

Fiche 11 : Bingo des écrans

Matériel

- Crayons
- Fiche d'accompagnement
- Annexe

Introduction :

Les enfants ne se rendent pas toujours compte de l'utilisation qu'ils ont des écrans, de l'impact sur leur rythme de vie et de leur relation aux autres et à leur famille. Cette activité permettra à l'animateur de travailler sur deux points : parler de l'usage des écrans et permettre aux participants de réfléchir à la façon dont ils utilisent les écrans.

Objectifs :

- Permettre aux participants de faire connaissance, de parler de soi
- Aborder le thème des écrans et la façon dont ils sont utilisés

Déroulé de l'activité :

30 min Temps 1 : Jeu du bingo

Chaque participant reçoit une planche bingo (annexe 11.1). Avec cette planche il va à la rencontre des autres participants et les interroge sur les affirmations inscrites sur la planche. Dès qu'il trouve une personne correspondant à l'affirmation, il note le prénom sur la planche dans la case appropriée. Ce prénom ne doit apparaître qu'une seule fois sur la planche.

L'animateur donne pour consigne de remplir une ligne, une colonne ou une diagonale ou la planche entière. Dès qu'un participant a rempli sa grille, il dit "bingo" et s'assoit. En fonction du temps consacré à l'activité, le jeu peut s'arrêter dès que trois, cinq personnes, ou plus auront dit « bingo ».

30 min Temps 2 : Échange

L'animateur interroge les participants sur la prise de contact et les échanges avec les autres, et les invite à donner leur avis sur les affirmations les plus fréquentes, et/ou les moins fréquentes. Puis il les interroge sur leurs choix et met en valeur les points communs et les différences. Quelques pistes de questions : Avez-vous du mal à éteindre la télé ou la tablette ? Comment faites-vous pour ne pas rester trop longtemps devant la télé ? A quoi jouez-vous en famille quand vous ne faites pas d'écran ? Que retirez-vous de positif en utilisant des écrans ?

| | |
|---|-----------------|
| Activité courte | Activité longue |
|  | 7 ans et plus |
| Avoir conscience de soi | |
| Communiquer de façon constructive | |

Techniques utilisées :

- Brise glace



Pour aller plus loin :

- Aventure dans mon univers 
- Le cartable des compétences 
- Capsule Santé L'éducation aux écrans
Fiche 10 : Les Pegis what

Moi, les écrans et les autres

Moi et les écrans

C'est quoi un écran ?

Fiche d'accompagnement : Bingo des écrans

Il est important de **varier les usages** sur les écrans pour développer le plus de compétences possibles et de trouver des contenus riches et adaptés à son âge.



Les balises 3-6-9-12 est un ensemble de principes destinés à donner des repères aux parents. Ce ne sont pas des règles absolues, mais des repères pour un bon usage des écrans. [3-6-9-12.org](https://www.3-6-9-12.org)

| | 0-3 ans | 3-6 ans | 6-9 ans | 9-12 ans | 12-15 ans |
|-----------------------------|-------------|---|---|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Réseaux sociaux | Pas d'usage | | | | Usage possible (A partir de 13 ans) |
| Jeux vidéo | Pas d'usage | | Usage possible | | |
| Messagerie instantanés | Pas d'usage | | | Usage sous conditions (Si adaptées) | Usage possible |
| Téléphone portable | Pas d'usage | | | | Usage possible (Si accompagné) |
| Internet | Pas d'usage | | Usage sous conditions (Toujours accompagné de l'adulte) | | Usage possible |
| Télévision | Pas d'usage | Usage sous conditions (Programme choisi ayant un début et un fin) | Usage sous conditions (Programme choisi) | Usage possible | |
| Heures d'écran max par jour | 0 | 1 | 2 | 2 | 2 |

● Pas d'usage ● Usage sous conditions ● Usage possible

Annexe 11.1 : Planche bingo

Quelle est ton activité numérique ? Enfile ta casquette de Sherlock Holmes et va à la rencontre des autres.

Le but de ce jeu est de remplir une ligne, une colonne ou une diagonale de cinq cases avec cinq prénoms différents.

Quand un joueur a réussi cette étape, il dit « bingo » et s'assoit.

Lorsque l'on parle des écrans, on aborde ici : la télévision, les jeux vidéo, la tablette, la console, l'ordinateur et le téléphone portable.

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| Je joue à un jeu vidéo plus d'une heure par jour | Je ne joue pas en réseau | Je regarde des vidéos sur YouTube | Je regarde un film ou une série tous les soirs avant de dormir | Je joue aux jeux vidéo avec mes parents |
| Je joue à un jeu vidéo moins d'une heure par jour | J'ai une seule télé chez moi | Je joue plutôt à des jeux d'extérieur | Je préfère lire | J'ai déjà joué à un jeu interdit aux moins de 18 ans |
| Je joue aux jeux vidéo avec des personnes que je ne connais pas | Je joue aux jeux vidéo dans ma chambre | Je suis inscrit(e) sur un réseau social | Je ne joue pas souvent mais je regarde les autres jouer | Je peux jouer pendant trois heures de suite |
| Je joue aux jeux vidéo seulement avec des personnes que je connais | Je regarde la télé dans le salon | Je pense que je pourrais me passer de ma playstation | Je vais sur le téléphone portable de mes parents | J'ai déjà joué la nuit |
| Je fais une collection | Je fais du sport | Je connais le nom de trois YouTubeurs (ses) | J'ai un téléphone portable | Je n'aime pas les jeux vidéo |

Moi, les écrans et les autres

Moi et les écrans

C'est quoi un écran ?