

# **RYTHMES ET CADENCES DE LA VIE MODERNE : QUEL TEMPS POUR SOI ?**



# "LA CADENCE DE LA VIE AU RYTHME DU TEMPS QUE L'ON CHERCHE À GAGNER"

**Est-il absurde de  
vouloir du temps pour  
soi dans un monde qui  
voudrait nous imposer  
le rythme de la société  
moderne ?**





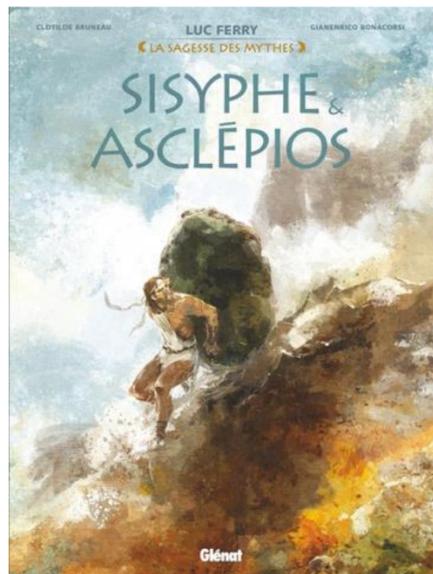
1H

# SÉANCE 1 : DU MYTHE À LA RÉALITÉ : "SISYPHE EST LE HÉROS ABSURDE" (ALBERT CAMUS)

## DE QUELLE FAÇON LE MYTHE DE SISYPHE PERMET-IL À L'HOMME MODERNE DE RÉFLÉCHIR À SA CONDITION ?



Le Mythe de Sisyphe : l'homme qui a trompé les dieux - version animée -  
Mythologie grecque, Histoire et Mythologie en BD, youtube.fr, 2023



Luc Ferry, *Sisyphe & Asclépios*,  
La Sagesse des mythes, Glénat, 2021

**Dominantes** : Lecture et oral

**Objectifs** :

- Compétences de lecture - compréhension
- Compétences orales d'échange
- Compétences culturelles autour de la mythologie et de la littérature de l'absurde

**Activité** :

1) En groupe, découverte du mythe de Sisyphe. Chaque groupe a un support et doit résumer ce qu'est le mythe de Sisyphe. Support en fonction du niveau de chaque groupe.

2) Mise en commun

Questionnement commun : que peut nous dire ce héros mythologique sur notre vie ? Afin d'aider les élèves, l'enseignant peut lire la suite du texte de Camus, ou bien distribuer un second extrait.

3) Point culture/littérature sur la mythologie et la littérature de l'absurde du XXe siècle.

Albert Camus  
**Le mythe  
de Sisyphe**



**PRIX NOBEL  
DE LITTÉRATURE**

folio



1H

# SÉANCE 2 :

DÉFI DES NOTIFICATIONS



# LE TEMPS ASPIRÉ PAR LA SPIRALE DU TRAVAIL

## EST-IL ABSURDE DE CONSACRER SON TEMPS AU TRAVAIL ?

**Dominante** : Lecture

**Objectifs** :

- Compétences de lecture analytique de texte littéraire
- Compétences littéraires : la poésie en prose / en vers libre

**Activité** :

**1)** Analyse de texte en cours dialogué. Il s'agit de montrer l'ambivalence entre le travail que l'on doit faire pour (sur)vivre, et le métier que l'on fait par plaisir. Mise en parallèle avec *Le Mythe de Sisyphe* selon Camus.

L'enseignant peut choisir :

- soit 3 extraits de T. Metz, *Le journal d'un manœuvre*, 1990 (Folio p.21, 32, 43)
- soit 1 extrait de J. Ponthus, *A la ligne*, 2019 (chap. 1)

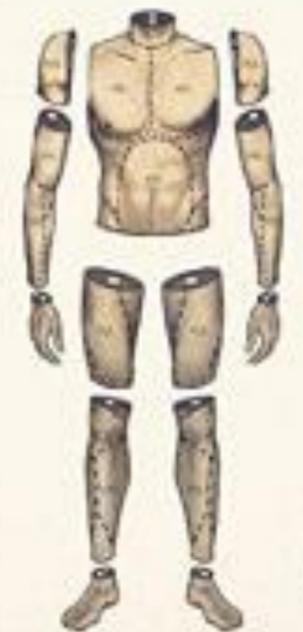
**2)** Après la lecture analytique, les élèves tirent au sort une page de l'œuvre de Thierry Metz. Sur cette page, chacun explique si cet extrait correspond ou non à la problématique de la séance en rédigeant un court texte argumentatif (10-15 lignes)

**3)** Ouverture sur le temps que chacun passe sur son portable : les élèves installent ou ont une application qui permet de mesurer le temps passer sur leur téléphone. Mise des compteurs à zéro pour mesurer jusqu'au cours suivant, en tenant chaque jour un carnet du temps d'écran.

**Thierry Metz**  
Le journal  
d'un manœuvre



**Joseph Ponthus**  
*À la ligne*  
Feuillets d'usine





1H à 2h

# SÉANCE 3 : LE TEMPS ABSORBÉ OU L'ABSORPTION PAR LE TEMPS

DÉFI DES NOTIFICATIONS



## COMMENT LA SOCIÉTÉ MODERNE OBLIGE-T-ELLE À COURIR APRÈS LE TEMPS ?

**Dominante** : Orale

**Objectifs** :

- Compétences de lecture d'articles et de synthétisation
- Compétences orales : échanger en groupes, présenter une réalisation à l'oral

**Activité** :

1) Défi des notifications : En début d'heure, tous les élèves posent leur téléphone et s'engagent à ne pas y toucher de la séance. Objectif : à la fin voir combien de notifications sont apparues durant ce laps de temps.

2) Classe puzzle autour de la lecture d'articles puis de la réalisation d'affiches

3) Partage du nombre de notifications reçues par chacun durant la séance et réaction des élèves à cela.

4) Ouverture possible sur un extrait du film *Time Out* ou bande-annonce.

5) Devoir maison sur un slam de Damasio extrait de l'ouvrage jeunesse *Scarlet et Novak*, 2021.

**Banque d'articles** : L'enseignant un nombre d'articles proportionnel au nombre d'élèves.  
(Liste non exhaustive)

**Thématiques** : courir après le temps, rapport aux nouvelles technologies, *burn out*, etc.

<https://www.letemps.ch/societe/courir-apres-temps-mal-siecle>

<https://www.si-institut.com/les-servitudes-modernes/>

<https://www.psychologies.com/Bien-etre/Stress/Stress-au-quotidien/Articles-et-Dossiers/Je-cours-toujours-apres-le-temps>

<https://www.cairn.info/revue-le-travail-humain-2011-2-page-157.htm>

<https://comarketing-news.fr/entre-rejet-et-addiction-le-rapport-des-francais-aux-nouvelles-technologies/#:~:text=Leur%20efficacit%C3%A9%20est%20%C3%A9galement%20remise,des%20mails%20ou%20des%20notifications.https://comarketing-news.fr/entre-rejet-et-addiction-le-rapport-des-francais-aux-nouvelles-technologies/#:~:text=Leur%20efficacit%C3%A9%20est%20%C3%A9galement%20remise,des%20mails%20ou%20des%20notifications.>

<https://www.u-bordeaux.fr/actualites/Addiction-aux-%C3%A9crans-mythe-ou-r%C3%A9alit%C3%A9>

<https://www.phonandroid.com/addiction-smartphones-on-vous-dit-tout.html>

<https://universpharmacie.fr/blog/article/la-nomophobie-quand-laddiction-a-votre-telephone-impacte-votre-sante.html>

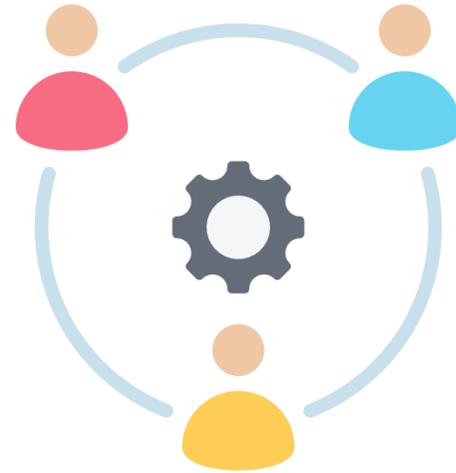


## DÉFI DES NOTIFICATIONS



### TRAVAIL EN GROUPE

Les élève se mettent en groupe de travail sur un article qui permet de travailler un aspect de la problématique. Ils en réalisent une courte synthèse.



### MELANGE DES GROUPES

Les élève changent de groupe afin que dans chaque nouveau groupe il y ait un représentant de chacun des groupes initiaux. Ils échangent sur les aspects importants qui se trouvaient dans leurs textes.



### CREATION AFFICHE

Les élèves changent à nouveau de groupe et réalisent une affiche reprenant les idées de l'ensemble des articles.



### TACHE FINALE

Les élèves de chaque groupe présentent à l'oral, à la classe, leur affiche.

semaine	temps d'écran	notifications (seulement sur l'heure de la séance 3 )	MOYENNE DE LA CLASSE
LUNDI			
MARDI			
MERCREDI			
JEUDI			
VENDREDI			
SAMEDI			
DIMANCHE			

### Devoir maison sur Damasio :

Les élèves rédigent une quinzaine de lignes en réaction à cette lecture pour dire en quoi ils se reconnaissent dans ce slam, notamment à la lumière du temps qu'ils passent sur leur téléphone et le nombre de notifications reçues.



2H

# SÉANCE 4 :

## PRENDRE LE TEMPS DE PERDRE SON TEMPS

### PERD-ON RÉELLEMENT SON TEMPS LORSQUE L'ON RALENTIT LA CADENCE ?

**Dominante** : Lecture

**Objectifs** :

- Compétences de lecture - compréhension et lecture analytique
- Entraînement bac

**Activité** :

Etude de corpus type bac.

Texte 1 : Carl Honoré, *Eloge de la lenteur*, Avant-propos "La fureur de vivre", 2013

Texte 2 : Pline le Jeune, *Lettres*, Livre I, Lettre 9, 1er siècle ap. J.-C.

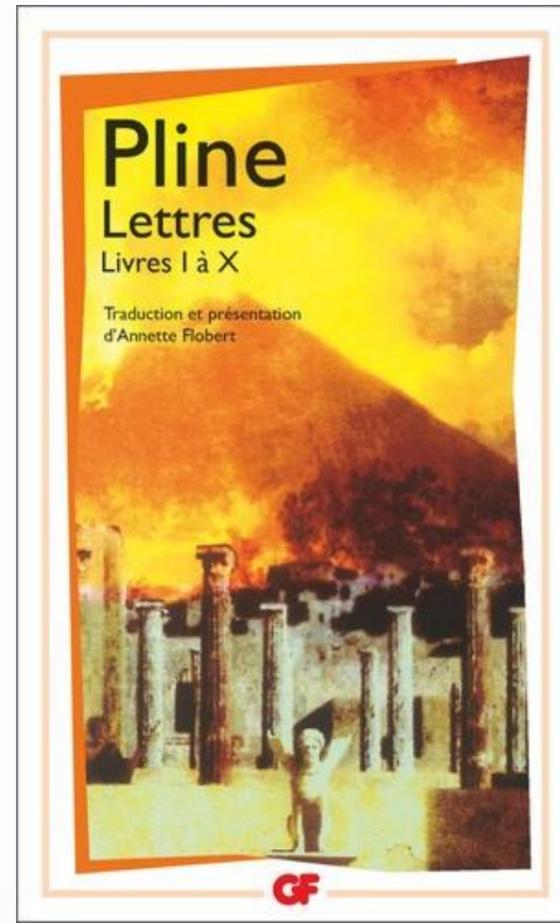
Document 3 : image libre de droit "Un homme devant les horloges des fuseaux horaires"

1) Texte 1 : Quels sont les deux rythmes évoqués par le texte ? Comment s'opposent-ils dans l'écriture de l'auteur ?

2) Textes 1 et 2 : Quels sont les différents espace-temps qui apparaissent en contraste dans ces deux textes ?

3) Texte 2 : Pourquoi le narrateur préfère-t-il passer du temps dans sa villa ?

4) Corpus : Mettez en avant les points communs et les différences entre les trois documents du corpus.





1H

# SÉANCE 5 : ALLER À CONTRE-TEMPS POUR SORTIR DE LA CADENCE DU MONDE MODERNE

## EST-IL POSSIBLE D'ADOPTER UN RYTHME DE VIE À L'OPPOSÉ DE CELUI DE LA SOCIÉTÉ MODERNE ?



**Dominante:** Ecrite

**Objectifs:**

- Compétences de lecture de documents variés
- Compétences écrites d'argumentation

**Activité:**

**1)** “Pêche aux arguments” : Les élèves recherchent en autonomie, à travers les divers documents mis à leur disposition, des arguments et des exemples permettant de répondre à la problématique de séance. Ils remplissent un tableau Arguments/Exemples au-fur-et-à-mesure.

(Les élèves auront préalablement écouté le podcast de France Culture en devoir maison.)

**2)** Rédaction de l'argumentation sous forme délibérative (DM)  
(Variante possible : DVDP - discussion à visée démocratique et philosophie)



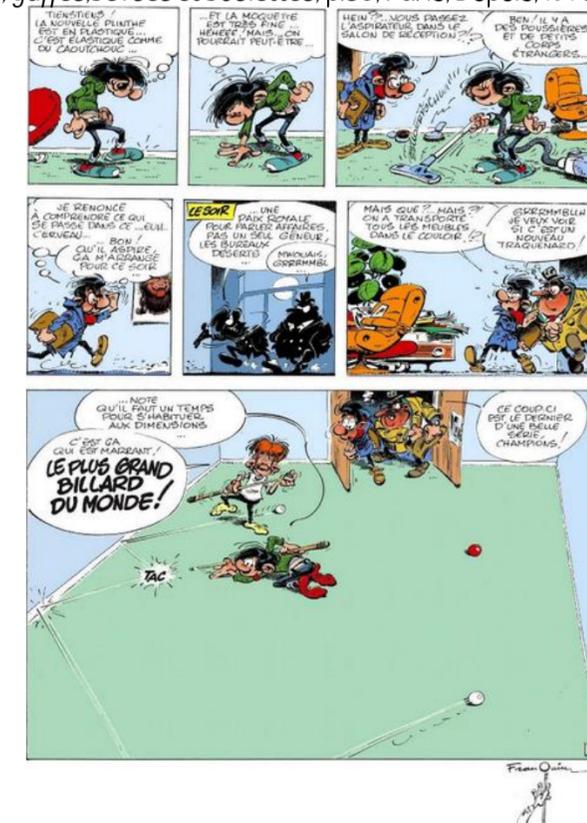
« Je choisis une personne paresseuse pour un travail difficile, car une personne paresseuse va trouver un moyen facile de le faire ».

BILL GATES CREATEUR DE MICROSOFT

Pauline CASTEL - Laura NONY

Extrait de la BD Gaston : gaffes, bévues et boulettes, p.35, Paris, Dupuis, 1973

Arguments	Exemples



### Qu'est-ce qu'une Zone A Défendre ?

À propos de Notre-Dame-des-Landes

Propos recueillis par **Nadia Taïbi**

DANS [SENS-DESSOUS 2018/1 \(N° 21\), PAGES 51 À 54](#)

ÉDITIONS [ÉDITIONS DE L'ASSOCIATION PAROLES](#)

ISSN 1951-0519 DOI 10.3917/sdes.021.0051



1H

# SÉANCE 6 : ÉVALUATION DE SÉQUENCE

## Evaluation type bac

### Corpus :

- Texte 1 : Boris Vian, *L'écume des jours*, Chapitre 25, 1947,
- Document 2 : Les Sisyphe modernes (créés par IA)



## Evaluation des compétences de lecture

Après avoir lu attentivement les textes du corpus, vous répondrez aux questions qui suivent. Toutes les réponses doivent être rédigées et justifiées. Vous veillerez au soin apporté à la langue et à votre copie.

### Texte 1

Question 1 : Dans ce chapitre, qui méprise qui et pour quelles raisons ?

### Images

Question 2 : Sous le poids de quels éléments de la vie moderne l'homme et la femme se voient-ils crouler ?

### Corpus

Question 3 : Mettez en avant les similitudes et les oppositions entre les deux documents du corpus.

## Evaluation des compétences d'écriture

**Est-il absurde de vouloir du temps pour soi dans un monde qui voudrait nous imposer le rythme de la société moderne ?**

En vous appuyant sur les documents du corpus, vos connaissances et vos lectures de l'année, en particulier celle de l'œuvre du programme, vous répondrez à cette question dans un développement argumenté d'une quarantaine de lignes au moins.

