Cuaderno de vacaciones de la ciberseguridad

Actividades para menores con edades comprendidas entre 8 y 13 años

Más información en **incibe.es/menores**

Financiado por la Unión Europea NextGenerationEU
Gobierno de España · Vicepresidencia Primera del Gobierno · Ministerio de Asuntos Económicos y Transformación Digital · Secretaría de Estado de Digitalización e Inteligencia Artificial
Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia
España | digital 2026
incibe_ Instituto Nacional de Ciberseguridad
is4k Internet Segura FORKiDS

ORIENTACIONES PARA LAS FAMILIAS

El objetivo de este cuadernillo de actividades es promover el diálogo familiar para un uso responsable y seguro de los dispositivos tecnológicos por parte de los/as menores y fomentar el desarrollo de las competencias digitales durante los periodos vacacionales, en un ambiente familiar.

Recomendaciones para trabajar con el cuaderno en familia:

1. Preparar un ambiente colaborativo y participativo donde los/as menores se sientan cómodos para compartir sus ideas.
2. Implicarse en las actividades, escuchando a los/as menores y utilizarlas como punto de partida para conversar en familia sobre ciberseguridad.
3. Fomentar la realización de las actividades mediante su sistema de puntos. Al terminar cada una, anotar los puntos en el espacio indicado. Sumar los puntos conseguidos en todas las actividades y comprobar la tabla de clasificación que puede encontrarse al final del cuaderno.
4. Comprobar las propuestas de soluciones al final del cuaderno para apoyar en la realización de las actividades mientras se dialoga sobre las diferentes temáticas ofrecidas.
5. Para más información, accede a www.incibe.es/menores

¿CÓMO PUNTÚA CADA ACTIVIDAD?

Para que sea más emocionante, este cuaderno de verano de la ciberseguridad tiene un sistema de puntuación. Cada actividad tendrá un cuadrado en la parte inferior derecha para que podáis poner la puntuación obtenida e información sobre cómo asignarla en cada caso. En general, con 1 punto si cada ítem de la actividad se ha hecho correctamente y 2 puntos si además se ha hecho de manera dialogada en familia.

ACTIVIDAD 1

HAGAMOS LA MALETA TECNOLÓGICA

Puntuación

+1 Por cada medida que hayas realizado correctamente.

+2 En cada respuesta correcta, si has hecho la actividad hablando de ello con tu familia.

Mi 'check list'

- ☐ He hecho copias de seguridad del móvil para no perder información importante en caso de pérdida o robo del dispositivo.
- ☐ Tengo la galería de mi móvil limpia, borrando fotos antes de salir.
- ☐ He activado las funciones antirrobo y de localización del dispositivo para poder encontrarlo si se pierde.
- ☐ He instalado y actualizado un antivirus en mis dispositivos.
- ☐ He actualizado el sistema operativo y todas las aplicaciones instaladas en mis dispositivos para evitar fallos de seguridad.
- ☐ Tenemos unas normas o hemos acordado un pacto para usar los dispositivos en las vacaciones.
- ☐ He revisado las opciones de privacidad en mis aplicaciones y redes sociales.
- ☐ Desconfío de mensajes de personas desconocidas en Internet y consulto a mi familia ante cualquier problema, petición o mensaje extraño.
- ☐ He marcado como favorito o creado un acceso directo a un analizador online para comprobar los enlaces cortos o códigos QR antes de hacer clic.
- ☐ Reviso la información de cada aplicación y consulto a mi familia antes de descargarla.
- ☐ Tengo un método de desbloqueo seguro en el móvil, al menos con un patrón, contraseña o huella para evitar el acceso a otras personas.
- ☐ Sé cómo compartir la conexión de datos del móvil para no tener que utilizar redes wifi públicas que puedan ser inseguras.
- ☐ He agregado a mi agenda de contactos el teléfono 017, el WhatsApp 900 116 117 o el Telegram @INCIBE017 para contactar en caso de dudas o algún incidente de seguridad en Internet.

Busca en familia la solución de esta actividad. Página 10.

Puntuación

ACTIVIDAD 2

SALIMOS DE VIAJE

Entre las dos imágenes que aparecen a continuación hay 5 diferencias. Observa y redondea las que encuentres.

Puntuación

+1 Por cada diferencia que encuentres

+2 Si comentáis en familia las situaciones problemáticas o pautas de seguridad relacionadas con cada diferencia

Busca en familia la solución de esta actividad al final del cuaderno

Puntuación

ACTIVIDAD 3

VAMOS A PASÁRNOSLO BIEN SIN ENFADOS

Estas viñetas representan un uso de riesgo positivo o negativo de las tecnologías, ¿con qué diálogo los relacionarías?

Puntuación

+1 Por cada acierto

+2 Si, además, lo haces hablando de estas situaciones en familia

Ser la persona de confianza del/la menor y apoyarle en el uso de los dispositivos con conexión a Internet es fundamental para garantizar su seguridad en línea. Si tienes alguna duda de cómo hacerlo, recuerda que puedes llamar al **017, Tu Ayuda en Ciberseguridad**.

Busca en familia la solución de esta actividad al final del cuaderno

Puntuación

ACTIVIDAD 4

DISFRUTANDO ¿Y COMPARTIENDO? LAS VACACIONES

Observa cuidadosamente las siguientes imágenes y analiza cuáles podrían ser adecuadas para subir a Internet sin problema, y cuáles podrían dar lugar a situaciones incómodas o problemáticas debido a la información comprometida que muestran.

Puntuación

+1 Por cada imagen que aciertes

+2 Si lo haces hablando de estas situaciones en familia

¿La compartirías?

Busca en familia la solución de esta actividad al final del cuaderno

Puntuación

ACTIVIDAD 5

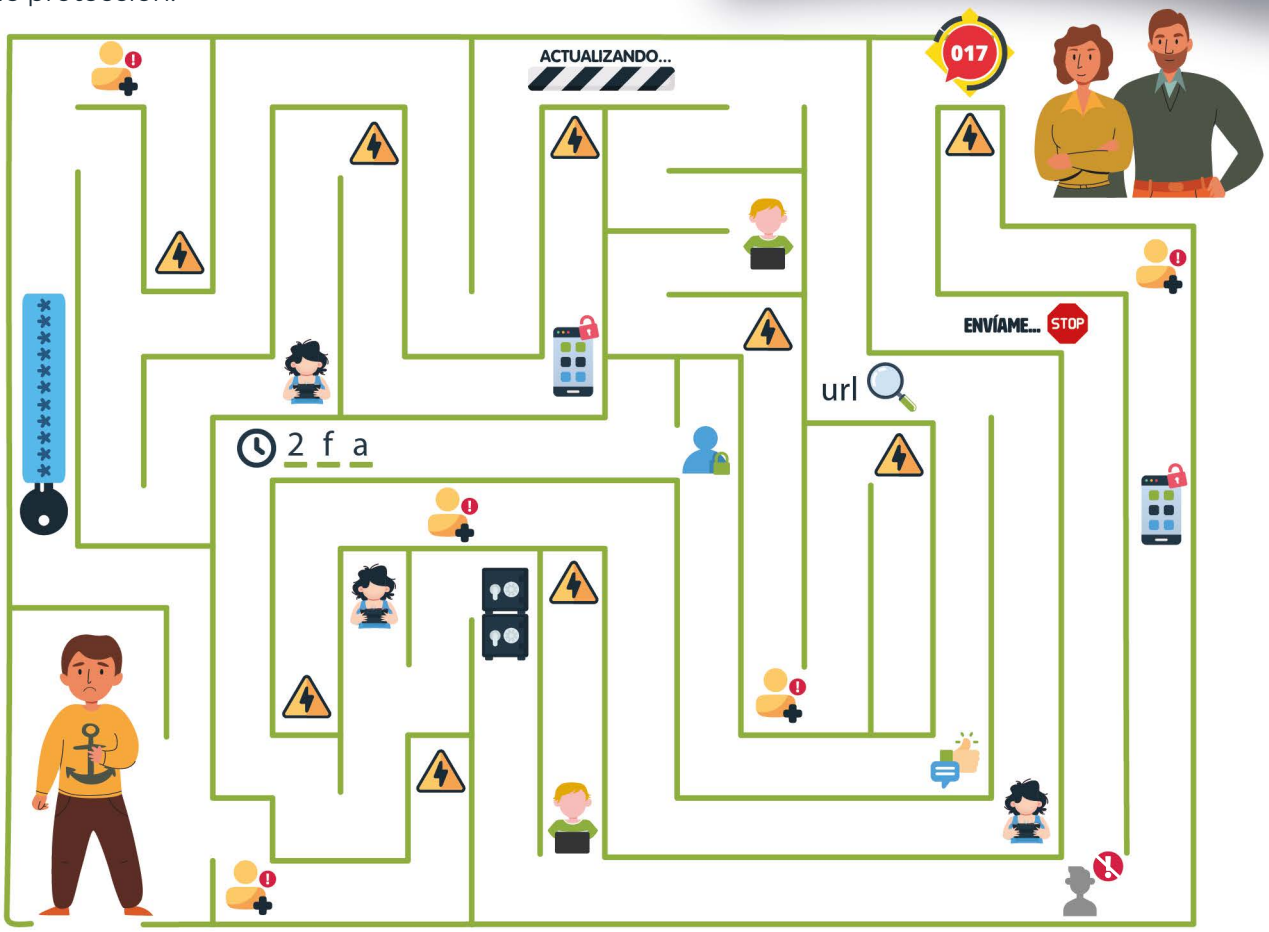
EL LABERINTO DE LA CIBERSEGURIDAD

Avanza por este laberinto de la ciberseguridad. Evita los virus informáticos y sigue los pasos de las medidas de protección.

Puntuación

+1 Por cada medida de protección que hayas recogido por el camino

+2 Si además habéis hablado de ello en familio



SIGUE ESTAS PISTAS PARA SALIR DEL LABERINTO

1. Usar contraseñas largas (más de 15 caracteres) y secretas.
2. Actualizar dispositivos y aplicaciones.
3. Analizar URL cortas y enlaces desconocidos.
4. Compartir mensajes positivos en Internet.
5. Emplear perfil privado en redes sociales.
6. Usar el doble factor de autenticación.
7. Realizar copias de seguridad.
8. No agregar a usuarios desconocidos.
9. Rechazar peticiones o exigencias de usuarios en línea.
10. Contar con Tu Ayuda en Ciberseguridad 017.

Busca en familia la solución de esta actividad al final del cuaderno

Puntuación

ACTIVIDAD 6

DIBUJA LA SITUACIÓN

¡Toca dibujar! En las viñetas que hay en blanco tienes que dibujar situaciones relacionadas con medidas de ciberseguridad en vacaciones. Cada viñeta irá acompañada de una pista.

Puntuación

+1 Por cada viñeta que completes

+2 Si, además, habéis hablado de esa situación y medida de protección en familia

Viñeta 1: Si estamos en un hotel y hay wifi gratis, ¿lo usamos?

Viñeta 2: Si recibimos un correo que no esperamos con el nombre del lugar que estamos visitando y nos ofrece un regalo, ¿descargamos el archivo adjunto?

Viñeta 3: ¿Compartimos fotos con la ubicación en las redes sociales?

Viñeta 4: Si nos encontramos con un código QR, ¿accedemos?

Busca en familia la solución de esta actividad al final del cuaderno

Puntuación

ACTIVIDAD 7

EL COFRE DEL TESORO

Es el momento de aprender a crear una contraseña segura y fuerte para que nadie pueda tener acceso a tu cuenta online. Para ello vamos a realizar tres pasos: crear una contraseña, comprobar la contraseña y descifrar el código 2FA para abrir el cofre. **¡Vamos allá!**

Puntuación

+2 Por cada paso que hayas hecho bien.

+4 Si lo has hecho en familia.

Paso 1. Crear una contraseña.

1. Elige una palabra de tus tres categorías favoritas.
2. Junta esas palabras en el orden que prefieras.
3. Cambia algunas de las letras por mayúsculas, números y añade símbolos especiales.

Animal	Color	Acción	Instrumento	Colegio	Juguete
Perro	Amarillo	Nada	Guitarra	Profesor	Peluche
Gato	Verde	Corre	Batería	Rotulador	Muñeca
Caballo	Rojo	Salta	Trompeta	Recreo	Tractor
Delfín	Azul	Vuela	Tambor	Libreta	Patinete
Conejo	Violeta	Duerme	Flauta	Escuela	Bloques

Ejemplo: **caballorojotractor** → **6ABAlloROJ-otracTO8**

Escríbela a continuación:

Palabra 1	Palabra 2	Palabra 3
Nº de letras =	Nº de letras =	Nº de letras =

Sumo las letras de las palabras: _____ + _____+ _____ = _____ letras

Mi contraseña segura es: _____

Paso 2 y 3 en la siguiente página

Paso 2. Comprobar la contraseña.

¿La nueva contraseña cumple con estas pautas de seguridad?

- ☐ No he utilizado ni mi nombre, ni el de un familiar o mascota.
- ☐ La he compartido solo con mamá/papá para que me ayude a recordarla.
- ☐ Tiene más de 14 caracteres.
- ☐ No he usado secuencias de números fáciles de adivinar, como el 1234.
- ☐ No he utilizado la misma en otra cuenta en línea.
- ☐ No he puesto una fecha.
- ☐ He utilizado letras, tanto mayúsculas como minúsculas.
- ☐ He añadido algún signo como un punto o un guión.
- ☐ He utilizado números.

Paso 3. Descifrar el código 2FA para abrir el cofre.

Ahora, vas a abrir el cofre pirata, así que necesitas además de tu contraseña, el **código de verificación en dos pasos** o doble factor de autenticación (2FA), ya que te ha llegado encriptado. Descífralo para poder abrir el cofre.

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

Parece que el **código 2FA** se trata de un mensaje con el **cifrado César**, que consiste en reemplazar cada letra por otra a una distancia determinada de la original. En este caso, sabemos que **cada letra cifrada equivale a otra situada 5 posiciones a su izquierda**.

Por ejemplo: A=V C=X M=H

¿Eres capaz de descifrar este mensaje?

Ahora que conoces el **cifrado César**, puedes crear tus propios mensajes secretos utilizando este sistema.

Busca en familia la solución de esta actividad al final del cuaderno

Puntuación

ACTIVIDAD 8

REPASANDO LAS VACACIONES

Puntuación

+3 Por cada tema de conversación relacionado con el uso seguro de Internet del que hayáis estado hablando en familia

Vamos a hablar en familia de lo que hemos hecho en vacaciones.

1. ¿Qué es lo que más te ha gustado de usar Internet durante estos días de descanso?
2. ¿Has vivido alguna situación incómoda en Internet durante las vacaciones?
3. ¿Qué aplicaciones o juegos has probado estas vacaciones?
4. ¿Conoces alguna aplicación o juego que se haya puesto de moda o que jueguen tus amigos/as?
5. ¿Has descubierto un nuevo canal de vídeos, página o *influencer* que te haya gustado?
6. ¿Has aprendido alguna cosa nueva sobre cómo usar las tecnologías de forma segura?
7. ¿Crees que has compartido algún mensaje, foto u otro contenido que no deberías estos días?
8. ¿Has chateado por Internet o en un juego con personas que no conocías?
9. ¿Cómo podemos mejorar la seguridad de toda la familia en Internet de cara al próximo curso?

Puntuación

SOLUCIONES

ACTIVIDAD 2. SALIMOS DE VIAJE.

Las 5 diferencias son:

1. **Dispositivo conectando wifi... frente al cartel wifi gratis.** Siempre que sea posible, evita conectarte a redes wifi públicas y usa la conexión de datos móviles para evitar pérdidas de privacidad. Si lo necesitas, puedes compartir la conexión de datos móviles de forma segura.

2. **Teléfono móvil en una mesa, de una de las cafeterías, sin desbloquear.** Mantén tu dispositivo bloqueado si no lo estás utilizando, ya que cualquiera podría acceder a tu información.

3. **Pantalla de chat del menor con tableta: "Déjame tu contraseña y te duplico las monedas" - "Claro, gracias".** La contraseña no se debe compartir con nadie, ha de ser secreta. Además, desconfiar de peticiones u ofertas extrañas, incómodas, o que parezcan demasiado buenas para ser verdad.

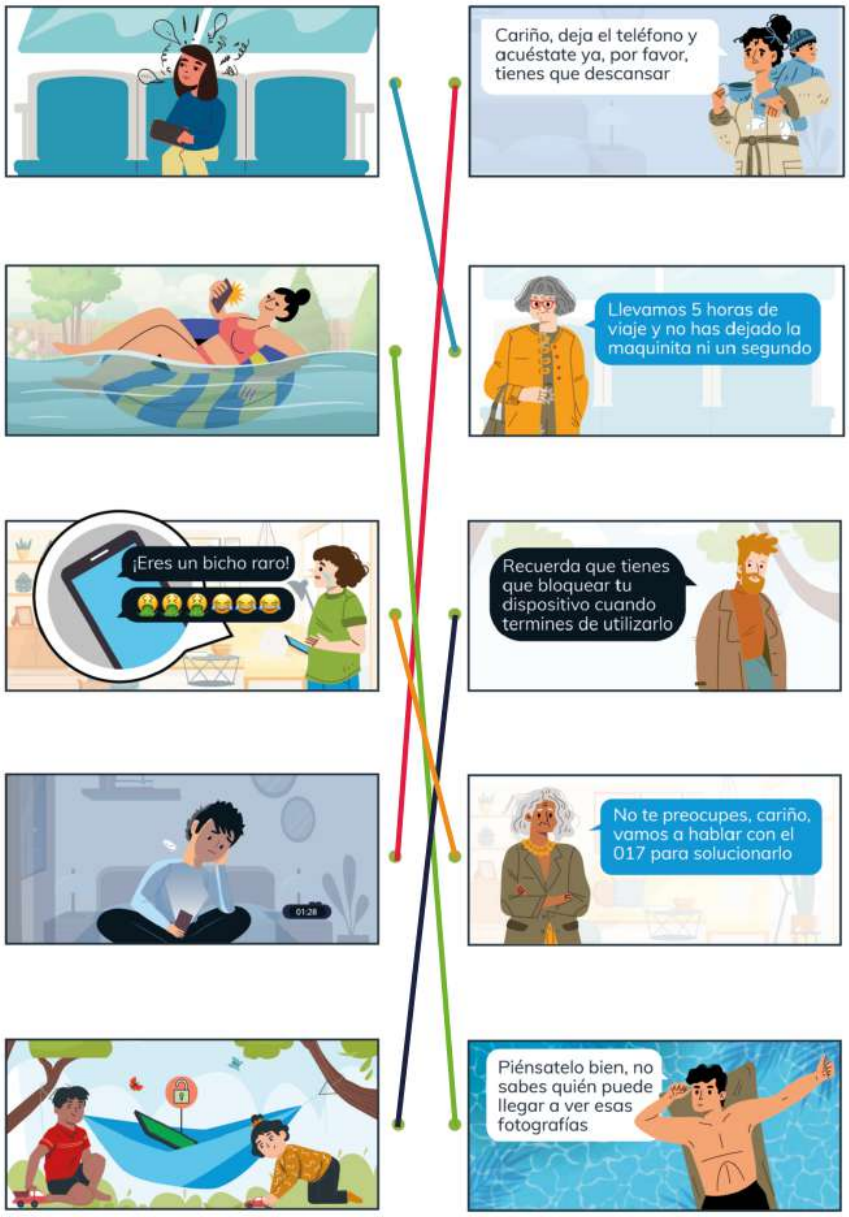
4. **La pantalla de la persona que está sentada en los sillones, accediendo a su cuenta de una plataforma de contenido visual y otra persona desde atrás viendo sus credenciales.** Usa el doble factor de autenticación para evitar que alguien pueda acceder a tus cuentas en el caso que adivine o se haga con la contraseña.

5. **Dispositivo móvil frente al código QR con publicidad en la pantalla.** Analiza enlaces cortos, enlaces de códigos QR, u otros enlaces sospechosos a través de comprobadores de enlaces antes de acceder.

SOLUCIONES

ACTIVIDAD 3. VAMOS A PASÁRNOSLO BIEN SIN ENFADOS

La relación entre las viñetas y los personajes con diálogos son:



Situación de posible uso excesivo de la videoconsola portátil. Es bueno promover otras actividades fuera de pantallas, como por ejemplo, dibujar o hablar en familia. Para ampliar información: Uso excesivo de las TIC

Consciencia de la privacidad, viralidad de Internet y riesgos del *sexting*. Cualquier contenido que se publica en Internet puede ser un contenido con connotaciones sensibles es preferible ni enviarlo, ni siquiera crearlo. Para ampliar información: Privacidad y *Sexting*

Comentarios ofensivos, troleo, ciberacoso. Siempre es bueno mantener un clima de confianza y escucha, y si se detecta un problema ofrecer ayuda y buscar una solución. Para ampliar información: Ciberacoso y Tu Ayuda en Ciberseguridad

Situación de posible uso exesivo del dispositivo. Puede repercutir en su bienestar, por lo que se pueden fijar unas normas en familia, y remarcar la importancia de descansar las horas necesarias. Para ampliar información: Uso excesivo de las TIC y pactos familiares para el buen uso de las tecnologías

Medidas básicas de seguridad, desbloqueo seguro.Es recomendable bloquear los dispositivos cuando se dejen de utilizar, aunque sea un momento, especialmente cuando se utilizan en espacios públicos, para que nadie pueda acceder a la información y cuentas online.Para ampliar información:Uso y configuraciones seguras

En esta actividad se hace una propuesta meramente orientativa. En cada caso real, teniendo en cuenta todo el contexto sobre la imagen, con quién se plantea compartirla, por qué medio y con qué opciones de privacidad, sería preciso valorar si es adecuado o no. En todo caso, se recomienda revisar las configuraciones de privacidad y seguridad de la cuenta y ampliar información sobre privacidad.

¿La compartirías?

Esta imagen es adecuada para compartir porque no muestra información personal.

La imagen muestra información sensible de la persona, como su nombre completo, la referencia de la compra e incluso podría aparecer el número del DNI o pasaporte.

Esta imagen es adecuada para compartir porque no muestra información personal.

Esta imagen es adecuada para compartir porque no muestra información personal.

La imagen muestra información confidencial, como sería el número de teléfono y la dirección de casa además del nombre de ambas personas.

Esta imagen es adecuada para compartir porque no muestra información personal.

La imagen muestra información sensible, como la ubicación en tiempo real.

En esta imagen aparece información sensible, como sería la calle donde se encuentra situada la vivienda familiar, y el nombre del colegio.

Esta imagen es adecuada para compartir porque no muestra información personal.

La imagen tiene un contenido sensible que supone un riesgo para la privacidad de las menores y podría ser utilizada de manera malintencionada.

La imagen incluye entre los detalles de la habitación la contraseña de la cuenta online del colegio de la protagonista.

Esta imagen es adecuada para compartir porque no muestra información personal.

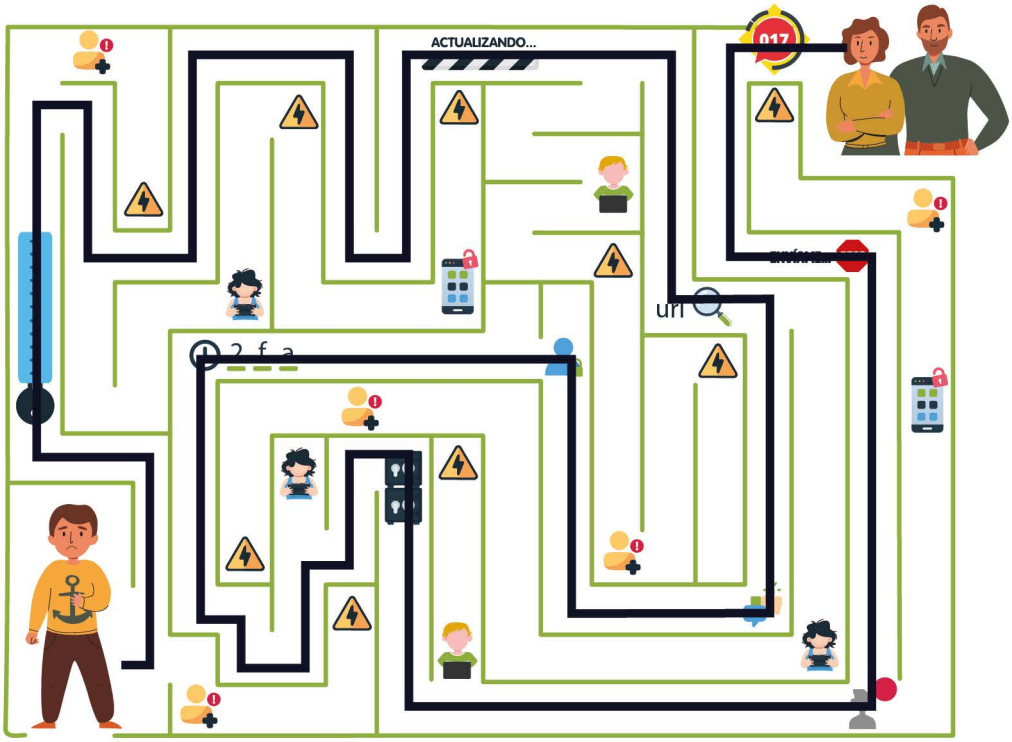
Cuando se refieren a un evento, o lugar, puede ser interesante esperar a compartirlas para no dar detalles sobre movimientos o rutinas.

Cuando aparecen otras personas, se debe tener su consentimiento, y si son menores de 14 años, el de su familia antes de subirla. Y si en cualquier momento, nos piden retirarla, debemos respetar su decisión y hacerlo.

Además es recomendable desactivar la información de geolocalización/GPS en los ajustes de la cámara, para que no se comparta dentro de los metadatos de la foto.

SOLUCIONES

ACTIVIDAD 5. EL LABERINTO DE LA CIBERSEGURIDAD



ACTIVIDAD 6. DIBUJA LA SITUACIÓN

Veamos las pistas indicadas en las viñetas para dibujar:

Viñeta 1 - Si estamos en un hotel y hay wifi gratis, ¿lo usamos? Siempre que sea posible, utiliza la conexión de datos móviles, pregúntale a tu familia, ya que pueden compartir su conexión de manera segura. Si, a pesar de todo, tienes que conectarte a una wifi pública, mejor utilizarla solo para leer información online, sin acceder con usuario y contraseña a ningún servicio, o bien emplear una VPN. Para ampliar información: Wi-Fi Públicas

Viñeta 2 - Si recibimos un correo que no esperamos con el nombre del lugar que estamos visitando y nos ofrece un regalo, ¿descargamos el archivo adjunto? Si el correo que te ha llegado no lo esperabas, no cuadra con ninguna promoción en la que hayas participado, genera sensación de urgencia (por ejemplo, poniéndote un límite de tiempo corto para decidir) u ofrece algo muy valioso, desconfía. No descargues ni abrasel archivo adjunto, ni pinches en ningún enlace. Si crees que puede ser correcto, confirma la veracidad del mensaje contactando con el supuesto emisor por otros medios oficiales (su oficina, teléfono), y analiza el archivo o el enlace. Para ampliar información: Fraudes

Viñeta 3 - ¿Compartimos fotos con la ubicación en las redes sociales? En general es recomendable no compartir la ubicación en redes sociales para no dar detalles de movimientos y rutinas. Además, es recomendable desactivar la información de geolocalización/GPS en los ajustes de la cámara, para que no se comparta dentro de los metadatos de la foto. Recordemos que en cada caso real, es preciso tener en cuenta todo el contexto sobre la imagen, con quién se plantea compartirla, por qué medio y con que opciones de privacidad, para poder valorar si es adecuado o no compartirla.
Para ampliar información: Privacidad

Viñeta 4 - Si nos encontramos con un código QR, ¿accedemos? Antes de acceder a uncódigo QR, a un enlace acortado, o a cualquier otro enlace sospechoso, es recomendable pasarlo por un analizador de enlaces. Para ampliar información: Códigos QR

SOLUCIONES

ACTIVIDAD 7. EL COFRE DEL TESORO

La contraseña debe cumplir con todo el listado de comprobaciones indicadas en la actividad.

El código de verificación en dos pasos/doble factor de autenticación era "**DOSCEROCINCONUEVE**".

Recuerda que además de construir contraseñas seguras, puedes apoyarte en las configuraciones de doble factor de autenticación para aumentar la seguridad de tus cuentas. De ese modo, si alguien se hace con tu contraseña, necesitaría además el código de verificación que envían a tu dispositivo móvil, con lo que no podría acceder.

RANKING

¿CUÁNTOS PUNTOS HAS GANADO?

TABLA DE CLASIFICACIÓN

1	CATEGORÍA: ***APRENDICES DE LA CIBERSEGURIDAD***	HASTA 30 PUNTOS
2	CATEGORÍA: ***JUNIORS DE LA CIBERSEGURIDAD***	60 PUNTOS
3	CATEGORÍA: ***EXPLORADORES/AS DE LA CIBERSEGURIDAD***	61-90 PUNTOS
4	CATEGORÍA: ***MÁSTERES DE LA CIBERSEGURIDAD***	91-100 PUNTOS
5	CATEGORÍA: ***GRANDES CAMPEONES/AS DE LA CIBERSEGURIDAD***	101 PUNTOS O MÁS

Cuaderno de vacaciones de la ciberseguridad

017 @INCIBE

Más información en **incibe.es/menores**

Financiado por la Unión Europea NextGenerationEU

Gobierno de España · Vicepresidencia Primera del Gobierno · Ministerio de Asuntos Económicos y Transformación Digital · Secretaría de Estado de Digitalización e Inteligencia Artificial

Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia

España | digital 2026

incibe_ INSTITUTO NACIONAL DE CIBERSEGURIDAD

is4k INTERNET SEGURA FOR KiDS