

Les coulisses d'internet et des réseaux sociaux : connaître les dangers pour reprendre le contrôle des écrans

Sommaire

1. Internet, et les réseaux sociaux faisons connaissance

Séance introductive, où chaque participant se présente, parle de ses réseaux sociaux favoris et de ce qu'il fait sur ces réseaux.

Objectif : connaître les réseaux sociaux les plus connus et leur fonctionnement.

2. Les écrans, internet, les réseaux sociaux et moi : ce que je donne et ce que je reçois

Séance dédiée au temps d'écran passé sur internet et sur les réseaux sociaux.

Objectif : apprendre que notre temps et notre attention sont les biens que nous donnons en échange de l'accès au contenu d'internet et des réseaux sociaux.

3. Créer du contenu pour publier sur les réseaux sociaux

Séance dédiée aux outils de création de contenu Canva et Capcut Pro.

Objectif : apprendre à utiliser Canva et Capcut pro.

4. Travaux pratiques

2^{ème} séance dédiée aux outils de création de contenu Canva et Capcut Pro.

Objectif : apprendre à utiliser Canva et Capcut pro.

5. Publier du contenu sur Internet et les réseaux sociaux

Séance dédiée aux questions liées au droit d'auteur.

Objectif : comprendre l'importance du droit d'auteur et du droit à l'image.

6. Pourquoi certaines publications sont plus virales que d'autres ?

Séance dédiée aux algorithmes des réseaux sociaux et d'internet.

Objectif : comprendre comment fonctionnent les algorithmes.

7. Mes influenceurs préférés : pourquoi publient-ils sur les réseaux sociaux, combien de temps cela prend pour faire une vidéo, une publication

Séance dédiée au métier d'influenceur.

Objectif : parler du métier d'influenceur et montrer les savoir-faire qu'il faut avoir pour pouvoir être influenceur.

8. Partenariats et rémunération des influenceurs : comment cela fonctionne

2^{ème} séance dédiée au métier d'influenceur sur internet.

Objectif : comprendre comment fonctionne la rémunération des influenceurs sur internet et les réseaux sociaux.

9. Quel impact de ce que je vois sur internet : lien avec les amis, apprentissage, mais aussi baisse de la capacité de mémorisation et de concentration, baisse de l'estime de soi

Séance : dédiée aux effets d'internet sur la santé.

Objectif : sensibiliser aux effets d'internet et des réseaux sociaux sur la santé.

10. Travaux pratiques : réflexion autour des impacts de l'utilisation des réseaux sociaux et d'internet sur la santé

Séance dédiée à la fatigue, au temps, au sommeil..

Objectif : identifier les impacts de l'utilisation d'internet et des réseaux sociaux pour soi-même.

11. Démêler le vrai du faux sur les réseaux sociaux

Séance dédiée aux fausses informations.

Objectif : apprendre que tout ce qu'on voit/ lit sur internet et les réseaux sociaux n'est pas vrai. Sensibiliser aux fausses informations et apprendre à identifier les fausses informations.

12. Fausses informations et arnaques sur internet et les réseaux sociaux : comment se protéger

Séance dédiée aux fausses informations et aux arnaques.

Objectif : Identifier les arnaques et se protéger contre elles.

13. Ce que je vois, ce que je dis et ce que ce partage sur les réseaux sociaux

Séance dédiée au cyberharcèlement et aux contenus haineux en ligne.

Objectif : apprendre à se protéger contre le cyberharcèlement et les contenus haineux en ligne.

14. Protéger mes données personnelles

Séance dédiée à comprendre ce que sont les données personnelles et pourquoi il est important de les protéger.

Objectif : savoir comment protéger ses données personnelles.

15. Ce que l'on peut savoir sur moi du fait de l'utilisation de mon portable

Séance dédiée aux données personnelles et à l'identification des personnes via la géolocalisation.

Objectif : savoir paramétrer son téléphone portable pour protéger sa vie privée.

16. L'intelligence artificielle : faisons connaissance !

Séance dédiée au fonctionnement de l'intelligence artificielle.

Objectif connaître les différents outils d'intelligence artificielle : Gemini, Chatgpt, le ChatIA.

17. L'intelligence artificielle peut se tromper aussi !

Séance dédiée aux biais et erreurs de l'intelligence artificielle.

Objectif : comprendre que l'on peut avoir des mauvaises notes en utilisant l'IA.

18. Faire ses devoirs et réviser avec l'intelligence artificielle

Séance dédiée à l'utilisation de l'IA pour mieux travailler à l'école.

Objectif : connaître différentes méthodes d'utilisation adaptée de l'IA pour faire ses devoirs et réviser.

19. Identifier les contenus réalisés avec l'intelligence artificielle

Séance dédiée à l'utilisation de l'intelligence artificielle et aux contenus fabriqués par celle-ci.
Objectif : développer le sens du détail pour identifier les contenus vrais ou faux générés par l'intelligence artificielle.

20. Internet, réseaux sociaux, jeux vidéo, IA, développement durable et lutte contre le changement climatique

Séance dédiée à l'impact de l'utilisation du numérique sur le développement durable et la lutte contre le changement climatique
Objectif : utiliser efficacement internet pour lutter contre le changement climatique.