APROBACIÓN DE LA JUNTA DE EDUCACIÓN 6/23/26

Distrito Escolar Unificado de Los Ángeles

Guías para la Política de Tiempo Frente a Pantallas para los Estudiantes

23 de junio 2026

I. Propósito

Esta política confirma el compromiso del Distrito con el acceso equitativo a la tecnología y promueve el uso educativo, responsable e intencional, así como apto para la edad, de dispositivos y aplicaciones digitales. Tiene la intención de proporcionar expectativas claras basadas en investigaciones y medidas de protección para el uso de tecnología en el aula, lo cual apoye a instrucción de calidad y garantice que la tecnología realce, en lugar de reemplazar, la enseñanza y el aprendizaje efectivo.

II. Autorización

Esta política se emite de acuerdo con la autoridad de la Junta de Educación del Distrito Escolar Unificado de Los Ángeles y el Superintendente Escolar, e incluye la Resolución de la Junta de Educación sobre el Uso de la Tecnología con Intención: Establecer Guías para el Tiempo Frente a Pantallas para Estudiantes (Res-048-25/26), de conformidad con las disposiciones aplicables del Código de Educación de California y las guías vigentes del Distrito en materia de prácticas educativas, bienestar estudiantil, y uso responsable de la tecnología. (Consultar el Apéndice C)

III. Información de Fondo

El Distrito Unificado de Los Ángeles se compromete a fomentar entornos de aprendizaje focalizados que favorezcan el aprovechamiento estudiantil, la participación, y el bienestar general de los estudiantes. Dado que los dispositivos digitales son cada vez más habituales en las escuelas, el Distrito tiene el objetivo de garantizar una integración bien planificada que respalde las metas educativas y a su vez limite su uso para fines no educativos durante la jornada escolar.

A. Misión y Visión

En conformidad con su misión de proporcionar una educación equitativa y de alta calidad a todos los estudiantes, esta política refleja la responsabilidad compartida entre las escuelas, las familias y los estudiantes para fomentar la responsabilidad digital, el enfoque académico, y hábitos de aprendizaje saludables. Al establecer expectativas claras y prácticas consistentes, el Distrito busca crear entornos de aprendizaje que maximicen el tiempo de enseñanza, apoyen el éxito estudiantil, y preparen a los estudiantes para usar la tecnología de manera consciente y responsable dentro y fuera de la escuela.

B. Investigaciones

Esta política se diseñó mediante las investigaciones que llevó a cabo la Oficina de Investigación y Evaluación de Programas (ORPE) de LAUSD. La oficina ORPE completó una revisión integral de estudios que analizan el impacto del tiempo frente a pantallas en el aprovechamiento académico de los estudiantes, su atención, memoria, desarrollo socioemocional, y salud mental. Esta política se basa en las siguientes cinco consideraciones que se detallan en el Apéndice B.

- Limitar el uso de dispositivos para llevar a casa en los niveles escolares previos a la preparatoria y mantener opciones parentales significativas
- Diseñar políticas y configurar los dispositivos para maximizar el uso intencional, y exclusivamente educativo
- Garantizar que la tecnología complemente, y no remplace, la instrucción impartida por el maestro
- Gestionar la exposición acumulativa frente a pantallas a lo largo de la jornada escolar y a la hora de la tarea
- Aplicar medidas de protección apropiadas para la edad y evaluar los impactos de la tecnología

C. Consulta y Recomendaciones

Esta política se diseñó mediante las investigaciones, las mejores prácticas, y en consulta con expertos independientes y líderes en su campo, socios laborales, personal, educadores, estudiantes, y padres y familias. Las recomendaciones y medidas de protección que esta política refleja se formularon mediante este proceso de participación.

IV. Valores Distritales

El uso de la tecnología dentro del Distrito se guió mediante los siguientes valores:

- **A. Primero la Enseñanza Impartida por el Maestro:** El aprendizaje es más eficaz cuando se imparte y guía por parte de educadores capacitados y mediante interacciones humanas significativas. La tecnología debe apoyar y reforzar la instrucción a cargo del maestro, en lugar de reemplazar el papel esencial de los educadores de promover la participación, las relaciones, y el aprendizaje.
- **B. Valor de las Pantallas Comparado al Tiempo Frente a Pantallas:** Los estudiantes progresan cuando las experiencias de aprendizaje promueven la participación, el pensamiento crítico, la creatividad, y la interacción humana. De acuerdo con la Academia Americana de Pediatría y el Cirujano General de los Estados Unidos, el Distrito prioriza la calidad, propósito, e impacto de la tecnología sobre la cantidad de tiempo que se invierte frente al dispositivo, enfatizando el aprendizaje activo y la conexión en lugar del consumo pasivo.
- **C. Uso Apropiado para el Desarrollo:** Los estudiantes aprenden mejor cuando las experiencias reflejan su edad, preparación para el desarrollo, y capacidad para la autorregulación. El uso de la tecnología se debe ajustar a las necesidades, con medidas de protección apropiadas a lo largo de todas las edades y niveles de grado.
- **D. Solo Uso Educativo por Diseño:** Los estudiantes merecen ambientes de aprendizaje que minimicen las distracciones y maximicen la participación. Los dispositivos y sistemas del Distrito priorizan recursos educativos alineados al currículo y prohíben acceso a contenido que no apoya directamente el aprendizaje.
- **E. Equilibrio y Desarrollo de la Infancia en su Totalidad:** Los estudiantes requieren un equilibrio de instrucción directa, interacción y colaboración social, actividad física y aprendizaje directo. El uso de la tecnología no suplanta estas experiencias esenciales.
- **F. Equidad e Inclusión:** Los estudiantes tienen acceso a oportunidades significativas en el ámbito de la tecnología, que incluye evaluaciones, aprendizaje diferenciado, adaptaciones para la instrucción, tecnología auxiliar, libros de texto digitales, libros electrónicos (ebooks), audiolibros, y apoyos para el acceso garantizando a la vez que ningún grupo de estudiantes se vea expuesto de forma desproporcionada a un tiempo frente a pantallas pasivo o excesivo.
- **G. Alianzas con las Familias y Transparencia:** Las Familias son parte de nuestros aliados esenciales, y el Distrito se ha comprometido a proporcionar una comunicación clara y responsabilidad compartida para apoyar un uso sano de la tecnología.
- **H. Continuidad al Mejoramiento y la Rendición de Cuentas:** El uso de tecnología eficaz requiere la continuidad de la reflexión, la evaluación, y la adaptación. El Distrito utilizará estudios, datos, pruebas de implementación y opiniones de la comunidad para mejorar continuamente las prácticas y garantizar que la tecnología contribuya a la consecución de resultados positivos para todos los estudiantes.

V. Guías de Tiempo Frente a Pantallas y Uso de Dispositivos

A. Guías para el Tiempo frente a Pantallas

El Distrito deberá establecer guías para el tiempo frente a pantallas por conjuntos de grados escolares para apoyar las metas de instrucción y el bienestar estudiantil. El tiempo frente a las pantallas durante la jornada escolar deberá ser principalmente para la instrucción, con tiempo limitado y supervisado, y alineado a los objetivos de aprendizaje. (Consultar el Apéndice A)

El Distrito deberá prohibir que los estudiantes en la escuela intermedia usen dispositivos que les haya proporcionado la escuela durante el horario escolar que no sea de instrucción (ej. durante la transición entre periodos de clase, durante el almuerzo, y el recreo) conforme se determine y supervise por parte de cada escuela, con excepciones para el trabajo escolar aprobado.

Los cursos de Educación Física (PE) debe priorizar la actividad física, el movimiento, el desarrollo de destrezas, y la participación estudiantil. Por lo general no se permitirá el uso de pantallas y dispositivos que el Distrito proporcione a los estudiantes durante las clases de PE salvo cuando sea necesario para apoyar la instrucción, adaptaciones de accesibilidad, evaluaciones, u otros fines educativos relacionados directamente con el

plan de estudios de PE.

El Distrito deberá proporcionar especificidad sobre los límites de tiempo máximo tanto diarios como semanales por conjuntos de grados escolares, mediante guías administrativas del Distrito que se actualicen anualmente. Las guías administrativas podrían incluir expectativas diferenciadas por materia cuando corresponda para apoyar las metas de instrucción y a su vez mantener los límites de tiempo frente a las pantallas. Dichas guías deberán delinear las expectativas de uso para la instrucción durante la hora de clase a diferencia del tiempo que no sea de enseñanza para apoyar el bienestar estudiantil y un uso equilibrado.

El uso de la tecnología y de las pantallas debe ajustarse a los objetivos educativos de cada materia. En educación física, arte, y otras materias que no requieren el uso de la tecnología, el uso de pantallas debe ser mínimo o prescindido, mientras que en ciencias de la computación, medios digitales, educación técnica y vocacional y otras materias con un uso intensivo de la tecnología puede ser necesario un mayor empleo de la misma para apoyar los objetivos de aprendizaje. En todas las materias, la tecnología debe tener un propósito claro, estar alineado con el plan de estudios, y utilizarse para fomentar el aprendizaje activo, en lugar del consumo pasivo.

El Distrito deberá usar las pautas de tiempo de pantalla y mejores prácticas para que las escuelas ofrezcan opciones de cursos, garantizando así que los estudiantes logren los objetivos educativos necesarios y estableciendo medidas de protección claras para prevenir la fatiga digital a causa de un uso excesivo de dispositivos.

B. Acceso a los Dispositivos

El acceso a su propio dispositivo (1:1, un dispositivo por estudiante) o la tecnología compartida deberá ser apto para el nivel de desarrollo y ajustarse a la edad, el nivel de grado, y las necesidades educativas del estudiante. El Distrito puede diferenciar modelos de dispositivos y acceso limitado a uso individual de dispositivos (1:1) en los grados iniciales, y apoya una mayor independencia en los grados finales. (Consultar el Apéndice A)

El Distrito deberá eliminar el uso de dispositivos que el Distrito proporcione a los estudiantes de educación temprana hasta el primer grado, salvo para las evaluaciones que exigen el Distrito y el Estado y para los estudiantes inscritos en un programa de la Academia Virtual de LAUSD. (Consultar el Apéndice A)

Para los estudiantes de los grados 2 a 5, el Distrito deberá instar a las escuelas a priorizar el uso de carritos de computadoras portátiles o laboratorios de computación, si están disponibles, así como reducir el uso de dispositivos individuales (1:1).

Ninguna sección de esta política impide el acceso de los estudiantes cuando se requiera para evaluaciones que exige el Distrito o el estado, adaptaciones, o necesidades de instrucción.

C. Uso de Dispositivos

A las escuelas se les insta a equilibrar el aprendizaje digital con las estrategias educativas que no requieren el uso de pantallas. Asimismo, se insta a las escuelas a utilizar alternativas análogas cuando sea apropiado en términos de instrucción, lo cual incluya tareas realizadas con lápiz y papel, libros de texto físicos, experiencias de aprendizaje práctico, aprendizaje basado en diálogos, y aprendizaje basado en proyectos.

Para minimizar la dependencia en los dispositivos de los estudiantes, el Distrito deberá asegurar que todos los planes de estudio aprobados por el Distrito incluyan suficientes libros de texto para todos los estudiantes, conforme reafirma el proceso Williams de Suficiencia de Libros de Texto.

Las guías para el uso de los dispositivos no se aplican al uso de la tecnología que se requiere para las evaluaciones estatales, federales, o distritales, o para apoyos de

accesibilidad, tecnología auxiliar, adaptaciones, y servicios que se proporcionen de acuerdo con un IEP, Plan de la Sección 504, u otros programas que exige la ley.

D. Tareas y Aprendizaje Después de la Jornada Escolar

Se insta a las escuelas y a los educadores a proporcionales a los estudiantes de nivel primario y secundario opciones de tarea que no requieran el uso de pantallas cuando sea apropiado en términos de instrucción. Las tareas deben priorizar la lectura, la escritura, la resolución de problemas, actividades prácticas, observación, y otras experiencias de aprendizaje que puedan completarse sin el uso de dispositivos.

Cuando la tarea requiera el uso de dispositivos o acceso a herramientas digitales, las escuelas deberán garantizar que las tareas sean deliberadas, proporcionen un valor educativo claro, y tengan un balance adecuado con las oportunidades de aprendizaje que no requieren pantallas. Al diseñar y asignar tareas, las escuelas también deben considerar el acceso estudiantil a la tecnología, las circunstancias de la familia, y el tiempo acumulado que pasan frente a la pantalla, con el fin de impulsar experiencias de aprendizaje equitativas y adecuadas a su etapa de desarrollo.

E. Uso Activo y Pasivo de las Pantallas

El Distrito deberá distinguir entre el uso activo y el uso pasivo de las pantallas. El uso activo de las pantallas incluye crear, colaborar, comunicar, investigar, resolver problemas, diseñar y otras actividades de carácter cognitivo. El uso pasivo de las pantallas incluye ver videos de entretenimiento, exposición a videos de fondo, deslizar contenido, u otras actividades de consumo digital. Las prácticas de instrucción deben priorizar el uso activo de pantallas cuando se utilice la tecnología.

F. Flexibilidad Educativa

El Distrito reconoce que ciertos cursos y experiencias de aprendizaje posiblemente requieran un mayor uso de la tecnología para lograr los objetivos educativos. Las guías de tiempo frente a pantallas deben aplicarse considerando los requisitos singulares de cursos como ciencias de la computación, diseño gráfico, artes mediáticas, anuario escolar, ingeniería, trayectos de educación técnica, y otros programas que requieren un uso más intensivo de la tecnología.

En estos cursos y programas, el uso de la tecnología posiblemente exceda las recomendaciones de tiempo de pantalla cuando se establezca una conexión directa con el plan de estudios, creaciones de los estudiantes, diseño, programación, producción, investigaciones, u otras experiencias de aprendizaje activo. Dicho uso debe seguir llevándose a cabo con un propósito, estar alineado en términos de instrucción, y concordar con las metas de esta política.

G. Uso Seguro y Responsable

Para apoyar el uso seguro, responsable y eficaz de la tecnología, el Distrito deberá continuar con la instrucción de civismo digital.

VI. Uso Educativo

Los dispositivos del Distrito deberán usarse para fines educativos que se basen en el plan de estudios de tecnología y promuevan la participación activa durante la jornada escolar. Se deberá prohibir y bloquear el uso no educativo, que incluya el consumo pasivo para el entretenimiento o la transmisión de videos.

Las pantallas para fines educativos podrán incluir materiales digitales de aprendizaje, videos educativos, paseos escolares virtuales, libros digitales de texto, libros electrónicos, audiolibros, herramientas de accesibilidad, tecnología auxiliar, y medios visuales que sigan el plan de estudios y que incluso se usen para apoyar directamente los objetivos de instrucción. Los videos educativos y medios visuales deben ser de carácter intencional, basados en el plan de estudios, de tiempo limitado y de apoyo al aprendizaje activo cuando sea posible. No se deben transmitir videos de fondo o medios visuales que no sean parte de la instrucción. No se deben utilizar videos o medios audiovisuales para sustituir la enseñanza impartida por maestros, la participación en clase, o las experiencias de aprendizaje activo, y después de su utilización se

deben dar oportunidades para la discusión, la reflexión, la aplicación, y otras formas de interacción estudiantil siempre que sea apropiado.

VII. Restricciones de Plataforma y Contenido

El Distrito deberá configurar los dispositivos y sistemas para priorizar las aplicaciones basadas en el plan de estudios y restringir el acceso a las plataformas que se hayan diseñado principalmente para el entretenimiento o el consumo pasivo.

El Distrito bloqueará el acceso a contenidos que busquen los estudiantes tales como uso de YouTube, redes sociales, plataformas de streaming, junto con plataformas de videojuegos no aprobadas. Se permitirán ciertas excepciones para el uso educativo de contenidos que proporcionen los maestros cuando una plataforma apoye directamente los objetivos de aprendizaje que se basen en el plan de estudios, y se sigan los procesos correspondientes como en el caso de las aplicaciones de juegos de *esports*.

VIII. Equidad, Acceso y Diferenciación

El uso de la tecnología apoya la enseñanza diferenciada y la accesibilidad, y al mismo tiempo mantiene un equilibrio con los enfoques que no requieren el uso de pantallas. Los estudiantes seguirán teniendo acceso a herramientas digitales y dispositivos que proporciona el Distrito y que son apropiados en términos académicos y de desarrollo. El uso de dispositivos para estudiantes con necesidades diversas, que incluye, sin limitarse a, estudiantes con discapacidades y aprendices de Inglés, aprendices dotados, y estudiantes que requieren apoyo especializado, deberá coincidir con las metas educativas y la implementación diferenciada cuando sea necesario.

IX. Cláusula de Exclusión

Para garantizar el cumplimiento con la Ley de Educación para Personas con Discapacidades (IDEA) y la Sección 504 del Programa de Rehabilitación, se fijan restricciones en la política que no deberán proceder cuando se requieran herramientas digitales para proporcionar una Educación Pública Apropiada y Gratuita (FAPE).

Excepciones: Se permitirá el acceso a herramientas digitales sin restricciones cuando sea necesario para implementar un IEP o un Plan de la Sección 504, proporcionar tecnología auxiliar (AT), o cumplir con las necesidades de accesibilidad. Esto incluye, sin limitarse a:

- **Comunicación:** Dispositivo y software del Programa de Comunicación Alternativa y Aumentativa (AAC)
- **Herramientas de Accesibilidad:** Herramientas de dictado, de lectura de textos, predicción de palabras, audiolibros, software de aumento visual, tecnología de seguimiento ocular, y elementos de apoyo mediante símbolos.
- **Estímulo/Acceso:** Acceso a interruptores y otros dispositivos de entrada adaptados.
- **Adaptaciones para la Instrucción:** Herramientas digitales y plataformas que se requieren específicamente para la instrucción, evaluaciones, o Diseño Universal para el Aprendizaje (UDL) conforme se documente en el IEP del estudiante.

X. Derechos de los Padres de Familia y Tutores Legales

A. Los padres de familia y tutores legales deberán recibir información sobre las herramientas digitales que utilizan sus estudiantes, lo cual incluye el total de tiempo semanal que dedique el estudiante a un dispositivo; una lista completa de apps, programas, y sitios web que se usen para aprender; información sobre la forma en que los apps, programas y sitios web se analizaron para asegurar que cumplen con las normas y pautas que los definen como aptos para el aprendizaje y la enseñanza.

B. Algunas escuelas no tienen dispositivos para usarse en casa, y algunas escuelas no permiten que los estudiantes se lleven a casa los dispositivos que el Distrito proporciona. Para escuelas que permitan que los estudiantes usen en sus hogares los dispositivos que el Distrito proporcione, los padres de familia y tutores legales tienen el derecho de optar por que sus estudiantes usen un dispositivo que el Distrito proporcione. Si un padre o tutor legal decide no optar por participar, la escuela deberá proporcionar alternativas análogas significativas.

C. Consentimiento para Usar Herramientas Digitales: El Distrito deberá actualizar los procesos que permiten que los padres y tutores legales proporcionen su consentimiento para el uso de servicios adicionales o aplicaciones de Google que se emplean en la escuela durante la jornada escolar, lo cual incluye cualquier herramienta o plataforma que incorpora AI generativa, conforme corresponda.

XI. Expectativas de Implementación en el Plantel Escolar

Se espera que las escuelas implementen esta política mediante la planeación de la instrucción y la aplicación consistente de medidas de protección distritales. El Distrito proporcionará guías para el plantel escolar y las mejores prácticas para apoyar la implementación coordinada en toda la escuela, que incluye estrategias para monitorear el tiempo de pantalla acumulado, alinear el uso de la tecnología en todos los salones de clases y materias, y promover prácticas de enseñanza consistentes y balanceadas. El administrador escolar aprobará el uso por parte de maestros, de apps digitales o sitios web para fines educativos.

XII. Monitoreo, Rendición de Cuentas y Mejoras Continuas

Esta política se analizará anualmente en una reunión pública de la Junta de Educación y se actualizará conforme sea necesario para reflejar investigaciones nuevas, análisis de equidad, observaciones sobre la implementación, así como herramientas emergentes e información. La primera revisión anual deberá incluir las opiniones de los estudiantes, los docentes, los administradores, el personal, los padres y las familias sobre la implementación de la política y sus percepciones respecto al uso del tiempo frente a la pantalla, incluyendo grupos de enfoque o una pregunta en la Encuesta de la Experiencia Escolar, como "Mi estudiante dedica demasiado tiempo / muy poco tiempo / una cantidad adecuada al uso de dispositivos".

XIII. Contenido Publicitario y Comercial

Los recursos de tecnología digital y entornos educativos se diseñaron para minimizar la exposición de los estudiantes a la publicidad, promociones comerciales, y otro contenido que no sea educativo. No se exigirá que los estudiantes y las familias usen herramientas digitales o plataformas que promueven actualizaciones las cuales requieren pago, servicios exclusivos, compras dentro de las aplicaciones, u otras transacciones comerciales como condición de la participación en actividades de instrucción. El Distrito aplicará las medidas razonables para prohibir la publicidad y contenido comercial en dispositivos que el Distrito proporciona o administra, y sistemas que se usan para la enseñanza y el aprendizaje.

XIV. Inteligencia Artificial Generativa (AI) y Modelos Extensos de Lenguaje (LLM)

El Distrito actualmente mantiene guías y salvaguardas para el uso estudiantil de herramientas de IA generativa y Modelos Extensos de Lenguaje o LLM, que incluyen acceso apto para la edad, plataformas aprobadas por el Distrito, Política de Uso Responsable (RUP) y el tema requerido de Instrucción sobre la Cortesía Digital. De acuerdo con las prácticas actuales del Distrito, es obligatorio que el acceso a las herramientas generativas de AI previamente aprobadas se limite a estudiantes de 13 años en adelante y que apoye los objetivos de educación claramente definidos, siguiendo las indicaciones y pautas del maestro.

Conforme siguen evolucionando las tecnologías de inteligencia artificial, el Distrito analizará y refinará sus prácticas para las pautas, salvaguardas, e implementación con base en las recomendaciones que presente el comité para Fines Específicos "Ad Hoc" de la junta de Educación sobre la AI, correspondientes a las leyes y reglamentos, los estudios emergentes, y los comentarios de la comunidad.

Apéndice A
Tiempo frente a Pantallas y Uso de Dispositivos

<table>
<tr><th rowspan="2">Conjuntos de Grado Escolar</th><th rowspan="2">Implementación por Fases</th><th rowspan="2">*Guías para el Tiempo de Pantalla en la Escuela y el Hogar</th><th colspan="2">Acceso a los Dispositivos y Utilización</th></tr>
<tr><th>En la Escuela</th><th>En el Hogar</th></tr>
<tr><td>Educación Temprana, Kindergarten, y Grado 1</td><td>A partir de Agosto 2026</td><td>Límites:
0 minutos al día
o 0 minutos a la semana</td><td>De manera predeterminada no se dará su propio dispositivo 1:1 a los estudiantes, pero tendrán acceso a carritos de dispositivos para las evaluaciones y exigencias del IEP, con excepción de la Academia Virtual</td><td rowspan="4">***De manera predeterminada “los estudiantes no se llevarán dispositivos individuales 1:1 al hogar”
● La implementación comienza en agosto 2026</td></tr>
<tr><td>Grados 2-3</td><td rowspan="2">A partir de Noviembre 2026</td><td>Límites:
0 a 20 minutos al día o 0 a 100 minutos a la semana (Incluye tareas. Se proporcionará orientación.)</td><td rowspan="2">En las aulas se podrá usar uno de los siguientes modelos:
● Modelo de 1 dispositivo por estudiante **1:1
● Dispositivo de Uso Compartido
● Modelo de laboratorio de computación</td></tr>
<tr><td>Grados 4-5</td><td>Límites:
0 a 30 minutos al día o 0 a 150 minutos a la semana
(Incluye tareas. Se proporcionará orientación.)</td></tr>
<tr><td>Grados 6-8</td><td>A partir de Noviembre 2027</td><td>Límites:
0 a 60 minutos semanales, sin exceder 400 minutos semanales (incluyendo la tarea. Se proporcionará orientación.)</td><td>Modelo de 1 dispositivo por estudiante 1:1</td></tr>
<tr><td>Grados 9-12</td><td></td><td>Límites:
0 a 90 minutos por curso a la semana, sin exceder 600 minutos semanales (incluyendo la tarea. Se proporcionará orientación.)</td><td></td><td></td></tr>
</table>

*Se aplican excepciones para fines de instrucción; se excluyen las evaluaciones obligatorias, los requisitos establecidos en el IEP, y la Academia Virtual
**Se aplican opciones de exclusión voluntaria por parte de los padres
***Se aplican opciones de participación voluntaria por parte de los padres, cuando estén disponibles y con base en la determinación de la escuela

Anexo B
Oficina de Investigación y Evaluación de Programas

Consideraciones del Distrito basadas en la evidencia sobre el tiempo frente a pantallas

1

Limitar el uso de dispositivos para llevar a casa antes de la preparatoria y preservar opciones importantes para los padres

Lo que sugiere la evidencia

Las investigaciones demuestran que el simple acceso a dispositivos no mejora los resultados académicos, y que la supervisión por parte de los adultos y participación mutua son factores clave de protección - especialmente para los estudiantes más jóvenes. Dado que las familias varían ampliamente en su habilidad para proporcionar supervisión consistente, los dispositivos sin restricciones que se llevan a casa suscitan inquietudes de equidad.

- El simple hecho de proporcionar dispositivos rara vez mejora el aprovechamiento académico; los beneficios se observan cuando se integra también la enseñanza impartida por el maestro y la pedagogía (Fairlie & Robinson, 2013; Zheng et al., 2016).
- Los niños más jóvenes son más vulnerables a asociaciones negativas que tienen conexión con la exposición a pantallas de manera no estructurada o sin supervisión; cuando se incorpora la interacción con los adultos, se moderan los riesgos y se apoya el lenguaje y la autorregulación (Cerniglia et al., 2021; Madigan et al., 2020).
- La escuela intermedia es una etapa de transición en el desarrollo. La tecnología estructurada, alineada con el currículo puede apoyar el aprendizaje de los grados 6 a 8 particularmente para la práctica de destrezas y retroalimentación (ver Marple et al., 2019; Pane et al., 2015). Sin embargo, conforme los estudiantes adquieren independencia durante la adolescencia temprana, aumenta el uso general de pantallas y multitareas asociadas con la disminución en la atención y la autorregulación (Leonhardt et al., 2025; Sanders et al., 2019). Por lo tanto, el posible que los estudiantes requieran expectativas estructuradas y medidas de protección apropiadas para gestionar el uso de dispositivos que se llevan a casa.
- Las inquietudes de equidad surgen ya que las familias difieren en su habilidad para supervisar y gestionar el uso de dispositivos en el hogar; los dispositivos sin restricciones que se llevan a casa pueden ampliar las disparidades si no se da apoyo o pautas por parte de adultos (Leonhardt et al., 2025; Fairlie & Kalil, 2016).

Consideración del Distrito

El Distrito debe dar prioridad al uso limitado de dispositivos para llevar a casa, con un propósito concreto y con el apoyo de los adultos en la Educación temprana/TK a grado 2 (p.ej. en prácticas guiadas o evaluaciones formativas asignadas por el maestro); también se debe requerir la alternativa de opción de exclusión o baja tecnología para familias a lo largo de la escuela intermedia. Cuando se permita usar dispositivos en casa, los padres deben poder controlar y limitar el tiempo de pantalla en los dispositivos que proporcione el distrito, lo cual incluye restricciones de hora del día, y límites de uso. Los ajustes predeterminados deben priorizar la autonomía de la familia, reconociendo diferencias en las circunstancias y preferencias del hogar.

2 Diseñar políticas y configurar los dispositivos para maximizar el uso intencional, y exclusivamente educativo

Lo que sugiere la evidencia

Los beneficios académicos son más sólidos cuando la tecnología se usa de manera específica, basándose en el plan de estudios, y cuando se centra en tareas concretas. La exposición a contenidos no educativos, la realización simultánea de varias tareas, y el consumo pasivo debilitan la atención y el aprendizaje.

- Los logros académicos son más consistentes cuando los programas de software se alinean con el plan de estudios, se usan específicamente para la tarea, y se incorporan a rutinas en la instrucción (Pane et al., 2015; Roschelle et al., 2016).
- El contenido no educativo, así como las características de reproducción automática y contenido algorítmico, así como de multitareas se asocian con la distracción y un menor nivel de atención; estas características que ofrecen las plataformas pueden socavar el aprendizaje (Small et al., 2020; Leonhardt et al., 2025).
- La implementación y selección de contenido son más importantes que el tipo de hardware, conforme muestran las investigaciones que la diferencia es mínima entre las tabletas y las computadoras portátiles en comparación con la pedagogía y el diseño de aplicaciones (Pane et al., 2015; Zheng et al., 2016).

Consideración del Distrito

Los dispositivos del Distrito podrían tener ajustes predeterminados para contenido únicamente educativo según la configuración de elementos aprobados, y bloquear el contenido no aprobado salvo su activación explícitamente para objetivos educativos. Las plataformas diseñadas para reproducción automática, para desplazar contenido de manera infinita, o con recomendaciones algorítmicas deben evitarse - particularmente para los estudiantes más jóvenes - y el contenido en video generalmente debe proporcionarse durante la enseñanza a toda la clase en lugar de permitir que cada estudiante lo vea de manera independiente.

3 Garantizar que la tecnología complemente -en lugar de reemplazar- la instrucción que imparte el maestro

Lo que sugiere la evidencia

Los estudios causales demuestran cierto avance cuando la tecnología apoya a la práctica, las observaciones, y la diferenciación dentro de la instrucción a cargo del maestro, mientras que los programas que sustituyen la interacción del maestro muestran efectos nulos o mixtos.

- Los estudios aleatorios y semiexperimentales muestran cierto avance académico cuando la tecnología complementa la instrucción del maestro (práctica, retroalimentación, diferenciación), pero los programas que reemplazan la interacción suelen mostrar efectos nulos o mixtos (Pane et al., 2015; Roschelle et al., 2016).
- El volumen y fiabilidad de los efectos son sumamente variables; las prácticas de desarrollo profesional e integración por parte de docentes predicen si la tecnología genera beneficios (Zheng et al., 2016; J-PAL rev, 2019).

Consideración del Distrito

Las guías y aprendizaje profesional del Distrito deben posicionar con claridad las herramientas digitales como suplementos a la instrucción básica, no como su reemplazo, y enfatizar un uso estratégico y limitado.

4 Gestionar la exposición acumulada frente a pantallas a lo largo de la jornada escolar y a la hora de la tarea

Lo que sugiere la evidencia

Si bien no existe un umbral causal preciso, la exposición diaria y de más alto grado a las pantallas (generalmente de más de dos horas al día) se asocia con menores niveles de atención, sueño, y bienestar. El uso de pantallas para fines educativos contribuye a este total, incluso cuando se justifica por sus objetivos de instrucción.

- La mayoría de los hallazgos relacionados a los umbrales provienen de investigaciones sobre el total de tiempo diario frente a pantallas (dentro y fuera de la escuela); varios estudios han detectado una asociación entre un mayor tiempo frente a pantallas (por lo general aproximadamente más de dos horas diarias) y menores niveles de atención, sueño, y ciertos indicadores de bienestar (Sanders et al., 2019; Twenge & Campbell, 2018; Leonhardt et al., 2025).
- Las investigaciones no definen una cantidad máxima establecida frente a pantallas en materia educativa; las evaluaciones de programas establecen cantidades efectivas mínimas para algunas plataformas, pero los límites más altos no se han definido a fondo (Cook et al., 2022; Grant et al., 2023).

Consideración del Distrito

Las escuelas deben considerar la exposición acumulada a pantallas en todas las clases y tareas - particularmente en la escuela primaria y la intermedia - e incorporar alternativas que no requieran pantallas cuando sea factible. Las políticas de tareas deben tener en cuenta los requisitos de uso de pantallas para cada materia, y no de forma aislada.

5 Aplicar medidas de protección aptas para la edad y evaluar los impactos de la tecnología

Lo que sugiere la evidencia

Los estudiantes más jóvenes son más sensibles a condiciones por la exposición a pantallas, y las investigaciones destacan brechas en fundamentos sobre la cantidad óptima, resultados no cognitivos, e impactos de equidad en todos los grupos estudiantiles.

- Los niños más jóvenes (de edad preescolar y en los primeros años de primaria) se ven más afectados a causa de la exposición a pantallas no supervisada o pasiva; los estudiantes de mayor edad cuentan con mayor capacidad para la autorregulación en el uso pero también están más expuestos a actividades de multitareas y los riesgos que conllevan las redes sociales (Madigan et al., 2020; Leonhardt et al., 2025).
- La tecnología podría ser de gran beneficio cuando se usa como un medio de asistencia/adaptación—pero en menores con discapacidades también se reporta tiempo de pantalla más alto en promedio y posible vulnerabilidad al daño del uso excesivo y no estructurado (Phillips et al., 2025; Bouck et al., 2017).
- Las evaluaciones continuas y monitoreo desglosado permiten la detección de consecuencias no intencionadas (p.ej., más tiempo sedentario, acceso desigual) y forjan políticas a la medida de la evidencia (Pane et al., 2015).

Consideración del Distrito

Las políticas de uso de pantallas deben ser más restrictivas para los estudiantes más jóvenes y gradualmente disminuir con la edad y la capacidad para la autorregulación. Al mismo tiempo, el Distrito debe incorporar una evaluación continua en decisiones importantes relacionadas con la tecnología educativa, realizando un seguimiento de patrones de uso y relacionándolos con resultados académicos, conductuales y de bienestar en todos los grupos estudiantiles.

Anexo C

Alineación con la Resolución de la Junta de Educación (Res-0482-5/26)

Requisitos de la Resolución	**Secciones de Política**
Informarse mediante investigación, las mejores prácticas, y aportación de los expertos en el campo, socios laborales, personal, educadores, estudiantes y padres e incluir recomendaciones y medidas de protección para el tiempo frente a pantallas por nivel de grado y materia, así como categoría de una discapacidad (ej. no usar dispositivos durante los cursos de educación física o tiempo de pantalla diferenciado para un estudiante en el espectro del autismo)	Sección III Información de Fondo- A. Misión y Visión; B. Investigación y Apéndice B Sección IV Valores del Distrito Sección V Guías de Tiempo Frente a Pantallas y Uso de Dispositivos - A. Guías de Tiempo Frente a Pantallas Sección VIII Equidad, Acceso y Diferenciación
Priorizar el tiempo frente a pantallas que dediquen los estudiantes con base en su propósito educativo y calidad, con experiencias de aprendizaje valiosas que no se pueden replicar al no estar en línea, y dándoles prioridad ante el uso pasivo de la pantalla	Sección IV Valores del Distrito Sección V Guías de Tiempo Frente a Pantallas y Uso de Dispositivos - F. Flexibilidad de instrucción
Articular las mejores prácticas en el uso de la tecnología en la enseñanza y orientar a los estudiantes sobre cómo utilizar los dispositivos de la forma más eficaz, junto con alternativas análogas cuando sea posible	Sección V Guías de Tiempo Frente a Pantallas y Uso de Dispositivos - C. Uso de Dispositivos Sección XI Expectativas de Implementación en el Plantel Escolar
Abordar las consideraciones de equidad y acceso e incluir recomendaciones y medidas de protección sobre el uso de carritos para computadoras portátiles, dispositivos para cada estudiante, tiempo activamente frente a la pantalla, tiempo pasivo frente a pantallas y medios visuales (que incluyen los videos utilizados para la instrucción o reproducidos en el fondo);	Sección VIII Equidad, Acceso y Diferenciación Sección V Guías de Tiempo Frente a Pantallas y Uso de Dispositivos - B. Acceso a Dispositivos Sección VI Uso Educativo
Proporcionar límites máximos diarios y semanales de tiempo frente a pantallas para los estudiantes, delineados por nivel de grado (por ejemplo, no más de una hora total al día o 5 horas por semana para los estudiantes de grados 3 a 5), asegurando límites de tiempo de pantalla apropiados para el desarrollo y respaldados por investigaciones en todos los niveles con menos tiempo frente a pantallas para los estudiantes más jóvenes	Sección V Guías de Tiempo Frente a Pantallas y Uso de Dispositivos - A. Guías de Tiempo Frente a Pantallas y Apéndice A
Eliminar el uso de dispositivos digitales para los estudiantes desde educación temprana hasta el primer grado, salvo las evaluaciones formativas que exige el Distrito para estudiantes inscritos en la Academia Virtual de LAUSD;	Sección V Guías de Tiempo Frente a Pantallas y Uso de Dispositivos - B. Acceso a Dispositivos y Apéndice A
Fomentar en las escuelas el uso de carritos de computadoras portátiles o aulas de computación para los grados 2 al 5 de primaria, y a la vez reducir el uso de dispositivos individuales	Sección V Guías de Tiempo Frente a Pantallas y Uso de Dispositivos - B. Acceso a Dispositivos y Apéndice A
Prohibir el uso de dispositivos por parte de estudiantes de primaria e intermedia durante los períodos de transición, almuerzo, y recreo con excepciones limitadas para el	Sección V Guías de Tiempo Frente a Pantallas y de Uso de Dispositivos - A. Guía de Tiempo Frente a Pantallas y

trabajo escolar aprobado por el maestro	Apéndice A
Prohibir o bloquear el uso, por iniciativa del estudiante, de YouTube y otras plataformas de transmisión de video en dispositivos proporcionados por el Distrito	Sección VII Restricciones de Plataforma y Contenido
Considerar la prohibición o bloqueo del uso de plataformas de videojuegos no educativos (por ejemplo, Roblox y Fortnite) en los dispositivos y redes que proporcione el Distrito, y seguir bloqueando las plataformas de redes sociales	Sección VII Restricciones de Plataforma y Contenido
Aclarar los procedimientos de exclusión voluntaria para el uso de la tecnología durante la jornada escolar	Sección X Derechos de los Padres y Tutores Legales
Asegurar el acceso equitativo a la tecnología permitiendo que las familias opten por participación voluntaria para el uso en el hogar de dispositivos que proporcione el Distrito	Apéndice A
Establecer el procedimiento para que los padres y tutores legales puedan dar su consentimiento o manifestar su aceptación anualmente para cada aplicación de Google en el formulario de Consentimiento para el Uso de Herramientas Digitales, en lugar de presentar una aceptación general para todas las aplicaciones enumeradas	Sección X Derechos de los Padres y Tutores Legales - C. Consentimiento para usar Herramientas Digitales
Fomentar el uso de tareas con papel y pluma y libros de texto físicos	Sección V Guías de Tiempo Frente a Pantallas y Uso de Dispositivos - C. Uso de Dispositivos
Asegurar que todos los planes de estudios aprobados por el Distrito incluyan suficientes libros de texto impresos para todos los estudiantes	Sección V Guías de Tiempo Frente a Pantallas y Uso de Dispositivos - C. Uso de Dispositivos
Promover tareas que se realicen fuera de la pantalla, cuando se asignen, especialmente en el caso de los estudiantes de primaria y de escuela intermedia;	Sección V: Guías de Tiempo frente a Pantallas y Uso de Dispositivos — C. Uso de dispositivos y D Tareas y Aprendizaje después del Horario Escolar
Proporcionar recomendaciones y estrategias para preparar a los estudiantes de forma segura para que utilicen o creen herramientas digitales	Sección V Guías de Tiempo Frente a Pantallas y Uso de Dispositivos - G. Uso Seguro y Responsable de Dispositivos
Elaborar y difundir guías para toda la escuela en las que se describan las mejores prácticas para reducir y supervisar el tiempo que los estudiantes pasan frente a la pantalla—incluyendo la coordinación sistemática entre los maestros—para evitar un tiempo acumulado de pantalla que sea excesivo	Sección XI Expectativas de Implementación en el Plantel Escolar
Revisión y aprobación anual en una reunión pública de la Junta y actualización según sea necesario basándose en las tecnologías nuevas y emergentes, incluyendo en la primera revisión anual las opiniones de los educadores sobre su puesta en marcha e implementación;	Sección XII Monitoreo, Rendición de Cuentas, y Mejoras Continuas