



Documenter l'usage des écrans à l'école

L'école, comme l'ensemble des milieux de vie dans lesquels les jeunes évoluent, connaît son lot d'enjeux et de défis quant à l'usage des écrans. Bien que les écrans puissent être des outils intéressants pour soutenir l'apprentissage, leur utilisation peut avoir des impacts sur la santé, le développement et la réussite éducative des jeunes¹. Selon une récente analyse de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), les recommandations en matière d'utilisation des écrans en contexte scolaire sont encore assez limitées².

Pour soutenir le milieu scolaire dans la définition de recommandations et de directives claires sur l'usage des écrans, le Collectif Vital invite les membres de la *Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes* à mettre de l'avant les initiatives visant à :

Documenter l'état de la situation et les pratiques quant à l'usage des écrans dans les écoles.

42 % des écoles québécoises rapportent que le personnel enseignant utilise le numérique en classe en moyenne 4 heures et plus par semaine.

C'est le cas dans **29 %** des écoles publiques et **69 %** des écoles privées³.

Pourquoi faut-il agir?

Les pratiques ne sont pas toujours uniformes dans les écoles québécoises quant à l'usage des écrans. **Certaines pratiques sont davantage préoccupantes, en particulier lorsque les écrans sont utilisés comme un moyen de récompense ou de divertissement auprès des élèves.** Ce sont des opportunités manquées au quotidien pour intégrer davantage de temps actif et d'interactions entre les jeunes.

Il importe donc de mieux documenter l'usage des écrans à l'école, afin de tenir compte des réalités du terrain dans la définition de recommandations et de directives. Dans le même sens, une documentation des mesures d'encadrement des écrans à l'école est pertinente pour en tirer des leçons et les promouvoir à plus grande échelle si efficaces.

1 Institut national de santé publique du Québec. (2024). *Les écrans à l'école*.

2 Institut national de santé publique du Québec. (2023). *Analyse des recommandations en matière de réduction des risques sur la santé associés à l'utilisation des écrans en contexte scolaire*.

3 Académie de la Transformation numérique. (2023). *Portrait des usages du numérique dans les écoles québécoises*.



EXPÉRIENCES INSPIRANTES

Plusieurs initiatives visant à **documenter les pratiques et les mesures d'encadrement des écrans au sein des écoles québécoises** sont en cours ou ont été expérimentées. Elles ont avantage à être mieux connues, voire renforcées :

- Une **veille scientifique** est menée par l'INSPQ pour rendre compte des données probantes actuelles sur les écrans à l'école (ex. : portraits, synthèses des connaissances et des recommandations, etc.)⁴. Ces **publications de recherche** sont précieuses pour orienter les actions selon une approche préventive des risques associés à l'utilisation des écrans en contexte scolaire.
- La réalisation de **projets pilotes dans des écoles** est une bonne manière d'évaluer la pertinence et la faisabilité de certaines mesures d'encadrement des écrans, avant leur implantation à plus grande échelle. Des collaborations entre le milieu scolaire et les directions de santé publique sont en cours pour évaluer l'impact de mesures comme l'interdiction des cellulaires dans les écoles ou la mise en place de zones sans cellulaire.

Quels sont les défis et les enjeux associés à cette intervention?

La documentation des pratiques dans les écoles est-elle représentative de la situation dans l'ensemble du milieu scolaire?

Les pratiques quant à l'usage des écrans dans les écoles ne sont généralement pas uniformes. Pour autant, il est important pour le ministère de l'Éducation de soutenir les démarches de documentation des pratiques, afin de définir des lignes

directrices générales qui pourront être adaptées en fonction des réalités et besoins des écoles. La mobilisation des centres de services scolaire est d'ailleurs essentielle pour outiller et soutenir les réseaux d'écoles dans la mise en œuvre des directives.

Comment s'assurer de l'adhésion du milieu scolaire pour documenter les enjeux associés aux écrans?

Il importe que cette documentation ne constitue pas une charge supplémentaire pour les équipes-écoles, au risque d'être mal reçue. La collaboration avec le réseau de santé publique est une avenue intéressante pour soutenir le milieu scolaire dans la documentation, tout en bénéficiant d'expertises diversifiées. Prendre le temps d'expliquer la démarche et tenir compte des préoccupations des équipes-écoles sont également des étapes à ne pas négliger pour favoriser leur adhésion.



Pour plus d'informations :
collectifvital.ca | info@collectifvital.ca
514 598-8058

Cette fiche a été alimentée par une concertation de plusieurs organismes et spécialistes menée par le Collectif Vital et Capsana, qui représentent une variété de points de vue et de connaissances sur l'utilisation des écrans et la santé des jeunes.

© Tous droits réservés 2025