otros lugares.

QUÉ ES LA CIUDADANÍA DIGITAL

Hoy en día, puede que los niños parezcan expertos en el uso de la tecnología, pero el mundo digital requiere de todo tipo de habilidades y hábitos que los niños no aprenden solo por usar internet y los medios de comunicación. La ciudadanía digital los ayuda a aprender estas habilidades.

Las lecciones de Common Sense permiten que los alumnos de los niveles 6-8 reflexionen sobre el uso de la tecnología y tomen decisiones inteligentes sobre cómo y cuándo usarla. Los niños también aprenden a defenderse en casos de *ciberbullying*, a usar las redes sociales con cuidado y a analizar las noticias de forma crítica.

QUÉ PUEDEN HACER LAS FAMILIAS

Common Sense Education brinda recursos para apoyar el aprendizaje de sus hijos. A medida que vayamos enseñando estas lecciones en el aula, enviaremos hojas con consejos y actividades para que realicen con sus niños. Si desean obtener más información, visiten el sitio web de Common Sense en www.common sense media.org/latino.

Si tienen alguna pregunta, comuníquense con nosotros. Trabajando junto con Common Sense Education, podemos formar a los niños de hoy para que desarrollen el pensamiento crítico y usen la tecnología de forma positiva, creativa y eficiente.

Atentamente,

> *Tips para familias con niños de 6° a 12° grado*

Ayudemos a los niños a encontrar equilibrio en su vida digital



EQUILIBRIO EN
LOS MEDIOS Y BIENESTAR

Encontramos equilibrio en
nuestras vidas digitales.

Lean estos 5 consejos ➤

La tecnología y los medios están en todas partes, desde los teléfonos y las tabletas hasta las películas por internet y YouTube. A los niños les encanta tener fácil acceso a los programas de televisión, los juegos y la información. A los padres y representantes les encanta que los niños puedan mantenerse en contacto a la vez que se van independizando. Pero es fácil excederse cuando el teléfono nunca deja de sonar y los episodios de las series se reproducen automáticamente. Las familias pueden mantener el control del uso de los medios y la tecnología siguiendo algunos simples consejos.

- 1 ***Establezcan horarios y zonas sin pantallas.***
Ayuden a los adolescentes a descansar de la tecnología limitando su uso en los dormitorios, mientras estudian o a la hora de comer. Obtendrán más tiempo en familia si guardan las pantallas o disfrutan de ellas juntos.
- 2 ***Explore las configuraciones para el bienestar digital.***
Junto con sus hijos, revisen las configuraciones de sus dispositivos y sus aplicaciones que pueden ayudarles a mejorar su uso de la tecnología. Algunas opciones son desactivar las funciones de reproducción automática, limitar las notificaciones de ciertas aplicaciones, usar configuraciones que apaguen los dispositivos a cierta hora cada noche, y otras.
- 3 ***Sean modelos del comportamiento que quieren ver.***
Los preadolescentes y adolescentes aprenden más observando el comportamiento de los adultos que escuchando sermones. Piensen en cómo usan ustedes sus dispositivos y otros medios, y hagan cambios si ustedes mismos no cumplen con las expectativas que les exigen a sus hijos.
- 4 ***Ayuden a los niños a identificar los comportamientos saludables.***
Pidan a los niños que concienticen sus sensaciones, tanto físicas como emocionales, cuando realizan actividades en línea y fuera de línea. ¿Aumenta su ritmo cardíaco cuando vibra el teléfono? ¿Disminuye su autoestima después de ver la cuenta de Instagram de un(a) amigo/a? ¿Se sienten bien cuando reciben comentarios positivos sobre una publicación? Alienten a los niños a mantener las actividades constructivas y abandonar las demás.
- 5 ***Analicen cómo las empresas de tecnología ganan dinero.***
Junto con sus preadolescentes y adolescentes, investiguen cómo generan dinero los dispositivos digitales, las redes sociales, las aplicaciones y los juegos. ¿Venden anuncios? ¿Venden información sobre los niños? Comenten por qué a las empresas les interesa que los niños pasen más tiempo en sus plataformas y qué trucos usan para captar su atención.

<https://www.commonsense.org/education/spanish/family-tips/6-12-media-balance-and-well-being>



© Common Sense Media 2018. Lessons are shareable with attribution for noncommercial use only. No remixing permitted. View detailed license information at creativecommons.org.