

## 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
Renforcer sa conscience de soi Connaître ses valeurs, besoins et buts et prendre des décisions constructives	

### 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://3-6-9-12.org)

Source : Parents dans un monde d'écrans : petit guide à destination des parents pour accompagner leurs enfants sur les écrans.

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

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

Moi, les écrans et les autres

Moi et les écrans

C'est quoi un écran ?

## 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 ?