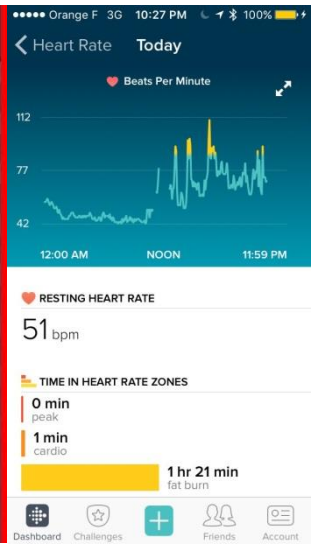
14e Semaine des médias à l'école - Fiche pédagogique

La vie toute connectée



Public concerné : 14-20 ans

Lien avec le PER :
FG 31 MITIC "Exercer des lectures multiples dans la consommation et la production de médias et d'informations…en analysant les formes et les finalités de sites Internet et de supports électroniques…en vérifiant les informations reçues des médias et en en produisant selon les mêmes modes"

Temps nécessaire :
1 à 4 périodes

Matériel nécessaire : connexion Internet, beamer, éventuellement captures d'écran polycopiées de pages Internet ou d'articles mentionnés dans la fiche

Mots-clés : smartphone, portable, réseaux sociaux, Internet, vidéos, objets connectés, Internet des objets, hyperconnexion, addiction

Résumé

«Aujourd'hui, soit un enfant est en train de dormir, soit il est en ligne.» (Eric Schmidt, PDG de Google).

La vie connectée, ce sont aujourd'hui les écrans, à commencer par celui du **smartphone**. En Suisse, les 12-19 ans passent en moyenne 2h30 par jour sur Internet en semaine, 3h40 le week-end (étude JAMES 2016). Les écrans fatiguent le cerveau et affectent la capacité de concentration. L'addiction a été baptisée «nomophobie» (pour «no mobile»).

Bientôt, la vie connectée s'étendra à tout notre environnement physique, avec ce qu'on appelle le **Web des objets** (ou «IoT», Internet of Things) : montres connectées, aspirateurs, réfrigérateurs, tatouages à capteurs, etc. Des puces permettent de retrouver des objets perdus ou volés, comme les vélos. Des brosses à dents pourront nous envoyer des messages nous aidant à bien brosser chaque dent. Plus de 15 milliards d'objets seraient déjà connectés dans le monde. Un sondage indique que 35% des Français en possèdent au moins un. Le développement de l'IoT est surtout manifeste dans trois domaines : **la santé** (indicateurs pour compter les pas, mesurer le taux de cholestérol, etc.), **le sport** (performances), **la maison** (commandes à distance pour faire par exemple des économies d'énergie).

Toutes les promesses ne sont pas tenues: les bracelets de santé sont souvent abandonnés, la voiture intelligente tarde, les foires aux innovations exhibent des gadgets peu utiles. L'IoT pose aussi des problèmes de sécurité informatique. Les objets sont configurés par défaut et connectés en permanence ; le 21 octobre 2016, une cyberattaque via les objets connectés a réussi à paralyser des services comme Twitter ou Spotify.

Entre écrans et objets connectés, doit-on craindre que se réalise ce vœu d'Eric Schmidt : *«Nous voulons devenir le 3e hémisphère de votre cerveau»* ?

Objectifs

- Prendre conscience de la place prise au quotidien par des activités connectées et des risques liés : dépendance, santé, capacités cérébrales
- Faire (mieux) connaissance avec la prochaine révolution annoncée : l'Internet des objets
- Sensibiliser à l'importance de préserver des espaces de vie «déconnectés»

Étapes suggérées

Séance 1 – 1 ou 2 période(s)

Un inventaire du temps passé devant les écrans

Messages, jeux en ligne, vidéos, réseaux… Selon des estimations, les Européens passent en moyenne 8 ou 9 heures par jour devant des écrans (TV, smartphone, ordinateur, etc.). L'écran devient-il « la vraie vie » ?

A. L'inventaire d'écrans

Proposer aux élèves de compter les heures qu'ils passent devant les écrans.

- Noter sur une feuille le temps passé chaque jour devant la TV, un ordinateur, le smartphone.
- Evaluer combien de fois par jour ils consultent leur téléphone portable.
- Echanger et commenter les résultats.

Selon les dernières statistiques françaises, un adulte regarde, en moyenne, 221 fois par jour son smartphone, pour une utilisation de 3h16.

- Si on le consulte plus de 200 fois par jour, combien de minutes s'écoulent entre deux consultations ?

B. Discussion libre

- Est-il important, très important (gradation possible) de recevoir de fréquents messages ? Faut-il y répondre tout de suite ? Pourquoi ?
- Est-il frustrant de devoir éteindre le portable (à l'école, au coucher…) ?
- Est-ce bon pour le cerveau ?

+ éventuellement : proposer le test «Etes-vous accro à votre portable?» http://test.psychologies.com/tests-psycho/tests-addiction/accro-a-votre-portable/faire-le-test/474.
Puis comparer les résultats des élèves.

Ou alors visionnner le documentaire "Hyperconnectés, le cerveau en surcharge" (52 min).

C. Les effets potentiels

Orienter la discussion sur les diverses manières dont nos cerveaux peuvent être affectés: pertes d'attention, de concentration, de créativité, prédominance d'une « pensée-zapping », fatigue visuelle (*voir lien plus bas*), dépendance affective.

Selon les dernières recommandations de l'Académie américaine de pédiatrie, un enfant entre 2 et 5 ans ne devrait pas consulter d'écran plus d'une heure par jour.

Michel Desmurget, chercheur en neurosciences cognitives constate (sur *atlantico.fr*) : *«Les enfants ne savent plus s'ennuyer. Or l'ennui est fondamental dans le développement des zones associées à l'imaginaire et à la créativité».*

Sophia Achab, médecin au service d'addictologie des Hôpitaux Universitaires de Genève renchérit (dans *Le Temps*) : *«Le smartphone est un outil immersif qui permet d'assouvir 24h/24 besoins et pulsions : reconnaissance, compétition, interactions sociales, sexe, rencontres, jeux de hasard et d'argent… On s'en sert pour se détendre, et on peut finir par ne plus pouvoir gérer ses frustrations autrement».*

Liens vers les sources citées :

http://asnav.org/nos-ados-en-danger-1er-enseignement-du-barometre-2016-de-la-sante-visuelle/

http://www.atlantico.fr/decryptage/consequences-que-temps-fou-passe-devant-ecrans-cerveau-michel-desmurget-1004028.html

https://www.letemps.ch/societe/2016/11/14/parents-accros-aux-ecrans

D. L'inventaire des loisirs non connectés

Proposer aux élèves de noter le temps passé par semaine à des activités non connectées. Puis diviser par sept pour une moyenne quotidienne.

- Demander à chaque élève de comparer avec le temps connecté.
- Ouvrir la discussion : est-ce équilibré ? Quel serait un bon équilibre ?

Séance 2 – 1 ou 2 période(s)

Les objets connectés

A. L'Internet des objets

- Ouvrir la discussion : les élèves savent-ils de quoi il s'agit ? Qui connaît ou a des objets connectés?

Donner quelques indications, puis proposer un exercice : noter tous les objets dans la salle de classe qui pourraient être dotés d'une connexion, et pour quel usage.

- Noter au tableau toutes les propositions. En discussion ouverte : sont-elles réalistes? D'un bon usage? Compléter la liste avec d'autres objets (*voir articles en lien*).
- Ouvrir la discussion : est-ce une évolution positive ? Pourquoi ?

B. Projections à choix

- Projeter au beamer la page d'accueil du blog spécialisé: http://www.ma-vie-connectee.fr/. Demander à un élève de choisir les articles qui l'intéressent et ouvrir la discussion.

- Projeter la vidéo « La vie connectée », disponible en quatre parties de trois minutes chacune sur YouTube: https://www.youtube.com/watch?v=6Q5IPSVSsPU.

Puis ouvrir la discussion sur ce que les élèves en retiennent.

3. L'homme hyper-connecté



Distribuer l'article racontant la vie de Chris Dancey, « l'homme le plus connecté du monde ».

Le faire lire à chacun, ou à haute voix.

- En discussion ouverte : que montre son histoire?
- Y a-t-il des objets que les élèves ne voudraient pas voir connectés ? Pourquoi ?

Pour aller plus loin

Etudes JAMES 2016 :
https://www.zhaw.ch/storage/psychologie/upload/forschung/medienpsychologie/james/2016/Rapport_JAMES_2016.pdf

Une interview intéressante de la sociologue Claire Balleys :
https://www.migrosmagazine.ch/societe/entretien/article/claire-balleys-ne-dites-surtout-pas-aux-jeunes-que-leurs-amis-facebook-sont-des-amis-virtuels

Un article du *Temps* sur les parents accros aux écrans :
https://www.letemps.ch/societe/2016/11/14/parents-accros-aux-ecrans

Les effets du temps passé devant des écrans :
http://www.atlantico.fr/decryptage/consequences-que-temps-fou-passe-devant-ecrans-cerveau-michel-desmurget-1004028.html

Accro au portable ? Un test de Psychologies.com :
http://test.psychologies.com/tests-psycho/tests-addiction/accro-a-votre-portable/faire-le-test/474

«La vie connectée», un livre adressé au jeunes :
http://www.nathan.fr/catalogue/fiche-produit.asp?ean13=9782092553213

«La vie connectée» en vidéos, dont la diffusion a été autorisée en classe par le Ministère de l'Education :
https://www.youtube.com/watch?v=6Q5IPSVSsPU

Un numéro instructif, même s'il date de 2011, de la revue Méta-media :
http://www.meta-media.fr/files/2011/06/MetaMedia_cahier.pdf

Un blog qui suit les avancées technologiques : http://www.ma-vie-connectee.fr/

Sur les tatouages connectés : http://www.objetconnecte.net/tech-tats-tatouage-connecte-2811/

A quoi s'attendre dans un futur proche : http://www.ictjournal.ch/articles/2016-12-07/tendances-2017-intelligence-artificielle-objets-connectes-et-realite-virtuelle

L'histoire édifiante de Chris Dancy, «l'homme le plus connecté du monde» : http://rue89.nouvelobs.com/2016/09/09/lhomme-plus-connecte-monde-sest-fait-devorer-donnees-264377

Alain Maillard, journaliste, responsable du magazine EDITO, décembre 2016.

CC BY NC ND