

Vanessa LALO

Psychologue clinicienne
Spécialiste des pratiques numériques

A baby with dark hair, wearing a white long-sleeved shirt and grey patterned pants, is sitting in a white bouncer with a grey and white geometric patterned backrest. The baby is holding a black video game controller. The bouncer is on a white surface, and there are various colorful toys around it, including a teddy bear, a rattle, and a colorful ball. The background is a blurred indoor setting with a wooden chair and a bookshelf.

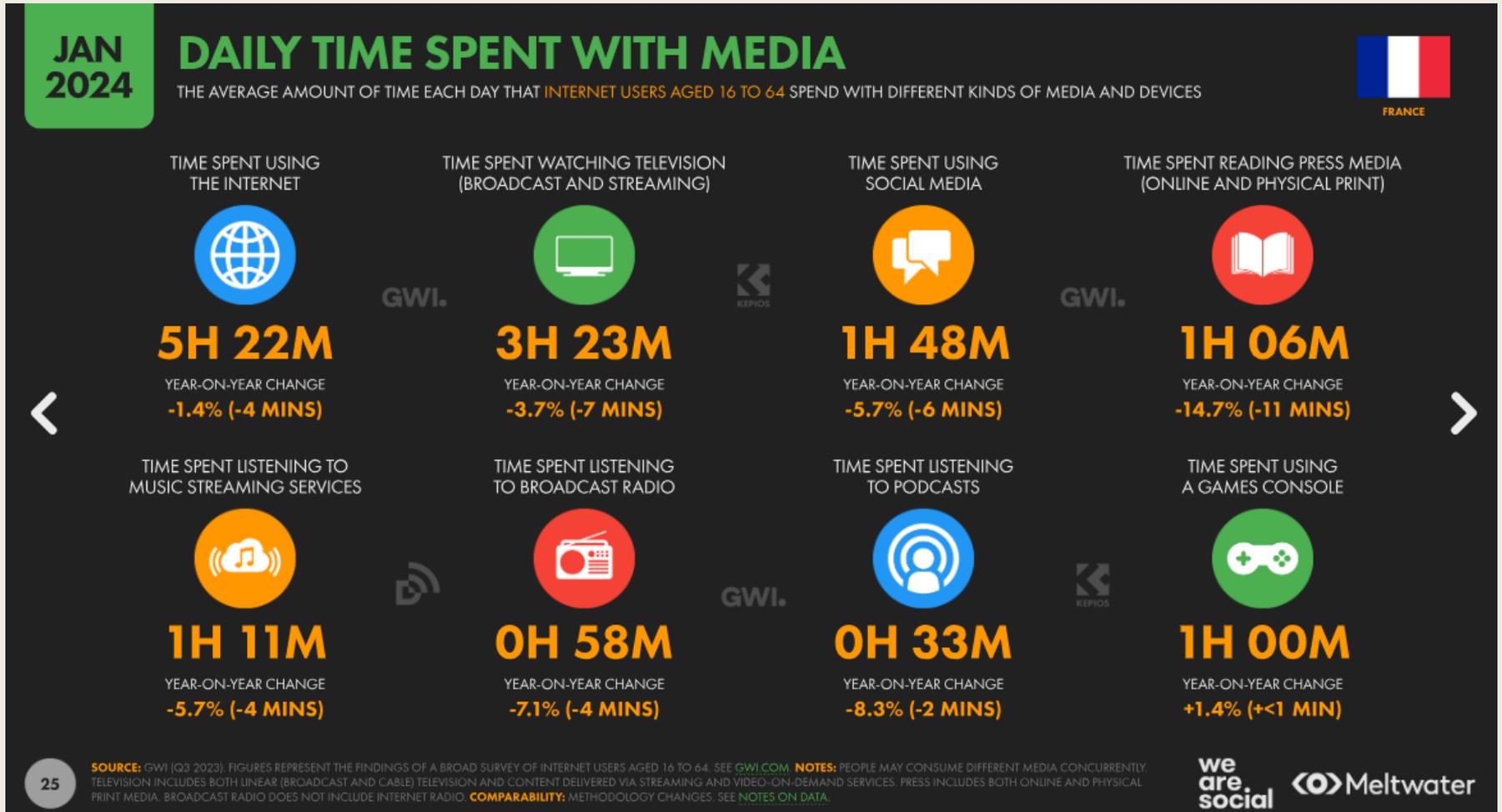
Être parents
à l'ère du numérique

Vanessa Lalo - 13 juin 2024

A multi-generational family is gathered around a tablet computer. An elderly man with white hair is on the left, looking towards the tablet. A man in a blue shirt is holding the tablet, with a young child sitting on his lap. An elderly woman with grey hair is leaning in from the right, smiling. A young woman in a blue shirt is also leaning in, looking at the screen. A young woman with long blonde hair is sitting on the far right, looking towards the group. The background is a bright, white, slightly blurred setting.

Le numérique et nous

Temps passé (par jour)

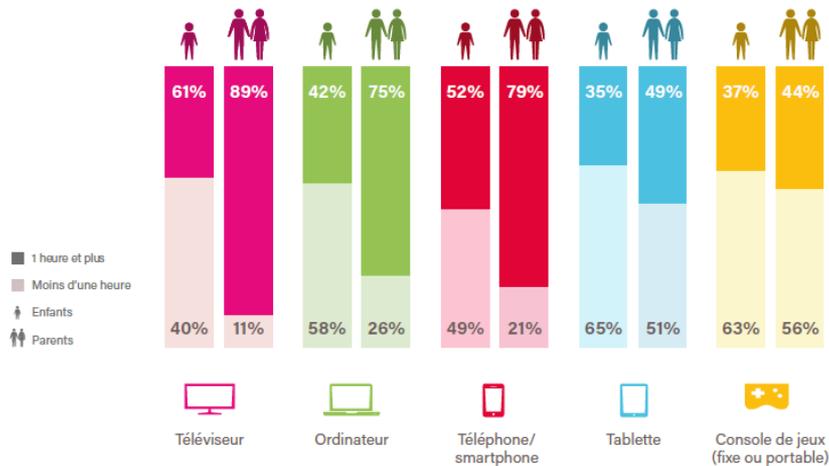


We are social (janvier 2024)

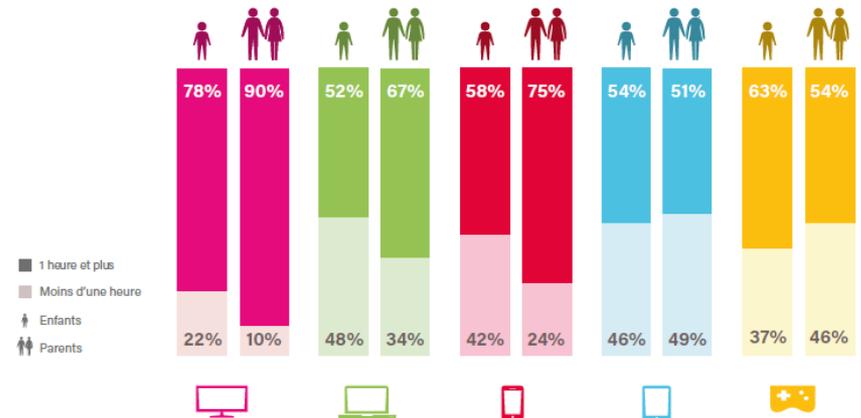
Vanessa Lalo

Utilisations des écrans (parents)

Temps d'utilisation des écrans un jour de semaine des parents et des enfants de 0 à 14 ans



Temps d'utilisation des écrans un jour de week-end des parents et des enfants de 0 à 14 ans



Base : Parents / enfants utilisateurs des équipements cités

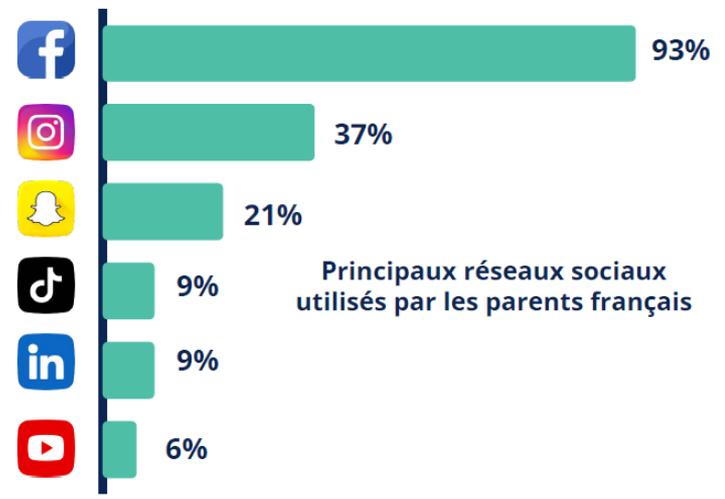
[Livres blancs OPEN-UNAF \(2021\)](#)

Usages des réseaux sociaux (parents)

Les parents français : utilisateurs actifs des réseaux sociaux



Les parents français utilisent plusieurs réseaux sociaux
(Plus de deux en moyenne)



Étude « Parents influenceurs » OPEN-POTLOC (2023)

Partages sur son enfant (parents)

Partager du contenu sur son enfant : une pratique banalisée

53%

Des parents français ont **déjà partagé du contenu sur leur(s) enfant(s)**

43%

Ont commencé dès la naissance de l'enfant

91%

Ont commencé entre ses 0 et 5 ans

- ▶ 3% des parents diffusant des photos/vidéos de leur(s) enfant(s) sont **influenceurs***.
- ▶ Les **CSP +** sont plus nombreux à n'avoir **jamais diffusé** de photos/vidéos de leur(s) enfant(s).

*Parents déclarant avoir déjà bénéficié d'avantages en lien avec cette activité (cadeaux, promotions, rémunération).



Fréquence à laquelle les parents partagent du contenu sur leur(s) enfant(s)

47%

39%

9%

3%

1%

Jamais

< 1 fois/mois

> 1 fois/mois

> 1 fois/semaine

> 1 fois/jour

Droit à l'image des enfants (loi)

Garantir le respect du droit à l'image des enfants : adoption, en lecture définitive, d'une proposition de loi

partager   

Séance



Mardi 6 février après-midi, l'Assemblée a adopté à l'unanimité, en lecture définitive, la proposition de loi visant à garantir le respect du droit à l'image des enfants.

Rapporteur : [Bruno Studer](#) (RE)

Loi du 04/10/2023

« Les parents protègent en commun le droit à l'image de leur enfant mineur, dans le respect du droit à la vie privée. »

« Les parents associent l'enfant à l'exercice de son droit à l'image, selon son âge et son degré de maturité. »

« Lorsque la diffusion de l'image de l'enfant par ses parents porte gravement atteinte à la dignité ou à l'intégrité morale de celui-ci, le particulier, l'établissement ou le service départemental de l'aide sociale à l'enfance qui a recueilli l'enfant ou un membre de la famille peut également saisir le juge aux fins de se faire déléguer l'exercice du droit à l'image de l'enfant. »

https://www.assemblee-nationale.fr/dyn/16/textes/l16b1693_texte-adopte-commission

Source : Assemblée Nationale ([Garantir le respect du droit à l'image des enfants](#))

Vanessa Lalo



Les « doudous » numériques

Connectés 24h/24

Immédiateté / disponibilité permanente

Estompage des limites (privée, pro, public)

Gestion du temps différente avec le numérique

Espace-temps distordu :

- mettre des limites
- conscientiser

S'ennuyer parfois :

- se projeter, rêver, contrainte # créativité

Doudou

- objet contenant tous les contenus
- lien monde interne / monde externe

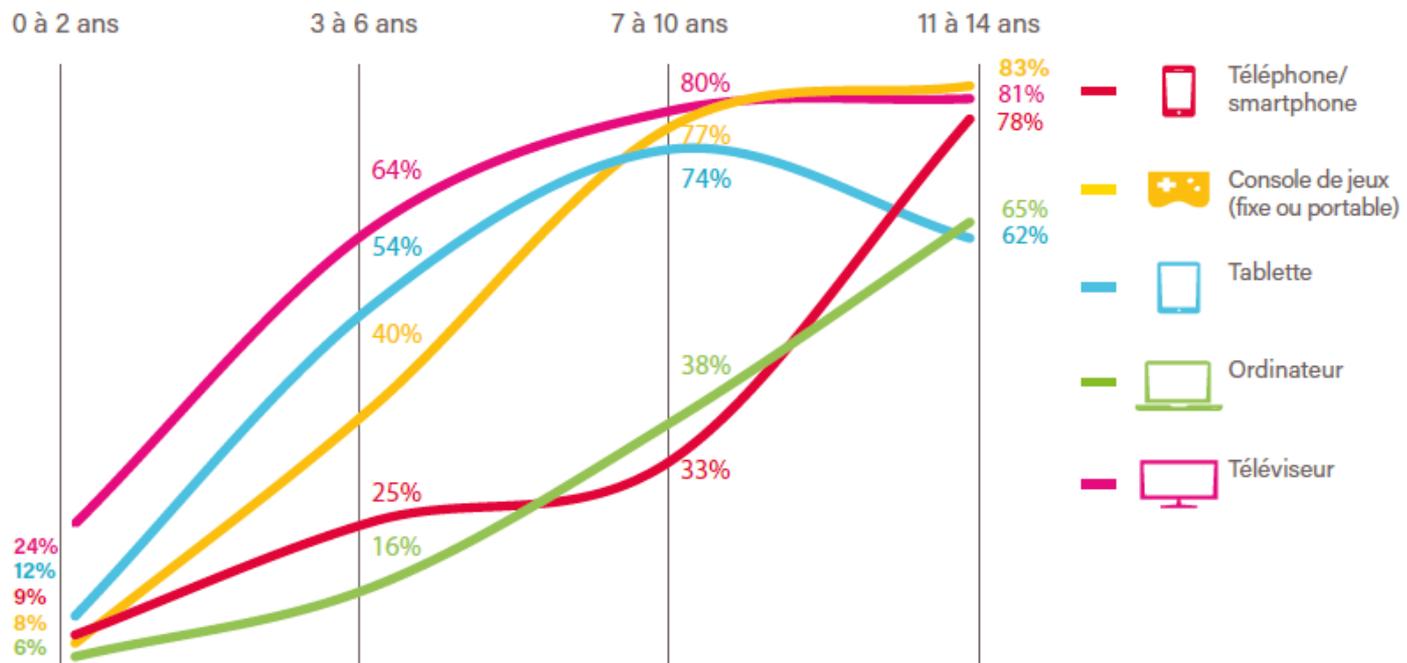


Jeunes interconnectés :
Quelles pratiques ?

Equipements en écrans (0-14 ans)

L'équipement et les usages progressent avec l'âge des enfants

Equipements utilisés par les enfants selon l'âge



Base : Ensemble des foyers accédant à Internet et équipés de chacun des supports dont le chef de foyer est âgé de 18 ans et plus et parent d'enfants de 0 à 14 ans

Équipement personnel

ÉQUIPEMENT PERSONNEL



13-19 ans

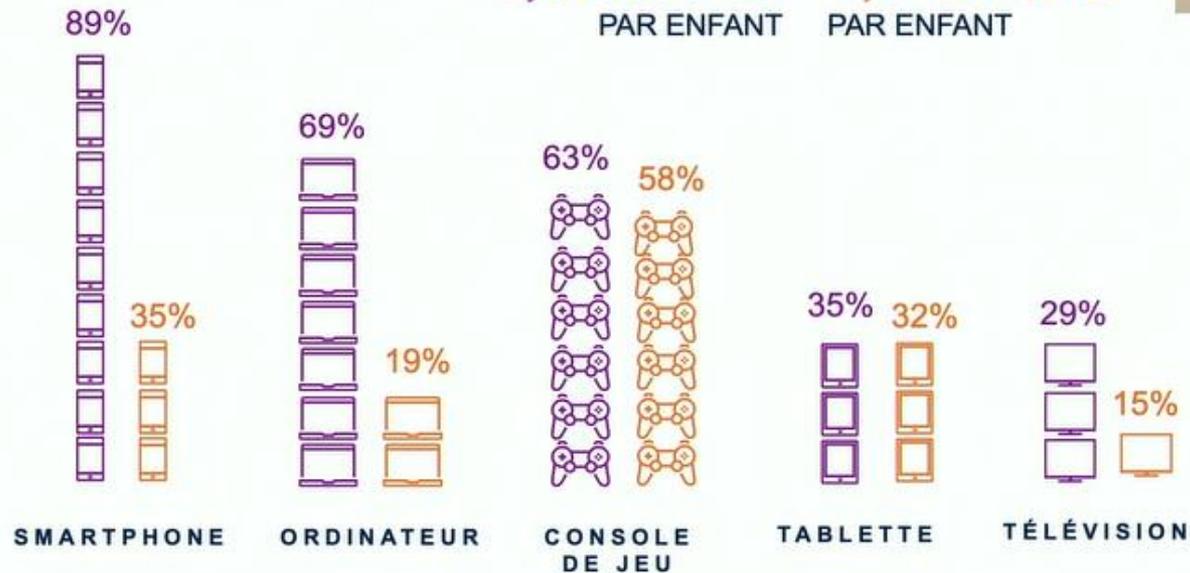


7-12 ans



2,9 écrans
PAR ENFANT

1,6 écrans
PAR ENFANT



C1. Quels sont les équipements que tu possèdes personnellement ?

Réseaux sociaux en primaire

La Gen alpha
investit les réseaux !

40%



40 % des enfants en primaire seraient sur les réseaux sociaux, alors qu'ils sont en principe interdits avant 13 ans. Autre résultat de l'étude : 25% des enfants interrogés préfèrent poser une question à un assistant vocal plutôt qu'à leurs parents !

SOURCE : INFOBIP & YUGOV

© 2019 Efficience

Internet, média n°1

INTERNET DÉSORMAIS MÉDIA N°1
TEMPS PASSÉ SUR LES ÉCRANS (HEURES/SEMAINE)



C12. Combien de temps regardes-tu la télévision selon les jours ? // C5. En général, combien de temps passes-tu sur Internet selon les jours et quel que soit le support (ordinateur, tablette, smartphone, console de jeux ou poste de TV) ?
D7. Combien de temps joues-tu aux jeux vidéo selon les jours ?

Usages : vidéo n°1

USAGES INTERNET : D'ABORD LA VIDÉO



7-12 ans



13-19 ans

REGARDER DES VIDÉOS

1

REGARDER DES VIDÉOS

REGARDER LA TV EN DIRECT

2

UTILISER DES MESSAGERIES INSTANTANÉES

REGARDER DES TUTOS

3

ALLER SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

JOUER À DES JEUX EN LIGNE

4

ECOUTER DE LA MUSIQUE

ECOUTER DE LA MUSIQUE

5

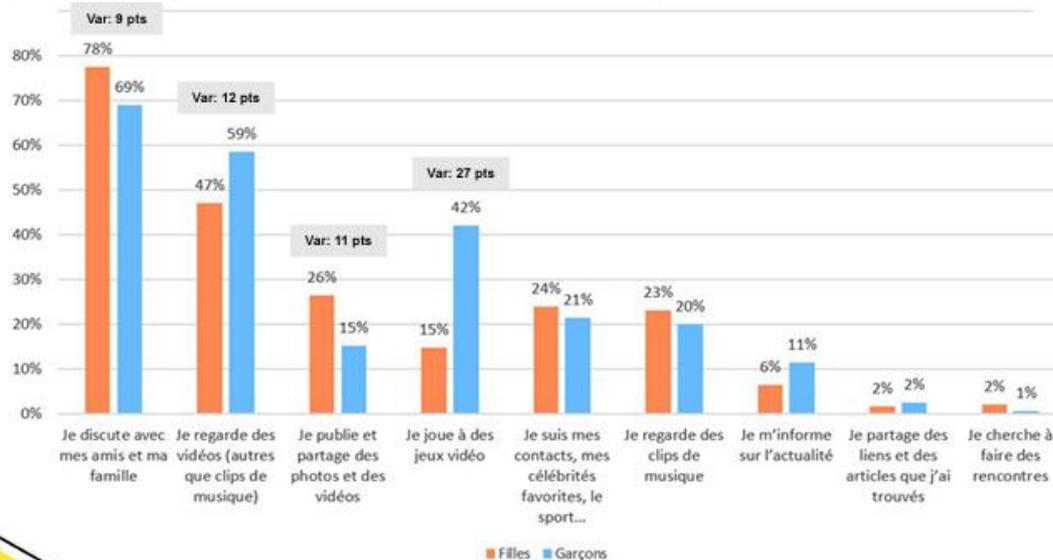
REGARDER DES TUTOS

C6. Pour chacune des activités suivantes, indique à quelle fréquence tu les pratiques sur Internet.... Top 5 activités pratiquée « Souvent »

Pratiques sur les réseaux (11/12 ans)

Un besoin de socialisation prépondérant

Que fais-tu le plus souvent sur les réseaux sociaux que tu utilises ?



Source : Génération Numérique, 2021, n= 1250 enfants de 11 ou 12 ans, inscrits à au moins 1 réseau social, traitements heaven.

Les réseaux sociaux servent avant tout à maintenir des contacts... sociaux.

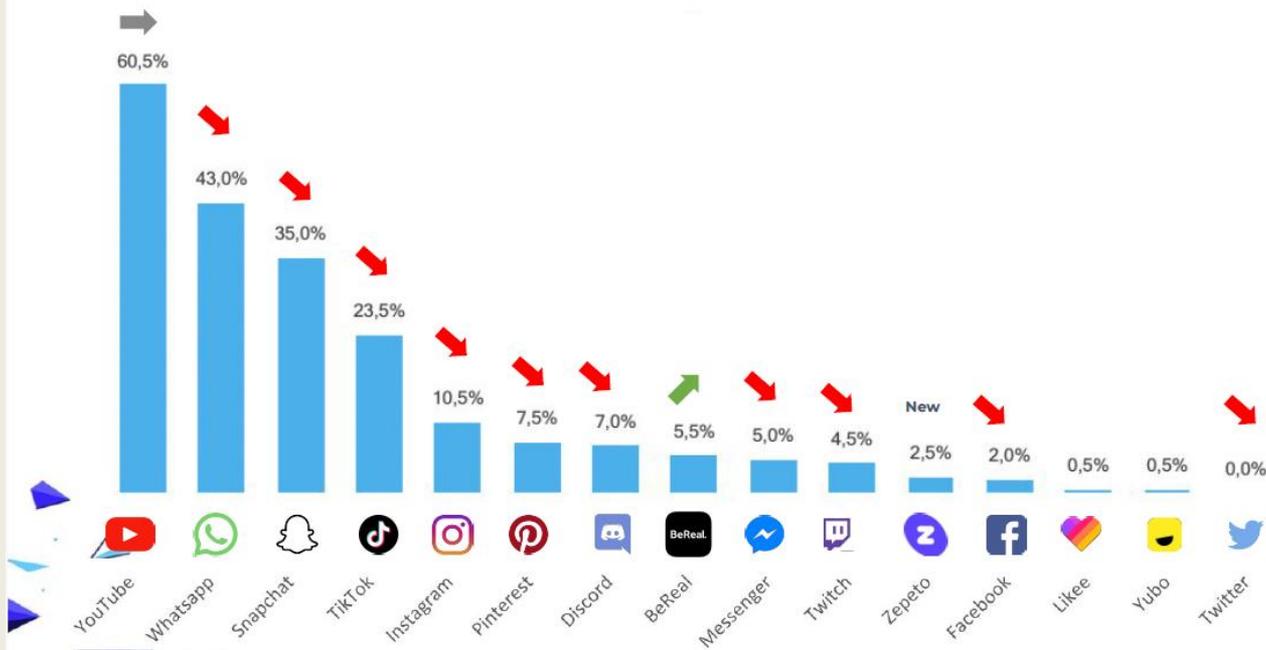
Des résultats conformes à ceux observés les années précédentes et qui n'ont finalement pas évolués avec les confinements ou avec le développement de TikTok.

Des différences assez marquées existent entre les filles, plus dans le partage de contenu, et les garçons, plus orientés vers les jeux vidéo.

Réseaux sociaux préférés (11/12 ans)

Game of Platforms

Quelles sont les applications que tu utilises régulièrement ?



Source : heaven x IDM Families, Septembre 2023 versus 2022, n=200, enfants de 11 & 12 ans

En tant que plateforme vidéo avec des fonctionnalités sociales, YouTube s'affiche toujours comme l'application la plus utilisée et reste stable.

WhatsApp détrône Snapchat avec un usage régulier de la plateforme à 43%.

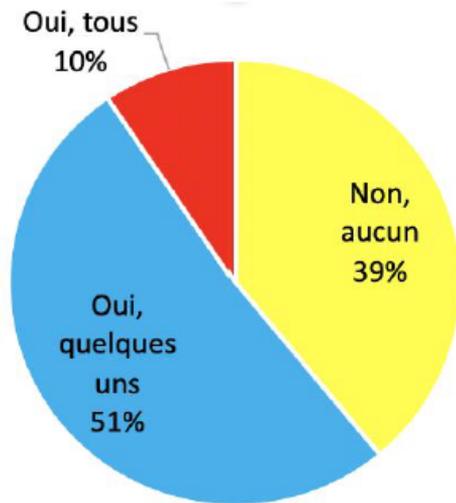
#BornSocial2023



Publicités et contenus sponsorisés (11/12 ans)

Contenus sponsorisés

Est-ce que les créateurs que tu suis font de la publicité ou des placements de produits ?



Les contenus sponsorisés apparaissent souvent et sont généralisés auprès des moins de 13 ans. Ils génèrent moins de rejet que les publicités en général.

25% Des enfants indiquent qu'il y a trop de contenus sponsorisés

Source : heaven x IDM Families, Septembre 2022, n=200, enfants de 11 & 12 ans

#BornSocial2023 

Influenceurs : nouvelles lois



DE FAÇON INSTANTANÉE

Communiquer en début de post

(premières lignes de la légende ou premières secondes d'une vidéo)

Ne pas avoir à scroller

Ne pas avoir à cliquer

DE FAÇON EXPLICITE

#Sponsorisé #Publicité #Partenariat #Collaboration

Ou mieux : utiliser les outils Youtube / Instagram indiquant une communication commerciale

#ad
(pas clair pour des non-anglophones)

#produitgratuit

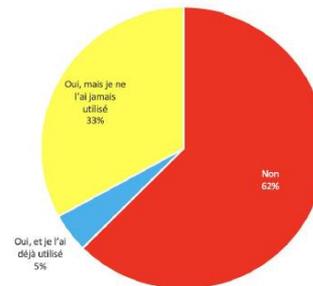
ou « Merci à [marque] pour cette opération » car l'engagement réciproque n'est pas explicite

- Mentions liées aux publicités et contenus sponsorisés
- Interdiction des publicités illégales (comme à la TV)
- Obligation de mentionner si retouche (Photoshop) si pub / partenariat
- Interdiction de promouvoir la chirurgie esthétique

Les jeunes et l'IA (11/12 ans)

Chat GPT

Est-ce que tu connais l'assistant ChatGPT ?



Source : heaven x IDM Families, Septembre 2023, enfants de 11 ou 12 ans

Près de 40% des enfants connaissent ChatGPT mais seulement 5% assurent l'avoir déjà utilisé.

Les réponses sont très similaires entre les âges, les CSP des familles et les filles et les garçons.

#BornSocial2023 



My AI

Est-ce que tu connais l'assistant My AI sur Snapchat ?



Source : heaven x IDM Families, Septembre 2023, enfants de 11 ou 12 ans

De façon similaire à ChatGPT, près d'1 enfant sur 4 connaît My AI (sensiblement plus des filles à 46% que des garçons 31%).

En revanche 13% déclarent l'avoir déjà utilisé, 2x plus que ChatGPT.

Parmi les utilisateurs réguliers de Snapchat, la notoriété de l'IA atteint 68% et 31% en on fait l'usage.

Seulement 4% des enfants utilisant régulièrement Snapchat déclarent utiliser plusieurs fois par mois My AI.

#BornSocial2023 

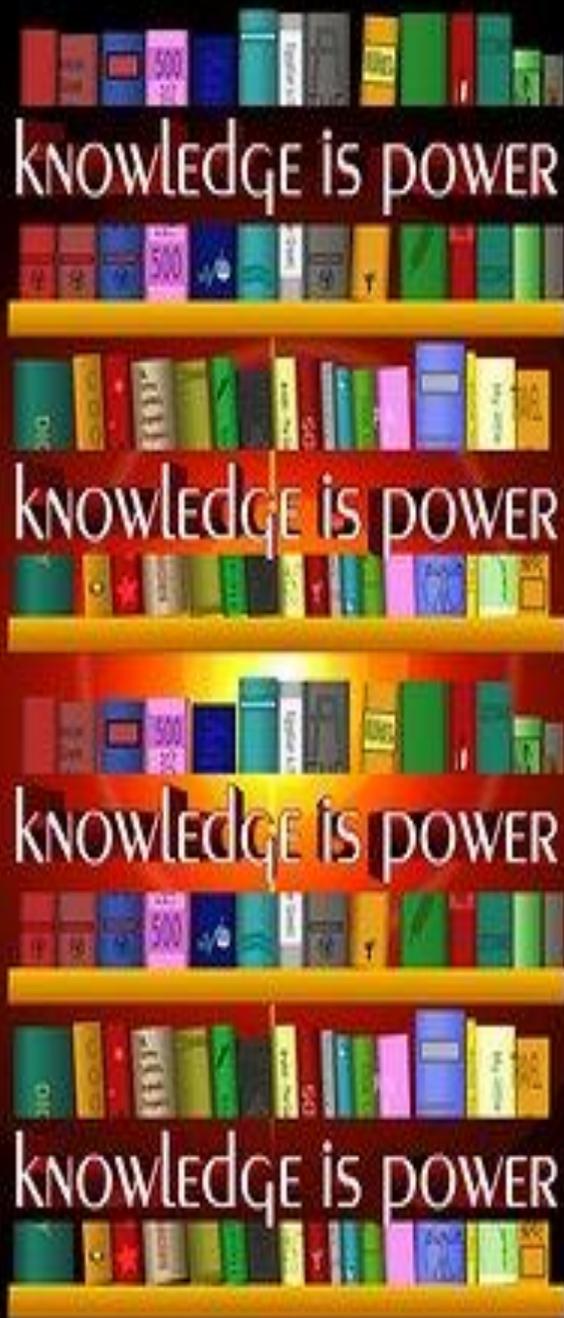
BornSocial (septembre 2023)

Vanessa Lalo

Les réseaux sociaux préférés (11-18 ans)



Génération numérique (février 2022)



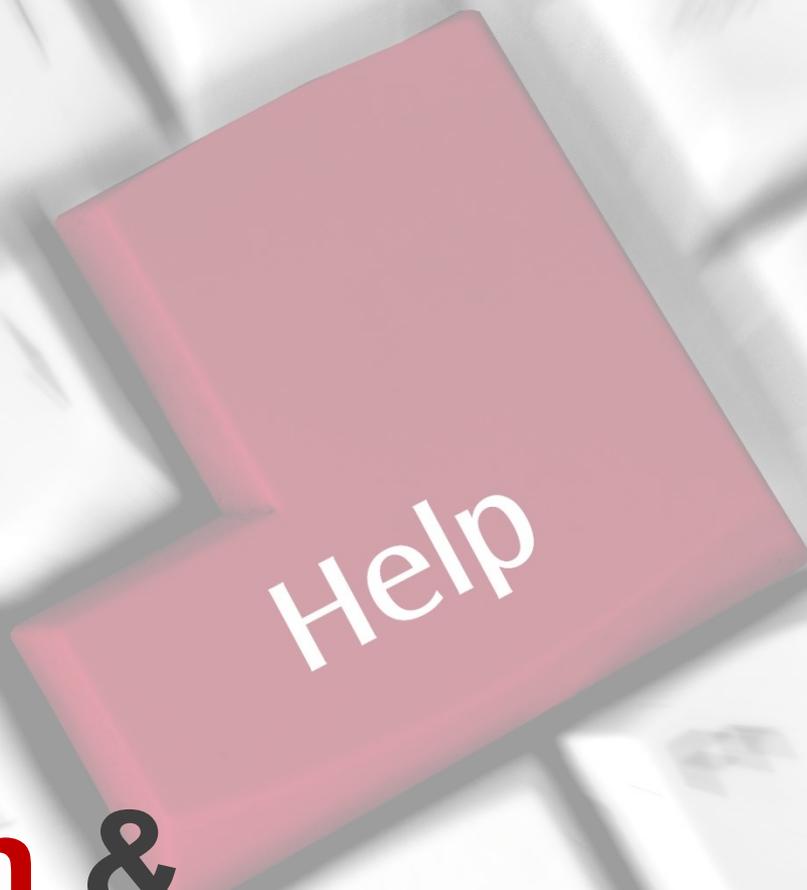
Compétences psychosociales

■ Créativité

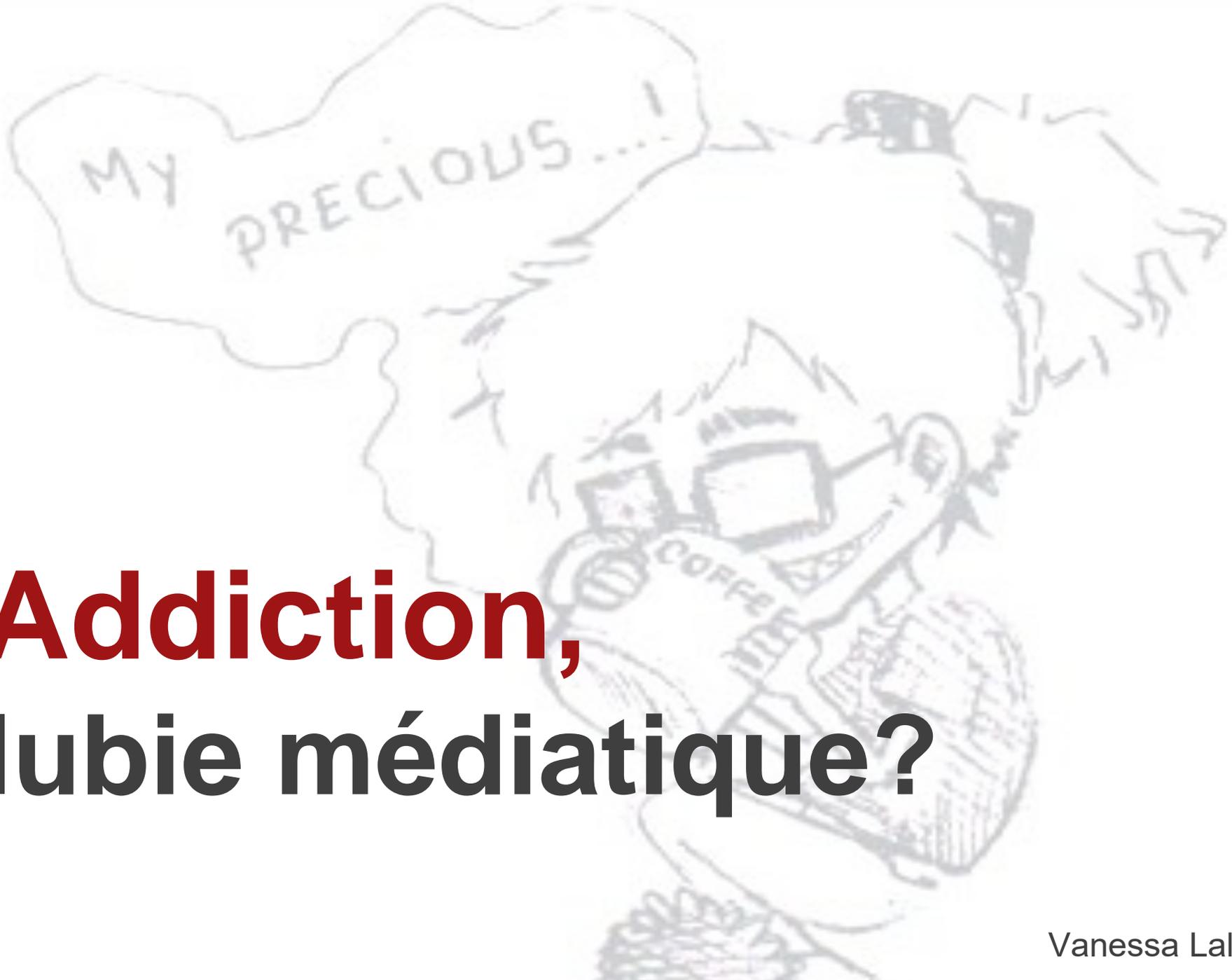
- Capacité d'auto-évaluation positive
- Capacité d'écoute empathique
- Communication efficace (valorisation, formulations claires...)
- Développer des liens sociaux (aller vers l'autre, entrer en relation, nouer des amitiés...)
- Développer des attitudes et comportements prosociaux (acceptation, collaboration, coopération, entraide...)
- Capacité à résoudre des problèmes de façon créative
- Identifier ses émotions et son stress
- Capacité à atteindre ses buts (définition, planification...)

→ Faire en sorte que ces compétences soient transférables !

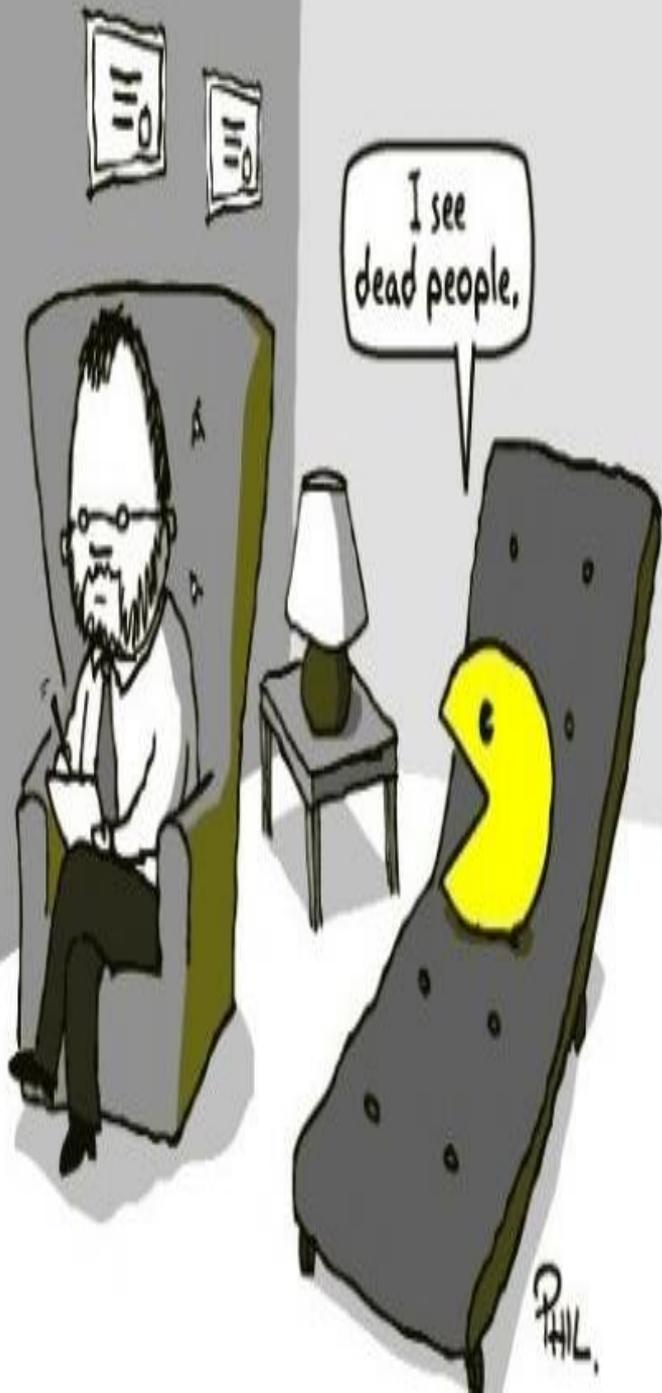
Référentiel Santé Publique France



Prévention & accompagnements



Addiction, lubie médiatique?



Pratiques excessives

Problématiques sous-jacentes

Dépression

Phobie sociale // troubles anxieux

Echec scolaire // Hauts potentiels

Troubles bipolaires / Psychose

Problématiques narcissiques

Conduites addictives se greffant sur
n'importe quel objet externe

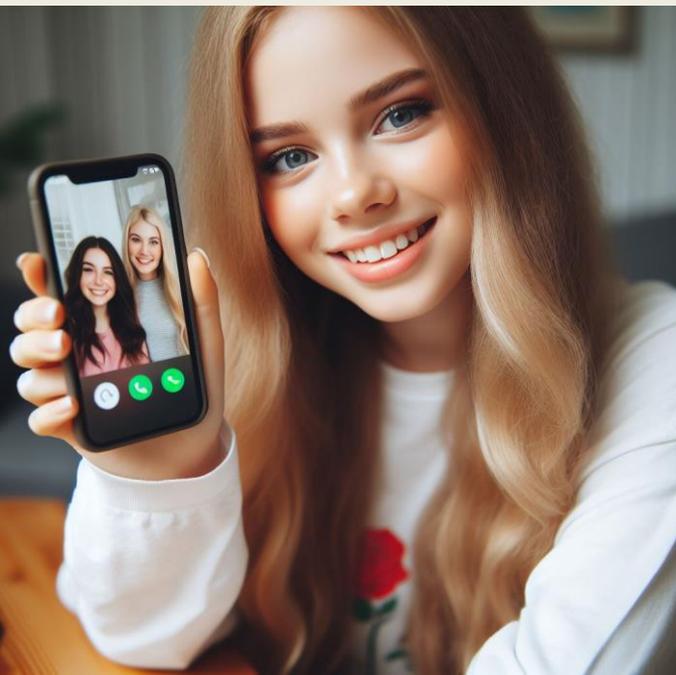
Adolescence ordinaire (corps en
changement, période de bouleversement + culture populaire)

Attention au prisme pathologique
des consultations

Vanessa Lalo



1980 / 2020



Les ados différents, vraiment ?

Adolescence, période de bouleversement

- bouleversement hormonal
- interrelations différentes + amorce de la sexualité
- besoin de s'émanciper des codes des parents mais besoin de limites, cadre
- besoin de s'autonomiser (confiance des parents)

Une période de constructions sociales

- nécessité de construction par les pairs
- besoin du groupe
- identités multiples (comme vraie vie)
- une image de soi par réseau
- codes sociaux de communication (parents # école # copains)

Téléphone fixe et réseaux sociaux remplissent les mêmes fonctions sociales

Santé mentale et RS

Des études parlent de troubles générés par les réseaux sociaux

- Ils sont à tempérer
- Les réseaux ne créent pas de troubles
- Ils renforcent les troubles préexistants

Attention aux personnes les plus fragiles

- Comparaison avec la vie des autres (déprime)
- Image de soi / du corps (narcissisme)

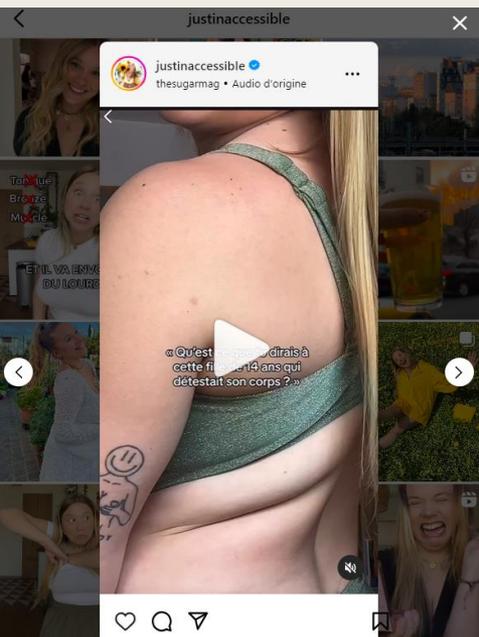
Pas d'impact sur les personnes bien structurées



Libération des tabous



[@danaemercer](#)



[@justinaccessible](#)

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Santé publique France

Angoissé,
déprimé
ou énervé ?
Parles-en.

Parles-en à un adulte de confiance
ou
par message à un professionnel sur
filsantejeunes.com
Anonyme et gratuit

Campagne digitale pour les 18+,
Santé Publique France et Fil
Santé Jeunes, 2021, #JenParleA

Promotion de l'acceptation de soi

- Body positive etc.
- Proposer d'autres modèles
- Pouvoir s'identifier à des personnes comme soi

Libération de la parole autour des problématiques de santé mentale

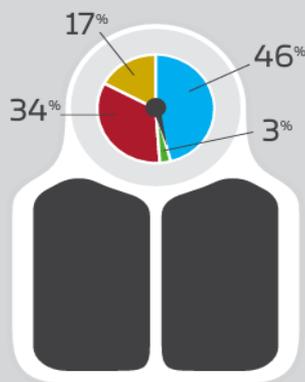
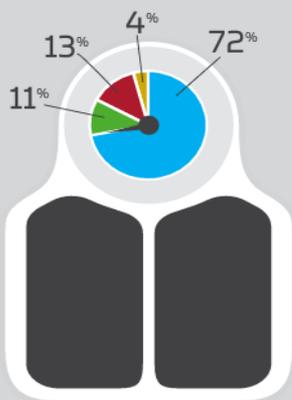
- Artistes, personnes connues, influenceurs se sont mis à parler
- Soutien auprès des communautés



STATUT PONDÉRAL ET ACTIVITÉ PHYSIQUE

Enfants
de 0 à 17 ans

Adultes
de 18 à 79 ans



KG MAIGREUR

KG NORMAL

KG SURPOIDS

KG OBÉSITÉ



Seulement un tiers des adolescents de 11 à 17 ans pratique au moins 60 minutes par jour d'activité physique, comme recommandé par l'OMS.

63% des adultes de 18 à 79 ans pratiquent au moins 150 minutes par semaine d'activité physique, comme recommandé par l'OMS.

Sédentarité / exercice physique

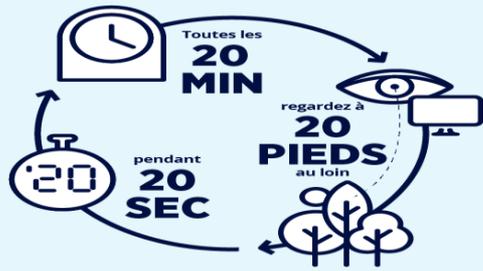
Préconisations OMS exercice physique / sédentarité :

- 150 à 300 min / semaine : activité d'endurance d'intensité modérée
- au moins 75 à 150 min d'activité d'endurance d'intensité soutenue
- 2 fois / semaine ou davantage des activités de renforcement musculaire
- limiter leur temps de sédentarité

Préconisations Anses (2017) :

- favoriser la pratique d'activité physique, de types
- encourager la réduction des comportements sédentaires,
- promouvoir la pratique de l'activité physique et la réduction de la sédentarité

! Les écrans favorisent le grignotage (Baromètre MILDECA/Harris Interactive 2021)



Lumière bleue (sommeil, vue)

Activer les filtres lumière bleue (confort des yeux)

- Téléphone, tablette...
- [f.lux](#) (ordinateur)

Lumière bleue et sommeil :

- couper 1h avant de se coucher
- controverse : empêche de dormir ou insomniaques ?

Règle des 20-20-20 (vue) :

- toutes les 20 minutes
- regarder pendant 20 secondes
- à 20 pieds (6,5m)

Problématiques potentielles :

Sécheresse oculaire, problèmes de convergence (orthoptie), luminosité trop forte de l'écran (+ avoir des sources de lumières indirectes supplémentaires)

Enfants : risques de décollement de rétine





Journal intime

Intimité s'est déplacée
Extimité devenu la norme

- Externalisation de son intimité
- # Pudeur
- Se montrer

Construction de soi

- Respect de son image, de soi
- Respect de son corps
- Respect de sa vie privée
- Consentement...

A photograph of a family of three. A woman with brown hair tied back is leaning over a young child with blonde hair. The child is holding a smartphone with a red and black case. A man with a beard and short brown hair is looking at the phone from the right side. The background is a blurred outdoor setting with green foliage and a yellow wall.

**Et donc on fait quoi,
concrètement ?**

L'ère de la vidéo

Attention aux lectures automatiques par défaut

- Difficile de s'arrêter quand déjà lancé
- Reprendre la main en cliquant

Sélectionner des chaînes (Youtube, Instagram, TikTok...)

La règle du 3-6-9-12



Avant 3 ans

L'enfant a besoin d'apprendre à se repérer dans l'espace et le temps

Jouez, parlez, arrêtez la télé



De 3 à 6 ans

L'enfant a besoin de découvrir ses dons sensoriels et manuels

Limitez les écrans, partagez-les, parlez-en en famille



De 6 à 9 ans

L'enfant a besoin de découvrir les règles du jeu social

Créez avec les écrans, expliquez-lui Internet



De 9 à 12 ans

L'enfant a besoin d'explorer la complexité du monde

Apprenez-lui à se protéger et à protéger ses échanges



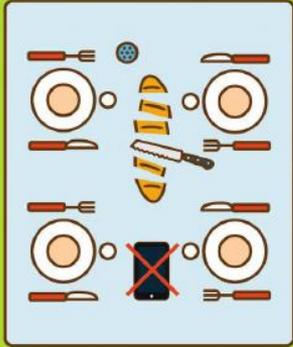
Après 12 ans

L'enfant commence à s'affranchir des repères familiaux

Restez disponibles, il a encore besoin de vous !

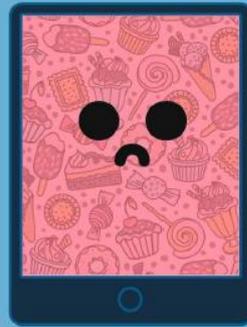
3-6-9-12 : affiches

À TABLE, ON COUPE LE PAIN :
COUPONS AUSSI
LES ÉCRANS.



À tout âge, gérons les écrans comme les aliments

LES ÉCRANS,
C'EST COMME LES BONBONS :
EN MANGER TROP,
ÇA REND RONCHON.



À tout âge, gérons les écrans comme les aliments

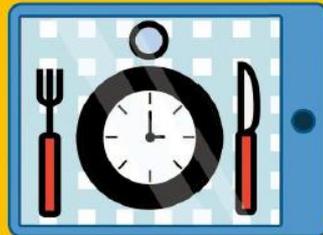
NE RESTE PAS SEUL
AVEC TES ÉCRANS !



UN BON FILM,
UN BON JEU VIDÉO,
C'EST COMME
UN BON GÂTEAU :
ON LE PARTAGE
ET ON EN PARLE.

À tout âge, gérons les écrans comme les aliments

LES ÉCRANS,
C'EST COMME LES REPAS :
HORAIRE FIXE
ET QUANTITÉ LIMITÉE.



3 6
9 12

Apprévoiser
les écrans
et grandir

bayard

ères

<https://www.3-6-9-12.org>

MARRE D'ÊTRE
DES ZOMBIES ?
LÂCHONS NOS MOBILES
LA NUIT !



SUR LES RÉSEAUX,
TOUT EST PLUS BEAU,
TOUT EST PLUS FAUX.



SUR LES RÉSEAUX,
JE PARLE AUX AUTRES
COMME JE VOUDRAIS
QU'ON ME PARLE.



Illustrations : Blake Jacob, Gaëthier La Brie

SUR INTERNET,
TOUT LE MONDE TE VOIT :
PROTÈGE TON INTIMITÉ !



3 6
9 12

Apprévoiser
les écrans
et grandir

bayard

ères

Les nouvelles recommandations

3 académies lancent un « appel à une vigilance raisonnée sur les technologies numériques » (avril 2019) :

- Académies de médecine, des sciences et des technologies

Avant 3 ans :

- une **utilisation modérée et prudente**, toujours **accompagnée**

Entre 3 et 10 ans :

- **ritualiser** pour faciliter l'**autorégulation**, éviter d'acheter des outils numériques personnels aux enfants et **limiter l'usage avant le coucher** pour préserver la qualité du sommeil.

Après 10 ans :

- maintenir un « **dialogue positif** sur l'utilisation des écrans » et rester attentifs aux symptômes de fatigue et aux signes d'isolement.

Les **parents** sont incités à avoir eux-mêmes un « **usage raisonné** de leurs propres outils numériques, notamment quand ils interagissent avec un jeune enfant ».

« Les parents sont ou devraient être les éléments essentiels de prévention de ces troubles et conduites à risque »

Ces recommandations ne comportent **pas de temps maximal d'utilisation** selon l'âge. Les auteurs estiment que rien dans la littérature ne permet aujourd'hui de définir un effet-dose.

Vigilance sur le sur le biais socio-économique et les vulnérabilités sociales.

Ne pas confondre une **nocivité intrinsèque des écrans** avec le **dommage collatéral d'un environnement éducatif** fortement **carencé**.

Effets des **écrans LED / lumière bleue** : impact sur le sommeil & risques de désynchronisation
Risque d'obésité

Vanessa Lalo



Les nouvelles recommandations

The screenshot shows the website of the Haut Conseil de la Santé Publique (HCSP). At the top right, there is a red button 'S'abonner à la lettre du HCSP' and social media icons for Facebook and Twitter. Below this is a search bar with the text 'Que recherchez-vous :' and a 'Chercher' button. A purple button labeled 'Spécial Covid-19' is also visible. The main navigation menu includes 'LE HCSP', 'AVIS ET RAPPORTS', and 'LA REVUE ADSP'. The breadcrumb trail reads 'accueil / avis et rapports / Effets de l'exposition des enfants et des jeunes aux écrans'. The article title is 'Effets de l'exposition des enfants et des jeunes aux écrans'. The text states that screens are part of daily life and that literature provides contradictory information on their effects on cognitive development, learning, and mental health. It notes that screen use is linked to increased weight, reduced sleep, and exposure to inappropriate content. The HCSP recommends: limiting screen time for children under 5, no screens in bedrooms, and using screens responsibly. A sidebar on the right lists related documents: 'Rapport PDF (2129 ko)', 'Avis PDF (1897 ko)', and 'Communiqué de presse PDF (678 ko)'. It also shows the document date (12/12/2019) and a 'Groupe de travail' section with 'Autres documents portant sur' categories like 'Inégalité de santé', 'Prévention', 'Adolescent', 'Développement psychomoteur', and 'Enfant de moins de 6 ans'.

Les nouvelles recommandations

Effets de l'exposition des enfants et des jeunes aux écrans (seconde partie) : de l'usage excessif à la dépendance

Suite à un premier avis en décembre 2019 sur les risques de l'exposition aux écrans, le Haut Conseil de santé publique (HCSP) étudie leur usage problématique. L'usage dysfonctionnel de l'Internet avant la pandémie, concernait environ 13% des jeunes de 12 à 14 ans. Les mesures liées au Covid-19 ont augmenté la surconsommation et la dépendance aux écrans. De nombreux tests de mesure du risque de dépendance aux écrans ont été développés dans le monde, ils doivent être fiables et valides pour identifier les jeunes joueurs dépendants, ou à risque de basculer vers un usage problématique. Les producteurs de technologies numériques utilisent ces effets addictogènes et le pouvoir attractif, ce risque « captatif » des écrans n'épargne aucun âge, mais peut entraîner à l'adolescence un décrochage scolaire. Dans ses recommandations, le HCSP préconise de former aux objets numériques les jeunes et leur famille, et de ne pas systématiquement médicaliser les usages intensifs quand les utilisateurs ont la capacité de garder le contrôle sur leur usage ; il est recommandé de renforcer en milieu scolaire les compétences psycho-sociales et l'apprentissage de la verbalisation des émotions suscitées par les images. Le HCSP insiste aussi sur la responsabilité sociétale des industriels et propose d'inscrire dans le débat éthique l'exposition des enfants mineurs à des incitations à la violence, au harcèlement, au sexisme et à des influences en lien à l'accès à internet et aux réseaux sociaux.

Lire aussi dans les avis et rapports :

- [Effets de l'exposition des enfants et des jeunes aux écrans](#) du 12 décembre 2019

Avis PDF (1622 ko)

Date du document : 08/03/2021

Date de mise en ligne :
18/07/2021

Groupe de travail

**Autres documents
portant sur**

Inégalité de santé Prévention

Adolescent Dépendance Écran

Mineur Prévention

« les déterminants principaux des effets délétères des écrans sont le contexte socio- économique, le niveau d'éducation des familles, et plus encore le niveau de compétence numérique des parents »

Les nouvelles recommandations (Canada, 2022)

Le temps d'écran et les enfants d'âge préscolaire : la promotion de la santé et du développement dans un monde numérique

Affichage : le 24 novembre 2022

La Société canadienne de pédiatrie vous autorise à imprimer une copie unique de ce document tiré de notre site Web. Pour obtenir l'autorisation d'en réimprimer ou d'en reproduire des copies multiples, lisez notre politique sur les droits d'auteur, à l'adresse www.cps.ca/fr/politiques-politiques/droits-auteur.

Auteur(s) principal(aux)

Michelle Ponti, Société canadienne de pédiatrie, [Groupe de travail sur la santé numérique](#)

Résumé

La COVID-19 a transformé l'environnement médiatique familial et suscité des recherches sur les effets de l'exposition aux médias sur écran et de leur utilisation chez les jeunes enfants. La présente mise à jour d'un document de principes de la SCP publié en 2017 passe de nouveau en revue les bienfaits et les risques potentiels des médias sur écran chez les enfants de moins de cinq ans et s'attarde sur leur santé développementale, psychosociale et physique. Quatre principes reposant sur des données probantes — limiter le temps d'écran, en atténuer les effets négatifs, les utiliser en pleine conscience et donner l'exemple d'habitudes saines — continuent d'orienter l'expérience précoce des enfants dans un paysage médiatique en rapide évolution. Les connaissances sur l'apprentissage et le développement des jeunes enfants éclairent les pratiques exemplaires recommandées aux professionnels de la santé et aux professionnels de la petite enfance (p. ex., éducatrices à la petite enfance, fournisseurs de services de garde). Les conseils préventifs devraient désormais inclure l'utilisation des écrans par les enfants et les familles en contexte de pandémie (et par la suite).

[Des outils et des ressources pour les cliniciens sont disponibles ici.](#)

Mots-clés : *développement; enfant d'âge préscolaire; médias numériques; nourrisson; santé; temps d'écran*

Favoriser les interactions parentales et les activités non connectées (limiter écrans)

Le changement de position vient surtout appuyer l'importance :

- ✓ avant 2 ans : uniquement des visio (lien social)
- ✓ des contenus éducatifs adaptés à l'âge de l'enfant,
- ✓ des formes interactives et collectives, en famille, et donc à la verbalisation des contenus et les échanges,
- ✓ et enfin la nécessité de donner le "bon exemple".

Suite étude Elfe - écrans



The screenshot shows the top of a journal article page from 'The Journal of Child Psychology and Psychiatry'. The ACAMH logo is in the top left, and a search bar is in the top right. A dark blue navigation bar contains 'JOURNALS', 'RESEARCH DIGESTS', and 'THE BRIDGE MAGAZINE', along with social media icons for Twitter and LinkedIn. Below this, the journal title and ACAMH logo are repeated. The article title is 'Associations of screen use with cognitive development in early childhood: the ELFE birth cohort'. The authors listed are Shuai Yang, Méléa Saïd, Hugo Peyre, Franck Ramus, Marion Taine, Evelyn C. Law, Marie-Noëlle Dufourg, Barbara Heude, Marie-Aline Charles, and Jonathan Y. Bernard. The article is marked as an 'Original Article' and 'Open Access'. The publication date is 29 August 2023, and the DOI is <https://doi.org/10.1111/jcpp.13887>. A conflict of interest statement states 'No conflicts declared.' The 'Results' section begins with 'TV-on during family meals at age 2, not screen time, was associated with lower MB scores at age 2 (β [95% CI] = -1.67 [-2.21, -1.13]) and CDI scores at age 3.5 (-0.82 [-1.31, -0.33]). In cross-sectional analysis, screen time was negatively associated with CDI scores at ages 3.5 (-0.67 [-0.94, -0.40]) and 5.5 (-0.47 [-0.77, -0.16]), and, in contrast, was positively associated with PS scores (0.39 [0.07, 0.71]) at age 3.5. Screen time at age 3.5 years was not associated with CDI scores at age 5.5 years.' The 'Conclusions' section states 'Our study found weak associations of screen use with cognition after controlling for sociodemographic and children's birth factors and lifestyle confounders, and suggests that the context of screen use matters, not solely screen time, in children's cognitive development.'

Conclusions de l'étude sur 14 000 enfants de 2 à 5 ans

- le contexte d'utilisation prime chez les jeunes enfants, au-delà du temps passé
- les habitudes familiales et le contexte socio-économiques sont essentielles
 - (ex. : lecture vs famille qui passe du temps devant la TV en mangeant)
- la qualité du programme / contenu est fondamentale

Source : [Associations of screen use with cognitive development in early childhood: the ELFE birth cohort](#), The Journal of Child Psychology and Psychiatry (août 2023)

Vanessa Lalo

Suite étude Elfe - écrans

Article | [Open access](#) | [Published: 03 January 2024](#)

Associations between screen viewing at 2 and 3.5 years and drawing ability at 3.5 years among children from the French nationwide Elfe birth cohort

[Lorraine Poncet](#), [Mélèa Saïd](#), [Shuai Yang](#), [Falk Müller-Riemenschneider](#), [Claire Berticat](#), [Michel Raymond](#),
[Mélissa Barkat-Defradas](#), [Marie-Aline Charles](#) & [Jonathan Y. Bernard](#) 

[Scientific Reports](#) **14**, Article number: 348 (2024) | [Cite this article](#)

9874 Accesses | 395 Altmetric | [Metrics](#)

Conclusions de l'étude sur 7 577 enfants de 3,5 ans

- Temps passé devant un écran entre 2 et 3,5 ans
capacités de dessins à 3,5 ans
- Variables socio-économiques des parents +++
- Contexte créé par les parents autour du visionnage d'écran ++
- Programmes éducatifs adaptés à l'âge, discutés avec un adulte ++
 - (développement du langage et cognitif, capacité de dessin)

Source : [Associations between screen viewing at 2 and 3.5 years and drawing ability at 3.5 years among children from the French nationwide Elfe birth cohort](#), Scientific Reports (Janvier 2024)



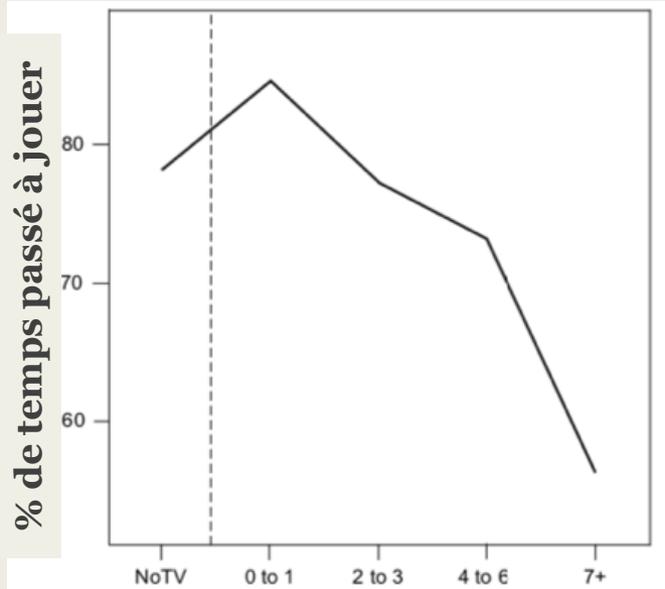
Abstrait (traduit en français)

L'effet du visionnage d'écrans sur le développement cognitif des enfants préoccupe les parents et les chercheurs. Cette étude a examiné l'association entre le temps passé devant un écran chez les enfants, tel que rapporté par les parents, et leur capacité à dessiner, ainsi que les effets confondants des caractéristiques socio-économiques (telles que l'éducation des parents, le revenu du ménage, le statut migratoire) et les activités concurrentes des enfants (telles que la pratique du dessin, les activités extrascolaires), temps passé en plein air, temps de sommeil, temps passé à jouer avec les parents). Les participants comprenaient 7 577 enfants âgés de 3,5 ans (50 % de filles) qui ont subi le test Drawa-person (score de McCarthy [plage = 0 à 12 points]) dans la cohorte de naissance nationale française Elfe, initiée en 2011. des modèles de régression de Poisson gonflés ont été utilisés. L'augmentation du temps passé devant un écran était associée à une probabilité plus élevée d'obtenir un score nul chez les garçons (OR 1,15, IC à 95 % 1,07-1,23) et les filles (1,13 [1,03-1,24]) et à un score plus faible chez les filles uniquement ($\beta = -0,02$, IC à 95 % $-0,04$; $-0,01$). Après ajustement en fonction du statut socio-économique, les associations n'étaient plus observées, ce qui indique que l'association entre le temps passé devant un écran et les capacités de dessin était confondue avec les caractéristiques socio-économiques.

Vanessa Lalo

Télévision et interactions

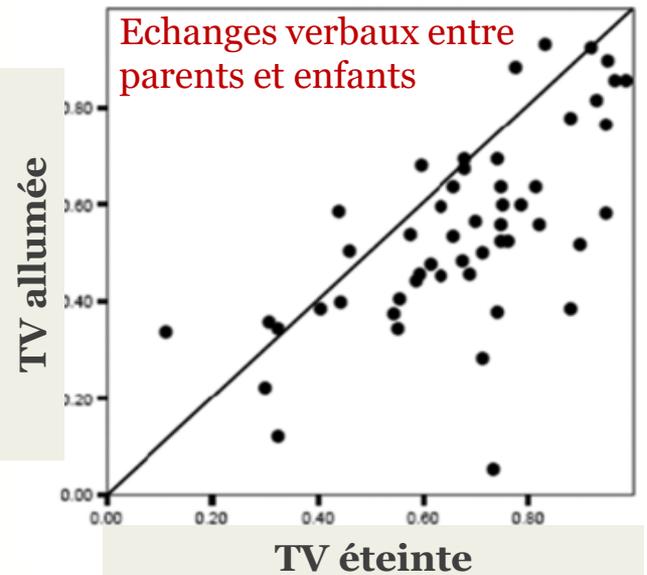
Schmidt et al. 2008



Nombre de fois que l'enfant « jette un œil à la télévision »



Echanges verbaux entre parents et enfants



Kirkorian et al. 2009

VOTRE ENFANT A BESOIN DE VOTRE REGARD



NE LAISSEZ PAS
UN ÉCRAN VOUS SÉPARER

Le numérique avec les petits ?

- Donner l'exemple
 - Attention au mimétisme
 - Favoriser l'attention conjointe / attention partagée
- Attention aux inégalités sociales
- Ne pas renforcer la culpabilité
- Proposer des solutions sans écrans
- S'appuyer sur les besoins fondamentaux pour le développement de l'enfant

Source [flyer à télécharger ici](#)

Vanessa Lalo

Quantité # qualité

Supports # contenus



WIKIPÉDIA
L'encyclopédie libre

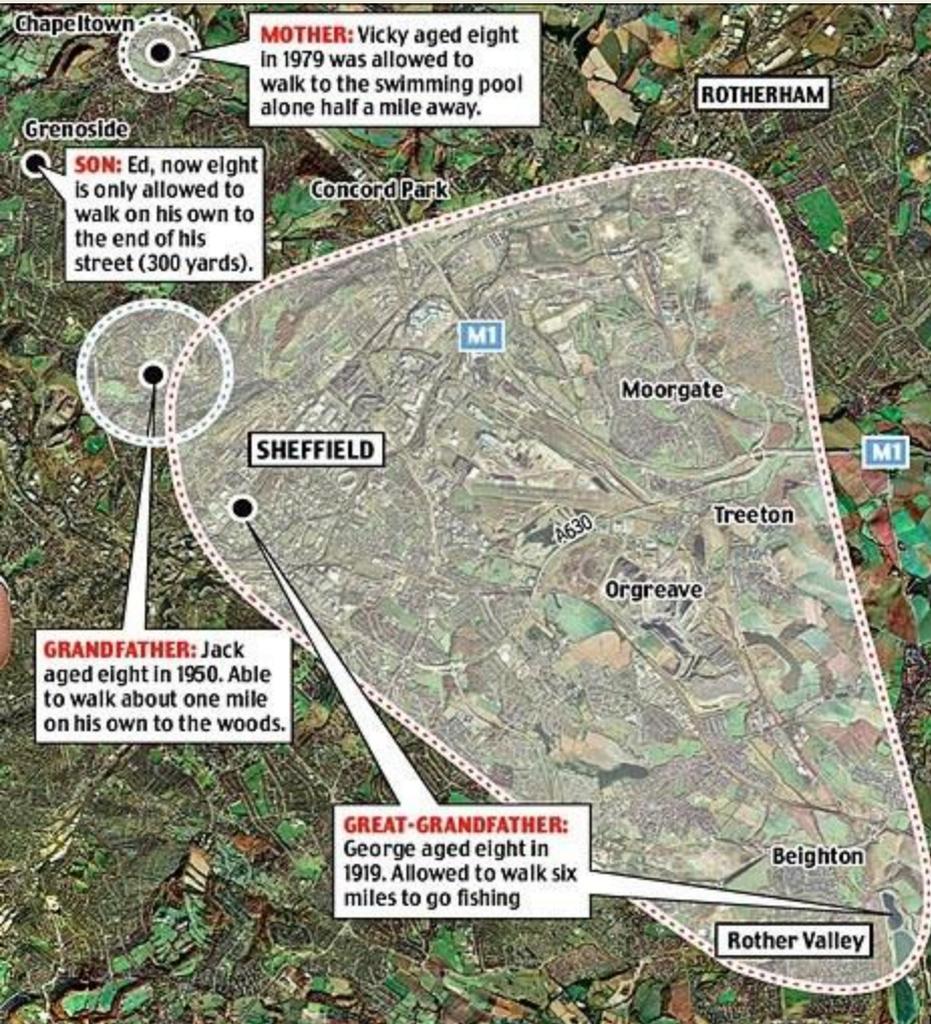
Autonomisation des enfants

Sédentarité

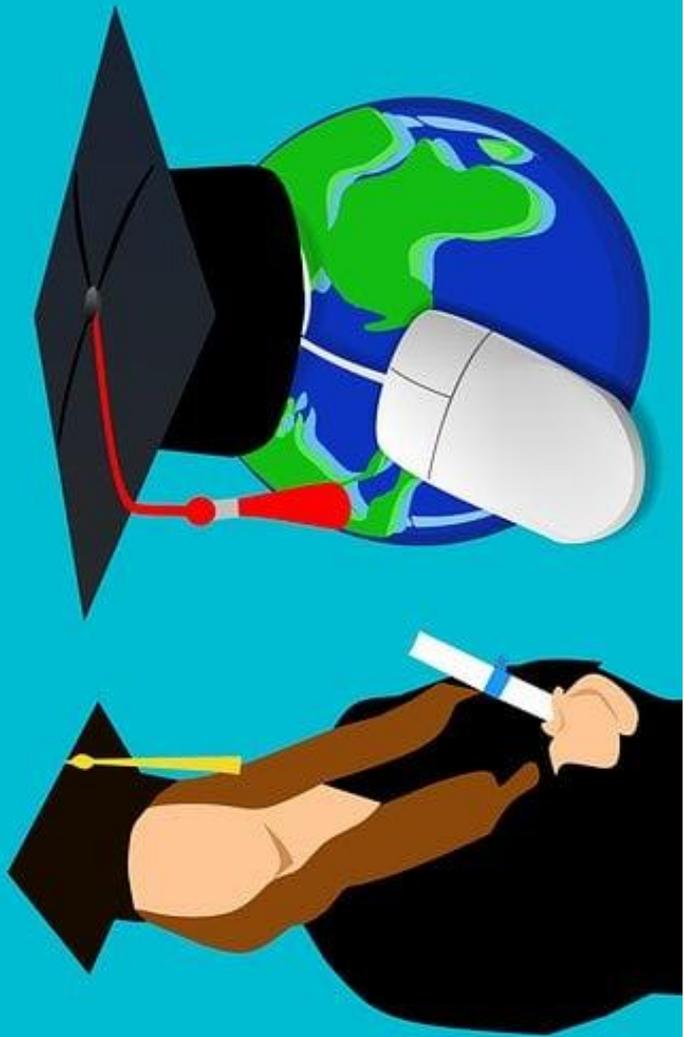
- Enfants n'ont plus le droit de marcher autant
- 1919 : 10 km
- 2007 : 300m
- Peur / faits divers

Contrôle / surveillance

- Contrôle parental
- GPS / géolocalisation
- Notes en ligne avant copie
- ...



Importance numérique institutions



Digital Natives ??

- Non ! Besoin des adultes
- Cliquer # pas technique
- Chercher, s'orienter, discriminer
- Besoin de bibliothèques numériques

Réduire les fractures

- Pas tous mêmes pratiques
- Pas tous mêmes équipements
- Besoin d'un cadre hors famille
- Cadre commun / culture commune
- Savoir débiter et arrêter le numérique



Accompagner les familles

Sensibiliser

- prévenir, informer, dialoguer avec les jeunes sur leurs pratiques
- accompagner les parents vers une meilleure connaissance / renforcer les compétences parentales
- pousser les compétences psychosociales (gestion du stress, empathie, interpersonnel...)

Numérique prétexte

- pour traiter les autres sujets
 - Hygiène, alimentation, sommeil, constructions sociales, identité, idéaux, fantasmes, troubles...

ELLE EST ENCORE SUR LES "ÉCRANS" !?

Non, en fait elle...



JOUE



APPREND UNE
LANGUE
ÉTRANGÈRE



RÉVISE SA
LEÇON



S'EXPRIME



FILME



S'INFORME



S'ORGANISE



PUBLIE

#LaVieEnNum



Conflits familiaux

Conflits / excès

- Refuge
- # Lien social
- # Apprentissages

Solutions

- Pacte de confiance / contrat / charte
- Auto-régulation / minuteurs
- Règles, cadre / limites
- Contrôle parental (mais pas substituer humain)

FamiNum

- Créer sa charte autour des écrans en famille



Vanessa Lalo

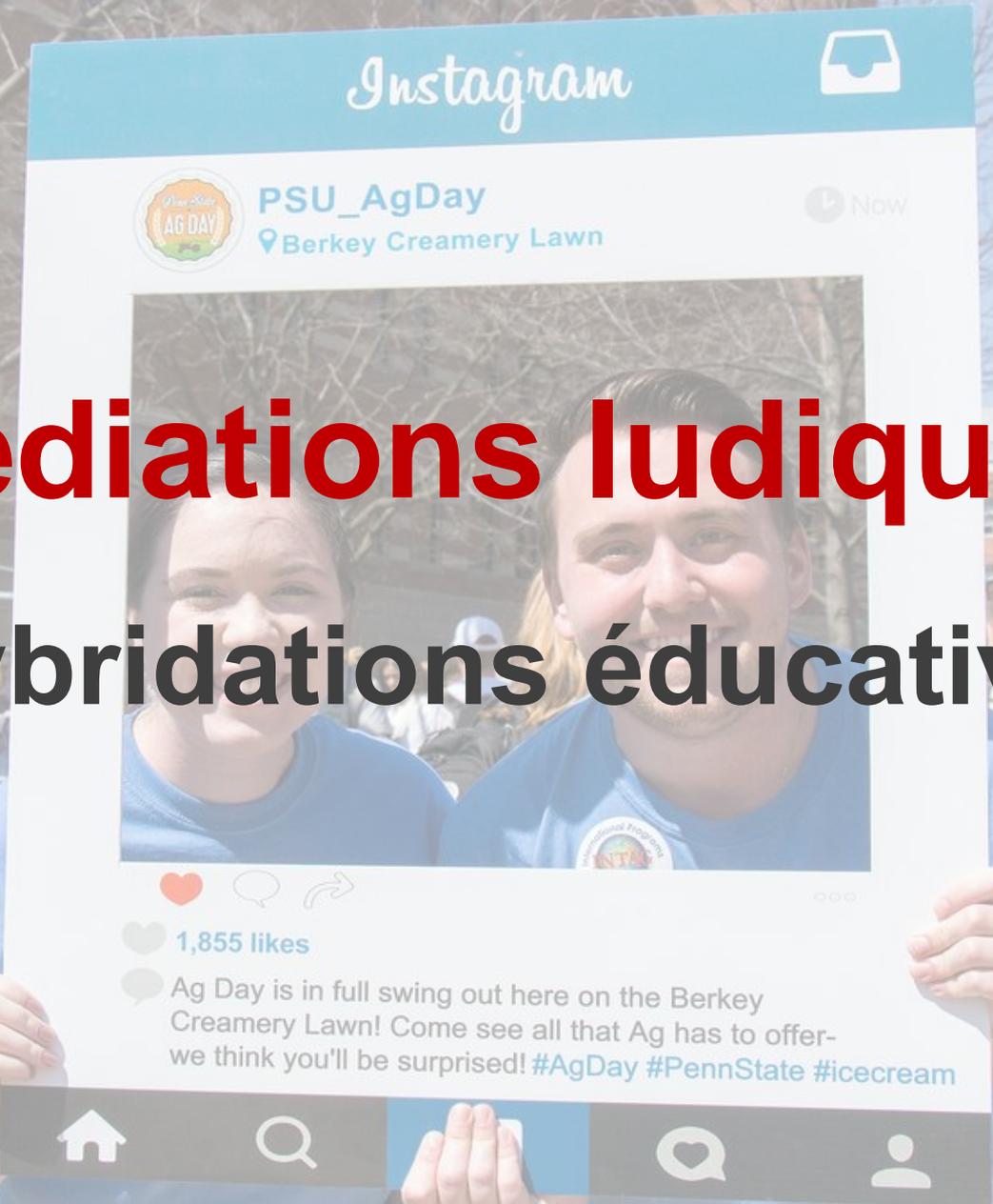


Numérique en famille

Les écrans en famille

- Jouer ensemble
- Activités familiales, collectives
- Équiper les adultes avant les enfants
- Favoriser les équipements collectifs

Médiations ludiques, Hybridations éducatives



Résotutos

<https://www.lumni.fr/programme/resotuto>

Lumni | ENSEIGNEMENT

Accueil • Primaire • Collège • Lycée • Étudiant

Rochercher • Mes favoris • Connexion

Collège | Troisième | Éducation aux médias et à l'information | Résotuto

Troisième

Physique-chimie

Techno

Education aux médias et à l'information

Arts

Musique

S'informer >

Vivre en société >

ien >

Résotuto

Après *Sexotuto*, Ambre et Eddie reviennent sur Lumni. Avec *Résotuto*, série impertinente et drôle, deviens un utilisateur éclairé des réseaux sociaux...

Voir plus

f t e

video

video

video

video

Mes parents et mes réseaux sociaux

Résotuto

6min

La surconsommation des réseaux sociaux

Résotuto

8min

Comment et quoi publier sur les réseaux...

Résotuto

5min

Likes et haters : comment gérer ?

Résotuto

4min

video

video

video

video

Ca DÉGAGE !

TINEYE



Programme de 20 épisodes autour des réseaux sociaux à destination des jeunes (Lumni, Santé Publique France)

<https://www.lumni.fr/video/fake-news-deepfake-et-theorie-du-complot#containerType=program&containerSlug=resotuto>

Vanessa Lalo



PEGI 3



PEGI 3



PEGI 3



PEGI 3

Jeux coopératifs



PEGI 7



PEGI 12



PEGI 12

Vanessa Lalo

Educ'Esport : l'esport à l'école



[Vidéo : Educ' Esport : tournoi hiver \(ArmaTeam\)](#)

PRÉSENTATION

League of Legends est un jeu de type MOBA (Multiplayer Online Battle Arena) où deux équipes de 5 joueurs s'affrontent pour détruire le bâtiment principal de l'équipe adverse tout en protégeant le leur. Les joueurs peuvent choisir parmi plus de 150 champions différents, chacun ayant des capacités et des styles de jeu uniques. Le jeu est connu pour son gameplay compétitif, sa communauté active et son environnement en constante évolution.

**PRISE EN MAIN**

Difficulté :



Compétences :

- Dextérité
- Coordination
- Coopération
- Anticipation
- Prise de décision
- Traitement des informations
- Orientation spatiale
- Communication
- Jouer un rôle

MODE DE JEU

Équipe de 5

GENRE

MOBA

JEU COMPÉTITIF

Oui

JEU EN LIGNE

Oui

TEMPS DE JEU

35 min

PLATEFORME

Mac OS / Windows



AMI Educ Esport

Fiche pédagogique du jeu Mario Kart 8

PRÉSENTATION

Mario Kart 8 est un jeu de course développé par Nintendo. Le jeu propose 32 circuits différents, dont 16 sont des circuits classiques et 16 sont des circuits inédits. Les joueurs peuvent choisir parmi plus de 30 personnages différents, personnaliser leur kart et utiliser des objets pour ralentir leurs adversaires et prendre l'avantage.

**PRISE EN MAIN**

Difficulté :



Compétences :

- Dextérité
- Coordination
- Anticipation
- Prise de décision
- Traitement des informations
- Orientation spatiale

MODE DE JEU

Seul ou en équipe

GENRE

Course/Arcade

JEU COMPÉTITIF

Oui

JEU EN LIGNE

Oui

TEMPS DE JEU

20 min

PLATEFORME

Nintendo Switch

3

www.pegi.info

**COMPÉTENCES DISCIPLINAIRES****Mathématiques :**

Lecture des courbes de fin de partie, analyse de statistiques en fin de partie.

Français :

Aborder des textes issus du jeu vidéo pour faire découvrir les éléments du genre fantasy.

Anglais :

Discussion en ligne, vocabulaire du jeu, information sur les mises à jour.

**COMPÉTENCES TRANSVERSALES PSYCHO-SOCIALES****Compétences cognitives :**

La maîtrise de soi.

En effet, lors d'une partie, l'élève doit planifier ses actions, gérer son attention et prendre conscience de l'environnement du jeu.

Compétences émotionnelles :

Réguler ses émotions.

Durant les 35 minutes de jeu, des émotions différentes peuvent émerger (joie, tristesse, stress, colère).

Compétences sociales :

Développer des relations constructives.

Il est nécessaire d'avoir une équipe qui reconnaisse chacun de ses membres et qui arrive à communiquer.

COMPÉTENCES NUMÉRIQUES**Informations et données :**

Gérer et traiter des données.

L'écran de fin de partie expose de nombreuses données analysables par les élèves.

Communication et collaboration :

Collaborer, s'insérer dans le monde numérique.

Ce jeu se joue exclusivement en ligne, possède des réseaux d'aide ou de tutoriel, permet de collaborer avec d'autres.

Protection et sécurité :

Protéger les données personnelles et la vie privée.

Sensibiliser les élèves sur la protection de leurs données, de leur vie personnelle.

CC BY NC SA -octobre 2023 - DANE de Versailles

Educ'Esport

COMPÉTENCES DISCIPLINAIRES**Technologie :**

Comprendre les spécificités des différents karts et justifier de son choix. Il pourra être proposé un projet pour comprendre comment fonctionne un kart.

Sciences-Physiques :

Le jeu peut servir pour comprendre la différence entre vitesse et accélération.

**Géographie :**

Un travail autour de l'analyse des circuits représentant les différentes villes du monde (Paris, Sydney, Tokyo, ...) différences et similitudes par rapport à la réalité.

COMPÉTENCES TRANSVERSALES PSYCHO-SOCIALES**Compétences cognitives :**

L'élève est capable de contrôler et de prévoir les différentes courses et personnages en fonction de ses objectifs.

Compétences émotionnelles :

Capacité à gérer son stress.

L'élève doit apprendre à gérer le stress d'avant course et pendant la course afin d'atteindre son objectif.

Compétences sociales :

Capacité à résoudre des difficultés.

Plusieurs difficultés peuvent apparaître dans l'apprentissage du jeu et des différentes courses.

COMPÉTENCES NUMÉRIQUES**Informations et données :**

Mener une recherche et une veille d'information.

Dans le cadre du travail en géographie, faire une recherche sur les différentes villes représentées dans le jeu.

Communication et collaboration :

Partager et publier.

Sur le site du collège, publier un article pour partager ses recherches sur les représentations des villes dans le jeu.

Création de contenus :

Adapter les documents à leur finalité.

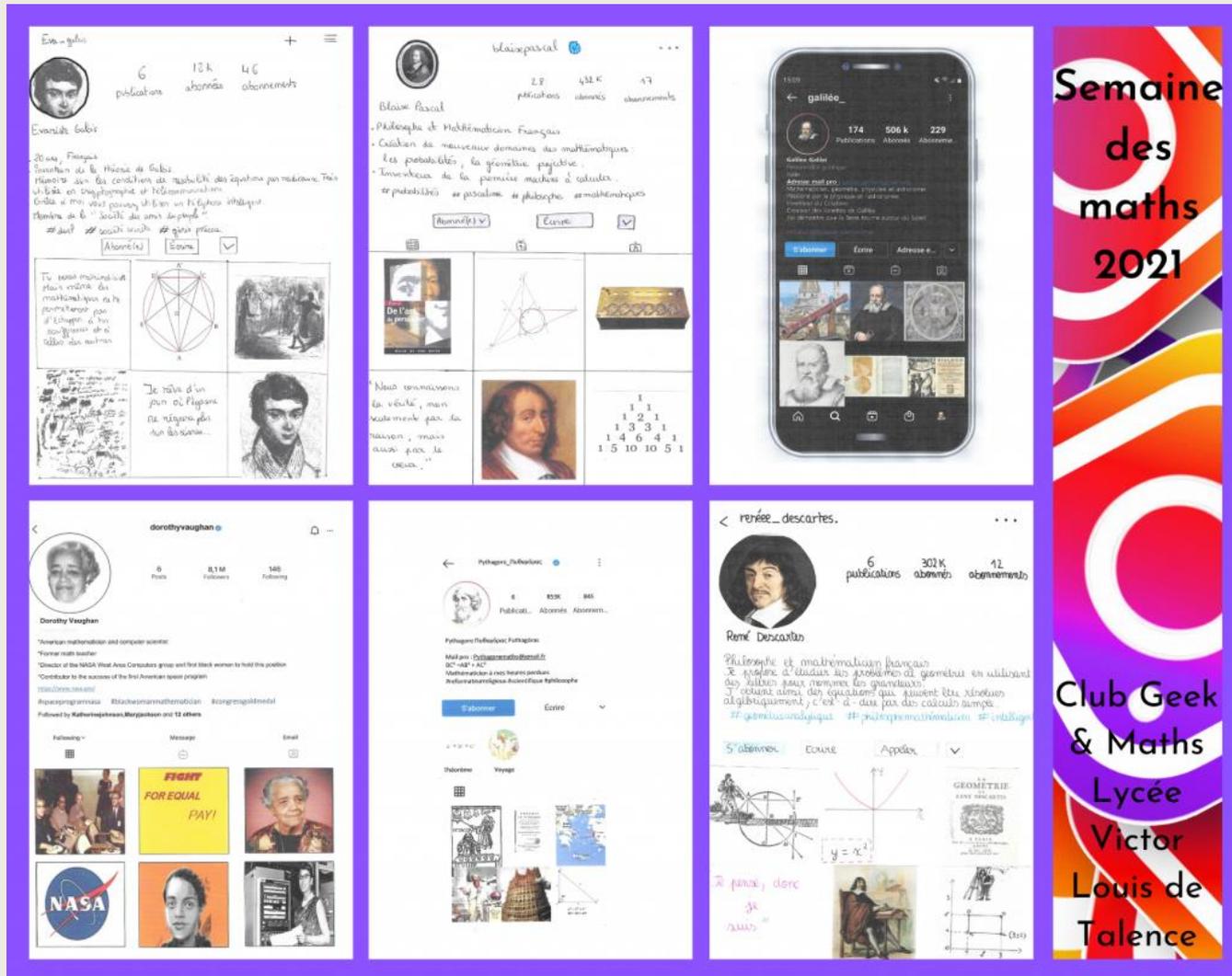
Créer le document qui sera partagé dans le cadre du travail sur les villes en utilisant les outils disponibles.

CC BY NC SA -octobre 2023 - DANE de Versailles

Fiches jeux pour les ateliers Educ'Esport - Dane de Versailles

Vanessa Lalo

Exemples RS scolaires



Concours : Créer le profil Instagram d'un mathématicien (3^{ème}), [Académie de Bordeaux](#)

Vanessa Lalo

Programme Empathic



[Programme « Empathic »](#), Internet sans crainte, 2023

Intelligences artificielles

ChatGPT et les IA génératives Faire avec : nouvelles assistances, nouvelles exigences

Depuis la fin 2022, les IA génératives sont accessibles au grand public. La communauté éducative toute entière peut interagir avec ces interfaces. Si les applications ne raisonnent pas, elles assistent le travail intellectuel. **Quelles pistes pour l'enseignant, comment travailler avec ses élèves?**

1 Culture professionnelle et pédagogie

- **Création de contenus pour la classe et les évaluations** : énoncés d'exercices, QCM, questions sur un texte, écriture d'un texte avec des mots imposés
- **Veille professionnelle** : résumer un texte, un article, initier une recherche, documenter une thématique, dresser un champ lexical, produire une liste de mots
- **Production** : Générer du code, lever des problèmes techniques, rédiger des textes (mails, réponse aux AP, appréciations...)
- **Développement professionnel** : Comprendre et transmettre une culture des IA (concepts de base de l'IA, mythes et réalités, domaines d'application), se positionner sur les questions éthiques (droit d'auteur, travail humain invisibilisé, développement durable)
- **Questionner les modalités d'évaluation et les objectifs pédagogiques**
- **Connaître les pratiques des élèves avec les IA** pour situer au plus juste la fracture numérique, définir des besoins, s'adapter aux usages des élèves
- **Elaborer des présentations**, des supports
- **Différencier** ses signes en tenant compte des publics
- **Faire évoluer** des interfaces
- **Générer** des écrits créatifs

2 Esprit critique

3 Exigence

4 Créativité



- **Développement de compétences, de savoirs** : converser en langue native / étrangère, simuler un entretien, expliquer une notion
- **Assistance à l'écriture** : proposer des idées, construire un plan, réécrire un texte, paraphraser, corriger, faire corriger ses écrits, améliorer son style
- **Production d'écrit** : pasticher un auteur, un style (pour analyse, comparaison, compréhension), générer, corriger du code, titrer, reformuler
- **Se documenter, s'informer** : trouver des points saillants, documenter un sujet, synthétiser et ou résumer un document
- **Confronter et questionner les résultats** obtenus avec les IA à la lumière de différentes sources, faire évoluer les réponses, repérer les biais
- **Savoir interroger les outils d'IA** selon son objectif, ses attendus, manipuler, expérimenter
- **Construire une culture mathématique et scientifique** utile à comprendre les IA et leurs fonctionnements algorithmiques
- **Poser le débat** de la relation homme machine et les questionnements introduits par les IA
- **Développer la créativité par l'interaction** avec les IA et mobiliser des connaissances culturelles



Crédits images : Storyset <https://storyset.com/>

Petite Poucette et
175 milliards de
paramètres



En 2012, dans son essai intitulé *Petite Poucette*, le philosophe Michel Serres posait la question de l'enseignement à l'ère des technologies de la communication, d'internet et des réseaux sociaux, en prédisant :

«Le seul acte intellectuel authentique, c'est l'invention.»

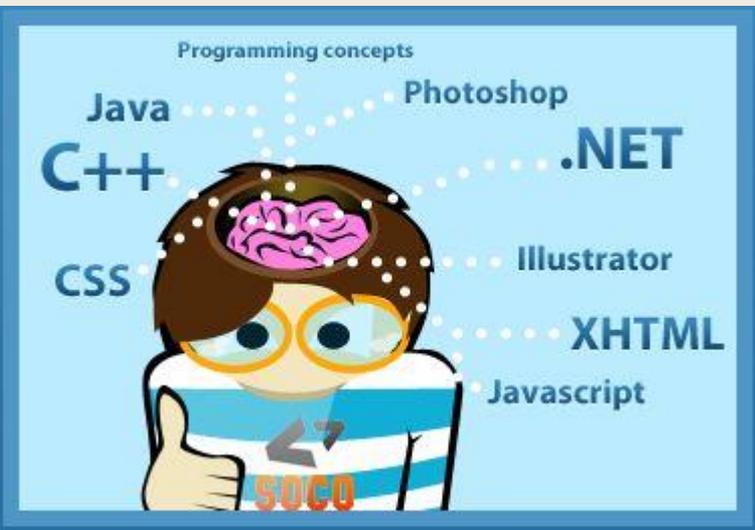


Intelligences artificielles



The image shows a screenshot of the UNESCO website. At the top left is the UNESCO logo. At the top right, the language is set to 'FRANÇAIS'. Below the logo, there is a navigation bar with 'I.A.', 'Nos actions', 'Histoires & Idées', and 'Ressources'. The main heading is 'L'intelligence artificielle dans l'éducation'. The text below discusses the role of AI in education, mentioning the 2030 Agenda and the importance of inclusion and equity. It also refers to a document titled 'Artificial Intelligence and Education: Guidance for Policy-makers'.

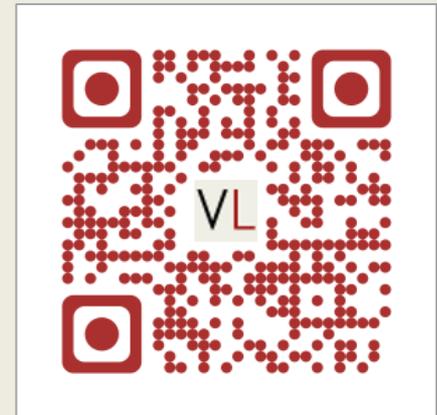
Du consommateur au consomm'acteur



- Apprendre à choisir, à critiquer
 - Connaître les enjeux (économiques, techniques, écologiques)
 - Créer / coder ses propres contenus
 - Consommer autrement // inventer ses usages
- Faire de l'éducation aux médias (EMI)
- Guider vers des usages responsables
- Choisir des contenus pertinents
- Favoriser les compétences de demain

A vos clics !

<http://vanessalalo.com>



vanessa.lalo@gmail.com



Vanessa Lalo



@Vanessa_Lalo



Vanessa Lalo

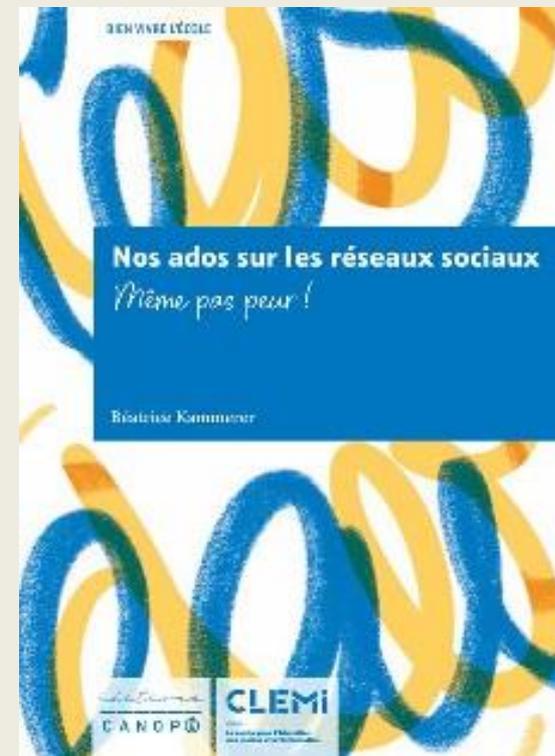
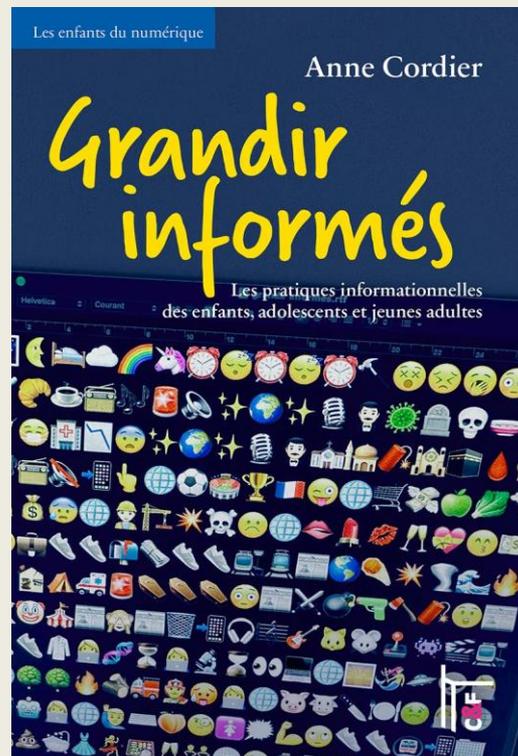
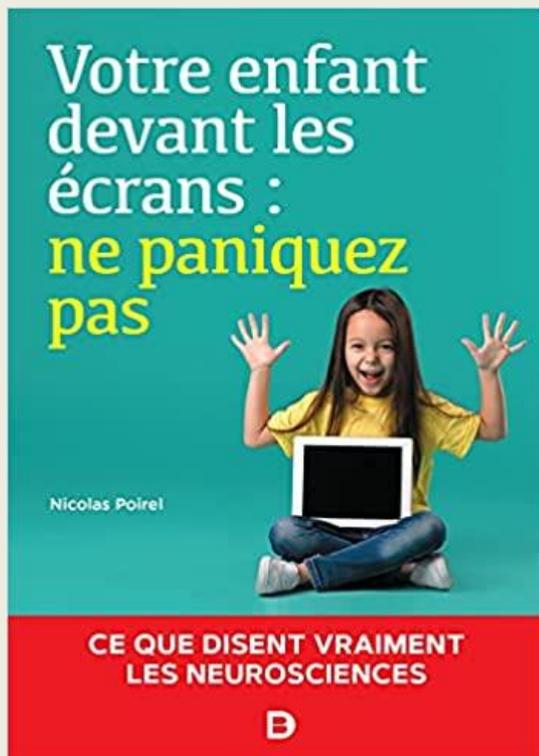


@vanessa.lalo

Annexes

Ressources

Livres ressources



Ressources enfants



Anne Cordier et Séverine Erhel, [Retz](https://www.retz.com) (06/2023)

Ramus méninges

Psychologie scientifique, neurosciences, médecine, éducation

Accueil Cerveau Maths - Physique Passé Vivant Science et société

Les écrans et l'enfant: décryptage de la nouvelle méta-analyse

09.04.2020 | par Franck Ramus | écrans, éducation, environnement, expertise, intelligence, société, troubles du langage



par **Coralie Chevallier**, chargée de recherche à l'Inserm.

J'ai passé mon enfance devant la télé, des heures et des heures (et des heures!) passées devant un écran à regarder des contenus idiots. Je suis aussi la première personne de ma famille à être allée à l'université, et aujourd'hui, je suis chercheuse à l'INSERM. Est-ce une preuve que les écrans ont un impact positif sur la réussite scolaire ? Non, bien sûr !

Nous savons tous qu'il ne faut pas confondre anecdote et données scientifiques. Et nous savons aussi qu'il faut distinguer corrélation et causalité. Ce n'est pas parce que j'ai beaucoup regardé la télé ET bien réussi à l'école que la télé a causé ma réussite. J'ai pu réussir dans la vie

Franck Ramus (CNRS)

<https://scilogs.fr/ramus-meninges/les-ecrans-meta-analyse>

Conférence "sciences cognitives et numérique", Effets et apports du numérique sur les apprentissages de l'enfant et de l'adolescent, 4 Octobre 2018



Effets et apports du numérique pour les apprentissages de l'enfant et de l'adolescent

Grégoire Borst
gregoire.borst@parisdescartes.fr



Grégoire Borst (LaPsyDE, CNRS)

<https://www.dane.ac-versailles.fr/IMG/pdf/borst-numerique-sc-cognitives-4-10-2018-small.pdf>



Séverine Erhel

https://www.youtube.com/watch?v=KdfUiYF1XDU&ab_channel=SemaineduCerveauRennes

Vanessa Lalo

Les essentiels - Ressources

Bonnes pratiques

Cyber sécurité et données personnelles

- [CNIL](#) (Commission nationale de l'informatique et des libertés)
 - [Ressources et jeux en famille autour des données personnelles](#)
- <https://www.cybermalveillance.gouv.fr> (abonnement newsletter pratique)
- Bonnes pratiques sur les réseaux sociaux ([cybermalveillance.gouv.fr](https://www.cybermalveillance.gouv.fr))
- 10 mesures essentielles pour assurer sa sécurité numérique ([cybermalveillance.gouv.fr](https://www.cybermalveillance.gouv.fr))

Sites de références

- [Internet Sans Crainte](#)
- [E-enfance](#)
- [Génération Numérique](#)
- [Pédagojeux](#)
- Apprivoiser les écrans et grandir : <https://www.3-6-9-12.org>
- Sélection des meilleures applications pour enfants [La Souris Grise](#)

[Le blog du Modérateur](#) (études statistiques jeunes et réseaux sociaux)

Les essentiels thématiques

Harcèlement

Non au harcèlement

- Numéro de téléphone : 3020
- Site : nonauharcèlement.education.gouv.fr

3018 : Cyber-harcèlement et victime de violences numériques

- Numéro de téléphone : 3018 (+ application + contact par Messenger et WhatsApp)
- Site : <https://e-enfance.org/numero-3018/besoin-daide>

Netecoute

- Numéro de téléphone : 0800 200 000
- Ressources web: netecoute.fr

Démarches auprès des services publics (service-public.fr)

Ressources pédagogiques : <https://www.nonauharcèlement.education.gouv.fr/ressources>

- Outils de sensibilisation : <https://www.nonauharcèlement.education.gouv.fr/ressources/outils>
- Guide pédagogiques : <https://www.nonauharcèlement.education.gouv.fr/ressources/guides>

Livre

- « [Sortir de la violence, à l'école et sur les écrans](#) » (Bérandère Stassin)

Les essentiels thématiques

Nude / sextorsion / revenge porn

CNIL (Commission nationale de l'informatique et des libertés)

Point de contact (signaler des contenus illicites sur Internet, victimes)

- Site web pour déclarer + appli : <https://www.pointdecontact.net>
- Ressources web (bandes-dessinées sur les thèmes prostitution, sextorsion...)

Netecoute

- Numéro de téléphone : 0800 200 000
- Ressources web: netecoute.fr

Campagnes et ressources de prévention à l'étranger

- Canada :
 - « [Envoie un rat-taube nu](#) »
 - « [Sextorsion : comment se protéger, comment faire face](#) »
- Suisse :
 - « [Stop-sextortion](#) »

Vidéo

- « [Ils l'ont pas respectée...](#) » :

Pornographie

- Jeprotectemonenfant.fr

Les essentiels thématiques

Marginalisations / radicalisations

Prévention de la délinquance

Signalement sur la plateforme PHAROS :

- <https://www.interieur.gouv.fr/A-votre-service/Ma-securite/Conseils-pratiques/Sur-internet/Signaler-un-contenu-suspect-ou-illicite-avec-PHAROS>

Politique de prévention de la radicalisation violente en milieu scolaire :

- <https://eduscol.education.fr/1017/politique-de-prevention-de-la-radicalisation-violente-en-milieu-scolaire>

Les essentiels thématiques

Darknet et Challenges

Darknet :

- « Internet caché : Qu'est-ce que le Darknet ? » ([Kaspersky](#))
- « Darknet, darkweb, deepweb : ce qui se cache vraiment dans la face obscure d'Internet » ([Theconversation](#))

Challenges :

- Livre gratuit en ligne : « [Challenges numériques sur les réseaux sociaux](#) » (OPEN, 2020)

Les essentiels thématiques

Violences intrafamiliales (maltraitance...)

Ecoute psychologique

Violences

- Numéro de téléphone pour signaler ou être écouté : 119
- SMS au 114 en cas d'impossibilité à appeler
 - SMS qui s'efface et réponse très réactive des autorités
- Plateforme « Arrêtons les violences »
- **Partenaires** (Aide Sociale à l'Enfance (ASE), Assistante sociale, Education nationale, Educateurs spécialisés, Protection Judiciaire Jeune...)

Ecoute psychologique

- **Fil santé jeune** (Service anonyme et gratuit pour les 12-25 ans tous les jours de 9h à 23h)
 - Numéro de téléphone : **0800 235 236 // Chat pour parler // Ressources en ligne**
- **Partenaires** (CMP, Maisons des adolescents, urgences psychiatriques (SAMU : 15),
- Informations autour des urgences psychiatriques (Psycom)

En cas d'urgence, appeler les pompiers (18) ou la police (17)

Les essentiels thématiques

Vidéos diverses

En quoi "Hold-up" est-il un documentaire complotiste ? ([France Culture](#))

Série de vidéos : "Ma vie de profil" (témoignages de jeunes influenceurs) ([Lumni](#))

Série de vidéos : "Education aux médias" ([Lumni](#))

"Protéger sa vie privée" ([Le rire jaune](#))

Série de vidéos "Dans ton tel" ([France TV Slash](#))

Série de vidéos "Youtubeurs, les risques du métier" ([France TV Slash](#)) :

Lumni

- Lumni est une plateforme éducative numérique de l'audiovisuel public français permettant aux élèves de la maternelle à la terminale de consolider les notions des programmes scolaires

Exemples de médiations

Heure du conte numérique

Animations fabrications numériques ([Makey Makey](#))

Ateliers stop motion

Ateliers découverte du code (sans écran)

Tournois de jeux vidéo (Minecraft, Just Dance, Super Smash Bros, League of Legend, Mario Kart, FIFA, retrogaming...)

Ateliers Educations aux Médias

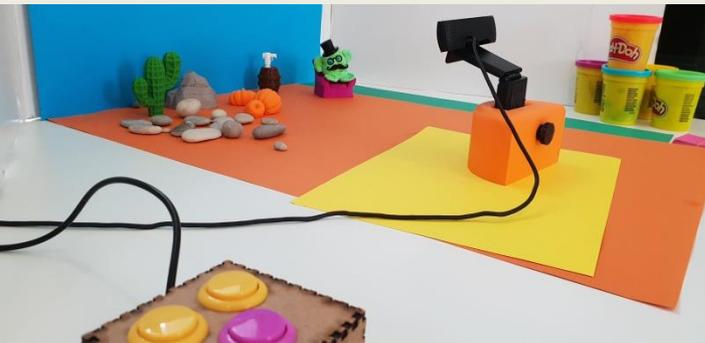
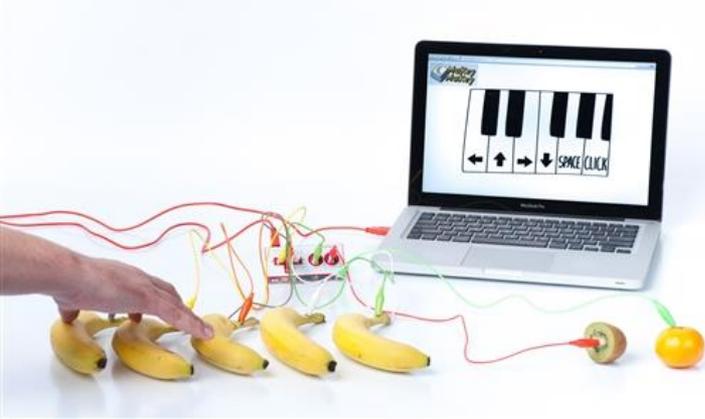
Soirées vidéos Youtube thématiques

Formations / ateliers par les jeunes

Exposition transmedia

...

Vanessa Lalo





Exemples de médiations

Atelier jeux indépendants sur tablettes

Créations de BD numérique

Trucages et effets spéciaux

Poésie numérique

Bruitages et doublages

Fabrications musicales

Ateliers LEGO animés



Création de parcours ludiques



Créer ses propres parcours, tests de connaissances ludiques, quizz partageables (gratuit)

<https://kahoot.com>

Créer ses propres parcours pédagogiques, des séances en présence ou à distance ; des documents (fichiers et liens), des exercices, des activités...

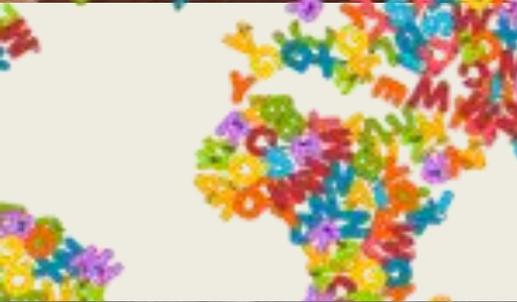
(gratuit)

[La Digitale \(Digisteps\)](#)

Exposition artistique autour de l'univers des jeux vidéo



Photos aux rayons x : Odracir



Escape Games

[Sur les traces de Marie Curie](#) (académie Besançon + méd. Puteaux)

[A la recherche de la formule perdue](#)

[A la recherche de Martin Réveil](#)

[ADN'igme](#)

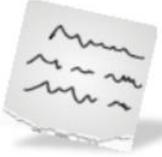
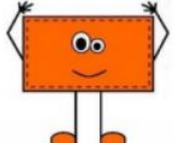
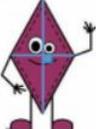
[Chemical Escape](#)

[La Casa de Papel](#)

[Fiche pédagogique pour construire des Escape Games](#) (Académie de Grenoble)



Escape cards

<p>11 </p> <p>Partie d'un message. Il manque l'autre moitié pour le reconstituer</p>  <p>Tape le code message</p>	<p>12 </p> <p>Début d'une propriété</p> <p><i>Un rectangle est un quadrilatère qui possède ...</i></p>  <p>Tape le code rectangle</p>	<p>13  </p> <p>Envoi de l'adresse du GANG aux collègues</p>  <p>Tape le SMS : numéro rue nom de la rue (ex : 18 rue des jonquilles)</p>	<p>47  </p> <p>Portraits-robots des membres du gang</p>  <p>Tape le code quadrilatère</p>	<p>49 </p> <p>En général, un parallélogramme ne possède pas trois angles droits</p>  <p>Appuie sur la touche Malus </p>
<p>68  </p> <p>Un losange possède bien des diagonales perpendiculaires</p>  <p>Tape le code losange</p>	<p>111   </p> <p>Le nom de rue du GANG est dans ce message en morceaux</p>  <p>Tape le code adresse</p>	<p>129  </p> <p>Un rectangle possède bien trois angles droits</p>  <p>Tape le code QCM</p>	<p>128 </p> <p>En général, les diagonales d'un rectangle ne sont pas perpendiculaires</p>  <p>Appuie sur la touche Malus </p>	<p>LANCEMENT DU JEU</p> <p>⇒ Lis les règles du jeu inscrite sur l'onglet en papier</p> <p>⇒ Etale les cartes par ordre croissant sans les regarder</p> <p>⇒ Munis-toi de quoi écrire</p> <p>⇒ Lance l'appli sur l'ordi ou via le QR Code.</p> 

escapecards.fr

- inventer des escape games pédagogiques en cartes papier + appli web app.escapecards.fr
- créé par des enseignants, gratuit

Vie privée sur Internet

  Parcours  

Culture Numérique - Vie privée et réseaux sociaux

 **Lancer la séance**  [Télécharger la fiche pédagogique](#)

- Les réseaux sociaux
- La vie privée
- Les publications en ligne

 Vie privée et réseaux sociaux **1**  

 Émergence des représentations **2**  

 Internet espace publique **3**  

 Décryptage **4**  

 Les réseaux sociaux connaissent-ils la couleur de mon **5** 

 Décryptage **6**  

 Messages-clés **7**  



[Code décode, atelier](#)

Vie privée sur Internet



Enregistrer

**Sur Internet,
Tu publies ?
Réfléchis !**

Apprends à bien gérer ton image
...et celle des autres

Voir la ressource

Sur Internet, tu publies, tu réfléchis !

Activité interactive **8-11 ans** **Animateurs** **Enseignants** **Parents**

Dans la vie réelle comme dans nos vies numériques, il n'est pas toujours facile de savoir ce qui relève de la vie privée ou publique ! Prendre le temps de la réflexion avant d'envoyer un contenu (photos...) est très important : « Tu publies ? Réfléchis ». Cette activité en autonomie permet d'aborder :

- le droit à l'image ;
- la protection des données personnelles ;
- la question du rapport virtuel / réel ;
- les enjeux et les risques des échanges numériques.

Cycles scolaires : Cycle 2, Cycle 3

Objectifs :

- Gérer son identité numérique ;
- Comprendre pourquoi il est judicieux de réfléchir avant d'envoyer/publier du contenu ;

[Vinz et Lou](#), Internet sans crainte

Vie privée sur Internet



The banner features a cartoon character looking at a yellow bookshelf filled with books representing social media and search engines. The books are labeled: FACEBOOK, TWITTER, PINTEREST, INSTAGRAM, GOOGLE, MESSENGER, GMAIL, and SNAPCHAT. A 'TOP SECRET' sign is on top of the shelf, and a handwritten note says 'accès libre'. The background is blue with a circuit pattern and social media icons like Twitter, Instagram, and a crossed-out padlock. A large red 'QUIZ' text is centered above a white box containing the quiz title and description. A red 'JOUER' button is at the bottom.

Édition Spéciale
Les Incollables

QUIZ

TA VIE PRIVÉE, C'EST SECRET !

Teste tes connaissances avec Les Incollables®
sur la protection de tes données personnelles sur
Internet et réponds aux questions !

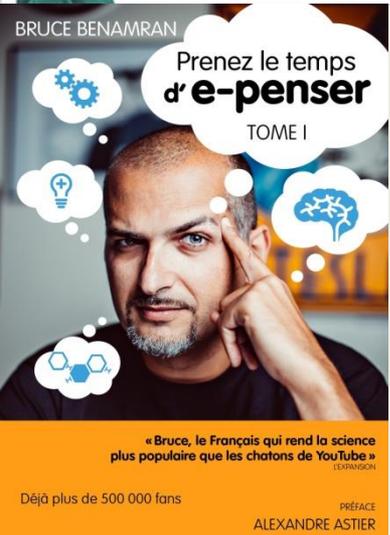
JOUER

[Quiz CNIL](#)

Ressources CNIL :
<https://www.cnil.fr/fr/ressources-pedagogiques-vie-privee>



LA VIDÉOTHÈQUE D'ALEXANDRIE
DES VIDÉOS CULTURELLES



Exemples chaînes Youtube

Vidéothèque d'Alexandrie (sélection de contenus, vidéastes...
voir la playlist par catégories)

Micmaths (Mickaël Launay, vulgarisation des maths)

E-penser (vulgarisation scientifique)

Nota Bene (vulgarisation historique)

JVH (Jeux Vidéo Histoire : vulgarisation historique)

Hygiène mentale (esprit critique vs complot)

Boidin Charles (vulgarisation arts et lettres)

Ministère de la culture : sélection 350 ressources (sciences culture)

→ Changement de format : modèle de « Brut », sous-titre, portrait / selfie

→ Certains écrivent des livres : complémentarité / leviers

Vanessa Lalo



LES ACTUS ENVIRONNEMENT

Infarctus : les signes

→ Douleur à la poitrine ou au ventre qui dure/se répète

→ Douleur qui peut irradier dans :

le cou

le dos

le bras gauche

la mâchoire



Appeler les secours

Exemples comptes Instagram

Militantisme / sensibilisation

- [@hugoclementk](#) (écologie et maltraitance animale)
- [@girl_go_green](#) (écologie)
- [@coucoulesgirls](#) (body positive)
- [@the_s.i.m.o.n.e.s](#) (féminisme, portraits...)
- [@noustoutesorg](#) (féminisme, sensibilisation violences...)

Actualités / décryptages

- [@Hugodécrypte](#) (les 5 infos essentielles par jour, quizz...)
- [@brutofficiel](#)
- [@arte](#)
- [@francetvslash](#)
- [@uneinfoparjour](#)

- [@thom_astro](#) (Thomas Pesquet, astronome)
- [@sauveur2vie](#) (secourisme)



Tu savais?

Halloween :
l'origine de vos
monstres préférés.

Épicurieux

Exemples comptes Instagram

Education

- [@coulercommelancre](#) (donner envie de lire)
- [@museelouvre](#) / [@nasagoddard](#) / [@britishlibrary](#) (comptes scientifiques)
- [@jamygourmaud](#) + [@epicurieux](#) (comptes scientifiques)
- [@stringtheoryfr](#) (compte scientifique)
- [@languagesssss](#) (pour apprendre les langues, dans 6 langues)
- [@ohlalafrenchcourse](#) (apprendre le français)
- [@englishwithadriana](#) (apprendre l'anglais)
- [@esagnolpasapas](#) (apprendre l'espagnol)
- [@apprendre.natur.allemand](#) (apprendre l'allemand)
- [@natgeo](#) (National Geographic)
- [@natural_history_museum](#) (Musée américain d'histoire naturelle)
- [@notabenemovies](#) (histoire)



Vanessa Lalo

Exemples chaînes Tik Tok

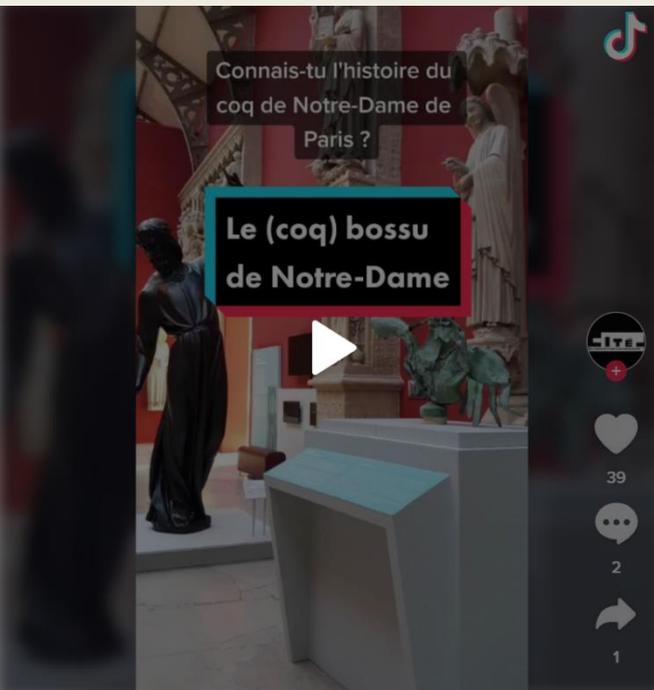
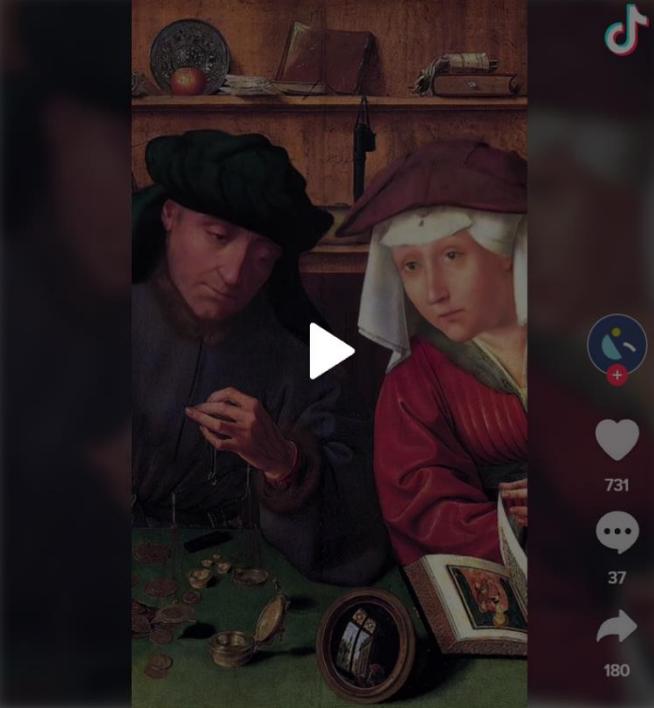
Art

(sélection des Beaux-Arts)

- Le patrimoine décapé et décapant avec [@culturezvous](#)
- Le [@rijksmuseum](#), sérieusement drôle
- Le plus dansant : [@galerieperrotin](#)
- Clara Herraiz : 100% art contemporain ([@clarahrz](#))
- [@theiconoclass](#), calé et décalé
- [@aartemisartworks](#), « l'art accessible et fun »

Musées

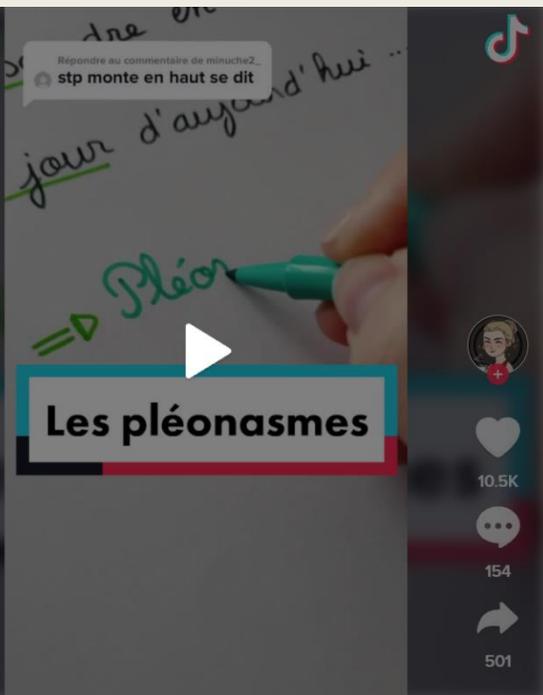
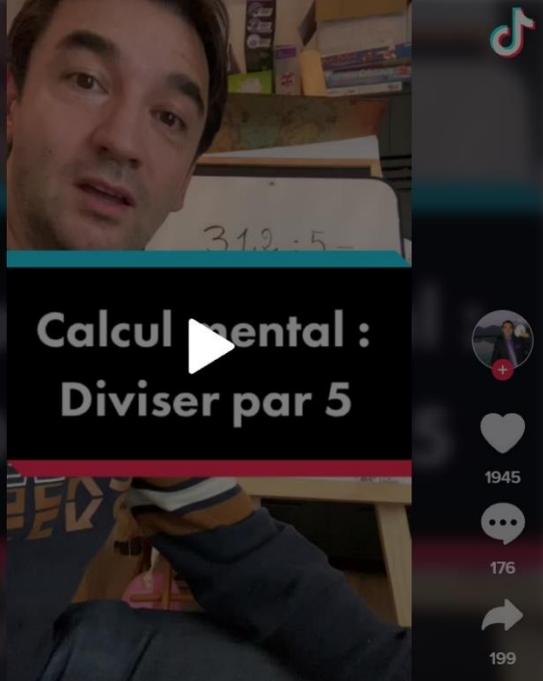
- Le [@LouvreLens](#)
- Le [@Mucem](#)
- Le musée [@jacquemartandre](#)
- Le [@centrepompidoumetz](#)
- La [@citedelarchitecture](#)
- Le [@quaibranly](#)
- Le [@museeguimet](#)
- Le [@museeorsay](#)
- La [@cinemathequefr](#)



Exemples chaînes Tik Tok

Comptes éducatifs

- [@romuald_le_magicien](#) (professeur de maths)
- [@Condsty](#) (apprendre à dessiner)
- [@maitresseadeline](#) (apprendre la langue française)
- [@yanntoutcourt](#) (professeur d'histoire)
- [@epicurieux](#) (Jamy : c pas sorcier)
- [@docnozman](#) (expériences de science)
- [@thelanguageboy](#) (apprendre l'anglais)
- [@docseven](#) (découvertes, culture générale)
- [@notabenemovies](#) (passionnée d'histoire)
- [@toutsexplique](#) (vulgarisation scientifique)



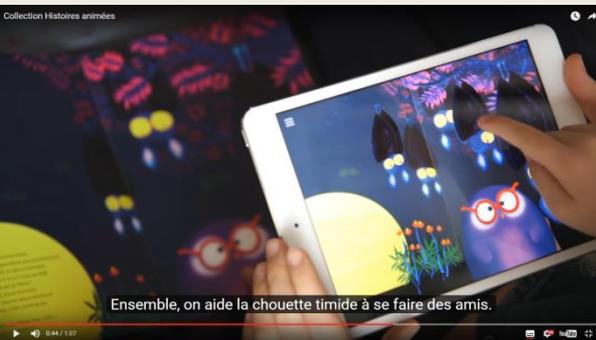
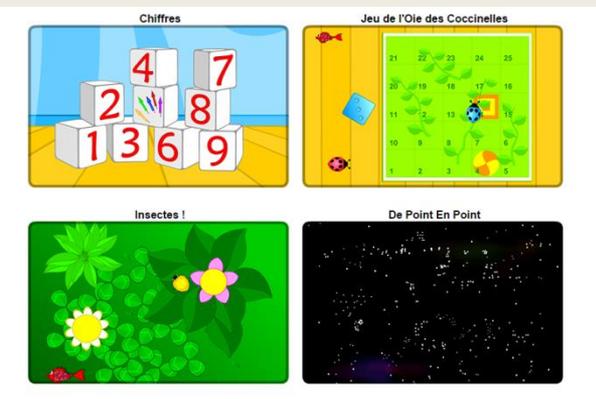


Applications tout-petits

Apprentissages
Contes interactifs - Association tablette // livre
10/15 minutes

A partir de 2 ans

- [Pierre et Le Loup](#)
- Un livre // Un jeu ([jouet](#) + [appli](#)) - Hervé Tullet
- [Le marchand de sable](#)
- [Cendrillon](#)
- [La Chouette](#) : histoires animées
- [Quatre petits coins de rien du tout](#)
- [La pluie à midi](#)
- [Les 3 petits cochons](#)
- [Poisson Rouge](#) : jeux thématiques pour tout-petits
- [Boum !](#)
- [Du haut de l'arbre](#) (+ livre)
- [Graou](#) (+ livre)
- [La grande fabrique de mots](#) (+ livre)



Applications tout-petits

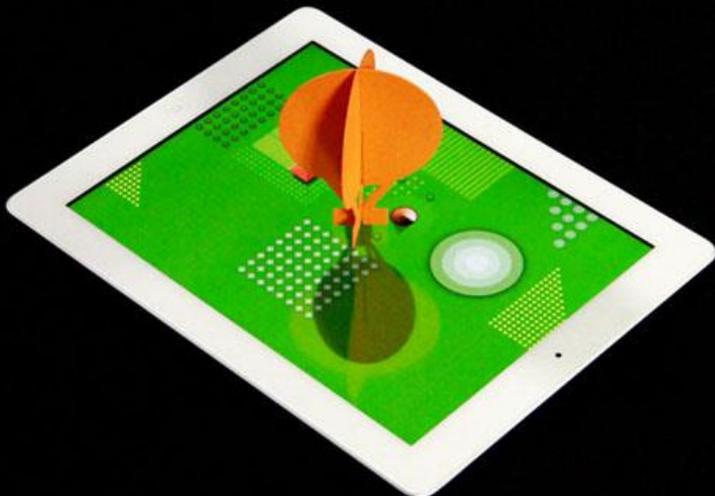
A partir de 2 ans

- Du haut de l'arbre (+ livre)
- La grande fabrique de mots (+ livre)
- Il était des fois
- Léonard et compagnie
- Mais qui a volé la lune ?
- Moi, j'attends (+ livre)
- Ours brun et la parade des animaux (+ livre)
- Le petit chaperon vert
- La petite sorcière (à l'école)
- Le singe au chapeau (+ livre)
- Victor a froid !

Editions volumiques (objet sur tablette/tel pour jeu plateau)

- La pluie à midi (+ livre)
- Balloon PaperApp (+ livre)

Vanessa Lalo



Réalité Virtuelle



A Fisherman's Tale (Arte) : un conte d'aventures et d'énigmes

Films en immersion 360° (Arte) : tous

Claude Monet - L'obsession des Nymphéas (Arte) : film en immersion 360°

Lutter contre les phobies Face your Fears

EQQO (Parallel Studio) : jeu en réalité virtuelle

