

BIEN-ÊTRE NUMÉRIQUE

Ariane Verpoorten

MAKS VZW Rue Brogniez 54-1070 Anderlecht





Préambule

Dans un monde où les écrans occupent une place de plus en plus centrale dans nos vies, apprendre à mieux les comprendre, à les encadrer et à les utiliser avec discernement est devenu essentiel.

Smartphones, tablettes, applications, réseaux sociaux... Les technologies numériques offrent de nombreuses opportunités, mais peuvent aussi engendrer du stress, de l'isolement, ou des tensions dans la vie familiale.

C'est dans ce contexte que s'inscrit le cours « **Bien-être numérique** », développé par **Maks vzw** dans le cadre du projet européen **Digilab**.

Ce programme vise à accompagner les adultes en particulier ceux qui sont souvent éloignés du numérique à mieux comprendre les enjeux liés à l'usage des écrans, notamment dans leur rôle de parents ou d'éducateurs.

Ce cours s'adresse à un public très large :

- des personnes en alphabétisation,
- des demandeurs d'emploi,
- des publics fragilisés ou en difficulté d'inclusion numérique,
- mais aussi toutes les personnes désireuses d'éduquer leurs enfants à un usage sain des écrans.

Construit sous forme d'ateliers participatifs, ce cours permet de réfléchir ensemble, d'échanger des expériences et de construire des solutions concrètes autour de situations du quotidien :

- Comment occuper un enfant sans écran ?
- Comment choisir une bonne application ?
- Quels sont les dangers, mais aussi les bienfaits possibles du numérique ?
- Comment accompagner un enfant dans ses usages sans culpabiliser ni interdire ?

En articulant réflexion, créativité et outils numériques, « **Bien-être numérique** » donne aux participants des clés simples et pratiques pour reprendre le contrôle sur leur rapport aux écrans et transmettre de bonnes habitudes aux générations futures.

Avec ce parcours, **Digilab** et **Maks** réaffirment leur engagement : **un numérique pour tous, bienveillant, réfléchi et inclusif.**





TABLE DES MATIERES

01

INTRODUCTION

02

**RENTRONS
DANS LE JEU**

03

**TESTER VOS
ACTIVITÉS**

04

**RÉFLEXION
SUR LES ÉCRANS**



01

Introduction

Fiche pédagogique globale :

« BIEN-ÊTRE NUMÉRIQUE »

01

INTRODUCTION

02

RENTRONS
DANS LE JEU

03

TESTEZ VOS
ACTIVITÉS

04

RÉFLEXION SUR
LES ÉCRANS**Objectifs clés**

Réfléchir aux jeux d'enfance et à la place des écrans dans la vie des enfants.

Activités principales

Témoignages, discussions, sondage interactif.

Durée estimée

5 heures

Objectifs clés

Partager des activités online/offline, débattre des enjeux numériques familiaux.

Activités principales

Création de fiches, vidéo, débat avec cartes, publication sur Facebook.

Durée estimée

20 à 25 heures

Objectifs clés

Tester des applis, créer des activités ludiques avec smartphone.

Activités principales

Test d'apps, film de l'alphabet, brainstorming et partage.

Durée estimée

25 à 30 heures

Objectifs clés

Explorer les peurs liées aux écrans et proposer des solutions créatives..

Activités principales

Storyboard + réalisation vidéo (digital storytelling).

Durée estimée

25 à 30 heures

INTRODUCTION



Objectifs

- ✓ Parler de ses activités et de ses jeux d'enfance
- ✓ Analyser des situations familiales
- ✓ S'exprimer et réfléchir sur la pertinence des écrans dans la vie de nos enfants



Matériel & supports

- ✓ IPad/smartphone
- ✓ Application Wooclap
- ✓ Application La Digitale
- ✓ Fiche d'activité
- ✓ Smartboard
- ✓ Sondage



Durée

5 heures

ACTIVITÉS

→ Parler de ses activités et de ses jeux d'enfance

Démarche pédagogique	Consignes	Infos pratiques
En guise d'activité brise-glace et d'introduction, les participants se remémorent d'abords par groupe de 3, des activités et jeux ayant marqués leur enfance. S'ensuit un moment de partage et d'échange en grand groupe devant la classe	Par groupe de 3, remémorez-vous une activité ou un jeu que vous adoriez faire lorsque vous étiez petit. Discutez-en entre-vous. Pourquoi aimiez-vous cette activité ? Partagez ensuite vos souvenir avec la classe.	

→ Analyser des situations familiales

Démarche pédagogique	Consignes	Infos pratiques
- Distribution de 3 problématiques familiales, une par groupe. Chaque groupe réfléchit à une solution pour occuper les enfants : recherche d'activités, de jeux, etc. Afin que les parents puissent retrouver un moment de calme. Les solutions trouvées sont ensuite exposées au reste de la classe. - En plus d'échanger leurs idées, les participants sont invités à partager leurs propres expériences personnelles : ont-ils déjà été confrontés à la même situation ? Comment l'ont-ils gérée ?	- Lisez la situation familiale qui vous a été remise (voir fiche 1 à imprimer ci-dessous). Comment feriez-vous pour calmer les enfants ? Pour ramener la tranquillité ? Discutez-en entre-vous par groupe de 3 durant 10 minutes, puis présentez vos solutions à la classe. - Avez-vous déjà vécu des situations similaires avec vos enfants ? N'hésitez pas à partager vos expériences	

ACTIVITÉS

→ S'exprimer et réfléchir sur la pertinence des écrans dans la vie de nos enfants

Démarche pédagogique	Consignes	Infos pratiques
- Un sondage est organisé pour explorer la perception des parents concernant l'utilisation des écrans. La plupart des questions sont conçues pour susciter le débat, permettant aux apprenants d'échanger leurs points de vue et de confronter leurs idées sur ce sujet. - Pour conclure la séance d'introduction au cours sur le bien-être digital, une question est posée aux apprenants : Que représente pour vous un smartphone ? Ils répondent individuellement via leur iPad. Les réponses sont collectées en temps réel et projetées sur un écran sous forme de nuage de mots numérique. Cette activité permet de visualiser instantanément les perceptions et idées exprimées par le groupe concernant le smartphone.	- Scanner le QR code 1 avec votre Ipad ou votre smartphone et répondez au sondage qui s'affiche à l'écran. - N'hésitez pas à débattre et vous exprimer sur les questions qui vous préoccupent. - Scannez le QR code 2 avec votre iPad et terminez la phrase suivante : <i>Pour moi le smartphone c'est...</i>	   

FICHE 1

→ **Situation 1 :**

Une mère vit seule dans un logement social avec ses quatre enfants : deux garçons de 11 et 9 ans, et deux filles de 8 et 5 ans.

C'est le soir, elle prépare le repas dans la cuisine.

Pendant ce temps, les enfants sont très agités : ils courent dans tous les sens, crient et se disputent.

Elle doit sans cesse intervenir pour essayer de les calmer.

Cela l'empêche de se concentrer sur la préparation du dîner.

Elle est fatiguée, stressée et commence à perdre patience.

Vous êtes-vous déjà retrouvés dans une situation semblable avec vos enfants ?

Que feriez-vous à la place de cette mère ?

Comment pourrait-on ramener le calme dans la maison ?

Auriez-vous des idées pour l'aider à occuper ses enfants tranquillement pendant qu'elle prépare le repas ?

→ **Situation 2 :**

Un père attend son tour dans la salle d'attente de la maison communale, avec son petit garçon de 5 ans.

Il est venu pour renouveler ses papiers d'identité. L'attente devient longue...

L'enfant commence à s'impatienter, à bouger dans tous les sens et à faire du bruit.

Le père s'inquiète : il a peur que son fils dérange les autres personnes présentes. Il ne sait plus comment réagir.

Vous êtes-vous déjà retrouvé dans une situation semblable avec votre enfant ?

Que feriez-vous à la place du père ?

Comment pourriez-vous calmer le petit garçon ?

Quelles solutions simples pouvez-vous proposer pour l'aider à occuper son enfant calmement pendant l'attente ?

→ **Situation 3 :**

Des parents voyagent en voiture avec leurs deux enfants pour aller visiter la famille à Paris.

À l'arrière, leur fils de 7 ans et leur fille de 5 ans n'arrêtent pas de crier, se chamailler et se disputer.

L'ambiance devient bruyante, ce qui agace le père, qui a besoin de calme et de concentration pour conduire en toute sécurité.

Vous êtes-vous déjà retrouvé dans une situation similaire avec vos enfants ?

Que feriez-vous à la place des parents ?

Comment calmer les enfants dans ce genre de moment ?

Quelles solutions pourriez-vous proposer pour les occuper tranquillement à l'arrière de la voiture ?



02

RENTRONS DANS LE JEU

RENTRENS DANS LE JEU

Objectifs

- ✓ Rédiger et partager des fiches d'activité pour enfants
- ✓ Parler des activités online et offline de ses enfants
- ✓ Réaliser une capsule vidéo présentant une sélection d'activités pour enfants
- ✓ Échanger et débattre sur les enjeux du numérique au sein de la famille : dangers, sécurité, éducation, avantages, ...
- ✓ Contribuer à la création d'une communauté de partage sur Facebook

Matériel & supports

- ✓ Fiche d'activité à imprimer
- ✓ Smartboard
- ✓ IPad
- ✓ Smartphone
- ✓ Applications iMovie, P.Point,...
- ✓ Groupe Facebook
- ✓ Jeu de cartes

Durée

De 20 heures à 25 heures

ACTIVITÉS

→ Rédiger et partager des fiches d'activité pour enfants

Démarche pédagogique	Consignes	Infos pratiques
Par groupes de trois, les apprenants rédigent trois fiches décrivant des applications en ligne utilisées par leurs enfants, en précisant leurs caractéristiques et leurs avantages (éducatives, ludiques, interactives, etc.). Ils répètent ensuite l'exercice avec trois activités hors ligne, comme des jeux de société, des sports ou des activités manuelles. Cette activité invite les apprenants à comparer les bénéfices des activités en ligne et hors ligne pour les enfants	Par groupe de 3, rédigez 3 fiches décrivant des applications en ligne que vos enfants utilisent (voir fiche 2 à imprimer ci-dessous). Soit une activité par fiche. Décrivez l'application, ses caractéristiques, et ses avantages pour les enfants. Ces activités peuvent inclure des applications éducatives, des jeux interactifs, ou des ressources en ligne. Refaites le même exercice mais cette fois-ci avec des activités hors ligne. Ces activités peuvent inclure des jeux de société, des sports, des activités manuelles, ou des jeux que vous faites avec vos enfants.	  

ACTIVITÉS

➔ **Réaliser une capsule vidéo présentant une sélection d'activités pour enfants**

Démarche pédagogique	Consignes	Infos pratiques
- Les apprenants illustrent les activités en ligne et hors ligne de l'exercice précédent en téléchargeant des photos et en créant un film ou un diaporama avec iMovie, PowerPoint, ou une story sur smartphone. - Chaque groupe présente son travail à la classe, répond aux questions et échange sur ses choix et expériences. - Les fiches compilées serviront de ressources partagées pour l'ensemble du groupe, créant une base d'idées pratiques que les participants pourront utiliser et adapter dans leur propre contexte familial.	- Préparez une brève présentation : téléchargez des photos sur internet représentant chaque activité proposée dans l'exercice précédent (en ligne et hors ligne) puis créer un petit film/diaporama avec iMovie, P.Point ou plus simplement une petite story avec votre smartphone. - Présentez ensuite vos activités à la classe. Soyez prêt à répondre aux questions et à discuter de votre expérience avec les autres participants. - Remettez vos fiches d'activité à l'animateur à la fin de la session pour qu'elles puissent être compilées et partagées avec tout le groupe..	    

ACTIVITÉS

➔ **Échanger et débattre sur les enjeux du numérique au sein de la famille : dangers, sécurité, éducation, avantages, ...**

Démarche pédagogique	Consignes	Infos pratiques
- Jeux de carte sur les enjeux du numérique : répartis en groupe de 3 ou 4, les apprenants sont invités à participer à un jeu de cartes. - Ils échangent et débattent pour formuler ensemble la réponse la plus adéquate après que l'enseignant a posé la question à haute voix. - Ensuite, chaque groupe présente ses réflexions ou propositions (selon les cartes) devant la classe, avant de vérifier la réponse au dos de la carte. - Ce jeu vise à stimuler les discussions, encourager le partage d'expériences et enrichir la réflexion collective	- Constituez des groupes de 3 à 4 personnes. Lancez le dé, puis piochez une carte dans le paquet correspondant à la couleur indiquée sur le dé (voir jeu de cartes créé à cet effet). - L'enseignant lira ensuite la question à haute voix. Discutez ensemble dans vos groupes pour trouver la réponse la plus appropriée. Une fois votre décision prise, désignez un membre de votre groupe pour partager votre réponse avec l'ensemble de la classe. - Ensuite, consultez la réponse au dos de la carte. L'objectif est d'échanger vos idées, de partager vos expériences et d'enrichir la réflexion collective	   

ACTIVITÉS

→ Contribuer à la création d'une communauté de partage sur Facebook

Démarche pédagogique	Consignes	Infos pratiques
- Tout au long de ce cours, les apprenants sont invités à échanger et partager régulièrement leurs activités sur le groupe MAKS Digital Exchanges. - L'objectif de ce groupe est de créer une communauté de parents qui partagent leurs bonnes idées d'activités pour s'entraider et s'inspirer les uns les autres. - Les capsules vidéo seront également mises en ligne sur la chaîne YouTube de MAKS	- Connectez-vous avec votre compte Facebook et rejoignez le groupe : MAKS Digital Exchanges. - Postez votre petit film avec vos propositions d'activités online/offline.	  

FICHE 2



Fiche d'Activité pour Enfants

1. Type d'activité ?

☐ En ligne
☐ Hors ligne
2. Nom de l'activité ?
.....
3. Âge requis ?
.....
4. Expliquez rapidement :
en quoi consiste cette activité :
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
5. Expliquez en quoi c'est une
chouette activité ?
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
6. Qu'apprennent vos enfants dans
cette activité ?
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
7. Nombre de joueurs
.....
8. Activité payante ?

☐ oui
☐ non



03

TESTEZ VOS ACTIVITÉS



TESTEZ VOS ACTIVITÉS

Objectifs

- ✓ Découvrir, tester et donner son avis sur des applications pour enfants.
- ✓ Découvrir une activité ludique et créative à réaliser avec un smartphone.
- ✓ Créer sa propre activité avec un smartphone.
- ✓ Découvrir des jeux de société offline.
- ✓ Découvrir des jeux en ludothèque.

Matériel & supports

- ✓ Fiche d'activité à imprimer
- ✓ Smartboard
- ✓ IPad
- ✓ Smartphone
- ✓ Applications iMovie, P.Point,...
- ✓ Groupe Facebook
- ✓ Jeu de société

Durée

De 20 heures à 25 heures

ACTIVITÉS

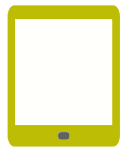
➔ **Découvrir, tester et donner son avis sur des applications pour enfants.**

Démarche pédagogique	Consignes	Infos pratiques
- Par groupes de trois, les apprenants testent trois applications éducatives pour enfants : Escapadou, Happy Color et Sketches. Ils explorent les fonctionnalités de chaque application, évaluent leur utilité et notent leurs impressions sur la fiche fournie. - Une fois l'exercice terminé, chaque groupe partage ses observations avec le reste de la classe, permettant un échange d'idées sur les points forts et les limites de chaque application.	- Par groupe de 3, vous allez tester trois applications éducatives pour enfants : Escapadou, Happy Color, et Sketches. Chacune offre des fonctionnalités uniques pour apprendre et se divertir. Votre mission est de les explorer, d'évaluer leur utilité, et de partager vos impressions. Complétez ensuite la fiche qui vous a été remise (voir fiche 3 à imprimer ci-dessous). - Partagez et échangez vos impressions avec le reste du groupe.	    

ACTIVITÉS

➔ **Découvrir une activité ludique et créative à réaliser avec un smartphone.**

03
TESTEZ VOS
ACTIVITÉS

Démarche pédagogique	Consignes	Infos pratiques
- Par groupes de 3, les apprenants illustrent l'alphabet en photographiant des objets ou des éléments avec leur smartphone. Chaque photo doit correspondre à une lettre, en choisissant un objet ou un élément dont le nom commence par cette lettre (par exemple : A pour arbre, B pour balançoire, C pour cahier). Bien qu'il ne soit pas obligatoire de couvrir toutes les lettres, ils s'efforcent d'en réaliser le plus grand nombre possible. Cette activité combine observation, créativité et collaboration en groupe. - Une fois les photos prises, les apprenants utilisent iMovie ou une application similaire pour les mettre en forme. Ils créent un petit film ou une story en organisant les images par ordre alphabétique et en ajoutant des transitions, du texte pour nommer les lettres, ou une musique pour rendre le tout plus dynamique. - Les apprenants projettent leur film ou story à la classe. Ensuite, ils publient leur création sur la page Facebook dédiée pour la partager avec un public plus large.	- Par groupe de 3, illustrez l'alphabet en prenant des photos avec votre smartphone. Pour chaque lettre, trouvez un objet ou un élément qui commence par cette lettre. Par exemple : A pour arbre, B pour balançoire, C pour cahier. Il ne vous sera peut-être pas possible d'illustrer toutes les lettres, mais tentez d'en faire le plus possible. - Une fois vos photos prises, mettez-les en forme dans iMovie et créez un petit film ou une story. Ajoutez des transitions, du texte, ou même une musique pour le rendre plus vivant - Présentez vos création à la classe, puis publiez votre création sur la page Facebook dédiée..	    

ACTIVITÉS

→ Créer sa propre activité avec un smartphone.

Démarche pédagogique	Consignes	Infos pratiques
- Par groupes de trois, les apprenants participent à un brainstorming pour identifier des activités ludiques et créatives réalisables avec un smartphone. Ils notent leurs idées sur une feuille, en laissant libre cours à leur imagination, et tentent d'en trouver le plus grand nombre possible. Une fois l'exercice terminé, chaque groupe partage ses idées avec le reste de la classe. Une discussion collective s'ensuit pour échanger, débattre, et enrichir les propositions initiales. - En s'appuyant sur les idées issues de l'activité précédente, les apprenants, par groupes de trois, conçoivent une activité pour enfants réalisable avec un smartphone. Ils rédigent une description détaillée de leur idée, la testent pour en vérifier la faisabilité, puis préparent une présentation expliquant en quoi consiste l'activité. Enfin, ils réalisent un petit film illustrant leur projet et le publient sur la page Facebook dédiée, permettant de valoriser leur travail et de partager des idées ludiques avec un public plus large.	Brainstorming : Par groupe de trois, commencez par noter sur une feuille toutes les activités ludiques et créatives que l'on pourrait faire avec un smartphone. Laissez libre cours à votre imagination. Tentez de trouver le plus d'idées possibles. - Présentez ensuite vos idées à l'ensemble de la classe afin que nous puissions en débattre ensemble. - En vous basant sur l'activité précédente, créez une activité pour enfants réalisable avec un smartphone. Rédigez votre idée (voir fiche 4 à imprimer ci-dessous), testez-la, puis réalisez une petite présentation afin d'expliquer en quoi consiste cette activité. Publiez ce film sur la page Facebook.	    

ACTIVITÉS

➔ **Découvrir des jeux de société offline.**

Démarche pédagogique	Consignes	Infos pratiques
- Chaque apprenant ramène en classe un jeu qu'il apprécie, qu'il soit destiné à lui-même, à ses enfants, ou à des moments partagés en famille. - Tour à tour, ils présentent leur jeu à la classe, en expliquant pourquoi ils l'aiment, ses points forts, et ce qu'il apporte (apprentissage, créativité, détente, etc.). - Si le temps et l'ambiance le permettent, ils peuvent également faire tester leur jeu aux autres apprenants, offrant ainsi une découverte ludique et interactive.	- Ramenez en classe un jeu que vous aimez particulièrement. Ce jeu peut être destiné à vous-même, à vos enfants, ou à des moments partagés avec eux. - Présentez ce jeu aux autres apprenants en expliquant pourquoi vous l'appréciez, ses points forts, et ce qu'il apporte (apprentissage, créativité, détente, etc.). - Si le temps et l'ambiance le permettent, vous pouvez également faire tester le jeu aux autres membres du groupe pour leur faire découvrir son fonctionnement de manière ludique.	 

Remarque : Assurez-vous de demander à vos apprenants, quelques jours à l'avance, de ramener un jeu qu'ils ont envie de faire découvrir aux autres.

ACTIVITÉS

→ Découvrir des jeux en ludothèque

Démarche pédagogique	Consignes	Infos pratiques
- Lors de leur visite en ludothèque, les apprenants explorent les différents jeux mis à leur disposition. Ils prennent le temps de choisir un jeu qui leur semble intéressant, que ce soit pour un usage personnel ou pour des activités avec des enfants. - Une fois leur choix fait, ils lisent les règles du jeu ou demandent des explications au personnel. - Ils prennent le temps de choisir un jeu qui leur semble intéressant, que ce soit pour un usage personnel ou pour des activités avec des enfants. Une fois leur choix fait, ils lisent les règles du jeu ou demandent des explications au personnel pour bien comprendre son fonctionnement. - Ils notent ensuite ce qui les attire dans ce jeu : son mécanisme, son côté ludique, ou les bénéfices qu'il pourrait offrir (apprentissage, créativité, détente). - À la fin de la visite, chaque apprenant prépare une brève présentation pour expliquer à la classe pourquoi il a choisi ce jeu et ce qu'il pourrait apporter.	Visite d'une ludothèque : Lors de votre visite, explorez les différents jeux disponibles et choisissez-en un qui vous semble intéressant, soit pour vous-même, soit pour des activités avec des enfants. - Prenez le temps de lire les règles ou de demander des explications au personnel si nécessaire. Notez ce qui vous attire dans ce jeu : son fonctionnement, son aspect ludique, ou ce qu'il pourrait apporter (apprentissage, créativité, moment de détente). - À la fin de la visite, préparez une courte présentation pour partager votre choix et expliquer pourquoi ce jeu vous a intéressé.	  

Remarque : Afin que cette sortie se passe dans les meilleures conditions possibles, pensez à réserver à l'avance votre visite de groupe à la ludothèque.

FICHE 3



Test de trois applications : fiche à compléter

1. Téléchargez et ouvrez les trois applications sur votre smartphone ou tablette

L'Escapadou



Explorez ses outils pour l'apprentissage (lettres, mots, etc.).

Happy Color



Essayez de compléter un coloriage numérique.

Sketches



Testez les outils de dessin pour créer une illustration simple..

2. Pour chaque application, répondez aux questions suivantes

- ☐ Recommanderiez vous cette application à vos enfants ? Expliquez pourquoi
- ☐ Quels aspects de cette application vous semblent intéressants pour les enfants ?
- ☐ Qu'est ce qu'un enfant pourrait apprendre en l'utilisant ?
- ☐ Y a t il des aspects de cette application que vous n'aimez pas et/ou qui pourrait être amélioré

3. Partagez vos observations

- A. Préparez une courte présentation (2 minutes par application) pour expliquer ce que vous avez aimé, ce qui pourrait être amélioré, et vos recommandations pour son utilisation en famillei
- B. Échangez avec le groupe pour comparer vos avis et découvrir d'autres perspectives sur ces outils.

FICHE 4



Créez votre propre activité smartphone pour enfant

→ Étapes à suivre...

1. Déterminer l'activité :

- En groupe, choisissez une activité pour enfants à partir des idées générées lors du brainstorming.
- Donnez un **nom** à votre activité.

2. Choisir les outils :

- Identifiez l' **application ou les applications** que vous utiliserez pour réaliser cette activité.
- Notez les raisons pour lesquelles vous les avez sélectionnées.

3. Décrire l'activité :

- **En quoi consiste l'activité ?** Décrivez la en quelques phrases simples..
- **Étapes de réalisation :** Indiquez clairement les étapes nécessaires pour mener l'activité à bien.
- **Production finale :** Y a t il un résultat concret (par exemple, une vidéo, une photo, un dessin, etc.) ? Si oui, décrivez le.

4. Justifier l'intérêt de l'activité :

- Expliquez pourquoi cette activité est bénéfique pour un enfant. Par exemple, est ce qu'elle l'aide à être plus créatif, à apprendre quelque chose de nouveau, ou est ce qu'elle est amusante pour lui ? Notez les raisons pour lesquelles vous les avez sélectionnées.

5. Tester et présenter l'activité :

- Réalisez un test de l'activité pour vérifier qu'elle fonctionne comme prévu.
- Préparez une présentation (vidéo ou diaporama) pour expliquer en quoi consiste l'activité et montrez éventuellement votre production finale.

6. Partager :

- Publiez votre présentation sur la page Facebook dédiée pour valoriser votre travail et partager vos idées avec d'autres.



04

REFLEXION SUR LES ÉCRANS

RÉFLEXION SUR LES ÉCRANS



Objectifs

- ✓ Encourager une réflexion approfondie sur les enjeux des écrans.
- ✓ Apprendre à organiser ses idées.
- ✓ Stimuler la créativité et l'expression personnelle.
- ✓ Réaliser un digital storytelling



Matériel & supports

- ✓ Fiche d'activité à imprimer
- ✓ Smartboard
- ✓ iPad
- ✓ Smartphone
- ✓ Applications iMovie, P.Point,...
- ✓ Groupe Facebook



Durée

De 25 heures à 30 heures

ACTIVITÉS

→ *Projet final : Réfléchir sur les écrans et leurs impacts*

04

REFLEXION SUR
LES ÉCRANS

Démarche pédagogique	Consignes	Infos pratiques
- Les apprenants se regroupent par deux ou trois et identifient une peur qu'ils ressentent à propos des écrans pour leurs enfants. Ensemble, ils imaginent les conséquences possibles si cette peur devenait réalité, puis réfléchissent aux solutions pour y réagir et prévenir cette situation. A partir de leurs réflexions, ils préparent un plan pour réaliser une vidéo, en structurant celle-ci en trois parties : la peur, les conséquences, et les solutions. Ce plan peut être sous forme écrite ou illustrée. Une fois le plan finalisé, ils réalisent leur vidéo à l'aide de leur smartphone, en intégrant leurs idées sous forme de témoignages face caméra, d'images ou de dessins. Cette vidéo est réalisée en suivant les consignes détaillées sur la fiche 5. - Les apprenants présentent leur vidéo à la classe, en expliquant brièvement le processus de création et les idées principales qui y sont développées. Une fois toutes les vidéos visionnées, ils publient leur production sur le groupe Facebook dédié, permettant ainsi de partager leur travail avec un public plus large et d'encourager les échanges autour des thématiques abordées.	- Constituez des groupes de deux ou trois puis réfléchissez à une peur que vous avez à propos des écrans pour vos enfants. - Imaginez les conséquences si cette peur devenait réelle et réfléchissez à ce que vous pourriez faire pour réagir et pour éviter qu'elle arrive. - Dessinez ou écrivez un plan de votre vidéo (votre peur, les conséquences, et les solutions). Ensuite, filmez une vidéo avec votre smartphone en suivant votre plan. Vous pouvez parler face caméra, ajouter des images ou des dessins, et structurer votre vidéo en trois parties : la peur, les conséquences, et les solutions (voir fiche 5 à imprimer ci-dessous pour les consignes détaillées et la marche à suivre) - Présentez ensuite votre vidéo à la classe, puis postez-la sur le groupe Facebook dédié à cet effet..	     

FICHE 5



Storytelling vidéo : Réfléchir sur les écrans et leurs impacts

→ Étapes à suivre...

1. Pensez à votre peur:

- Quelle est votre plus grande peur à propos des écrans pour vos enfants ?.
- Écrivez cette peur en une phrase simple..

2. Imaginez les conséquences :

- Que pourrait il se passer si cette peur devenait vraie ?.
- Écrivez une liste des conséquences pour votre enfant et votre famille.

3. Préparez des réactions :

- Si cette peur arrive, que pourriez vous faire ?
- Écrivez des idées pour réagir calmement et avec bon sens.

4. Trouvez des solutions :

- Que pouvez vous faire pour éviter que cette peur devienne réelle ?
- Écrivez des actions simples à mettre en place.

5. Créez un story board (plan de la vidéo) :

- Sur une feuille, dessinez ou écrivez ce que vous voulez montrer dans votre vidéo :
 - **Partie 1** : La peur (ce que vous ressentez).
 - **Partie 2** : Les conséquences (ce qui pourrait arriver).
 - **Partie 3** : Les solutions (ce que vous feriez ou avez fait).

6. Réalisez la vidéo:

- Suivez votre plan pour réaliser votre vidéo avec votre smartphone. Vous pouvez.
 - *Parler devant la caméra.*
 - *Ajouter des dessins ou des images.*