



## **Bilan du défi pour l'établissement : Couëron, école élémentaire publique La Métairie, Défi 2024**

Le pilote du projet a bien répondu au questionnaire

### **Soumissions aux formulaires**

Nombre de réponses au questionnaire	97
Nombre de pilotes du projet ayant répondu au questionnaire	1
Nombre de parents ayant répondu au questionnaire	45
Nombre d'élèves ayant répondu au questionnaire	47
Nombre d'enseignants ayant répondu au questionnaire	4
Age moyen des élèves	8.49
Age moyen des parents	40.87

### **Engagement autour du défi**

Pourcentage d'élèves de l'école ayant participé au défi	100%
Pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir éteint complètement les écrans pendant au moins 7 jours	87.23%
Pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir éteint complètement les écrans pendant au moins 8 jours	82.98%
Pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir éteint complètement les écrans pendant au moins 9 jours	68.09%
Pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir éteint complètement les écrans pendant au moins 10 jours	55.32%
Pourcentage des enseignants qui ont estimé que l'implication de la collectivité autour du défi a été importante.	50%
Pourcentage des élèves qui déclarent s'être sentis significativement encouragés pendant le défi	53.19%
Pourcentage des parents ayant tenté de réduire significativement leur propre consommation d'écran pendant le défi	64.44%

## Changements observés par les parents

Pourcentage des parents ayant observé au moins une amélioration dans les habitudes de vie pendant le défi	75.56%
Augmentation du temps passé en famille	44.44%
Augmentation de l'activité physique	28.89%
Augmentation du temps consacré à la lecture	60%
Amélioration de l'entraide familiale	26.67%
Amélioration de l'humeur	33.33%

## Changements observés par les enfants

Pourcentage d'élèves ayant observé au moins une amélioration dans les habitudes de vie pendant le défi	87.23%
Augmentation de l'activité physique	51.06%
Amélioration de l'aide fournie à la maison	25.53%
Augmentation du temps passé avec les parents	53.19%
Amélioration de l'humeur	46.81%
Augmentation du temps consacré à la lecture	61.7%

## Bénéfices observés dans le vivre-ensemble familial

Du côté des parents	46.67%
Du côté des enfants	80.85%

## Renforcement du rôle éducatif parental

Pourcentage de parents qui pensent que le défi aide les familles à mieux maîtriser la place des écrans de loisirs.	88.89%
Pourcentage de parents qui pensent que le défi a une influence positive significative sur les habitudes de vie à la maison.	91.11%

## Bénéfices perçus

Pourcentage de parents qui pensent que le défi contribue sensiblement à améliorer la santé physique des enfants.	84.44%
Pourcentage d'enseignants qui pensent que le défi contribue sensiblement à améliorer la santé physique des enfants.	100%
Pourcentage de parents qui pensent que le défi contribue sensiblement à améliorer la santé mentale des enfants.	93.33%
Pourcentage d'enseignants qui pensent que le défi contribue sensiblement à améliorer la santé mentale des enfants.	100%
Pourcentage d'enseignants qui pensent que le défi contribue sensiblement à améliorer le vivre-ensemble.	100%
Pourcentage d'enseignants qui pensent que le défi contribue sensiblement à cultiver le goût de la déconnexion numérique.	75%
Pourcentage de parents qui pensent que le défi contribue sensiblement à améliorer le sens critique.	86.67%
Pourcentage d'enseignants qui pensent que le défi contribue sensiblement à améliorer le sens critique des élèves face à leur utilisation des écrans de loisirs.	100%

## Rentabilité pédagogique

Pourcentage d'enseignants qui ont trouvé que le défi était d'une utilité significative.	100%
Pourcentage d'enseignants qui estiment que les profits retirés par les élèves sont importants	100%
Pourcentage d'enseignants qui pensent que l'énergie requise par le défi est significativement rentable pédagogiquement.	100%

## Après le défi

Pourcentage d'enfant qui disent que leur consommation d'écrans de loisirs a baissé depuis la fin du défi.	46.81%
Pourcentage des parents qui, après le défi, se sentent renforcés dans l'idée qu'il est nécessaire d'aider son enfant à maîtriser le temps qu'il consacre aux écrans.	57.78%

## Renouvellement de l'opération

Pourcentage de parents qui souhaitent que l'école ou le collège propose à nouveau ce défi	100%
Pourcentage de élèves qui souhaitent que l'école ou le collège propose à nouveau ce défi	74.47%

## Éléments favorables à la réussite du défi

L'équipe enseignante a-t-elle été sollicitée dans la décision de participer au défi	Oui
Les parents d'élèves (ou leurs représentants) ont-ils été sollicités dans la décision de participer au défi.	Oui
Le défi était-il relevé par toute l'école ?	Oui
Un comité de pilotage avait-il été constitué pour préparer le défi ?	Non
Un programme d'activités alternatives aux écrans a-t-il été proposé aux élèves pendant le défi ?	Oui
Des organismes extérieurs à l'école ont-elles été sollicitées pour contribuer au programme d'activités (associations, médiathèque, artistes ...)	Oui
Durant le défi, les enfants avaient-ils la possibilité de gagner des points ?	Oui
Un compteur collectif permettait-il de comptabiliser tous les points de l'établissement ?	Oui
A l'école, les élèves ont-ils participé à des discussions ou des activités pédagogiques préparatoires au défi.	Oui
Une cérémonie d'ouverture a-t-elle eu lieu ?	Non
Des personnalités sportives ou artistiques, locales ou de renom, ont-ils apporté leur soutien à l'opération ?	Non
Les élèves disposaient-ils d'un carnet de bord du défi ?	Oui
Les élèves se sont-ils vu remettre un badge pour valoriser leur participation au défi ?	Oui
Un certificat de réussite a-t-il été remis aux élèves qui ont fait l'effort de relever le défi	Non

## Paroles d'enfants

**Durant ces dix jours, qu'est-ce que tu as préféré ?**

### *Dormir dans un tipi en famille*

## Faire des jeux de société

## Faire du dessin

## JOUER AVEC MA FAMILLE

*Joué avec mes parents*

### Faire des activités manuelles

*J'ai préféré aller à Paris.*

*Quand je faisais mes exercices de sport tous les soirs*

*Faire du vélo avec ma sœur.*

*Lire davantage*

## Faire des balades en vélo

## Jouer aux jeux de société

*Réaliser le défi.*

## Jeux de société

*Jouer dehors avec mes copines*

### Faire le potager

## *Jouer avec les parents*

## Découvrir des nouvelles choses

*être avec mes parents*

*Aller à oceanopolis*

### Passer du temps en famille

*J'ai joué plus avec mon frère et j'ai plus parlé de ma journée à mes parents*

*Aider les parents pour passer plus de temps avec eux.*

## Jouer dehors et lire

[illegible]

*Rien*

*Discuter en famille*

*Il faisait beau*

*Je ne sais pas*

*Aller au bowling*

*J'ai passé plus de temps à lire*

*Pouvoir plus lire que d'habitude*

*Faire des jeux de société avec ma maman, ma sœur, mon papa et mon papy (le mercredi).*

*Pouvoir plus discuter avec ma famille*

*Jouer avec ma famille passer du temps avec ma famille jouer dehors avec ma sœur et le trampoline jouer dehors jouer à la trottinette de bronzer jouer à des jeux de société avec ma famille avec mes sœur de parler avec ma famille mes sœur*

*Faire du sport*

*J'ai aimé partir en weekend avec ma famille*

*J'ai préféré le week-end de la Pentecôte car ce week-end là, je suis allée à une réunion de famille.*

*Les sorties*

*Quand nous sommes parti en weekend avec des copains.*

*Tout.*

*Joué avec les copains*

*Le bowling*

*Lire ,mais j'adore lire.*

*Lire*

*Jouer avec ma famille*

*Lire*

---

**Qu'est-ce que tu as le moins aimé ?**

*Rien*

*Rien*

*Il pleuvait tout le temps et je ne pouvais pas aller dehors*

*Regarde les écrans*

*J'ai tout aimé*

*Ras*

*Je n'ai pas aimé le défi.*

*Rien, c'était comme d'habitude pour moi*

*Ne pas regarder les écrans l'après midi.*

*Rien*

*Rien*

*Je me suis ennuyé*

*/*

*Rien*

*C'était long*

*Rien*

*Rien*

*Que mes parents me disent qu'ils allaient le faire et en fait ne l'ont pas fait*

*les disputes avec mon frère*

*Rien du tout*

*Rien*

*C'était de rater ma série préférée*

*Ne pas pouvoir regarder mon dessin animé préféré*

*Rien*

*C'était trop dur*

*Rien*

*On s'ennuyait un peu plus*

*On s'ennuyait de temps en temps... Et on ne pouvait même pas regarder des documentaires...*

*C'est long de semer des graines*

*Que mon frère regarde les écrans*

*Des fois je me suis ennuyé*

*Ne pas pouvoir regarder les écrans*

*Rien*

*Ne pas trop parler avec mes amies sur les écrans*

*Rien*

*Ne pas regarder les écrans au moins une fois dans la journée*

*Rien de particulier*

*J'ai moins aimé le temps de route pour aller à cette réunion de famille.*

*Je me suis ennuyé*

*Le mercredi.*

*Ne pas regarder les écrans m'a un peu manqué*

*Voir les autres se battre*

*Ne pas jouer aux jeux vidéos*

*Ne pas pouvoir regarder la télé.*

*S'ennuyer*

*Disputé avec ma famille*

*Un peu long le week end de pas avoir un peu d'écran*

---

**Qui aimerais-tu remercier pour ce défi ?**



*Ma maîtresse*

*La maîtresse*

*Mes parents*

*La maîtresse*

*Mes parents*

*La maîtresse*

*Aucune idée.*

*La maîtresse*

*Ma mère.*

*Mes parents et la maîtresse*

*Mes parents*

*Persone*

*Mon copain Thomas qui ne voulait pas participer mais a quand fait un effort  
Ma maîtresse et mon maître*

*Ma maîtresse*

*La maîtresse*

*La maîtresse*

*La personne qui l' a inventé*

*ma maîtresse*

*Personne*

*La maitresse*

*Merci à ma maîtresse*

*Ma maîtresse et les organisateurs des 10 jours sans écran*

*Mes parents et ma grande soeur*

*Non*

*Merci*

*X*

*Ce qui nous l'on fait faire*

*Mes parents pour m'avoir soutenue*

*Ma mamounette, mon papounet, ma petite sœur que j'aime fort d'amour et mon papy ou????????????????????*

*Que grâce à ça si je ne voudrais pas trop d'écran je serai quoi faire et ça a aider beaucoup de personnes*

*La maîtresse*

*J'aimerais remercier mes parents qui n'ont pas mis la télé quand j'étais présente.*

*Ma famille qui m'a aidé à penser à autre chose*

*Mes parents et mon frère.*

*Ma maîtresse*

*Se qui l'on organisé*

*Ma maman et ma maitresse*

*Maman*

*Je ne sais pas*

*Mes parents qui ont accepté de m'aider dans ce défi*

*Les créateurs*

---

**Tes commentaires sur le défi de la dizaine sans écrans**

*Pourquoi pas un peu plus long*

*Je veux faire un an*

*J'ai rien*

*Non.*

*Je suis déçue qu'il n'est pas eu de médailles a la fin, car je pensais qu'il y en aurai.*

*Je n'ai pas aimée ce défi.*

*J'ai bien aimé.*

*C'est tes tros long pour moi*

*J' ai pas aimer*

*C.était bien*

*C est bien pour la tête mais dans ton corps tu te dis que c est nul....*

*Cool*

*J'ai appris que je pouvais me passer des écrans*

*Mon papa n'a pas suivi le défi*

*Aucune idée*

*X*

*Je pense qu'il faudra le refaire*

*J'ai bien aimé car j'ai appris à faire plein de nouvelles choses*

*J ai aimé ce défi car j ai moins regarder les écrans*

*Pas de commentaire*

*C'est trop dur*

*Ça m'a permis de me rendre compte du temps que prennent les écrans dans ma vie.*

*Qui était bien*

*10 jours c'est un peu trop long*

*Ce défi était facile à réaliser car je ne regarde pas beaucoup les écrans. Il y a des enfants qui ont bien plus besoin de ce défi que moi.  
???*

*Bonne expérience*

# Paroles de parents

---

**Durant ces 10 jours, qu'avez-vous le plus apprécié ?**

*Moins de conflit, plus de temps de jeux entre frère, le fait de ne pas réclamer du tout les écrans*

*La diversité et la recherche d'occupation en autonomie*

*L'engouement pour le défi.*

*J'ai apprécié passer plus de temps de qualité avec mon enfant*

*Plus d'activités*

*Nous n'avons que très très peu d'écran donc c'est resté pareil que d'habitude*

*La sérénité, beaucoup moins de dispute.*

*Ne plus à voir à dire stop, on éteint maintenant*

*De voir mon enfant lire davantage spontanément*

*Beaucoup de activités*

*La motivation de mes enfants*

*Ils n'ont pas été demandeurs de télé pendant le défi*

*Du temps passé ensemble, pas de bataille sur le temps d'écran*

*Les discussions autour de ce sujet*

*Le fait de ne pas avoir à répéter 10 fois de venir à table*

*Nous limitons l'usage de la TV en général donc pas beaucoup de changement chez nous*

*Moins besoin de leur dire non aux écrans car notion de défi*

*Nous n'avons pas une grosse consommation d'écran habituellement car il n'y en a jamais les jours de semaine donc cela n'a rien changé pour nous.*

*Les temps de jeux de société*

*Presque plus aucune demande pour regarder un écran*

*Le calme*

*Notre fille a trouvé de nouvelles occupations et était de meilleure humeur.*

*Plus de temps partagé ensemble pour s'amuser, lire, se balader*

*De ne pas avoir à gronder pour qu'on éteigne la télé, ne pas avoir à gérer le temps d'écran et de ne pas avoir à dire "non" aux demandes fréquentes pour regarder les écrans.*

*De ne pas avoir à gérer le temps d'écran et avoir plus de temps calme*

*Pas de négociation pour avoir plus d'écrans... Il faisait enfin beau donc ils sont beaucoup allés dehors*

*L'investissement des enfants malgré le fait qu'ils regardent habituellement moins d'une heure par semaine des écrans.*

*Calme*

*Sa motivation a ne pas faire d'écran*

*Mon enfant s'est remis à jouer avec des jeux autres que vidéo*

*Notre fille a joué le jeu à fond. Grâce aux conseils de la maîtresse elle trouvait de nouvelles activités pour s'occuper seule les soirs.*

*J'ai apprécié voir mes enfants lire un peu plus et faire plus de jeux de société.*

*L'absencede*

*Du temps de qualité pour d'autres activités*

---

**Qu'avez-vous le moins aimé ?**

*Rien*

*Les temps partagés ;*

*Ras*

*La mauvaise humeur et le fait d'être réfractaire à ce que je lui proposais*

*Les copains copine qui joue pas le jeu*

*Que les enseignants disent que c'est ok les applications d'apprentissage sur téléphone.*

*Rien*

*Faire des activités ensemble*

*Rien*

*No*

*/*

*RAS*

*Faire la police, remonter le moral, obligation de proposer des activités pour les enfants qui ne s'occupent pas seul*

*Devoir gérer les comparaisons avec le grand frère, qui lui ne faisait pas le défi*

*Rien*

*Nous limitons l'usage de la TV en général donc pas beaucoup de changement*

*La frustration à gérer et trouver une activité enrichissante qui pourrait remplacer*

*Compiqué à gérer lorsqu'on est invité*

*La gestion des écrans lors des invitations chez les amis*

*Mon mari n'a pas suivi le défi malheureusement...*

*Pas de changement par rapport à nos habitudes*

*Rien*

*Rien*

*Ce déficit est une très bonne chose mais il faut du temps pour se rendre disponible ce n'est pas toujours facile*

*Nous aurions aimé plus d'activités avec les camarades.*

*Rien.*

*...*







# Paroles d'enseignants

---

## Motiver les enfants ?

*Nous avons proposé des activités aux élèves:*

- création de jeux de société
- fiche prescriptive sur des activités manuelles
- prêt de livres
- partage d'expérience entre enfants

*Proposer plus d'alternatives d'activités à la maison : bricolage simple, origami par exemple (lecture de textes prescriptifs en classe)*

---

## Impliquer les parents ?

*Explication du défi en conseil d'école*

*Implication pour la commande des livrets*

*Plusieurs mots dans le cahier de liaison à destination de tous les parents*

*L'année prochaine, nous devrions nous y prendre plus tôt afin d'aider les parents d'élèves à organiser des activités en dehors du temps scolaire.*

*Difficile d'impliquer certaines familles.*

---

## Renseigner la communauté, le village, le quartier, etc. et mobiliser des partenaires ?

*1ère année de participation donc, organisation perfectible :*

- Implication du centre culturel de la ville
- Implication de la ville pour l'année prochaine (bon pour la piscine par exemple)
- Implication du périscolaire (activité manuelle)
- Implication de l'école maternelle proche.

*Nous aimerions que la commune s'implique davantage en proposant aux enfants des activités, la gratuité de la piscine...*

---

## Féliciter les participants ?

*Badge très bien, les élèves étaient très contents quelque soit leur age. Médaille cette année aurait été chouette en lien avec les JO.*

*Livrets en couleur très bien faits (change des photocopiés école).*

*un diplôme*

---

## Commentaires généraux sur le défi sans écrans :

*Très forte mobilisation de la communauté éducative.*

*Plus de lien entre les élèves, partage d'expérience.*

*Super défi, permettant de renseigner les parents et les enfants sur les effets néfastes des écrans.*

*Bonne première expérience qui peut être améliorée.*