



Rapport de la Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes

Marc-André Girard et Jean-Pierre Tremblay

Directions d'école, CSSRDN

Conseillers au RÉCIT national des gestionnaires scolaires



Rapport de la Commission Spéciale

Document

157 pages

56 recommandations

Focalisation

Recommandations pour les
directions d'établissement

Sections

Trois parties essentielles à retenir



Section 1 : usages des écrans chez les jeunes

Le rapport met en lumière des données clés sur la consommation numérique des jeunes.



Exposition précoce

De plus en plus de jeunes sont exposés aux écrans dès leur plus jeune âge, souvent avant 2 ans.



Temps d'écran significatif

Une augmentation notable du temps passé devant les écrans, dépassant souvent les recommandations des experts en santé.



Diversification des appareils

Les jeunes utilisent une multitude d'appareils, du téléphone intelligent à la tablette, incluant les consoles de jeux.



Activités variées

Les usages sont diversifiés : éducation, divertissement, communication sociale et jeux vidéo en ligne.

Usage des Écrans chez les Jeunes

50%

Maternelle

Plus d'une heure
d'écran par jour

95%

6-12 ans

Utilisent trois
appareils différents

7.7h

Adolescents

Temps d'écran
quotidien en 2022



Diversification des Appareils



Tablette

Appareil privilégié 6-12 ans



Cellulaire

93% des 13-17 ans



Télévision

Écran traditionnel toujours présent



Consoles

Jeux vidéo populaires

Facteurs d'influence



Encadrement parental

Influence directe sur temps d'écran :

- Quel degré d'encadrement ?
- Quelle compétence numérique des parents ?
- Quelle gestion des comportements ?

Milieus défavorisés

Plus de temps d'écran observable :

- Accès aux loisirs plus difficile
- Manque d'espaces verts
- Le revenu familial ne permet pas toujours la participation de l'enfant à des activités sportives, artistiques ou sociales

Recommandations Infrastructure



Optimiser l'accessibilité des infrastructures

Parcs, gymnases, bibliothèques



Offrir des activités variées

Physiques, sportives, culturelles



Frais

Viser l'accessibilité pour tous, en gardant les frais peu élevés



Services à l'élève et développement professionnel

Services psychosociaux

1

Référer les parents aux ressources appropriées

2

Efficacité

Évaluer l'efficacité des initiatives mises en place

3

Formation continue

Former les intervenants sur les risques des écrans et sur l'intention pédagogique

4

Recherche en éducation éducation

Exercer une vigie de la recherche sur les écrans et la santé mentale des élèves



Implications pour les Directions

01

État du Parc-école

Vérifier les infrastructures disponibles et en favoriser l'accessibilité

03

Activités parascolaires

Répondant aux besoins des élèves

02

Prêt ou location de locaux

Pour la municipalité ou des organismes hors des heures scolaires

04

Partenariats

Organismes culturels, artistiques et sportifs



Section 2 : les écrans à l'école

- ✗ Usage récréatif des écrans : réserves importantes
- ✗ Utilisation comme récompenses : exceptionnelle seulement
- ✓ Usage réfléchi, pédagogique et supervisé
- 🎯 Les comités de parents sont préoccupés par le manque d'activités sans écran

Recommandation 18

Interdiction
des appareils
numériques
personnels



Équilibre pédagogique

Méthodes traditionnelles

Approches reconnues par la
recherche en éducation



Approches pédagognumériques pédagonumériques

Technologies éducatives
subordonnées à l'intention
pédagogique



Favoriser la diversité des approches pédagogiques pour favoriser un équilibre

Formation pédagognumérique du personnel



Vigie et formation

Se tenir à jour des nouvelles
approches pédagognumériques



Équipes RÉCIT

Faire appel aux conseillers
pédagogiques du RÉCIT



Citoyenneté numérique

Mettre en place un plan
d'éducation à la citoyenneté à l'ère
du numérique

Section 3 : les réseaux sociaux

Instaurer un âge minimal

Encadrement de l'inscription aux réseaux sociaux

Former les élèves à la citoyenneté numérique

Éduquer les élèves à leur empreinte numérique, à la nétiquette et à la citoyenneté à l'ère du numérique

Données personnelles

Obligation préservation par plateformes, incluant celles utilisées par les professionnels scolaires

Cadre légal

Est-ce que les plateformes utilisées en milieu scolaire sont conformes au cadre légal ?





Cyberintimidation

Anonymat

Rendre des ressources
d'information accessibles
anonymement

Mécanismes efficaces

Évaluer continuellement
l'efficacité des mesures d'aide
mises en place

Collaboration

Familles, services sociaux,
policiers et personnel scolaire

Quelques nuances importantes



Le « temps d'écran » est un concept flou

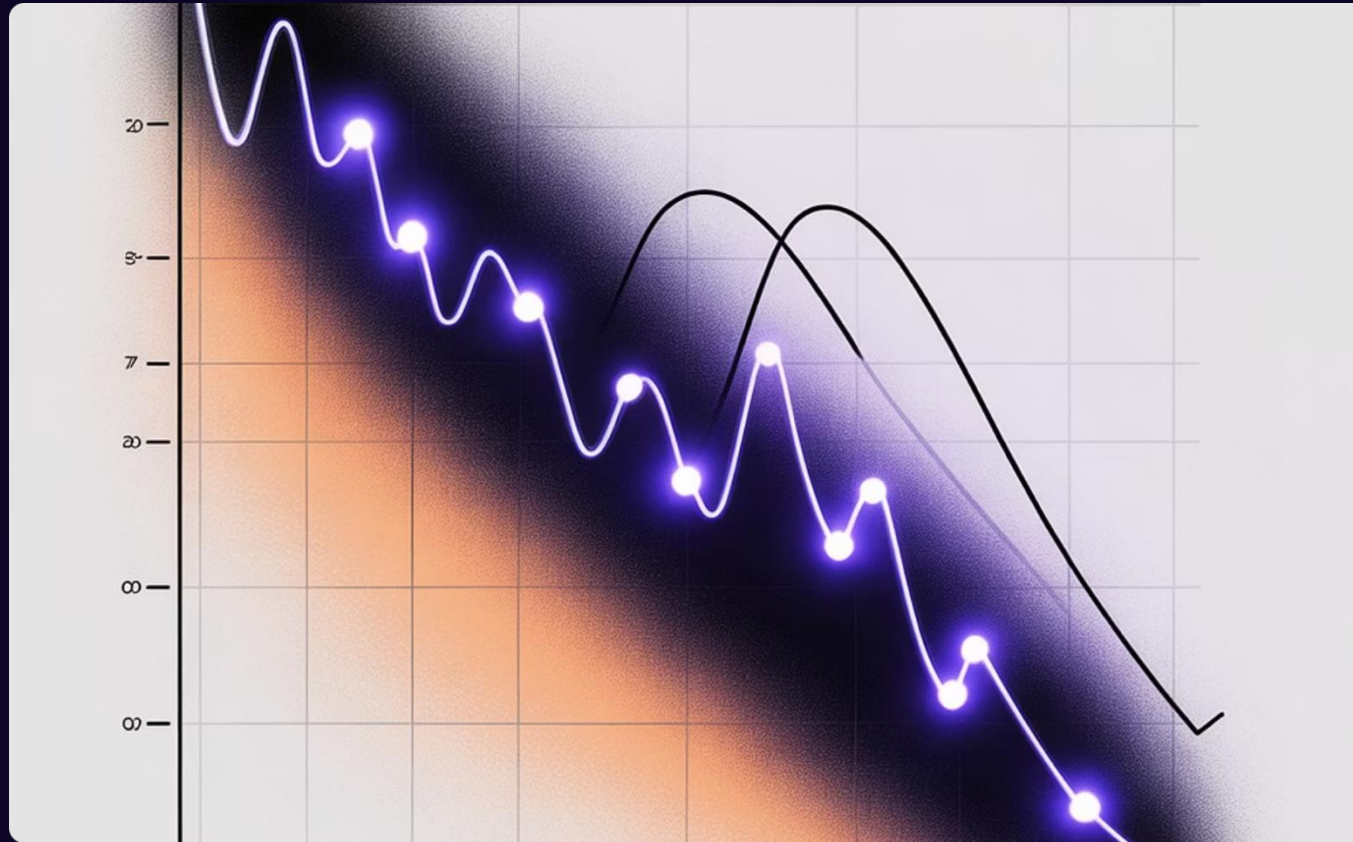
On doit plutôt se pencher sur la qualité des activités avec écran



Les effets délétères du « temps d'écran » sont généralement faibles

Ils dépendent davantage du contenu, du contexte (passif vs interactif), des besoins personnels et du profil de l'utilisateur

Quelques nuances importantes



Corrélation négative

Il y a bel et bien une corrélation négative, mais elle est minime, voire triviale



Les médias sociaux ont aussi des bénéfices

Les bienfaits potentiels en termes d'autonomie, de maintien des liens sociaux et de soutien sont régulièrement soulignés, notamment dans des contextes de privation sociale

En conclusion ...



**Respecter les décrets
ministériels et le cadre
légal**



**Éduquer les élèves à la
citoyenneté à l'ère du
numérique**



**Se former et voir à la
formation du personnel
scolaire**



**Viser l'équilibre
technologique et la
diversité des approches**



RÉCIT national des gestionnaires scolaires



Marc-André Girard

marc-andre.girard@recit.gouv.qc.ca

www.linkedin.com/in/emagirard



Jean-Pierre Tremblay

jean-pierre.tremblay@recit.gouv.qc.ca

<https://www.linkedin.com/in/tremblayj/>