

Desconectados para Conectar: El uso saludable del celular

Tecnología e Informática | Manejo de Información | Aprendizaje Invertido

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que estudiantes de secundaria (12-15 años) comprendan el impacto del uso excesivo del celular y desarrollen estrategias para un bienestar digital saludable. A través de la metodología de Aprendizaje Invertido, los alumnos estudiarán en casa un video introductorio sobre señales de alerta y hábitos asociados al uso excesivo del celular. En clase, mediante un juego interactivo y la guía del docente, consolidarán conocimientos y reflexionarán sobre sus propias experiencias. Finalmente, aplicarán lo aprendido creando una revista digital con recomendaciones para promover un uso equilibrado del celular en su comunidad educativa.

Este tema es relevante porque el celular es una herramienta presente en su vida diaria, y saber manejarlo conscientemente favorece su salud mental, relaciones sociales y desempeño académico. Además, la actividad práctica de diseñar una revista digital potencia competencias en manejo de información, tecnologías digitales y trabajo colaborativo.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar y recordar los conceptos básicos, señales de alerta y hábitos asociados al uso excesivo del celular mediante el análisis del video visto previamente.
- Comprender y relacionar la información presentada en clase y la información periodística con sus experiencias personales y la dinámica del juego interactivo.
- Reflexionar críticamente sobre el uso del celular y crear en equipo una revista digital con recomendaciones para el bienestar digital dirigida a la comunidad educativa.

Recursos Necesarios

- Video introductorio sobre uso excesivo del celular (material para aula invertida, visto en casa).
- Computadora o tablets con acceso a Internet para cada grupo.
- Juego interactivo en plataforma Genially preparado sobre señales de alerta y hábitos del uso del celular.
- Acceso a artículo periodístico de Infobae sobre el uso responsable del celular (impreso o digital).
- Aplicación Canva para crear la revista digital (cuentas gratuitas creadas previamente).
- Proyector o pantalla para presentación del docente.
- Hojas y bolígrafos para apuntes y organización de ideas.

Requisitos Previos

- Habilidades básicas para navegar en plataformas digitales y utilizar aplicaciones web como Genially y Canva.
- Conocimientos previos básicos sobre el uso del celular y sus funciones.
- Experiencia previa en trabajo colaborativo y en la lectura de textos informativos simples.
- Haber visto previamente el video asignado como tarea para la sesión (fase de aula invertida).

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: Explica que hoy exploraremos juntos cómo el uso excesivo del celular puede afectar nuestra vida y qué podemos hacer para usarlo mejor, recordando el video que vieron en casa. Esto los ayudará a cuidar su bienestar digital y el de su comunidad.

Activación de conocimientos previos:

Docente: Pregunta abierta a la clase: "*¿Qué señales o hábitos recuerdan que indican que alguien usa demasiado el celular?*" Anota las respuestas en la pizarra o pantalla.

Estudiantes: Responden recordando el video visto en casa, mencionan señales como: distracción constante, insomnio, aislamiento, ansiedad, etc.

Motivación y enganche:

Docente: Comparte un dato curioso real: "*Un estudio reciente muestra que los adolescentes pasan en promedio 7 horas diarias en el celular, ¡casi un tercio del día!*" Luego plantea un reto: "*¿Podremos diseñar juntos recomendaciones para ayudarnos a usar mejor el celular?*"

Estudiantes: Se motivan con el dato y el reto, mostrando interés en participar activamente.

Contextualización:

Docente: Relaciona el tema con su vida cotidiana: "*Seguro que ustedes, como muchos jóvenes, usan el celular para socializar, estudiar y entretenerse, pero es importante saber cuándo es demasiado y cómo evitar problemas.*"

Estudiantes: Reconocen la conexión con su realidad y se preparan para profundizar.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 40 minutos

Presentación del contenido:

Docente: Hace una breve exposición (5 minutos) con apoyo visual, resumiendo las señales de alerta y hábitos del uso excesivo del celular, reforzando lo visto en el video y conectándolo con el artículo de Infobae, destacando datos claves y recomendaciones.

Actividad 1: Juego interactivo en Genially

- **Objetivo específico:** Identificar y recordar señales de alerta y hábitos asociados al uso excesivo del celular.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Divide a los estudiantes en grupos de 3-4 y les indica ingresar al juego interactivo en Genially.
 - Les explica que deben completar las dinámicas propuestas, como quizzes y escenarios, para reforzar conceptos.
 - Monitorea el avance y resuelve dudas.
- **Organización:** Grupos de 3-4 estudiantes.
- **Producto:** Capturas de pantalla o anotaciones de respuestas correctas para evidenciar participación.
- **Tiempo estimado:** 15 minutos
- **Rol del docente:** Observa la interacción, hace preguntas guía como "*¿Por qué crees que esta señal es importante?*" o "*¿Cómo afecta este hábito a tu día a día?*"

Transición:

Docente: Señala que ahora, con la información reforzada, pasarán a crear algo que ayude a otros a entender y mejorar su relación con el celular.

Actividad 2: Diseño de la revista digital en Canva

- **Objetivo específico:** Reflexionar y crear recomendaciones para el bienestar digital.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Organiza grupos de 4 estudiantes y les asigna la tarea de diseñar una revista digital en Canva.
 - Explica que la revista debe incluir: definición del uso excesivo, señales de alerta, consecuencias y recomendaciones prácticas para la comunidad escolar.
 - Proporciona plantilla básica en Canva para facilitar el diseño.
 - Motiva a que usen imágenes, titulares llamativos y lenguaje claro.
- **Organización:** Grupos de 4 estudiantes.
- **Producto:** Revista digital en formato PDF o enlace compartido de Canva.
- **Tiempo estimado:** 20 minutos
- **Rol del docente:** Circula entre los grupos, fomenta la participación equitativa, pregunta "*¿Qué recomendación consideran más importante y por qué?*" y ofrece apoyo técnico o de contenido.

Diferenciación:

- Para estudiantes que terminan antes: Pueden agregar una sección con testimonios ficticios o estrategias de autocontrol.
- Para estudiantes que requieren más apoyo: El docente proporciona guías escritas y apoyo individual para el uso de Canva y estructura del contenido.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

Docente: Solicita a cada grupo compartir brevemente (1 minuto) una recomendación clave de su revista digital con la clase.

Estudiantes: Comparten sus ideas y escuchan a sus compañeros, reforzando aprendizajes.

Reflexión metacognitiva:

Docente: Plantea las siguientes preguntas para que los estudiantes respondan individualmente en una hoja o en voz alta:

- ¿Qué señales de alerta del uso excesivo del celular reconocí en mí o en mis amigos?
- ¿Cómo me ayudó el juego y la información para entender mejor el tema?
- ¿Qué recomendación me comprometo a seguir para cuidar mi bienestar digital?

Retroalimentación:

Docente: Escucha las respuestas, ofrece comentarios positivos sobre las ideas compartidas y refuerza la importancia de las recomendaciones creadas.

Transferencia:

Docente: Anuncia que la revista digital será compartida con toda la comunidad escolar para promover un uso responsable del celular, invitándolos a aplicar lo aprendido fuera del aula.

Tarea o reto:

Docente: Propone un reto: *"Durante la próxima semana, observa y registra cuánto tiempo usas el celular cada día y anota si aplicas alguna recomendación de la revista. En la próxima clase, compartiremos nuestras experiencias."*

Evaluación

Tipo de evaluación:

- **Diagnóstica:** Al inicio con la pregunta detonadora para conocer el nivel previo sobre señales y hábitos.
- **Formativa:** Durante el juego interactivo y la elaboración de la revista digital, con observación y preguntas guía del docente.

- **Sumativa:** Al cierre, mediante la presentación de la revista digital y la reflexión metacognitiva individual.

Criterios de evaluación:

- Identificación clara y correcta de conceptos, señales de alerta y hábitos relacionados con el uso excesivo del celular.
- Capacidad para relacionar la información del docente, el artículo y el juego con experiencias personales.
- Creatividad, claridad y pertinencia en las recomendaciones presentadas en la revista digital.
- Participación activa y colaborativa en las actividades grupales.

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para evaluar la participación y comprensión durante el juego interactivo.
- Rúbrica para valorar la calidad y contenido de la revista digital (estructura, contenido, diseño, recomendaciones).
- Observación directa durante exposiciones orales y discusión.
- Autoevaluación escrita sobre la reflexión metacognitiva.

Evidencias de aprendizaje:

- Respuestas y aportaciones durante la pregunta detonadora y discusión inicial.
- Resultados y participación documentada en el juego interactivo Genially.
- Revista digital creada en Canva con contenido pertinente y recomendaciones.
- Respuesta a preguntas de reflexión metacognitiva al cierre.