



INSTITUTO JUAN PABLO II

Av. Sáenz Peña 576

TEL: 4205711

Instjuanpabloii@arnet.com.ar

www.instjuanpabloii.com.ar

www.instjuanpabloii.edu.ar

Prof. Victoria jorgensen

Prof.victoriajorgensen@gmail.com

TALLER

PROHIBICIÓN LEGAL DEL USO DE REDES SOCIALES / USO RESPONSABLE DE LA TECNOLOGÍA

6 AÑO B PROYECTO DE INSERCIÓN Y DESARROLLO SOCIAL

- Clase N°1
- TALLER

¡Bienvenida Promo 2026!

Estudiantes de 6to año, me presento soy la profesora Victoria Jorgensen, este año los acompañare en las asignaturas “proyecto de inserción y desarrollo social” y “psicología”.

Como todos los años, arrancaremos con los talleres propuestos por la dirección, en el cual abordaremos la prohibición legal del uso de redes sociales y el uso responsable de la tecnología.

Para visibilizar y tomar conciencia sobre el tiempo que le dedicamos a las redes sociales, los invito a chequear en sus teléfonos el tiempo de Pantalla de la última semana en los ajustes. ¿Sorprendidos?, ahora los invito a reflexionar sobre ¿Cuántas de esas horas fueron productivas y cuántas fueron "scrolleo" infinito?.

¿Por qué la veda en el aula?

El cerebro no es multitasking, sino que salta de una tarea a otra, perdiendo eficacia en el proceso.

La neurociencia demuestra que el cerebro humano no hace dos cosas a la vez, sino que salta de una a otra rápidamente. Cada vez que el celular suena o se revisa una notificación, el cerebro tarda entre **9 y 15 minutos** en volver a alcanzar el nivel de concentración profunda que tenía antes de la interrupción. Por ello la técnica que seguramente escucharon a lo largo del paso por la secundaria "pomodoro" nos ayuda a focalizar la atención y terminar rápidamente una actividad que nos llevaría el doble y quizás más realizarla si estuviésemos pendiente del celular.

Las redes sociales (TikTok, Instagram, X, etc...) Están diseñadas bajo el modelo de **Refuerzo Variable**. Cada "like" o video nuevo libera dopamina en el cerebro, generando una adicción conductual similar a la de los juegos de azar.

La prohibición escolar no es un castigo, es una medida de salud ambiental para permitir que el sistema nervioso descanse de la sobreestimulación y pueda procesar pensamiento crítico.

La Huella Digital

Todo lo que sucede en redes sociales es permanente. Para la juventud de hoy, su conducta digital es su **identidad pública**. Las empresas hoy realizan "auditorías digitales" antes de contratar o admitir a alguien. Lo que publican hoy es su primer antecedente laboral.

Para concluir los invito a que reflexionemos juntos sobre el uso que le darán este año y el resto de sus vidas a la tecnología y redes sociales.

También les propongo construir una propuesta de reglamento para el uso de los celulares en el instituto.

¡Hasta la próxima clase !