

#DISCONNECTCHALLENGE



Âge : 7 ans à adulte.

Durée : Cette leçon s'étend sur deux semaines (3 heures de temps en classe), avec un module additionnel optionnel au cours de la troisième semaine (2 à 6 heures additionnelles).

Auteurs : Créé par Valerie Steeves, Valerie Michaelson et Matthew Johnson, 2019.

Ce plan de leçon est un produit de l'eQuality Project, un projet financé par le Conseil de recherches en sciences humaines du Canada.

Aperçu

Dans cette leçon, les enfants et les jeunes de l'Alberta évalueront à quel point la technologie et les médias jouent un rôle sur leur sentiment de connexion à l'égard d'eux-mêmes, des autres personnes et de la nature. Pendant une semaine, ils documentent leur utilisation des médias en réseau (p. ex., les ordinateurs, les tablettes, les téléphones intelligents, les réseaux sociaux et les autres applications), puis ils font un jeûne de médias d'une semaine, pendant laquelle ils évitent les plateformes de réseaux sociaux, le temps passé devant un écran la nuit, la technologie autour de la table de repas, la navigation sur Internet (sauf pour les travaux scolaires), le textage (sauf pour leurs parents ou tuteurs) et l'écoute de musique avec écouteurs. Ensuite, ils relatent leur expérience et travaillent ensemble pour définir ce qu'ils ont appris. Enfin, ils utilisent leurs apprentissages pour créer un plan d'utilisation consciente des médias. Dans le cadre d'une activité d'approfondissement optionnelle, ils créent une vidéo (ou un autre produit médiatique) afin de partager leurs expériences et leurs réflexions avec les autres membres du groupe Facebook Défi Déconnecte Alberta. Cette communauté Facebook sera accessible via un lien sur le site Web #DéfiDéconnecte (<https://disconnectchallenge.ca/>).

Intentions face à l'apprentissage

Au travers cette activité, les étudiants vont :

- Réfléchir à leur utilisation de la technologie et des médias;
- Analyser dans quelle mesure la technologie et les médias ont une incidence sur leur comportement;
- Participer à des discussions en classe et à la maison;
- Préparer un plan d'action détaillé;
- Créer une vidéo ou d'autres produits médiatiques (*activité d'approfondissement optionnelle*).

Préparation et matériel

Les étudiants devraient recevoir des photocopies des documents suivants :

- Semaine 1 – Journal de l'utilisation des médias;
- Semaine 2 – Journal du jeûne des médias.

Les élèves devraient recevoir des photocopies des feuilles de travail suivantes :

- Plan des médias post-défi;
- Vidéo Défi Déconnecte (*activité d'approfondissement optionnelle*).

Préparez-vous à montrer la vidéo suivante :

- Jeûne des médias sociaux – Défi Déconnecte : <https://disconnectchallenge.ca/>

Marche à suivre

Premier jour

Quel rôle la technologie et les médias jouent-ils dans nos vies? (30 minutes)

Divisez la classe en groupes de trois ou quatre élèves et demandez à chaque groupe de dresser une liste des différentes façons par lesquelles ils utilisent ou consomment les médias. Indiquez-leur de tenir compte de ce qui suit :

- Les différents appareils (téléphones, ordinateurs portables, tablettes, télévision, etc.);
- Les différentes plateformes (médias sociaux, jeux, services de vidéos en continu, etc.);
- Les différents contextes (écouter de la musique à la maison par rapport à entendre de la musique au centre commercial, etc.).

Dans les mêmes groupes, demandez aux élèves de penser à ce qu'ils *font* avec les médias :

- Encouragez-les à penser au-delà des utilisations évidentes des médias (comme regarder une émission de télévision) pour évaluer les différentes *raisons pour lesquelles* ils en font cette utilisation (p. ex. regarder l'émission parce qu'on s'ennuie; parce qu'on veut savoir ce qui va se passer dans l'histoire; parce que tout le monde la regarde et qu'on veut faire partie de la conversation, etc.).

Proposez aux groupes de faire part de leurs résultats de discussion avec la classe et de créer deux listes maîtresses à partir des rétroactions communes : une liste de l'ensemble des différentes *façons* par

lesquelles ils utilisent ou consomment les médias **et** une liste des différentes *raisons* à la base de cette utilisation.

Présentation du #DéfiDéconnecte Alberta (10 minutes)

Dites à la classe que lors d'une enquête menée en 2014, 35 pour cent des élèves canadiens de tous les âges s'inquiétaient de passer trop de temps en ligne.¹ Posez les questions suivantes à la classe :

- Croyez-vous que ce nombre est aujourd'hui le même, plus bas ou plus élevé? Pourquoi?
- Vous arrive-t-il de penser à votre fréquence d'utilisation des médias?
- Au cours des 24 dernières heures, combien d'appareils avez-vous utilisés?
- Comment ce serait de « déconnecter » pendant une journée, une semaine, un mois?

Relatez à la classe qu'en 2018, un groupe de 6 adolescents de Kingston en Ontario ont décidé qu'ils voulaient savoir dans quelle mesure leur connexion constante à des appareils avait une incidence sur leur connexion avec eux-mêmes, les autres et la nature. Ils ont pensé que la meilleure façon de s'y prendre était de se déconnecter pendant une semaine et de tenir un journal de leur expérience. Voici ce qu'ils ont appris [montrez la vidéo].

Au cours des deux prochaines semaines, nous relèverons le Défi Déconnecte avec plus de dix mille (10 000) autres enfants et jeunes de l'Alberta dans plus de 40 districts scolaires. Il s'agit du premier défi de déconnexion à l'échelle provinciale de ce type au monde!

Distribuez le document Semaine 1 – Journal de l'utilisation des médias. Parcourez la feuille de travail avec eux et expliquez-leur qu'au cours de la prochaine semaine, ils vont remplir le document Semaine 1 – Journal de l'utilisation des médias.

Deuxième jour (une semaine plus tard)

Réflexion (30 minutes)

Posez les questions suivantes à la classe. Demandez aux élèves de réfléchir individuellement à leur journal de la première semaine et d'écrire une réflexion qui répond aux questions à partir des expériences vécues au cours de cette première semaine.

Ensuite, discutez de leurs réponses avec la classe :

- De quelles façons avez-vous choisi d'utiliser les médias?
- De quelle façons avez-vous utilisé les médias sans que ce soit votre choix?

¹ Steeves, V. (2014). Jeunes Canadiens dans un monde branché, Phase III, La vie en ligne Ottawa : HabiloMédias.

- Quelles activités vous ont donné l'impression d'être près des autres? De la nature?
- Quelles activités vous ont donné l'impression d'être isolé(e)?

Créez une liste à partir des rétroactions communes : pourquoi ils ont utilisé les médias, ce qui leur a donné l'impression d'être connectés et ce qui leur a donné l'impression d'être peu connectés ou isolés.

Dites aux élèves qu'afin de comprendre dans quelle mesure la technologie définit ce qu'ils font, ils vont se joindre à plus de dix mille (10 000) enfants et jeunes de l'Alberta pour faire un jeûne des médias d'une durée d'une semaine. L'idée consiste à laisser de côté leur téléphone et tout autre appareil pendant une semaine complète (y compris le Jour de la famille le 17 février 2020) et à constater l'effet sur leur façon de se sentir et sur ce qu'ils font. Pendant une semaine, ils vont se priver des réseaux sociaux, des moteurs de recherche en ligne, des applications de messagerie, des émissions en ligne et de l'écoute de musique avec écouteurs. Ils pourront utiliser la technologie pour les exceptions suivantes :

- Les travaux scolaires;
- La communication avec les parents/les tuteurs, les employeurs ou les entraîneurs au besoin;
- L'écoute d'émissions ou de films avec quelqu'un d'autre;
- L'écoute de musique avec quelqu'un d'autre (sans écouteurs);
- Les urgences.

Distribuez le document *Semaine 2 – Journal du jeûne des médias*. Parcourez la feuille de travail avec les élèves et expliquez-leur qu'au cours de la prochaine semaine, ils vont tenir le *Journal du jeûne des médias* de la deuxième semaine.

Troisième jour (une semaine plus tard)

Faire l'inventaire de la technologie et des médias (30 minutes)

Posez les questions suivantes aux élèves :

- Qu'avez-vous fait (le cas échéant) pour vous préparer au Jeûne des médias de la deuxième semaine?
- Qu'est-ce qui était plus facile dans votre vie hors ligne? Qu'est-ce qui était plus difficile?
- Qu'avez-vous fait pendant le jeûne que vous n'auriez pas fait si vous aviez utilisé la technologie pendant cette semaine?
- Est-ce que quelque chose vous a manqué? Qu'était-ce et pourquoi?
- Qu'est-ce qui ne vous a pas manqué?
- Quelle incidence cela a-t-il eu sur vos relations avec votre famille et vos amis?
- Était-il plus facile ou plus difficile de rester déconnecté(e) au fur et à mesure que la semaine avançait?

Soulignez cette citation de la part d'un des participants de la vidéo du Défi Déconnecte :

« Je pense que la technologie a une incidence sur la façon qu'on pense et qu'on sociabilise avec les gens. »

Demandez à l'ensemble de la classe :

- Êtes-vous d'accord? Pourquoi ou pourquoi pas?
- De quelles façons la technologie a-t-elle une incidence sur notre façon d'agir?

Évaluation : Plan des médias post-défi

Distribuez la feuille de travail *Plan des médias post-défi* et expliquez aux élèves qu'à partir de leur expérience avec le Jeûne des médias et de la discussion en classe, ils vont créer un plan pour utiliser les médias et la technologie de manière plus consciente à l'avenir. Dites aux élèves qu'un plan réussi comporte trois étapes :

- 1) *Un objectif* : dans ce cas-ci, les élèves évalueront s'ils utiliseront la technologie et les médias de manière différente selon leurs expériences et leurs réflexions.
- 2) *Les obstacles possibles* : quels sont les défis auxquels ils pensent être confrontés en faisant cela?
- 3) *Les stratégies* : Que pourraient-ils faire pour aborder ces problèmes?

Activité d'approfondissement : Vidéo du Défi Déconnecte Alberta

En tant qu'activité d'approfondissement, vous pourriez choisir de demander aux élèves de faire leur propre vidéo du défi de déconnexion et de la publier sur le groupe Facebook #DisconnectChallenge.

Distribuez le document de la vidéo du défi de déconnexion. Divisez les élèves en groupes de quatre à six et demandez-leur de s'interroger au sujet de leurs expériences, pour ensuite produire une vidéo d'au plus trois minutes présentant les entrevues. (Les outils de vidéo recommandés sont inclus sur la feuille à distribuer.)

Défi Déconnecte Alberta – Semaine 1 : Journal de l'utilisation des médias

Pour cet exercice, tu garderas le suivi de ton utilisation des médias pendant une semaine (la façon et le moment). Utilise la liste de contrôle du Journal des médias ci-dessous pour t'aider à garder le suivi de ton utilisation des médias et note tes réflexions ou tes expériences dans la case (remplis-la une fois par jour pendant sept jours).

Utilise la liste de contrôle ci-dessous chaque jour pendant sept jours d'affilée.

Jour _____ : _____ (inscris la date)

Aujourd'hui, j'ai utilisé un appareil ou une application pour faire ce qui suit :

- Divertissement (regarder la télévision ou des vidéos en ligne)
- Communication organisationnelle (texter à mes parents/à mes tuteurs pour venir me chercher; inviter des amis pour faire des plans)
- Communication avec des amis ou des membres de ma famille
- Communication liée au travail, à l'école ou à une activité (obtenir un courriel de la part d'un enseignant; prévoir une entrevue d'embauche)
- Prendre des nouvelles des membres de ma famille ou d'amis qui habitent au loin
- Regarder ce que les gens font (consulter les publications de mes amis ou de célébrités)
- Publier ou consulter des photos
- Consulter des nouvelles ou des informations météo
- Écouter de la musique de fond (écouter de la musique tout en faisant des devoirs, de la lecture, etc.)
- Apprendre en ligne (utiliser un écran pour l'école ou un apprentissage personnel)

En général, dans quelle mesure t'es-tu senti(e) connecté(e) aujourd'hui? Est-ce que l'appareil ou l'application t'as fait sentir *plus* ou *moins* connecté(e) à l'égard de toi-même, des autres ou de la nature? Note tes réflexions ou tes expériences dans la case de commentaires ci-dessous.

Défi Débranche Alberta – Semaine 2 : Journal du jeûne des médias

Pour cet exercice, tu garderas le suivi du moment et de ta façon de connecter avec les autres sans technologie. Utilise la liste de contrôle du Journal des médias ci-dessous pour t'aider à garder le suivi de ton utilisation des médias et note tes réflexions ou tes expériences à propos de la déconnexion dans la case (remplis-la une fois par jour pendant sept jours).

Utilise la liste de contrôle ci-dessous chaque jour pendant sept jours d'affilée.

Jour _____ : _____ (inscris la date)

Aujourd'hui, j'ai fait ce qui suit *sans utiliser d'appareil ni d'application* :

- Divertissement (Qu'as-tu fait? p. ex., lire un livre, jouer à un jeu de société _____)
- Communication organisationnelle (demander à mes parents/à mes tuteurs de venir me chercher; inviter des amis pour faire des plans)
- Communication avec mes amis ou des membres de ma famille
- Communication liée au travail, à l'école ou à une activité (obtenir un courriel de la part d'un enseignant; prévoir une entrevue d'embauche)
- Prendre des nouvelles des membres de ma famille ou d'amis qui habitent au loin
- Regarder ce que les gens font (Qu'as-tu fait? p. ex. j'ai demandé à un ami _____)
- Regarder des photos
- Consulter des nouvelles ou des informations météo (Qu'as-tu fait? _____)
- Écouter de la musique de fond (écouter de la musique avec d'autres personnes)
- Apprendre (utiliser des livres pour l'école ou un apprentissage personnel)

En général, dans quelle mesure t'es-tu senti(e) connecté(e)? Qu'as-tu fait *au lieu* d'utiliser un appareil ou une application? Est-ce que cela t'a fait sentir *plus* ou *moins* connecté(e) à l'égard de toi-même, des autres ou de la nature? Note tes réflexions ou tes expériences dans la case de commentaires ci-dessous.

Défi Déconnecte Alberta – Plan des médias post-défi

Pour ce travail, tu vas créer un plan des médias conscient pour t'aider à intégrer la technologie et les médias à une vie équilibrée.

Regarde les journaux des médias que tu as remplis. Vois-tu des tendances? Quelles activités liées à la technologie ou aux médias a eu la plus grosse incidence sur ta vie? Lesquelles ont eu la plus grosse incidence sur ta manière de te sentir?

À présent, crée un plan des médias conscient. Ce plan devrait répondre aux questions suivantes, avec au moins trois points pour chaque question :

- Quelles tendances as-tu observées dans ton utilisation des médias et son incidence sur toi?
- Comment pourrais-tu utiliser la technologie ou les médias différemment à l'avenir?
- À quels défis penses-tu être confronté(e) ainsi?
- Que peux-tu faire pour surmonter ces défis?

Défi Déconnecte Alberta

Critères liés au succès de la tâche : Plan des médias post-défi

	Attentes en matière d'apprentissage	Résultat
<p>Utiliser</p> <p>Les aptitudes et compétences qui relèvent de la catégorie « utiliser » constituent un savoir-faire essentiel qui doit progressivement atteindre un calibre de plus haut niveau pour nous permettre d'avoir accès et d'utiliser des ressources d'information comme les moteurs de recherche et les bases de données en ligne, de même que les technologies émergentes comme l'infonuagique (ou <i>cloud computing</i>).</p>	<p><i>Santé numérique</i> : La santé numérique définit les habitudes et les comportements qui peuvent être nuisibles à la santé et explique comment les gens peuvent être encouragés à adopter de saines solutions de recharge.</p> <p>Élaborer des stratégies pour évaluer les compétences en littératie technologique et planifier la croissance personnelle continue.</p>	<p>Insuffisant (R)</p> <p>Débutant (1)</p> <p>En progression (2)</p> <p>Compétent (3)</p> <p>Confiant (4)</p>
<p>Comprendre</p> <p>Comprendre signifie savoir reconnaître de quelle manière les nouvelles technologies agissent sur notre comportement et nos perceptions, nos croyances et nos sentiments vis-à-vis le monde qui nous entoure.</p> <p>Comprendre nous prépare à appréhender une économie du savoir pendant que nous faisons l'acquisition d'aptitudes en gestion pour trouver, évaluer et utiliser à bon escient l'information et ce, dans un but de communication, de collaboration et de solution de problèmes.</p>	<p><i>Santé numérique</i> :</p> <p>Montre une conscience de ses habitudes à l'égard des médias et l'étendue des médias qu'il ou elle utilise sur une base hebdomadaire, ainsi que le rôle des médias numériques dans sa vie.</p>	<p>Insuffisant (R);</p> <p>Débutant (1);</p> <p>En progression (2);</p> <p>Compétent (3)</p> <p>Confiant (4)</p>
<p>Créer</p> <p>Créer, c'est savoir produire des contenus et communiquer efficacement en utilisant différents outils et médias numériques. Il faut savoir adapter son produit selon le contexte et le public cible; créer et communiquer via des médias complexes et conjuguant, par exemple, l'image, le son et la vidéo; utiliser de manière efficace et responsable le contenu généré par les utilisateurs comme les blogues et les forums de discussion, le partage de photos et vidéos, les jeux sociaux et autres formes de médias sociaux.</p>	<p><i>Santé numérique</i> : Élaborer des règles de conduite personnelles qui assurent des pratiques saines et sécuritaires.</p>	<p>Insuffisant (R);</p> <p>Débutant (1);</p> <p>En progression (2);</p> <p>Compétent (3)</p> <p>Confiant (4)</p>

Vidéo du défi Déconnecte Alberta

Pour ce projet, tu vas créer une vidéo ou un balado dans lequel tu passes en entrevue les autres membres de ton groupe à propos de leur expérience lors du défi Déconnecte Alberta.

Conseils pour l'entrevue :

Une entrevue est un excellent moyen d'apprendre à propos d'une personne ayant des connaissances ou une opinion à propos d'un sujet donné. Habituellement, lors d'une entrevue, l'intervieweur et l'interviewé sont assis l'un en face de l'autre pour une discussion telle une mise en scène. Il existe de nombreuses autres façons de mener une entrevue. Fais preuve de créativité! (Par exemple, les entrevues en marchant sont plus complexes à filmer, mais peuvent certainement offrir un produit intéressant.)

Chaque intervieweur devrait préparer au moins 3-4 questions pour permettre un point de départ à l'entrevue.

Voici quelques outils de montage vidéo :

- Filmora
Montage vidéo en ligne
<https://filmora.wondershare.com/>
Aussi disponible en application pour iOS et Android
- iMovie
Montage vidéo sur iOS
<https://www.apple.com/ca/imovie/>
- WeVideo
Montage vidéo en ligne
<https://www.wevideo.com/>
- Movie Maker
Montage vidéo sur Windows
<http://www.windows-movie-maker.org/>

Défi déconnecte Alberta

Critères de réussite de la tâche : Exercice de vidéo post-challenge

	Attentes d'apprentissage	Résultat
<p>Utiliser</p> <p>Les aptitudes et compétences qui relèvent de la catégorie « utiliser » constituent un savoir-faire essentiel qui doit progressivement atteindre un calibre de plus haut niveau pour nous permettre d'avoir accès et d'utiliser des ressources d'information comme les moteurs de recherche et les bases de données en ligne, de même que les technologies émergentes comme l'infonuagique (ou <i>cloud computing</i>).</p>	<p><i>Santé numérique</i> : La santé numérique définit les habitudes et les comportements qui peuvent être nuisibles à la santé et explique comment les gens peuvent être encouragés à adopter de saines solutions de recharge.</p> <p><i>Créer et remixer</i> : Communiquer de l'information et des idées efficacement afin de multiplier le public cible à l'aide d'une variété de médias et de formats.</p>	<p>Insuffisant (R);</p> <p>Débutant (1);</p> <p>En progression (2);</p> <p>Compétent (3)</p> <p>Confiant (4)</p>
<p>Comprendre</p> <p>Comprendre signifie savoir reconnaître de quelle manière les technologies en réseau agissent sur notre comportement et nos perceptions, nos croyances et nos sentiments vis-à-vis le monde qui nous entoure.</p> <p>Comprendre nous prépare également à appréhender une économie du savoir pendant que nous faisons l'acquisition d'aptitudes en gestion pour trouver, évaluer et utiliser à bon escient l'information et ce, dans un but de communication, de collaboration et de solution de problèmes.</p>	<p><i>Santé numérique</i> : Montre une conscience de ses habitudes à l'égard des médias et l'étendue des médias qu'il ou elle utilise sur une base hebdomadaire, ainsi que le rôle des médias numériques dans sa vie.</p> <p><i>Créer et remixer</i> : Comprendre comment la signification est produite par les multimédias (texte, images, son, vidéo) et comment la culture est produite par Internet et les médias sociaux. Montrer une compréhension des formes et des techniques des médias et des genres :</p> <ul style="list-style-type: none"> - le sujet choisi, l'enjeu et la solution étaient clairs; - le produit donnait un aperçu d'un sujet et d'une opinion 	<p>Insuffisant (R);</p> <p>Débutant (1);</p> <p>En progression (2);</p> <p>Compétent (3)</p> <p>Confiant (4)</p>
<p>Créer</p> <p>Créer, c'est savoir produire des contenus et communiquer efficacement en utilisant différents outils et médias numériques. Il faut savoir adapter son produit selon le contexte et le public cible; créer et communiquer via des médias complexes et conjuguant, par exemple, l'image, le son et la vidéo; utiliser de manière efficace et responsable le contenu généré par les utilisateurs comme les blogues et les forums de discussion, le partage de photos et vidéos, les jeux sociaux et autres formes de médias sociaux.</p>	<p><i>Créer et remixer</i> : Contribuer avec les équipes de projet afin de produire des œuvres originales ou résoudre des problèmes d'interaction, de collaboration, de coconstruction de contenu et de publication avec les pairs, les experts ou autre en employant une variété d'environnements et de médias numériques.</p>	<p>Insuffisant (R);</p> <p>Débutant (1);</p> <p>En progression (2);</p> <p>Compétent (3)</p> <p>Confiant (4)</p>