

La charte du bon usage des écrans de la classe de 5^e2

Effets positifs des écrans	Effets négatifs de l'abus des écrans	Conseils donnés aux enfants	Conseils donnés aux parents
<p>Avec certains jeux : apprendre à prendre une décision rapidement</p> <p>Apprendre à persévérer.</p> <p>Développer notre culture générale</p> <p>S'informer</p> <p>Apprendre à se concentrer, à s'adapter.</p> <p>S'amuser, s'évader, se détendre</p>	<p>Accès à des contenus non adaptés ou faux</p> <p>Risque de se couper du monde, associabilité</p> <p>Manque de sommeil</p> <p>Alimentation déséquilibrée</p> <p>Personnes malveillantes, mauvaises rencontres sur les réseaux sociaux</p> <p>Chute des résultats scolaires</p> <p>Manque de concentration si usage abusif</p> <p>Appauvrissement de la mémoire</p> <p>Confusion monde virtuel/monde réel</p>	<p>Respecter une limite de durée</p> <p>Varié l'utilisation des écrans (pas toujours jeux vidéos...)</p> <p>Ne pas croire toutes les informations que l'on trouve sur Internet</p> <p>Varié le temps travail/loisirs sur les écrans</p> <p>Sortir, faire du sport, manger équilibré</p>	<p>Fixer une durée limitée</p> <p>Parler avec ses enfants de ce qu'ils font sur les écrans (jeux vidéo)</p> <p>Faire confiance à ses enfants</p> <p>Essayer les jeux vidéo, les réseaux sociaux</p> <p>Surveiller les résultats scolaires</p> <p>Surveiller l'usage d'Internet (contrôle parental)</p>