



LA PAUSE NUMÉRIQUE C'EST QUOI ?

C'est une utilisation raisonnée du temps d'écran. Ce n'est donc pas l'arrêt complet de l'utilisation des écrans.

L'article L. 511-5 du Code de l'éducation, issue de la loi n° 2018-698 du 3 août 2018, pose le principe de l'interdiction de l'utilisation des téléphones portables et des montres connectées à l'école et au collège.

Malgré cette interdiction, notée dans le règlement intérieur, les élèves sont tentés de les utiliser.

Une collaboration étroite entre les familles et le collège facilitera la mise en œuvre de cette expérimentation.

À QUI S'ADRESSE LA PAUSE NUMÉRIQUE ?

AUX ÉLÈVES DE 6^E ET DE 5^E

QUELS SONT LES OBJECTIFS DE LA « PAUSE NUMÉRIQUE » ?

1. Le bien-être des élèves

2. Leur réussite

- en luttant contre le cyberharcèlement,
- en luttant contre la circulation sur les réseaux sociaux des images prises dans le collège,
- en luttant contre les distractions qui nuisent aux apprentissages.

Un rapport mondial de suivi de l'éducation datant de 2023 et diffusé par l'Organisation des Nations Unies pour l'éducation précise que : « si un élève consulte son portable pendant un cours cela peut engendrer jusqu'à 20 minutes de latence avant qu'il ne retrouve sa concentration. »

Durant ce temps, il n'est donc pas attentif et perd donc la moitié du cours auquel il assiste. En France, le temps d'écran moyen en 2022 était d'environ 2 heures par jour chez les enfants âgés de 1 à 6 ans, de 3 heures et demie chez les 7-12 ans et d'un peu plus de 5 heures chez les adolescents (13-19 ans).

Source : <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000388893#>

COMMENT COLLABORER AVEC LE COLLÈGE À LA MAISON ?

- en encadrant l'usage des écrans (temps et contenus),
- en favorisant une utilisation constructive des écrans,
- en donnant l'exemple d'une bonne utilisation des écrans,
- en surveillant les signes d'utilisation problématique des écrans,
- en se faisant aider si nécessaire.



OÙ SE PASSE LA PAUSE NUMÉRIQUE ?

AU COLLÈGE ET À LA MAISON

DE QUELLE MANIÈRE SE PRATIQUE LA PAUSE NUMÉRIQUE AU COLLÈGE ?

- en déposant les téléphones portables à l'arrivée au collège dans un lieu sécurisé,
- en remettant les téléphones portables aux élèves à la sortie du collège,
- en renseignant le temps d'utilisation quotidien avec auto-évaluation et défi personnel,
- en informant les élèves sur les dangers et en les formant sur les bons usages des écrans,
- en impliquant les parents dans le dispositif (présentation et informations),
- en diffusant une charte de la pause numérique,
- en réunissant un comité des usagers à la fin de chaque trimestre.

Collège : ce.0770014x@ac-creteil.fr

Conseil départemental 77 : actionseducatives@departement77.fr