

LE NUMÉRIQUE À L'ÉCOLE PRIMAIRE : COHÉRENCE ET RESPONSABILITÉ PARTAGÉE

“LE BON SENS EXISTAIT, MAIS IL RESTAIT CACHÉ PAR PEUR DU SENS COMMUN”
(ALESSANDRO MANZONI, LES FIANCÉS, CHAP. XXXII)

La technologie est entrée rapidement dans la vie de chacun d'entre nous, transformant nos habitudes, nos relations et nos façons d'apprendre. Ce changement nous a souvent pris au dépourvu. Aujourd'hui, nous connaissons mieux les opportunités et les risques liés à une utilisation excessive des outils numériques. Avec bon sens et responsabilité, nous pouvons contribuer à construire une culture de l'usage réfléchi de la technologie, en commençant par l'exemple que nous donnons aux enfants.



ÉCOLE PRIMAIRE SANS SMARTPHONE

Nous nous engageons à :

- éviter de confier aux enfants des appareils personnels librement connectés à Internet pendant les années de l'école primaire ;
- privilégier des solutions alternatives, telles que des appareils partagés ou dotés de fonctionnalités limitées ;
- accompagner progressivement les enfants vers un usage conscient, responsable et adapté à leur âge des outils numériques.

1



2

PARTICIPATION ACTIVE ET CONSCIENTE DES ADULTES : NOTRE EXEMPLE COMPTE

Parents, grands-parents, éducateurs et enseignants s'engagent à :

- limiter l'utilisation des smartphones et autres appareils numériques lorsqu'ils sont avec les enfants;
- consacrer du temps à l'écoute, au dialogue et aux activités partagées, sans interférences numériques;
- promouvoir des comportements équilibrés et cohérents dans l'utilisation de la technologie;
- favoriser les moments de relation, de jeu, de lecture et les activités de plein air;
- blocage total des contacts avec des inconnus, y compris dans les jeux vidéo.



MARCHER ENSEMBLE DANS LE NUMÉRIQUE: LES ENFANTS JAMAIS SEULS DEVANT L'ÉCRAN!

- exploration et recherche sur internet autorisées seulement en présence d'un adulte;
- blocage total des contacts avec des utilisateurs inconnus, jeux vidéo inclus.

3



4

DES APPAREILS TRANSPARENTS JUSQU'À 14 ANS: CONFIANCE RÉCIPROQUE, OCCASION D'ÉCHANGER ET DE DIALOGUER!

- partage des mots de passe entre parents et enfants comme outil de protection;
- vérification régulière des discussions, applications et historiques de navigation avec les enfants afin de développer leur conscience des risques et d'y faire face ensemble;
- collaboration active pour faire de la navigation une occasion d'apprentissage et de croissance en toute sécurité.

5

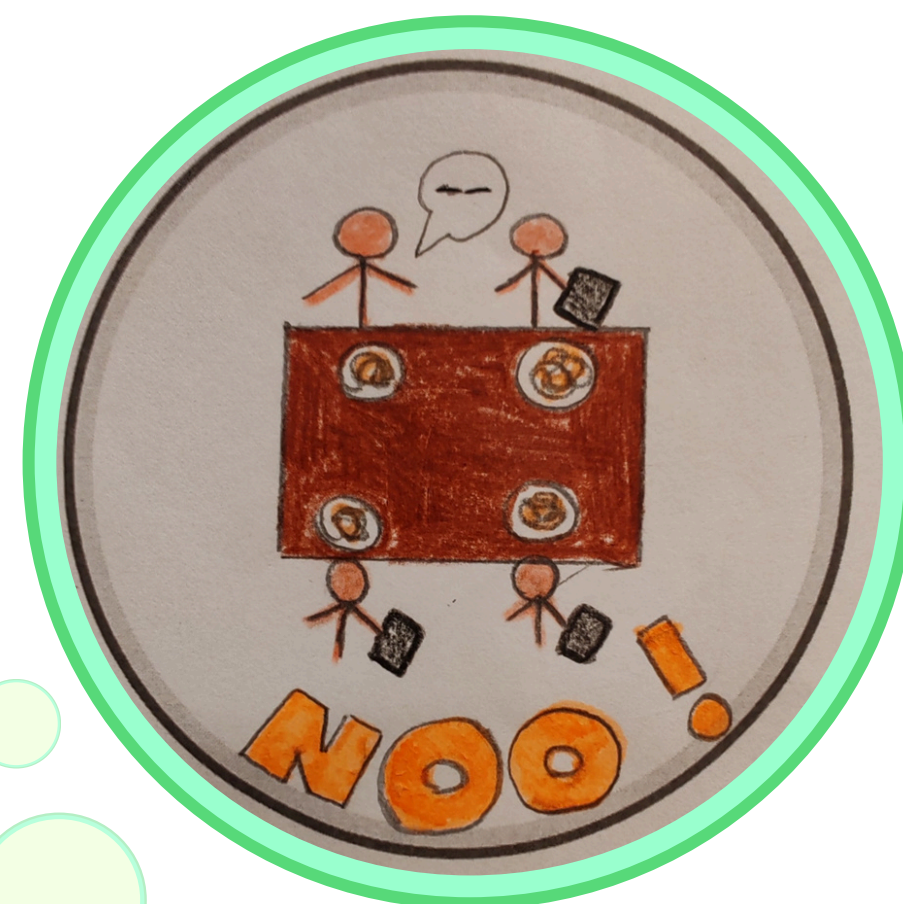
APPLICATIONS, JEUX VIDÉO ET RÉSEAUX SOCIAUX ADAPTÉS À L'ÂGE

- éviter l'utilisation autonome des réseaux sociaux avant 14 ans, conformément aux recommandations et dispositions légales;
- vérifier systématiquement, avant tout visionnage, que le contenu des applications, vidéos, chaînes YouTube et séries télévisées est adapté à l'âge de l'enfant;
- utiliser la classification PEGI pour choisir des jeux vidéo adaptés à la maturité de l'enfant.

6

DES LIEUX ET DES HORAIRES DÉFINIS POUR L'UTILISATION

- convenir d'horaires et de lieux d'utilisation afin de favoriser la présence et l'échange avec les adultes;
- éviter les écrans dans la chambre à coucher, pendant les repas et lors des moments de socialisation ou de jeu;
- surveiller le temps total de connexion, sans dépasser deux heures par jour, afin de garantir un équilibre sain entre numérique et vie réelle;
- prévoir des journées sans écran pour laisser place à la créativité et au repos.



7

LES RENCONTRES EN PERSONNE COMPTENT

- favoriser les occasions de rencontre et de relation directe en dehors du monde numérique;
- encourager le sport, le jeu libre et le temps partagé avec les amis;
- promouvoir la participation à des ateliers et à des initiatives locales afin de stimuler de nouveaux centres d'intérêt;
- cultiver des liens qui ne dépendent pas exclusivement des appareils numériques et des réseaux sociaux.

PARFOIS, LES MOTS NE SUFFISENT PAS!

Montrez par l'exemple comment utiliser les écrans de manière responsable.

N'oubliez pas que les moments passés avec nos enfants sont plus importants que n'importe quelle notification.

Les écrans réduisent le temps consacré aux relations humaines.



APPROFONDISSEMENTS ET PISTES UTILES

Y A-T-IL UN ÂGE IDÉAL POUR AVOIR UN SMARTPHONE? Selon l'avis de nombreux experts, un smartphone personnel n'est pas adapté pendant l'école primaire. Les recommandations de l'Organisation mondiale de la Santé suggèrent d'attendre au moins l'entrée au collège. Il existe de nombreuses alternatives pour utiliser Internet en toute sécurité : par exemple une tablette ou un ordinateur, plus faciles à contrôler et à laisser à la maison lorsqu'ils ne sont pas nécessaires. Sans oublier la possibilité d'utiliser un téléphone portable « classique » lorsqu'il est nécessaire de communiquer avec les parents. Pour plus d'informations : « Numérique et enfants : les nouvelles recommandations de la Société italienne de pédiatrie ».

COMMENT CHOISIR LES JEUX VIDÉO ET LES CONTENUS VIDÉO? Le système PEGI nous aide en indiquant l'âge recommandé pour chaque jeu vidéo commercialisé. Une attention particulière doit être portée aux jeux en ligne qui permettent le contact avec des inconnus. Le choix des vidéos et des séries mérite également une vigilance particulière : de nombreuses plateformes proposent des filtres, tandis que d'autres nécessitent une supervision parentale. Les outils de contrôle parental sont utiles et désormais disponibles sur la plupart des appareils.

RÈGLES, LIMITES ET JOURNÉES "SANS ÉCRAN" Les principaux conseils des experts : éviter les écrans pendant les repas, avant le coucher (au moins trente minutes avant) et avant de partir à l'école. Ne pas dépasser deux heures d'utilisation par jour, faire des pauses régulières et prévoir chaque semaine des journées sans écran afin de favoriser les activités alternatives, la vie sociale et la prévention des dépendances numériques. Éviter l'utilisation des écrans dans la chambre ou dans des lieux où aucun adulte ne peut assurer une supervision.

Enfin, rappelons l'importance de l'exemple donné par les adultes : pourquoi ne pas organiser des journées sans écran pour toute la famille?

UN USAGE CONSCIENT, POSITIF ET ÉDUCATIF Les compétences numériques seront essentielles pour l'avenir de nos enfants. C'est pourquoi il est important de ne pas se limiter aux règles, mais aussi de discuter avec eux de ce qu'ils font en ligne et de ce qui les intéresse. Encourager les usages créatifs du numérique ainsi que l'utilisation d'Internet pour s'informer et apprendre de nouvelles choses, en collaborant avec les autres parents et les enseignants afin de renforcer les compétences et la culture numérique des adultes comme des jeunes.

PROTÉGEZ LA VIE PRIVÉE DE VOTRE ENFANT Soyez prudents lorsque vous partagez en ligne des photos, des vidéos ou des informations personnelles concernant vos enfants et leurs amis : ces contenus peuvent rester accessibles durablement et fournir des informations à des personnes mal intentionnées. Rappelons également qu'il est interdit de publier en ligne des photos d'autres mineurs sans l'autorisation de leurs parents.

OFFREZ À VOTRE ENFANT UN TEMPS EXCLUSIF ET AUTHENTIQUE Lorsque vous vous retrouvez en fin de journée ou que vous jouez ensemble, veillez à ce que le temps passé avec vos enfants leur soit entièrement consacré, dans la mesure du possible sans smartphone. Lecture, narration, activité physique, créativité, expériences dans la nature et moments de partage sont autant d'occasions précieuses.

LES ALTERNATIVES À LA TECHNOLOGIE ET AUX ÉCRANS

Lecture et narration: lire ensemble et raconter des histoires stimule le développement cognitif et émotionnel dès les premiers mois de vie.

Mouvement et créativité: encourager le jeu, l'activité physique, artistique et musicale, les activités manuelles et la curiosité afin de favoriser un développement harmonieux.

Nature et vie sociale: les promenades en plein air et les moments de partage avec d'autres enfants constituent des occasions précieuses d'apprendre à grandir ensemble.