



Bilan du défi pour l'établissement : Marseille, collège Darius Milhaud, Défi 2025

Le pilote du projet a bien répondu au questionnaire

Soumissions aux formulaires

Nombre de réponses au questionnaire	102
Nombre de pilotes du projet ayant répondu au questionnaire	2
Nombre de parents ayant répondu au questionnaire	63
Nombre d'élèves ayant répondu au questionnaire	32
Nombre d'enseignants ayant répondu au questionnaire	5
Age moyen des élèves	7.63
Age moyen des parents	39.68

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	75%
Pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir éteint complètement les écrans pendant au moins 8 jours	71.88%
Pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir éteint complètement les écrans pendant au moins 9 jours	62.5%
Pourcentage d'élèves ayant déclaré avoir éteint complètement les écrans pendant au moins 10 jours	53.13%
Pourcentage des enseignants qui ont estimé que l'implication de la collectivité autour du défi a été importante.	100%
Pourcentage des élèves qui déclarent s'être sentis significativement encouragés pendant le défi	53.13%
Pourcentage des parents ayant tenté de réduire significativement leur propre consommation d'écran pendant le défi	50.79%

Changements observés par les parents

Pourcentage des parents ayant observé au moins une amélioration dans les habitudes de vie pendant le défi	61.9%
Augmentation du temps passé en famille	28.57%
Augmentation de l'activité physique	31.75%
Augmentation du temps consacré à la lecture	15.87%
Amélioration de l'entraide familiale	14.29%
Amélioration de l'humeur	20.63%

Changements observés par les enfants

Pourcentage d'élèves ayant observé au moins une amélioration dans les habitudes de vie pendant le défi	78.13%
Augmentation de l'activité physique	40.63%
Amélioration de l'aide fournie à la maison	28.13%
Augmentation du temps passé avec les parents	53.13%
Amélioration de l'humeur	25%
Augmentation du temps consacré à la lecture	31.25%

Bénéfices observés dans le vivre-ensemble familial

Du côté des parents	34.92%
Du côté des enfants	62.5%

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.	87.3%
Pourcentage de parents qui pensent que le défi a une influence positive significative sur les habitudes de vie à la maison.	87.3%

Bénéfices perçus

Pourcentage de parents qui pensent que le défi contribue sensiblement à améliorer la santé physique des enfants.	90.48%
Pourcentage d'enseignants qui pensent que le défi contribue sensiblement à améliorer la santé physique des enfants.	80%
Pourcentage de parents qui pensent que le défi contribue sensiblement à améliorer la santé mentale des enfants.	90.48%
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.	80%
Pourcentage d'enseignants qui pensent que le défi contribue sensiblement à cultiver le goût de la déconnexion numérique.	100%
Pourcentage de parents qui pensent que le défi contribue sensiblement à améliorer le sens critique.	80.95%
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	60%
Pourcentage d'enseignants qui pensent que l'énergie requise par le défi est significativement rentable pédagogiquement.	60%

Après le défi

Pourcentage d'enfant qui disent que leur consommation d'écrans de loisirs a baissé depuis la fin du défi.	34.38%
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.	53.97%

Renouvellement de l'opération

Pourcentage de parents qui souhaitent que l'école ou le collège propose à nouveau ce défi	92.06%
Pourcentage de élèves qui souhaitent que l'école ou le collège propose à nouveau ce défi	75%

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 ?	Non
Les élèves se sont-ils vu remettre un badge pour valoriser leur participation au défi ?	Non
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 ?

Jouer à des jeux, faire de nouveaux sports

Joué plus, apprendre de nouvelles choses

Trouver des fraises

il faisait tres beau. et j'ai pu découvrir un autre sport (proposé par ma commune)

Le sport découverte du judo

Rien

Jouer

Sans commentaire

Les sorties extérieures

Plus jouer

Plus de discussion

tout

Être avec mes parents

le sport

Discuté en famille comme à notre habitude

Les sorties et lire

J'ai préféré faire du sport

je ne regarde que très rarement la tv déjà

"Tout"

Jouer avec papa et maman,et des dessins avec mon frère

Jouer avec mes parents

Les puzzles, les chevaux, lire des livres.

Faire des gâteaux

*De jouer plus avec mes copines
D aller beaucoup plus dehors*

Écouter de la musique

Participer aux activités sportives proposées

Rien

Découvrir le judo

Faire des activités, j'ai été en classe de mer, et au retour à la maison je me suis forcée à faire autre chose

Aller aux poneys

classe découverte, sport

quand je jouais dans la piscine

Qu'est-ce que tu as le moins aimé ?

De ne pas du tout regarder d'écrans

Rien

De faire la sieste

Je n'ai pas regardé de film en famille

Je sais pas

Rien

Rien

Ne pas avoir accès aux écrans

Rangement chambre et ménage

De pas avoir des dessins animés

Plus d'écran quand on mange

Rien

Rien

je ne sais pas

Je ne sais pas

Rien

De ne pas pouvoir avoir d'écran

c'est comme d'habitude

"J'ai rien moins aimé"

Rien

je ne sais pas

Rien parce que je regarde pas beaucoup la télé

Ne pas regarder la télé

Rien

Je ne sais pas

Ras

Rim

Rien

Ne pas regarder les dessins animés

rien

pas de dessin animé

quand je regardais la télé et que ça me faisait culpabiliser

Qui aimerais-tu remercier pour ce défi ?

La maîtresse

Maman, mamy, papy, ma maîtresse, mon atsem

Ma maman

la ville de chateaubourg

La maîtresse

Ma maman

Maman

Moi

Mes parents

La maîtresse

Je me sent souvent différente des autres enfants qui connaissent toute les actualités alors que moi non, je connais pas les jeux qu'ils me parlent parfois je me sent exclu

la maitresse

Maman,papa ,mon frère ,la maîtresse ,l'atsem

Ma maman

Mes parents et ma maîtresse.

Je ne sais pas

Ma mère

Personne

non

Tes commentaires sur le défi de la dizaine sans écrans

Inutile car je ne faisais déjà pas beaucoup d'écran

Facile

C'était bien

C'était bien

On pourrait faire ça chaque mois.

Les écrans détruisent la moitié de mes copains copines il ne différencie plus la virtualité a la réalité...

ras

C'est très bien, on a passé du temps en famille

Je ne regarde déjà pas ou pas beaucoup les écrans

C'était bien et j'ai été récompensé par un jeux monsieur patate

*Ça n a rien changé pour moi car mes parents nous laisse le portable que quelques fois et 1h
Et la télé le mardi soir pour un film et le samedi soir aussi en famille sur netflix*

C'était bien.

C'était très utile pour ceux qui sont accros aux écrans.

C'était bien

*de temps en temps c'étais assez difficile et je vois à quel point quand on ne regarde pas les écrans comme ça
donne envie.*

Paroles de parents

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

De pouvoir partager des moments plus importants autour de jeux et d'exercices

Qu'il joue plus à des jeux de société

le très beau temps et les activités proposées par la ville

Mon enfant ne regarde pas trop la tv, remplir la feuille de croix était un passe temps apprécié par mon enfant.

L'investissement des associations à nous présenter de nouvelles disciplines (hockey, tennis de table, randonnée, etc). Le fait que l'école et les parents aient un discours conjoint. Et le système de points qui restait motivant malgré l'absence de récompense.

D pouvoir partager es moment ensemble t n'avoir moins de « grognements ». Il était plus apaisé.

Les activités supplémentaires proposées

Cela n'a rien changé à nos habitudes, nous n'avons pas de télé. Elle accède à un dessin animé de cinéma tous les 15 jours 3 semaines

Rien

Le partenariat mis en place avec les associations sportives et les activités mise en place

Cela n'a pas trop changé nos habitudes car nous consommons peu d'écrans mais cela leur a fait prendre conscience des règles qu'on imposait.

Mes fille ne regarde pas beaucoup les écrans du coup elles n'ont pas demandé de regarder...donc ce n'était pas trop dur pour nous?

Plus de moments en famille, nouveaux jeux de société. Instauré un temps de jeu tous les 2 jours. Temps de détente plus long le soir, car coucher plus tôt

Pas de colère si le dessin animé est fini

Les moments jeux / échanges

Ces 10 jours n'ont pas été vraiment différents de d'habitude car ma fille a très peu la télévision donc pas difficile de ne pas lui mettre pendant 10 jours.

*Chez nous il n'y a pas ou peu d'écran toute la semaine et même p néant les vacances .
Chez leur père beaucoup plus !*

De plus jouer et discuter

J'ai fait le défi avec mon enfant, et même si je n'ai pas réussi à supprimer complètement les écrans (hors travail), j'ai largement diminué ma consommation, et ça m'a fait du bien. Le fait de relever le défi avec lui a été source de complicité (d'autant plus que son autre parent n'a pas voulu participer au défi).

le calme

Nous conseillons peu d'écrans habituellement donc pas de grosse différence. Mais a permis de discuter de ce sujet.

Qu'il puisse participer à des activités sportives

C'est sans écran toute l'année chez nous hors un film en famille éventuellement le week-end.

qu'elle joue un peu plus dehors

la possibilité de tester plusieurs sports

*Aucun changement car notre fille n'a presque pas d'écrans le reste de l'année
(Seulement 45 mn de dessin animé 1x/mois en présence d'un de ses parents)*

Jouer communiquer

Avoir des conversation en famille comme à nos habitudes

Pendant ce défi de 10 jours sans écran, rien n'a vraiment changé dans notre foyer car les enfants regardent très peu la télévision et n'ont pas accès à d'autres écrans. Côté parents, nous les regardons uniquement lorsque les enfants ne sont pas là. Ceci explique les réponses aux questions précédentes indiquant qu'il n'y a pas eu de changement dans le comportement familial.

il ne regarde que très rarement la tv donc pour nous rien n'a changé

Les activités habituelles. Nous n'avons de base pas d'écran à la maison. C'est 2 dessin animé par mois donc pas de changement pour nous

Les réponses où l'on indique que tout est pareil va donc être un biais dans vos statistiques ! Car le défi est très utile pour les familles dont les enfants regardent les écrans !

*Les en
ants ont joué le jeu*

Nous avons passé plus de temps à jouer et cela a été plus facile aussi car le grande était parti en voyage scolaire

Pas de changement notable. La consommation de ecran etait déjà basse.

Les moments de jeux et de partage

*De ne pas voir ma fille sur les écrans .
Meilleure humeur*

La volonté d'y arriver pour notre enfant un vrai defi

La possibilité de tester des activités, notamment sportives

Mes enfants ont 1 h de télé et portable pour les jeux par jour et pas plus

C est pour cela qu'ils n'ont pas participé au défi

Je trouve ce défi sympa dommage que certains parents n'y aient participé car trop d'enfants regardent les réseaux sociaux et ne devrait pas

Le rapport parents enfants. Avec beaucoup plus d'interaction

Moins de négociation autour des écrans.

J'ai apprécié le fait que les enfants fassent plus de sport ou d'activités

Les écrans ne sont pas accessibles en temps normal, donc le défi n'a pas été difficile dans notre famille

le manque de disputes pour arrêter la télé après le temps imparti :)

passer du temps à jouer aux jeux de société, initiation à des cours de sport

Qu'avez-vous le moins aimé ?

Rien

Beaucoup plus de chamailleries entre frères besoin d'attention à des moments où j'ai aussi besoin de gérer des choses dans la maison

Ras

Rien, j'ai complètement adhéré

Rien

Ras

Ras

Rien

Rien

Rien

Les moments où il avait hâte d'être à la fin du défi

Rien

Le papa n'a pas voulu faire le défi de son côté. :-)

Pas assez de places sur ces activités

rien

Qu'il me dise je m'ennuie

Je ne sais pas trop

RIEN

Rien, c'est une très bonne initiative et malheureusement on se rend compte de l'empereur des dégâts chez les copains d'école !

Les autres parents/enfants de l'école n'ont pas tous joué le jeu, c'est dommage

Rien

Rien

Rien

Le manque de dialogue et d'échanges sur le temps scolaire concernant le défi et la participation aux activités

Rien

10 jours = un peu long pour tenir totalement sans écrans, même si notre fille n'en a pas beaucoup d'habitude.

Parfois ça a été conflictuel avec l'enfant du fait de leur interdire les écrans

Rien

RAS

Paroles d'enseignants

Motiver les enfants ?

Stimuler en proposant le livret

*Nous avons fait un affichage en classe sur ce que nous pouvions faire sans écran. Les élèves ont fait une liste orale qui a été transcrite à l'écrit, affiche qui a été placardée sur la porte de la classe.
Nous avons un système de jetons, si l'enfant n'a pas regardé d'écran la veille, il pouvait prendre un jeton le matin et chaque matin nous comptons les jetons de la classe.
Sur la semaine, à la maison, un tableau avec les différents moments de la journée a été transmis aux familles pour que les enfants puissent le remplir avec leur famille. Ce document est ramené de façon anonyme en classe. Il y a un système de points (au maximum 7 points par jour) et nous allons comptabiliser tous les points de chaque classe pour savoir quelle classe a gagné ce défi.*

Offrir une récompense à la fin, ajouter un compteur au niveau de la classe ou de l'école.

Impliquer les parents ?

Communiquer plus, surtout sur les bénéfices du "sans écran" pour les enfants et la famille

Ce sont toujours les parents qui ont besoin de mettre en place cela à la maison qui ne le font pas donc je ne sais pas comment faire pour qu'ils soient plus impliqués... En effet, une collègue a mis en place un planning avec toutes les activités disponibles sur la période du défi. C'est elle qui a démarché les associations sportives et culturelles, fait une demande pour que la plage horaire de la ludothèque et de la médiathèque soit agrandie. Le planning a été transféré aux familles une semaine avant l'ouverture des inscriptions et les inscriptions ouvertes une semaine avant le défi. Tout était écrit, les parents n'avaient qu'à s'inscrire et je trouve que le nombre d'inscriptions est faible par rapport au nombre de famille.... Donc je trouve que l'implication ne dépend plus que des parents avec toute la préparation en amont qui a été faite.

Mieux diffuser la conférence

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

Communiquer, répondre, solliciter, re-solliciter, rappeler.

Une annonce a été faite dans le document périodique transmis par la commune. Sinon il a fallu démarcher les associations pour savoir ce qu'elle pouvait proposer sur le temps du défi afin de ne pas laisser les parents seuls.

-

Féliciter les participants ?

Faire gagner un badge

Ajouter le livret ou le badge à la fin

Commentaires généraux sur le défi sans écrans :

Il m'a demandé une grosse mobilisation, plus en tant que pilote qu'en tant qu'enseignante. Mais il y avait une réelle dynamique dans la classe.