

PARCOURS MA VIE NUMÉRIQUE MES ÉCRANS ET LES AUTRES

Cycle 4-Lycée

Le **programme Ma vie numérique** invite les **jeunes de 13 à 18 ans** à préparer leur vie numérique au travers de **parcours collectifs**, au cours desquels les jeunes sont amenés à réfléchir ensemble à leurs usages, à échanger et à co-construire les apprentissages. **Construire son identité numérique** et savoir **équilibrer son temps d'écran**, ça s'apprend !

Avec le parcours **Mes écrans et les autres**, les jeunes sont invités à s'interroger sur la place des écrans dans leur vie et quand ils sont avec les autres : leur famille, leurs amis.

MODALITÉS DU PARCOURS

Objectifs pédagogiques

- Interroger les jeunes sur leurs usages des écrans lorsqu'ils sont avec leur famille ou leurs amis
- Interroger la place des écrans dans leur vie

Liens avec les principaux champs de compétence de l'EMI (cycle 4 et lycée)

- Être auteur : consulter, s'approprier, publier.
- Comprendre et s'approprier les espaces informationnels.
- Partager des informations de façon responsable : reproduire, produire.
- Comprendre, expérimenter le web et sa structuration.
- Assumer une présence numérique.

Usage

- En collectif

Matériel nécessaire

- Un ordinateur connecté
- Un vidéoprojecteur ou TNI

Durée de l'atelier

- **Plusieurs modalités possibles**

> **Une séance d'1h** : Le format idéal pour réaliser les 4 étapes du parcours, laisser la place à l'échange et co-construire la trace écrite.

> **Une séance de 30 minutes** : Le parcours peut se faire en mode découverte sur un format de 30 mn, vous permettant de le combiner avec un autre parcours sur une séance d'une heure.

> **La rédaction des règles** de l'étape 4 "On change ?" peut faire l'objet d'une séance à part entière ou d'une séance individuelle avec mise en commun.

DÉROULÉ DE LA SÉANCE

Étape 1 : On observe

Objectif : introduire le thème par l'observation d'un visuel et le recueil des premières impressions des jeunes.



Laissez les jeunes observer l'image et poursuivez par une phase de questions/réponses sur celle-ci pour recueillir leurs premières impressions.

Pistes de questions :

- Que représente cette image ?
- Que font les personnages avec leurs téléphones ?
- Que pourraient-ils faire dans cette situation s'ils n'avaient pas de téléphone ?
- Que ressentez-vous quand vous voyez cette image ?
- Avez-vous déjà vécu ce genre de situation ?
- Qu'en pensez-vous ? Qu'avez-vous ressenti ?

Étape 2 : On questionne

Objectif : questionner la place des écrans dans leur vie sociale et familiale pour dresser un panorama des pratiques du groupe.

Après cette première étape d'ouverture de la discussion, une série de questions permettent aux jeunes de s'interroger sur leurs propres usages. Ces questions sont l'occasion de leur transmettre des conseils et informations sur la place que peuvent prendre les écrans dans leur vie. Pour chaque question, plusieurs propositions de réponses sont formulées.

Questions	Conseils pour l'animation de la discussion
<p><u>Quand vous êtes à la maison, les écrans, c'est</u> (un seul choix possible par personne)</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Quand vous voulez</i> - <i>Quand les devoirs sont finis</i> - <i>Seulement le week-end et les vacances</i> - <i>Selon des règles précises (lieu, temps)</i> 	<p><u>Quelques questions pour prolonger l'échange :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Si vous avez des règles définies, qu'en pensez-vous ? - Ces règles ont-elles été définies avec vos parents ? Pensez-vous qu'elles vous aident à contrôler votre temps d'écran ? <p><u>Quelques conseils à transmettre :</u></p> <p>Il n'est pas toujours évident de se passer des écrans, tant ils sont présents dans nos vies, pour communiquer, se divertir, s'informer... On peut parfois y passer beaucoup de temps. Mais, il est important de garder un certain équilibre entre les activités avec et sans écrans, car la surexposition aux écrans peut avoir un impact sur notre santé, surtout chez les jeunes dont le cerveau est encore en développement. Une consommation excessive d'écrans peut aussi avoir tendance à nous isoler des autres. Se poser des règles d'utilisation des écrans peut aider à limiter le temps qu'on y passe et à équilibrer son temps entre activités avec et sans écrans.</p>
<p><u>Quand vous êtes avec vos copains et copines, les écrans, c'est</u> (un seul choix possible par personne)</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Tout le temps : vos amis aussi sont accros</i> - <i>De temps en temps : pour jouer ou regarder des vidéos</i> - <i>Jamais : les écrans, c'est seulement quand vous êtes seuls</i> 	<p><u>Quelques questions pour prolonger l'échange :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Les écrans vous aident-ils à partager des moments agréables avec vos amis ? - Comment utilisez-vous les écrans dans ces cas-là (chacun sur son écran, un écran partagé...)? - Qu'aimez-vous faire avec vos amis en dehors des écrans ? <p><u>Quelques conseils à transmettre :</u></p> <p>Les écrans sont très utiles pour garder le contact avec ses proches, surtout lorsqu'ils habitent loin. Mais les écrans ne peuvent pas prendre toute la place. Lorsqu'ils sont avec leurs proches, mieux vaut privilégier des activités qui leur permettent d'échanger, que ce soit avec ou sans écrans. Par exemple, au lieu d'être chacun sur son appareil, sans se parler, on peut plutôt regarder une vidéo ou jouer à un jeu vidéo ensemble, puis en discuter pour en faire un moment convivial.</p>
<p><u>Si les écrans n'existeraient pas, qu'aimeriez-vous le</u></p>	<p><u>Quelques questions pour prolonger l'échange :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Quels types d'activités aimeriez-vous faire ? - Êtes-vous prêts à réduire votre temps d'écran

plus ? (un seul choix possible par personne)

- Passer plus de temps avec votre famille
- Passer plus de temps avec vos amis
- Faire plus d'activité que vous aimez

pour consacrer plus de temps à ces activités ?

Quelques conseils à transmettre :

Il est parfois difficile d'imaginer son quotidien sans écran. Pourtant, de nombreuses autres activités sont possibles ! L'important est de trouver le bon équilibre. Pour les aider, vous pouvez leur proposer de commencer par faire la liste de tout ce qu'ils aiment faire, que ce soit avec et sans écrans. Puis, ils peuvent programmer du temps dans leur semaine pour réaliser ces activités.

Comment collecter les réponses ?

- Entrez le nombre de jeunes et validez.
- Posez les questions aux jeunes et lisez chaque proposition. Pour chaque proposition, faites un vote à main levée et faites glisser le curseur à l'écran jusqu'au nombre de mains levées obtenues pour chaque proposition.
- Une synthèse des réponses obtenues permet de visualiser les réponses du groupe.
- Que pense le groupe des résultats obtenus ? Sont-ils surpris ?

Astuce pour le vote : en collectif, les jeunes risquent d'être influencés par le vote de leurs pairs. Proposez-leur de voter les yeux fermés !

Étape 3 : On analyse

Objectifs : étudier des documents ou une vidéo pour réfléchir sur la place des écrans dans nos vies ; identifier les bonnes pratiques et celles qui sont plus accessoires.

Document 1 : Si on "supprimait" les écrans



©EricPickersgill, projet Removed <https://www.removed.social/>

Les jeunes observent le document et le commentent à l'aide des pistes de questions ci-dessous. Cette phase doit leur permettre de prendre conscience de l'impact des outils numériques dans nos relations sociales.

Pistes de questions :

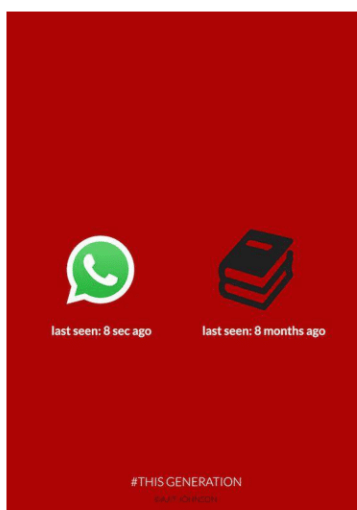
- Que représente cette photographie ?
- Que manque-t-il dans les mains des personnes ?
- Que pensez-vous de la situation une fois les écrans disparus ?
- Que ressentez-vous devant cette image ?
- Pensez-vous que les écrans éloignent ou rapprochent les gens ? Pourquoi ?

Les informations clés à analyser :

Eric Pickersgill a photographié des inconnus utilisant leurs téléphones portables ou tablettes puis les a supprimés. Ce jeune photographe a réalisé ce travail artistique baptisé Removed ("Supprimé") pour démontrer notre addiction aux écrans et l'éloignement qu'ils peuvent créer entre des personnes physiquement proches. Sur cette image, on aperçoit une mère et sa fille côte à côte sur un canapé qui semblent être occupées. On devine rapidement qu'elles tenaient dans leurs mains des appareils électroniques qui ont été supprimés au montage. L'effacement des appareils électroniques permet de rendre compte à quel point les personnes semblent éloignées l'une de l'autre dans la relation alors qu'elles sont assises l'une à côté de l'autre.

Vous pouvez raconter la démarche du photographe à l'issue des questions et leur montrer les autres photos de la série Removed si vous traitez ce thème sur une séance.

Document 2 : Last seen



Source : ©Ajit Johnson Nirmal

Traduction :

Vu pour la dernière fois : il y a 8 secondes

Vu pour la dernière fois : il y a 8 mois

Pistes de questions :

- Que représente cette image ?
- Êtes-vous d'accord avec ce message ?
- Vous reconnaissez-vous dans cette image ?
- Qu'essaie de nous dire cet artiste ?
- Et vous quelle activité avez-vous délaissé au profit des écrans ?
- Et quelle activité les écrans vous ont-ils permis de découvrir ?

Les informations clés à analyser :

Le designer anglais Ajit Johnson s'est amusé à illustrer notre addiction aux réseaux sociaux dans une série intitulée #ThisGeneration. Cette image transmet l'idée que les réseaux sociaux (ici, Whatsapp) ont pris de l'ampleur sur d'autres activités (ici, la lecture). L'image met en garde sur l'utilisation trop intensive des réseaux sociaux au détriment d'autres activités comme la lecture.

Vous pouvez raconter la démarche du photographe à l'issue des questions et leur montrer les autres photos de la série #Thisgeneration.

Étape 4 : On change ?

Objectif : définir de nouvelles bonnes pratiques ensemble sur l'utilisation des écrans quand on est avec les autres.

Après la phase d'analyse, les jeunes imaginent ensemble des idées et de nouvelles règles pour leurs usages des écrans. Ces bonnes pratiques peuvent être écrites en ligne ou sur l'affiche papier "Nos bonnes pratiques en ligne" disponible avec le parcours. Des amorces facilitent la rédaction des nouvelles règles :

- **En famille, les écrans c'est seulement : ...**
- **Avec les amis, les écrans c'est seulement : ...**
- **Si les écrans n'existaient pas, on aimerait passer plus de temps à :**

Les messages clés à transmettre

- Quand on est en famille ou avec des amis, on évite les écrans ou alors on les utilise ensemble plutôt que chacun de son côté.
- Une surexposition aux écrans peut avoir des conséquences sur notre santé et notre vie sociale.
- L'important, c'est de trouver l'équilibre entre activités avec et sans écrans !

Pour prolonger l'atelier

Vous souhaitez prolonger la réflexion menée au cours de l'atelier ? Découvrez des activités complémentaires pour aller plus loin.

> Animation d'un débat

Vous pouvez proposer aux jeunes de préparer et d'animer un débat sur des sujets liés à la thématique du temps d'écran lorsque l'on est en famille ou avec ses amis. Cette activité leur permettra de réinvestir ce qu'ils auront découvert lors de l'atelier, tout en exerçant leur esprit critique et leurs compétences d'argumentation. Voici quelques déclencheurs de débat parmi lesquels vous pouvez piocher :

- *C'est compliqué de proposer une activité numérique en famille car nous n'avons pas tous les mêmes centres d'intérêt.*
- *Lorsqu'on est entre amis et que l'on passe beaucoup de temps devant les écrans, c'est que nous ne sommes pas réellement des amis.*

> Réalisation d'un podcast

Placez les jeunes en petit groupe. Ils sont invités à réaliser un podcast sur la thématique du temps d'écran lorsque l'on est en famille ou avec des amis. Pour cela, ils peuvent s'enregistrer à l'aide d'un téléphone par groupe, en définissant et présentant leurs rôles (présentateur de l'émission, invités, spécialistes...). Ils devront partager les connaissances apprises sur la thématique, à travers cette production audio.

Une fois les podcasts enregistrés, vous pouvez proposer aux jeunes de présenter leur production au reste du groupe.