

# Fiche pédagogique

## Vidéo "Pourquoi on est accro au téléphone ?"



### DESRIPTIF DE L'ATELIER

<b>Âge</b>	7-12 ans
<b>Niveaux</b>	Cycles 2 et 3
<b>Contexte</b>	<p>En moyenne, les enfants reçoivent leur premier téléphone à 9 ans (Source : enquête "La parentalité à l'ère du numérique" réalisée par Médiamétrie pour l'OPEN et l'UNAF, 2020). Ils ont alors un accès illimité à de nombreuses applications, contenus, notifications et suggestions. Ces éléments stimulent le cerveau des enfants et décrocher de leur téléphone devient difficile pour eux.</p> <p>L'épisode « Pourquoi on est accro au téléphone ? » permet de s'interroger sur les mécanismes en lien avec l'économie de l'attention. Ainsi, les enfants sont déculpabilisés de leur usage parfois excessif du téléphone, tout en apprenant comment bien le paramétrer pour éviter ce genre de dérive.</p>
<b>Résumé de l'atelier</b>	Dans cet atelier, les enfants découvrent les mécanismes qui maintiennent notre attention sur le téléphone et comprennent que tout est fait pour qu'ils y passent le plus de temps possible .
<b>Objectifs pédagogiques de l'atelier</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Être capable de reconnaître les mécanismes qui captent notre attention en ligne.</li> <li>&gt; Comprendre que la captation de notre attention a pour objectif de générer des revenus.</li> <li>&gt; Savoir paramétrer son téléphone pour mieux préserver son attention.</li> </ul>
<b>Thèmes abordés</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Économie de l'attention</li> <li>- Temps d'écran</li> <li>- Applications</li> </ul>
<b>Ressource utilisée</b>	Épisode Vinz et Lou influenceurs « Pourquoi on est accro au téléphone ? » (2 minutes)
<b>Lien avec les programmes scolaires</b>	<p><b>Éducation aux médias et à l'information de cycle 3 :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rechercher, identifier et organiser l'information</li> <li>- Écrire, créer, publier ; réaliser une production collective</li> <li>- Découvrir les médias sous leurs différentes formes</li> </ul>
<b>Lien avec PIX</b>	<p><b>Compétence 2.4 S'insérer dans le monde numérique :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prendre conscience des enjeux économiques, sociaux, juridiques et politiques du numérique</li> </ul>
<b>Durée de l'atelier</b>	1 heure et 10 minutes
<b>Matériel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Un ordinateur connecté</li> <li>- Un vidéoprojecteur ou TNI</li> </ul>

# DÉROULÉ DE L'ATELIER



1	Introduction et émergence des représentations	5 min
<p>Dans un premier temps, pour faire émerger leurs représentations, faites réagir les élèves autour de cette question :</p> <p><b>Avez-vous l'impression de passer trop de temps sur les écrans ?</b></p>	<p>À tout moment, piochez dans les questions suivantes pour provoquer d'autres réactions ou relancer l'attention de vos élèves :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Vous arrive-t-il de ne pas réussir à stopper l'utilisation des écrans ?</li><li>- Savez-vous pourquoi on peut avoir du mal à arrêter les écrans ?</li><li>-</li></ul>	
2	Visionnage	2 min
<p>Projetez au groupe la vidéo "Pourquoi on est accro au téléphone ?" une première fois pour un visionnage collectif. Si nécessaire, la projetez une deuxième fois.</p>		
3	Décryptage	15 min
<p>Décryptez ensemble le scénario du dessin animé à l'aide des pistes de questions/débat suivantes.</p>		
<p>Que faites-vous sur vos téléphones ?</p>	<p><b>Pistes de réponses :</b> Pour répondre à cette question, interrogez les enfants sur leurs pratiques pour essayer de les amener à réfléchir au temps passé devant les écrans. Il est possible qu'ils y regardent des vidéos ou qu'ils jouent à des jeux par exemple. Il existe une multitude de choix, qui jouent un rôle dans le temps passé sur les écrans.</p>	
<p>Comme Vinz, vous arrive-t-il de ne pas réussir à décrocher de votre téléphone ? Selon vous, pourquoi ?</p>	<p><b>Pistes de réponses :</b> Quels que soient leurs usages, tout est fait pour que les enfants passent le plus de temps possible sur leurs téléphones : scroll infini, recommandations, récompenses...</p>	
<p>Selon vous, quels sont les effets provoqués par un temps d'écran trop important ?</p>	<p><b>Pistes de réponses :</b> Passer trop de temps devant un écran peut avoir plusieurs effets néfastes sur la santé, dont notamment :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>le sommeil</b> : les écrans retardent l'endormissement ;</li><li>- <b>l'attention</b> : les écrans réduisent la capacité à se concentrer ;</li><li>- <b>la santé mentale</b> : les écrans peuvent manipuler l'image de soi et créer des complexes, ainsi que divulguer des fausses informations qui engendrent de l'anxiété.</li></ul>	

## 4 Messages clés à retenir

5 min

> C'est normal d'avoir du mal à s'arrêter lorsqu'on est sur son téléphone ! Tout est fait pour qu'on y passe le plus longtemps possible car cela rapporte de l'argent aux applications.

> Être stimulé en permanence peut engendrer des risques pour le sommeil ou la concentration.

> Plus on passe de temps sur les applications et plus elles gagnent de l'argent grâce à la publicité : on appelle ça l'économie de l'attention.

> Pour garder le contrôle de son attention, il est possible de paramétrer son téléphone, ses applications, ses notifications et même la publicité !

## 5 Activité interactive

10 min

Après la discussion, passez à une phase de réinvestissement des connaissances afin d'aller plus loin, à l'aide du quiz associé à la vidéo, [disponible ici](#).

**Question 1 :** En France, combien d'adolescents disent passer trop de temps devant les écrans ?

**Bonne réponse :** 4 sur 10

**Analyse :** En France, 4 adolescents sur 10 affirment passer trop de temps devant les écrans. Et ça, de jour comme de nuit ! En effet, 1 adolescent sur 3 se réveille la nuit pour consulter son téléphone.

**Question 2 :** Pourquoi certaines applications proposent-elles un scroll infini ?

**Bonne réponse :** Pour nous faire passer le plus de temps possible devant les écrans.

**Analyse :** Le but du scroll infini est de nous faire passer le plus de temps possible devant les écrans. Mais comment y parvient-il ? Simplement en nous proposant des contenus sans interruption. Cela devient alors un véritable défi d'arrêter lorsqu'on nous propose des contenus à profusion !

**Question 3 :** Pourquoi les applications font-elles tout pour que tu restes dessus le plus longtemps possible ?

**Bonne réponse :** Pour gagner de l'argent.

**Analyse :** Si les applications font tout pour que tu restes dessus le plus longtemps possible, c'est pour gagner de l'argent. Plus tu passes de temps sur ton téléphone, plus elles récoltent des informations sur ce qui te plaît, et plus elles te proposent des publicités ciblées. En ligne, c'est ton attention qui paie les applications.

**Question 4 :** Pourquoi Vinz est-il captivé par son téléphone ?

**Bonne réponse :** À cause du scroll infini, des likes et des suggestions.

**Analyse :** Vinz est captivé par son téléphone à cause du scroll infini, des likes et des suggestions de son téléphone. Tous ces mécanismes rendent difficile l'arrêt des écrans : Vinz consulte régulièrement son téléphone pour voir s'il a de nouveaux likes et les suggestions lui proposent tellement de choses qu'il aime que c'est difficile de s'arrêter !

**Question 5 :** Que fait Vinz pour éviter de passer trop de temps devant son téléphone ?

**Bonne réponse :** Il met en place des astuces pour garder le contrôle de son attention.

**Analyse :** Vinz met en place quelques astuces pour garder le contrôle de son attention en ligne. En fixant des limites de temps d'écran, en désactivant les notifications et en réduisant la publicité, Vinz est alors maître de son attention en ligne et ne se fait plus piéger par les applications !

Consigne : Constituez des groupes de 3 à 4 élèves et demandez-leur de réfléchir à propos de leurs usages en ligne, en se concentrant sur les activités qui captent le plus leur attention et les mécanismes mis en œuvre pour maintenir cette attention. Demandez-leur également de noter quelques stratégies qu'ils pourraient mettre en place pour contrôler leur temps passé sur ces applications.

Pour aider les enfants à réaliser cette activité, ils peuvent s'appuyer sur les questions suivantes :

- Quelles sont les activités qui captent le plus notre attention (réseaux sociaux, jeux en ligne, vidéos...) ?
- Pourquoi notre attention est-elle autant captivée par ces activités (notifications, recommandations, systèmes de likes...) ?
- Comment pourrait-on faire pour limiter le temps passé devant ces applications (paramétrage des notifications, désactivation des publicités...) ?

Une production **TRALALERE** pour



avec le soutien de

