

Déroulement de la séance

Etape 1 introduction : l'animateur se présente et introduit la séance en demandant aux enfants ce qu'ils connaissent comme écrans, pourquoi ils sont utilisés à la maison. Si la notion d'ennui n'apparaît pas, le mettre en évidence avec la question "qu'est-ce qu'on fait quand on ne les utilise pas ?"

Etape 2 : l'animateur dit que l'on va jouer à trouver quoi faire à la place des écrans car les enfants ont besoin de faire d'autres choses, bouger, jouer ensemble, découvrir des activités et passer moins de temps sur les écrans. Il encourage les enfants à donner leurs idées d'activités à l'extérieur puis à l'intérieur et les note sur un support visible (la feuille proposée ou sur un tableau). Il félicite les enfants pour leurs idées.

Etape 3 : il complète les idées avec les images qu'il leur présente. Il montre qu'il y a beaucoup de possibilités. Il distribue ensuite à chaque enfant 1 photocopie "extérieur", 1 "intérieur" et demande aux enfants d'entourer 3 activités qu'ils aimeraient faire sur chaque feuille recto-verso. Il suggère de les ramener à la maison pour en parler à leurs parents.

Etape 4 clôture et évaluation : l'animateur demande aux enfants ce qu'ils ont choisi si le temps le permet. Il les félicite et les encourage à se servir de toutes les idées pour bouger, pour passer le moins de temps possible à regarder les écrans et leur dire de penser à sortir les écrans de la chambre pour ne pas gêner le sommeil et les éteindre pendant les repas et après celui du soir.

Les + : Cet outil peut s'utiliser avec la thématique des écrans, du sommeil (voir atelier en route vers le sommeil)



Ressources pour aller plus loin sur la question des écrans :



<https://doccitanie-sante.fr/les-supports-pedagogiques/catalogues-doutils/outitheque-numerique/outitheque-numerique-education-aux-ecrans-et-aux-medias/>

Idée d'outil à créer et personnaliser avec les enfants pour compléter l'atelier et utiliser à la maison :

<http://lafamillepositive.com/wp-content/uploads/2019/03/kit-du-petit-d%C3%A9codeur-roue-alternatives-ecrans.pdf>