

# VERBATIM de la ressource numérique \*

## « Comment renforcer l'attention des élèves ? »

<https://www.youtube.com/watch?v=9jpH7vIb7E8>

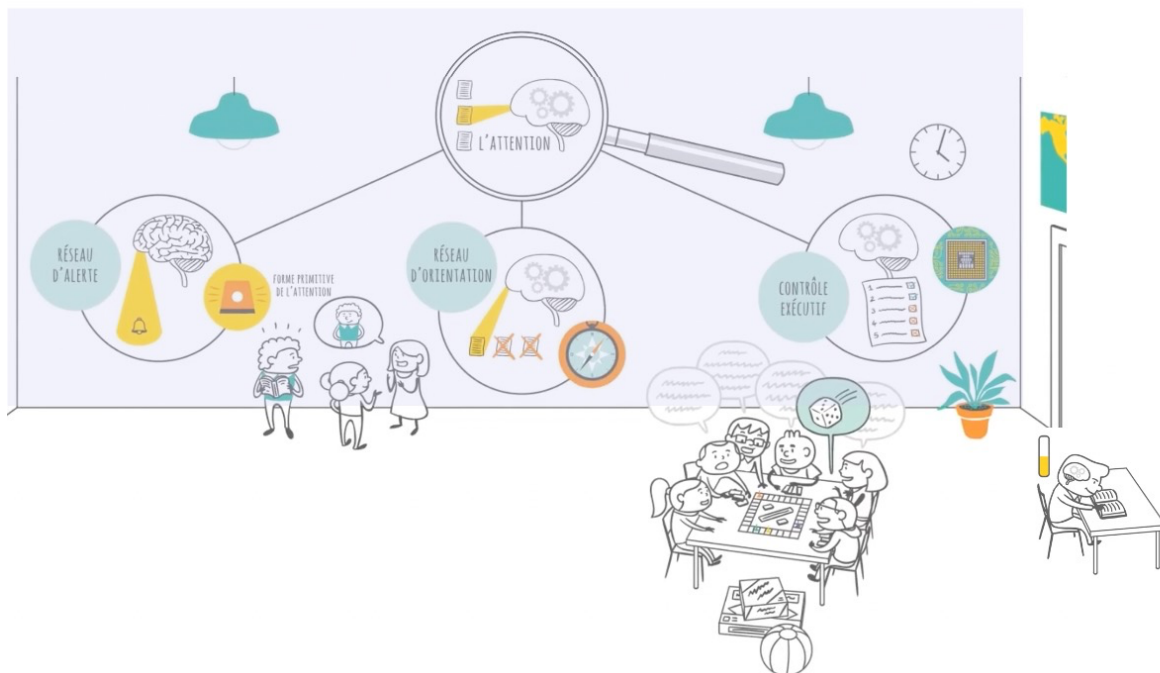
élaborée par l'association *SynLab* (devenue *Ecolhuma*)

(\*) : réalisé par Manuel MUSIAL - <https://blogs.univ-tlse2.fr/ip3a/>

## COMMENT RENFORCER L'ATTENTION DES ÉLÈVES ?

L'ATTENTION est le mécanisme cérébral qui permet de sélectionner une information et de la traiter.

Il existe plusieurs modèles de compréhension de ces mécanismes.



Le plus utilisé définit trois réseaux attentionnels :

Le premier est le **réseau d'alerte** :

Il est activé quand l'attention est captée par un stimulus extérieur.

C'est le réflexe, par exemple, de prêter attention à ce qui est dit lorsqu'on entend son prénom. C'est la forme primitive de l'attention.

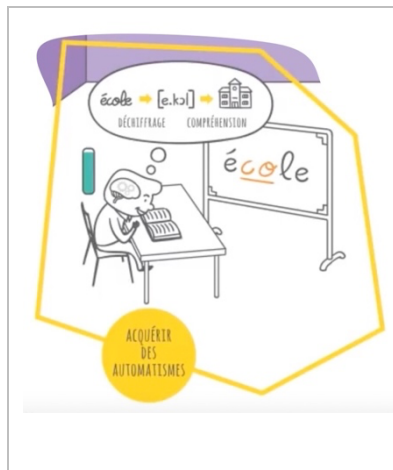
Le deuxième est le **réseau d'orientation** :

Il permet de traiter certaines informations parmi plusieurs en excluant les autres.

Par exemple lors d'une discussion dans un endroit bruyant, on oriente son attention sur ce que dit l'autre en faisant abstraction des autres bruits.

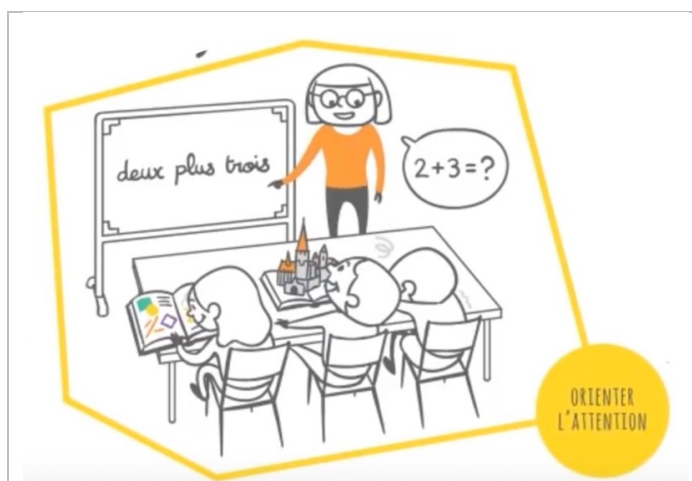
Le troisième est le **contrôle exécutif** :

Il permet, lorsque plusieurs tâches sont en concurrence, de planifier et de prendre des décisions. C'est le moyen qu'a le cerveau de traiter des informations et des routines nouvelles.



Le contrôle exécutif est particulièrement sollicité à l'école. C'est une activité intense qui réclame beaucoup d'efforts, c'est-à-dire de ressources attentionnelles. Pour pouvoir en libérer une partie, l'élève a besoin d'acquérir des automatismes. Ainsi lorsqu'il apprend à lire, il doit d'abord être complètement mobilisé et réaliser des exercices d'entraînement qui sollicitent le contrôle exécutif. En passant par une série d'essais et d'erreurs, l'élève parvient à maîtriser le déchiffrage, c'est-à-dire la conversion graphème-phonème rapidement et sans effort. L'acquisition de cet automatisme permet d'économiser de l'énergie mentale et de dégager des ressources pour d'autres activités comme la compréhension.

L'attention est donc quelque chose que l'on peut entraîner.



Les enseignants peuvent orienter celle de leurs élèves en leur proposant un matériel attrayant mais non distrayant. Ils doivent également prendre garde à ne pas soumettre simultanément, aux élèves, deux tâches qui ne sont pas encore automatisées pour ne pas les placer en situation d'échec.



Ils peuvent aussi les aider directement à développer leur capacité d'attention. Par exemple grâce à des exercices qui reposent sur la pleine conscience : un moyen de focaliser son attention en la portant sur le moment présent sans jugement. Concrètement, les exercices proposent de se concentrer sur la respiration, les sensations, les émotions. Ils apprennent aussi aux enfants à gérer leur stress et ils renforcent la mémoire, la patience, la confiance et le respect.