



### 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 45 minutes** : Le parcours se déroule en 4 étapes pouvant faire l'objet d'une séance de 45 min, vous permettant de combiner avec un autre parcours sur une séance d'une heure.

### Matériel nécessaire

- Un ordinateur connecté
- Un vidéoprojecteur ou TNI

### Modalité

- En collectif

## PRÉSENTATION DU PROGRAMME LES ÉCRANS, LES AUTRES ET MOI

À partir de 13 ans, les ados sont plus de 90% à posséder un smartphone et à avoir au moins un compte sur un réseau social. Ils échangent et partagent leur quotidien avec leur réseau sur Snapchat, exposent leur vie sur Instragram et écoutent leur musique sur Youtube.

Leur vie sur ces réseaux fait partie de leur quotidien et est un univers bien cloisonné pour les adultes qui les entourent, entraînant parfois tensions et conflits à la maison. Ces jeunes usagers du Net sont déjà dans des routines numériques et ne prennent pas le temps de s'interroger sur leurs pratiques, de s'assurer qu'ils adoptent toujours le bon comportement pour eux-mêmes et avec les autres. Ils ne connaissent pas toujours les réglementations qui s'appliquent aux réseaux sociaux, ni la manière dont ceux-ci utilisent leurs données. Les études révèlent que leurs principales craintes sur Internet est de se faire voler leurs données personnelles, d'être harcelés ou d'avoir une mauvaise réputation. Mais ils ne se rendent pas forcément compte que leurs comportements et leurs choix de paramétrage les exposent plus fortement à ce type de soucis.

Ce programme numérique invite les jeunes de 13 à 18 ans à partager et interroger leur manière de vivre avec les écrans et les autres au travers de **5 parcours** :

- **Les écrans et moi** (temps passé, équipements, usages...),
- **Mes écrans et les autres** (place du numérique quand ils sont en famille, avec mes amis...),
- **Ma vie connectée et moi** (gestion de leur identité numérique),
- **Mes amis en ligne** (qui ils sont, ce qu'ils disent, ce qu'ils montrent de leurs amis...),
- **Les inconnus sur Internet** (la liberté d'expression et ses limites).

La séance se déroule **en collectif**. Les jeunes seront donc amenés à réfléchir ensemble, à échanger et à co-construire les apprentissages.

Chaque parcours est abordé en **4 étapes** :

### Étape 1 : On observe

Un visuel (photo, campagne de sensibilisation...) pour les interpeller sur la problématique.

### Étape 2 : On questionne

Un questionnaire à compléter pour faire le point sur leurs usages réels du numérique.

### Étape 3 : On analyse

Des informations visuelles (étude, campagne de sensibilisation, création d'artistes...) pour réfléchir sur leurs pratiques et y poser un nouveau regard.

#### Étape 4 : On change ?

Des pistes à compléter pour repenser leur rapport aux écrans et se fixer de nouvelles règles.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

### Objectif général :

Acquérir les bons réflexes pour une utilisation raisonnée et responsable des réseaux et des écrans.

### Objectifs spécifiques :

- Interroger ses usages du numérique et les mettre en perspective avec celles de ses pairs.
- Repérer les comportements excessifs.
- Connaître les règles de publications en ligne (limite à la liberté d'expression, droit à l'image, droit d'auteur).
- Aborder les notions d'identités numériques, de traces et d'image de soi.
- Savoir se protéger et protéger ses données personnelles.
- Adopter une attitude raisonnée et responsable sur Internet et avec les écrans.

### Liens avec le programme d'éducation aux médias et à l'information au cycle 4 et au lycée

Ce programme permet de couvrir les principaux champs de compétence de l'EMI au cycle 4 et au 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.

## DÉROULEMENT DE LA SÉANCE



Ce parcours invite les jeunes à s'interroger sur leurs propres usages du numérique : quels matériels utilisés ? pour quelles pratiques ? combien de temps passé ?

### Étape 1 : On observe

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



Laissez les élèves observer cette image et poursuivez par une phase de questions/réponses sur celle-ci pour recueillir les premières impressions et les éléments de compréhension des élèves.

Pistes de questions :

- Que représente cette image ?

- Cette image ressemble-t-elle à votre manière d'utiliser les écrans ou à celle de quelqu'un de votre entourage ? Si oui, pourquoi ? Si non, pourquoi ?
- Que ressentez-vous en regardant cette image ?

## Étape 2 : On questionne

Objectif : questionner leurs propres usages des écrans pour dresser un panorama des pratiques du groupe..

Après cette première phase où les élèves sont interpellés sur leur rapport aux écrans en général, une série de questions les interrogent sur leurs propres usages.

Trois sujets sont abordés à travers ces questions :

- **Le temps passé par jour sur les écrans**
- **Les écrans les plus utilisés**
- **Les usages de ces écrans**

Pour chaque question, plusieurs propositions de réponses sont formulées.

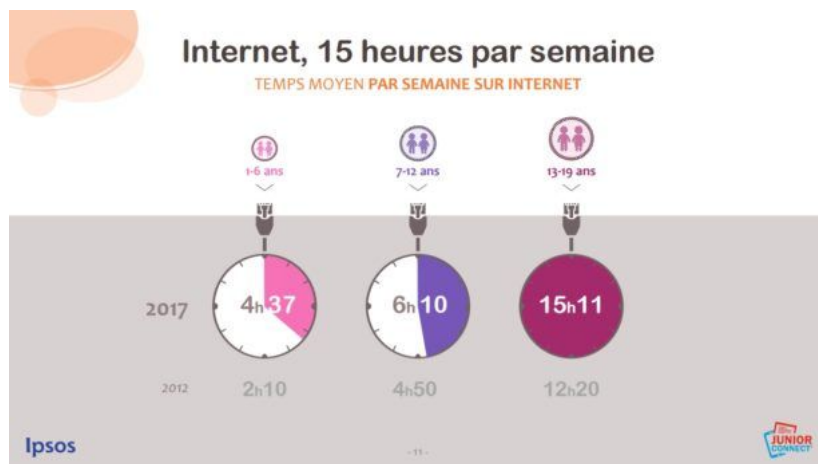
En collectif, posez les questions aux élèves et lisez chaque proposition. Pour chaque proposition, faites un vote à main levée et notez, dans l'espace prévu à côté de la réponse, le nombre de votes obtenus pour cette proposition.

**Astuce pour le vote** : en collectif, les élèves 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 de natures diverses pour prendre du recul sur leurs usages des écrans ; identifier les bonnes pratiques et celles qui sont plus accessoires.

Les documents sont affichés sans consigne. Les élèves les observent et les commentent. Cette phase doit leur permettre de prendre conscience du temps passé, de ce qui est utile et de ce qui l'est moins.

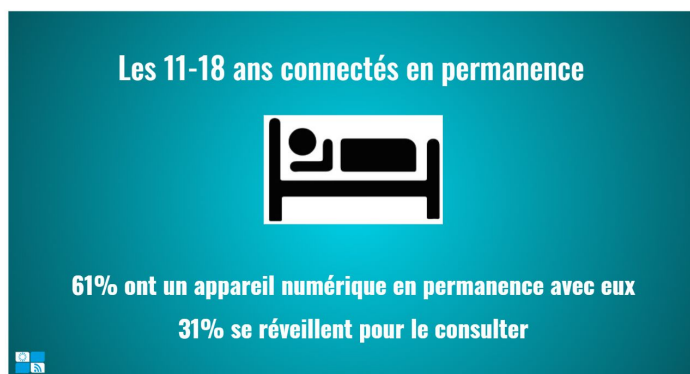
**Document 1 : Le temps passé sur Internet par semaine**

Source : Etude Ipsos Junior Connect 2017

Cette infographie est extraite de l'étude Junior connect 2017 :  
<https://www.ipsos.com/fr-fr/junior-connect-2017-les-jeunes-ont-toujours-une-vie-d-derriere-les-ecrans>

**Pistes de questions :**

- Que représente cette image ?
- Que remarquez-vous entre les chiffres de 2012 et de 2017 ?
- Comment expliquez-vous cette augmentation ?
- Avez-vous l'impression de passer autant de temps sur les écrans ?
- Vos frères et sœurs (grands et petits) passent-ils autant de temps sur Internet ? Et vos parents ? Qu'en pensez-vous ?
- Quelles sont les activités qui vous semblent indispensables sur les écrans ?
- De quelles activités numériques pourriez-vous facilement vous passer ?

**Document 2 : Connectés jour et nuit**

Source : Génération Numérique, Les pratiques numériques des 11-18 ans, 2018  
<https://asso-generationnumerique.fr/wp-content/uploads/2018/02/ETUDE-SUR-LES-PRATIQUES-NUME%CC%81RIQUES-DES-11-18-ANS.pdf>

#### Pistes de questions :

- Que représente cette image ?
- Que pensez-vous de ces chiffres ?
- Vous reconnaissez-vous dans ces chiffres ?
- Trouvez-vous que vous passez trop de temps sur les écrans ?
- Pensez-vous que cela a un impact sur votre santé ? votre sommeil ? sur d'autres activités ?

#### **Pour aller plus loin**

Si vous consacrez une séance entière sur ce thème, nous vous proposons une sélection d'articles pour approfondir le sujet.

- Le sommeil des jeunes est perturbé par leurs écrans et un manque de régularité  
<https://www.pourquoidoctor.fr/Articles/Question-d-actu/24878-88-jeunes-15-24-ans-manquent-de-sommeil-grande-partie-a-cause-des-ecrians>
- Pas de portable à table ! Et si les parents montraient l'exemple  
<https://www.nouvelobs.com/societe/20170206.OBS4899/pas-de-portable-a-table-et-si-les-parents-montraient-l-exemple.html>

## **Étape 4 : On change ?**

Objectif : repenser ensemble l'utilité des écrans et le temps à y consacrer.

Après la phase d'analyse, les élèves imaginent ensemble des idées et de nouvelles pratiques pour leurs usages des écrans. Des amorces facilitent la rédaction des nouvelles règles :

- **(Usages) Les écrans, c'est utile pour :**
- **(Temps) Les écrans, au quotidien, c'est pas plus de :**
- **(Lieu) Les écrans, c'est seulement dans certains endroits :**
- **(Heure)... et à certaines heures :**



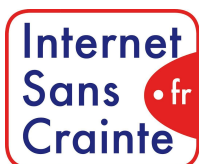
Une création dans le cadre du Safer Internet France

[www.tralalere.com](http://www.tralalere.com)

SAFER INTERNET // [www.saferinternet.fr](http://www.saferinternet.fr)

Soutenu par la Commission européenne, ce programme accompagne les jeunes, leurs éducateurs et familles, entre prévention (Safer Internet) et promotion des usages positifs (Better Internet).

En France, il regroupe ces 3 lignes d'actions complémentaires :



*Internet Sans Crainte*, plan national de sensibilisation : des ressources pour accompagner les jeunes, leurs parents et éducateurs, dans une meilleure maîtrise de leur vie numérique.



*Point de contact*, service de signalement en ligne permettant à tous les internautes de signaler à l'aide d'un formulaire simple et anonyme tout contenu choquant rencontré sur Internet.



*Net Ecoute*, numéro national de protection des mineurs sur Internet, pour apporter aide et conseils aux jeunes confrontés à des difficultés dans le cadre de leurs usages numériques.

