

Modo avión, desconectar para reconectar: tu mejor historia no está en las pantallas

Category: Comunidad Tecnológica

29 de octubre de 2025



INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Proyecto escuela y familia para repensar consumos. Fortalecer vínculos y promover el bienestar en la Educación Primaria.

Pregunta impulsora:

¿Cómo influyen las pantallas en nuestra forma de estar con otros y cómo podemos recuperar momentos sin ellas?

Contexto:

El presente proyecto se origina a partir de la investigación realizada por los estudiantes de séptimo grado de la escuela N° 71 «Dr. Francisco de Gurruchaga» de la ciudad de Rosario, en el área de Matemática. A través de una encuesta, los mismos recopilaron datos sobre el uso diario del celular en los distintos grados de la institución. Para ello, se consultó a los estudiantes sobre la cantidad de tiempo que utilizan el celular cada día. Para el segundo ciclo, la consulta se dividió en categorías de tiempo específicas: nada, 1 hora, 2 horas, 3 horas, 4 horas (aproximadamente) y más de 4 horas. En tanto, en el primer ciclo, se utilizaron categorías más generales para clasificar el uso: nada, poco y mucho. Esta investigación permitió identificar hábitos y patrones de uso del celular entre los estudiantes. Los resultados evidenciaron una alta exposición a los dispositivos digitales y una escasa mediación familiar en relación con los tiempos de uso. Esta realidad interpela a la escuela a generar espacios de encuentro, reflexión y diálogo con las familias, que permitan construir acuerdos y estrategias compartidas para acompañar el crecimiento y el desarrollo saludable de las y los estudiantes.

La propuesta se inscribe en los Lineamientos Curriculares para la Prevención de los Consumos Problemáticos (Res. CFE N.º 256/15) y en las políticas del Ministerio de Educación de la provincia de Santa Fe, que promueven la educación para el cuidado como un eje transversal de la formación ciudadana. Desde esta perspectiva, la prevención no se reduce a señalar riesgos o establecer prohibiciones, sino que implica construir condiciones institucionales, vínculos y aprendizajes que fortalezcan la autonomía, la reflexión crítica y la toma de

decisiones responsables.

Objetivo general del proyecto:

Promover en los estudiantes, las familias y la comunidad educativa una reflexión crítica y participativa sobre los consumos vinculados al uso de pantallas, fortaleciendo prácticas de cuidado, autonomía, convivencia saludable y toma de decisiones responsables en el marco de experiencias de aprendizaje colaborativas y significativas.

DISEÑO PEDAGÓGICO

Objetivos de Capacidades y de Aprendizajes que se desarrollarán con el proyecto:

Abordar, a partir de la encuesta realizada por los estudiantes, los hábitos y percepciones en torno al uso de pantallas en la comunidad escolar.

Comprender el impacto del uso excesivo de dispositivos digitales en la salud física, emocional y social.

Favorecer la construcción de hábitos saludables de uso del tiempo, el ocio y la tecnología.

Propiciar espacios de diálogo y reflexión con las familias para compartir estrategias y herramientas de acompañamiento.

Desarrollar habilidades de análisis, comunicación y pensamiento crítico frente a las lógicas del consumo y la publicidad.

Promover la participación activa y la corresponsabilidad de los distintos actores de la comunidad educativa en la construcción de una cultura del cuidado.

Potenciar el compromiso ciudadano, la empatía y la autorregulación como aprendizajes para la vida.

ÁREAS Y CONTENIDOS

Contenidos curriculares:

Educación Financiera: necesidad, deseo, tiempo, valor del dinero, ingresos, gastos, consumo responsable.

Lengua: análisis y producción de textos informativos, argumentativos y publicitarios; lectura crítica de medios.

Ciencias Sociales: comprensión de la cultura del consumo, medios de comunicación y ciudadanía digital.

Ciencias Naturales: conocimiento sobre los efectos del uso prolongado de pantallas en el cuerpo, el sueño y la atención.

Formación Ética y Ciudadana: cuidado de sí y de los otros, responsabilidad, autonomía y convivencia.

ESI: Observación de mensajes emitidos a través de los medios de comunicación masiva (videojuegos, publicidades, juegos de computadora, series de televisión y

dibujos animados entre otros), reconociendo y discutiendo críticamente las formas en las que se representan a los varones y las mujeres, los contenidos violentos y las distintas formas de discriminación. Cuidado del cuerpo y la salud. La valoración de la afectividad. Promoción del ejercicio de los derechos.

Matemática: análisis y representación de datos. Estadística y probabilidad. Cálculo de porcentaje. Unidades de medida de tiempo.

Educación Artística: diseño de piezas comunicacionales y creativas para la campaña escolar (afiches, jingles, dramatizaciones, intervenciones visuales, canciones).

Informática: Prevención y cuidado en el uso de pantallas. Reconocimiento de los distintos dispositivos digitales y sus funciones básicas. Identificación de los momentos del día en que se utilizan las pantallas. Comprensión de la necesidad de alternar actividades digitales y no digitales. Uso del tiempo frente a pantallas como parte de hábitos saludables. Exploración de juegos y recursos educativos que promuevan la creatividad y el movimiento. Reflexión sobre las emociones que generan las pantallas y cómo regularlas. Valoración del diálogo y las actividades familiares sin dispositivos. Construcción de normas grupales para el uso responsable de dispositivos en la escuela. Reconocimiento de los riesgos de compartir información personal en línea. Uso del “modo avión” o desconexión consciente como estrategia de bienestar. Análisis del tiempo de exposición a pantallas mediante encuestas y gráficos. Comprensión del impacto del uso excesivo de pantallas en la atención, el sueño y las emociones. Identificación de estrategias personales y familiares para regular el tiempo digital. Uso de aplicaciones y configuraciones para limitar notificaciones y tiempos de conexión. Evaluación crítica de los contenidos digitales: publicidad, redes sociales y videojuegos. Diferenciación entre uso productivo, recreativo y compulsivo de la tecnología. Elaboración de acuerdos de “uso saludable de pantallas” y buenas prácticas digitales. Promoción del autocuidado digital: posturas, pausas activas, higiene visual. Reflexión sobre la identidad digital, la privacidad y la convivencia en entornos virtuales.

Tecnología: necesidades básicas y secundarias. Los productos tecnológicos. Normas de seguridad.

Producto final esperable:

El proyecto culminará con la elaboración de una campaña escolar de sensibilización denominada “Cuidarnos también es desconectarnos”, construida colectivamente por los estudiantes y dirigida a la comunidad educativa.

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2026, 2027

Acciones a llevar a cabo:

El proyecto se articula con un enfoque participativo y colaborativo, involucrando a familias, estudiantes y docentes:

Uso de rutinas de pensamiento: implementación de rutinas específicas («Veo-Pienso-Me pregunto», «Antes Solía Pensar... Ahora Pienso...») para hacer visible y estructurar el pensamiento crítico de los estudiantes, especialmente en el análisis de datos y la elaboración de conclusiones.

Trabajo cooperativo en pequeños grupos y plenarios de socialización.

Lectura, interpretación y análisis de los datos obtenidos en la encuesta inicial.

Espacios de reflexión y debate guiado sobre los hábitos de consumo digital, utilizando estrategias como «Círculos de Puntos de Vista» para fomentar la empatía y la toma de perspectiva.

Actividades de metacognición: inclusión sistemática de momentos de reflexión sobre el propio aprendizaje (metacognición) para fortalecer la autonomía y la transferencia de lo aprendido a la vida cotidiana.

Entrevistas y talleres con familias para fortalecer el trabajo conjunto.

Producción de materiales comunicativos con soporte digital y artístico.

Revisión y evaluación continua de los avances del proyecto mediante instancias de autoevaluación y coevaluación.

Charlas informativas con expertos.

RECURSOS

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

PROYECTOR

AMPLIFICADOR DE SONIDO

KIT MUSICAL

PC

KIT STREAMING

Organizaciones aliadas:

Junior Achievement

Municipalidad de Rosario Fae Lucas Raspall

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Alfabetización digital, Arduino, programación de aplicaciones móviles y robótica, Ciudadanía digital, Convivencia, Educación financiera y comercialización, Educación sexual Integral

Producción de podcast y streaming, Producción musical, Salud mental, Uso de Inteligencia Artificial.

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

Criterios:

Participación activa y compromiso en las diferentes instancias del proyecto.

Capacidad de análisis crítico y argumentación sobre los consumos y sus efectos.

Creatividad, claridad y coherencia en las producciones finales.

Colaboración y responsabilidad en el trabajo grupal.

Integración de saberes de distintas áreas.

Impacto y pertinencia de las propuestas elaboradas para la comunidad educativa.

Instrumentos:

Rúbricas de proceso y producto.

Registros de rutinas de pensamiento: se utilizarán las planillas de las rutinas (Veo-Pienso-Me Pregunto, Antes Solía Pensar...) como evidencia del pensamiento crítico en las fases de análisis y conclusión.

Auto-evaluaciones y registros metacognitivos: documentos que recogen la reflexión guiada sobre el propio aprendizaje y el desarrollo de habilidades (qué aprendí, cómo lo aprendí, qué dificultades tuve y cómo las superé).

Presentaciones orales y producciones escritas.

Evaluación colectiva del producto final durante la jornada de cierre con las familias.

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

Presentación pública de la campaña “Cuidarnos también es desconectarnos”.

Firma colectiva del “Acuerdo de uso saludable de pantallas”.

Cierre comunitario con exposición de producciones y momento de Autoevaluación, coevaluación y metacognición sobre el proceso y las habilidades adquiridas, a través de un registro reflexivo y para que puedan los propios estudiantes valorar su proceso de reconexión.

Redes de la escuela.

Medios de comunicación.

De los resultados:

Comunicar los resultados significa mostrar el proceso y el impacto humano del proyecto, no sólo los datos.

Lo ideal es combinar formatos visuales (afiches, videos, exposiciones) con formatos reflexivos (textos, testimonios, acuerdos, encuestas).

Integrantes del proyecto:

1ro A Rivero, Micaela
1ro B Polo, Susana
1ero. C Valles Romina
2do A Tecce, Julieta
2do B González, Irene
3ro A Vazquez, Paula
3ro B Rivero, Micaela
4to A Alegre, Judith
4to B Galiano, Sara
5to. A Olea, Valentina
5to. B Guidetti, Melisa
5to C Scocco, Marina
6to B Tiseira, Romina
7mo A Castellano, Juana
7mo B Paladini, Romina
Informática Singh, Nidia
Música Gómez, Rafael y Sanseovich, Juan
Tecnología Sara, Gisela
Tecnología 7mo A Singh, Nidia
Plástica: Biancospino, Vanesa
Mariana M. Sánchez (Directora)
Adela Recalde (Vice-Directora)
Cintia Meucci (Vice-Directora)

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 24
Estudiantes: 469

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Mariana Mercedes Sánchez
Email del referente: marianamercedessanchez@gmail.com