



HAL
open science

La pédagogie de projet au service du climat de classe

Manon Béribi

► **To cite this version:**

Manon Béribi. La pédagogie de projet au service du climat de classe. Education. 2018. dumas-01920318

HAL Id: dumas-01920318

<https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01920318>

Submitted on 10 Dec 2018

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

**ÉCOLE SUPÉRIEURE DU PROFESSORAT ET DE L'ÉDUCATION
DE L'ACADÉMIE DE PARIS**



L'ATTENTION DES ÉLÈVES
Susciter et récupérer l'attention au CE1

Manon Béribi

MÉMOIRE DE MASTER MEEF
Mention Premier degré

Sous la direction de Sylvie Gervais

2017-2018

Mots-clés : (attention, concentration, agitation)

Résumé (français)

L'attention des élèves est un sujet courant dans l'enseignement puisque c'est un des éléments essentiels au bon déroulé d'une séance et aux apprentissages. Ce mémoire reflète l'expérience menée dans ma classe de CE1 pour répondre à un sujet qui peut devenir une problématique : Susciter et récupérer l'attention des élèves. Grâce à des apports théoriques et des expérimentations, différents aménagements et activités pédagogiques ont été mises en place et analysées dans le but d'être réemployés et modulés dans mes années d'enseignement futures.

Résumé (anglais)

Pupils's attention is a common subject in the education because it is one of essentials elements to the good progress of a session and in learnings. This thesis reflects the experience led in my 2nd year of primary school to answer a topic which can become a problem : to arouse and get back pupils's attention. Thanks to theoretical contributions and experiments, various adjustments and educational activities were setted up and analyzed with the aim of being reused and modulated in my future teaching years.

Sommaire

Introduction	4
I. Rythmes scolaires et rythmes biologiques	5
1.1. Le choix des horaires : constat	5
1.2. Le choix des horaires : remédiation	7
1.2.1. Variations hebdomadaires et journalières	7
1.2.2. Attention et mémoire	10
1.2.3. La pause : se relâcher pour se concentrer	12
1.2.4. La relaxation au service de l'attention	13
II. Permettre l'attention des élèves : pédagogie et séquence d'apprentissage	16
2.1. L'attention, une question de motivation ?	16
2.2 Clarification de la notion avec les élèves	17
2.3. L'attention du professeur aux élèves	19
2.3.1. Point de vue pédagogique	19
2.3.2. Attention et bienveillance	21
III. Le corps : outil de l'attention	23
3.1. Le corps	23
3.2. L'auditif	26
3.3. le visuel	28
Conclusion	30
Bibliographie	32

Introduction

Pour cette année de formation, j'ai été affectée dans le XIII^{ème} arrondissement de Paris, dans une classe de CE1. Les 26 élèves qui la composent ont un niveau relativement hétérogène, tant bien dans leurs apprentissages que dans leurs comportements. L'alternance mise en place pour cette année de stage est par périodes de 3 semaines, ce qui permet de suivre pleinement l'évolution de sa classe. Un défaut de binôme est pourtant venu perturber la classe tôt dans l'année scolaire puisqu'il ne restait plus que moi pour assurer les temps de responsabilité. La classe a donc connu de nombreux remplacements pendant les semaines où j'étais à l'ESPE.

Comme je me l'étais imaginé, il y avait fréquemment des moments d'agitation dans la classe mais ces temps ont été rapidement maîtrisés. Cette excitation classique s'est pourtant attisée à mes retours, car je ne retrouvais parfois plus les élèves attentifs que j'avais laissés et il me fallait plusieurs jours avant de retrouver l'attention nécessaire aux apprentissages. Ma difficulté en revenant en classe était donc devenue la suivante : la « perte » de temps à réinstaurer une dynamique attentive. En effet, lorsqu'il y avait un défaut d'attention dans ma classe, mes réactions pour la récupérer ne fonctionnaient plus assez. Il me fallait donc aller à la source de mon problème, comprendre pourquoi certains, voire la plupart de mes élèves, étaient souvent distraits et agités. Je me suis alors questionnée, renseignée, afin d'améliorer au mieux ma pratique. Il m'est apparu que mes réactions n'étaient pas adaptées mais également que les choix d'horaires pour les séances dites « importantes » étaient mal choisis. C'est tout naturellement que j'ai testé ces renseignements théoriques - me conduisant à revoir mes stratégies et mes horaires de séances - pour obtenir l'attention de mes élèves.

L'attention en classe semble être une problématique courante dans l'enseignement du premier comme du second degré, et il faut souligner que son amélioration passe aussi et surtout, par une réflexion sur ses pratiques pédagogiques. Si l'on peut facilement dire qu'il en va de la responsabilité de chaque élève d'être « attentif », il est pourtant moins évident d'affirmer que l'inattention ne dépend pas de nos pratiques. C'est ainsi que l'attention, en plus d'avoir fait l'objet de plusieurs séquences d'apprentissages, est devenue ma principale préoccupation. La notion est définie par le dictionnaire Larousse comme : « la capacité de concentrer volontairement son esprit sur un objet déterminé » et « cette concentration elle-

même »¹. L'attention, conjointe à la concentration est donc à la fois une capacité et un état mental .

Il est certain que le défaut d'attention est inévitable, mais il existe pourtant une multitude d'aménagements et de stratagèmes qui permettent d'appeler et de ressaisir l'attention.

Je développerai donc mon propos à partir de la question suivante : Quelles stratégies mettre en place au sein d'une classe de CE1 pour susciter et récupérer l'attention des élèves afin de favoriser leurs apprentissages ?

Pour tenter d'y répondre, je me baserai sur mes pratiques et les notions que j'y ai associées. La première partie de ce travail s'interrogera sur la concordance entre rythmes scolaires et rythmes biologiques, il s'agira ensuite d'exposer les moyens pédagogiques pour parvenir à l'attention des élèves et enfin d'élargir le champ d'action en remarquant comment elle peut être captée grâce aux sens.

I. Rythmes scolaires et rythmes biologiques

1.1 Le choix des horaires : constat

Lors de la rédaction de l'emploi du temps et du cahier journal en septembre, mon souci principal était de les construire sans perdre en cohérence. Les premiers jours passent et quelques régularités apparaissent au sein de la classe comme de l'établissement. S'il ne m'est pas apparu étonnant que les élèves deviennent apathiques au retour du déjeuner, j'ai pu également constater qu'il y avait d'autres moments propices à l'inattention dans la journée comme dans la semaine.

L'établissement fonctionne sur 5 jours (lundi, mardi, mercredi, jeudi, vendredi), les récréations durent 15 minutes et la pause déjeuner 2 heures. Tous les jours commencent à 8h30, les lundis et jeudis se terminent à 16h30 tandis que les mardis et vendredis se terminent à 15h00. Le temps restant est placé le mercredi de 8h30 à 11h30². Par ces aménagements du

1 Source : <http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/attention/6247>

2 Aménagement type dans la ville de Paris.

temps scolaire, les élèves ne sont jamais plus d'une heure trente en classe sans pause récréative, essentielle à leur bien être et à leurs apprentissages.

La demi-journée du mercredi et son après-midi de coupure semblent néanmoins impacter la journée du jeudi : ce jour là, mes élèves sont particulièrement agités en classe. Étant de service de cour le jeudi matin à 8h20 je me suis rendu compte que l'agitation n'était pas propre à ma classe mais généralisée. En discutant avec d'autres professeur.e.s des écoles ayant connu différents aménagements scolaires, j'ai pu avoir une confirmation de mon ressenti³.

L'agencement de la semaine a également été construit en fonction des créneaux d'éducation physique et sportive, de musique et d'arts visuels car ces temps où les élèves sont amenés à sortir de leur salle habituelle permettent des retours en classe divers. La rentrée en classe après la prise en charge du professeur de la ville de Paris d'arts visuels est calme⁴, les élèves semblent à l'écoute et reposés tandis qu'au retour de musique, les élèves sont souvent agités. Le temps d'éducation physique et sportive amène des effets changeants, suivant le type d'activité à venir ou vécu, les élèves peuvent être impatients comme épuisés.

Ces remarques concernent la majorité des élèves de ma classe mais certains élèves sont moins sujets aux fluctuations alors que d'autres le sont beaucoup plus. Un élève a notamment attiré mon attention car il arrivait le matin très fatigué et s'endormait régulièrement en classe. Bien que sa situation me soit indépendante, il est tout de même important de la communiquer aux parents voire au directeur de l'établissement et/ ou aux collègues. En rencontrant les parents de cet élève et en abordant ce sujet, le sommeil de l'enfant a été par la suite davantage respecté et il est moins habituel de le voir fatigué en classe et donc inattentif⁵.

Les fluctuations de l'attention découlent par conséquent de l'emploi du temps, des élèves et de leurs habitudes en dehors du temps scolaire, mais pas seulement : il était rappelé plus haut que les élèves, comme tout autre individu, semblaient dans la somnolence au retour de la pause méridienne. Les rythmes biologiques impactent bien évidemment les élèves, je me suis alors documentée pour décoder le rythme attentionnel de l'enfant.

3 Bien que cette réponse a fait l'unanimité autour de moi, elle ne suffit pas à valider l'hypothèse.

4 À noter que ce créneau a toujours eu lieu le lundi matin.

5 Il sera judicieux dans les prochaines réunions de rentrée, de rappeler aux parents quelques notions relatives au bon développement de leurs enfants.

1.2 Le choix des horaires : remédiation

1.2.1 Variations hebdomadaires et journalières

Pour mieux comprendre l'enfant et aménager son emploi du temps de façon à favoriser ses apprentissages, il est utile de se renseigner sur son fonctionnement. Les études en chronopsychologie⁶ et en chronobiologie⁷ nous apportent des informations sur les variations psychologiques et biologiques dans le temps.

Outre le fait évident que le sommeil des élèves joue un rôle capital dans leurs performances journalières, les rythmes scolaires ont, eux aussi, une pleine influence sur l'attention. Les études qui vont être présentées ci-dessous ont été effectuées au cours d'une journée mais sous une organisation scolaire différente de celle qui est présente dans mon école d'affectation (toutes les deux sur une semaine de 4 jours et demi mais les études sont basées sur la demi-journée située le samedi matin alors que c'est le mercredi matin qu'elle est effective dans mon école d'affectation). Pourtant, d'autres investigations comparant la semaine de 4 jours et la semaine de 4 jours et demi semblent soulever une constante : l'heure de lever et de coucher est sensiblement la même le mercredi matin en raison des activités périscolaires des enfants et des rythmes professionnels des parents. Nous pouvons donc faire abstraction de cette différence qui ne manifeste pas un grand écart.

François Testu, chronobiologiste, a fait de nombreuses études sur les rythmes à l'école, il s'est intéressé aux fluctuations attentionnelles de l'élève en commençant par expliquer les fluctuations biologiques de l'enfant.

Les régulations biologiques influent sur nos moments d'attention et cela peu importe notre âge. Elles ne dépendent pas de nous et nos moyens pour les contrôler sont souvent trop faibles. Prenons un exemple de régulation commun à tous les êtres vivants : la digestion.

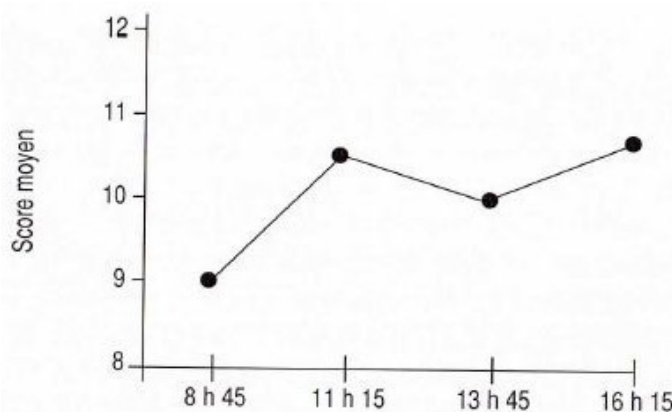
Pendant cette période, le débit sanguin est modifié et nous n'avons aucun pouvoir d'action dessus. Le sang irrigue abondamment les organes liés à cette phase, il est dès lors plus difficilement mobilisable ailleurs et en particulier dans le cerveau. C'est pour cette raison qu'un état de légère somnolence s'associe à ce processus et que la dépasser requiert un effort beaucoup plus important.

6 Étude des variations périodiques affectant les processus psychologiques.

7 Discipline scientifique étudiant l'organisation temporelle des êtres vivants, des mécanismes qui en assurent la régulation (contrôle, maintien) et de ses altérations. Elle traite essentiellement de l'étude des rythmes biologiques. (source : <https://fr.wikipedia.org/wiki/Chronobiologie>)

Par ce fait, il faut prendre ce paramètre en compte au sein de la classe et ne pas placer de séances trop lourdes et chargées en découvertes au sortir du repas.

D'autres rythmes ont également une incidence, le plus connu est un rythme circadien⁸, il régule nos moments de sommeil et d'éveil. Dans une journée, la phase d'éveil connaît des temps d'attention fluctuants, voici une expérience faite en 1995 sur des élèves d'élémentaire⁹ : Il s'agissait pour ces élèves d'effectuer des tests dits « de barrage », c'est-à-dire qu'il faut barrer le maximum de fois, dans un temps imparti, quelque chose qui avait été décidé au préalable parmi plusieurs possibilités. Ici les élèves disposaient de 30 secondes pour barrer le plus de nombres à 3 chiffres parmi 150 nombres de deux, trois, quatre ou cinq chiffres répartis en ligne. Ce test a été effectué à 8h45, 11h15, 13h45 et 16h45 dans le but d'observer les fluctuations de l'attention au cours d'une journée.



Variation de l'attention au cours de la journée (d'après Testu et coll., 1995)

Sans surprise, une diminution de l'attention s'affiche en début d'après midi mais deux augmentations apparaissent dans la journée : la première dans la matinée avec un pic aux alentours de 11 heures et la seconde, consécutive au creux post-prandial¹⁰.

Comme meilleurs moments d'attention au cours de la journée nous pouvons donc retenir la fin de matinée et la fin d'après midi.

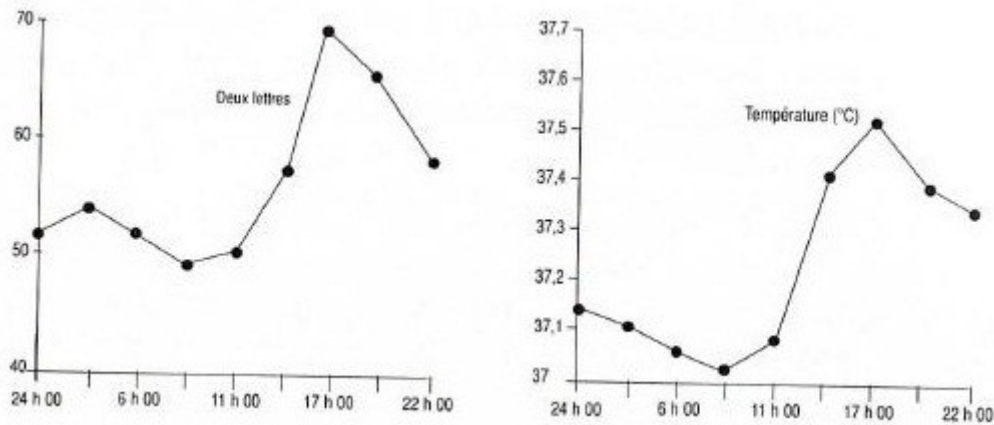
Un élément supplémentaire vient s'ajouter dans la prise en compte des rythmes biologiques de l'enfant, il s'agit d'une théorie selon laquelle les performances varieraient au gré de la température corporelle.

8 Processus cyclique ayant une fréquence de 24 heures environ.

9 Expérience menée par Baptiste Janvier et François Testu.

10 Après le repas.

Folkard et Monk¹¹ ont observé ce phénomène en 1979. Dans leur test, il était question de rechercher deux lettres mémorisées parmi d'autres.



Variation de l'efficacité (nombre de lettres détectées) d'après Folkard et Monk

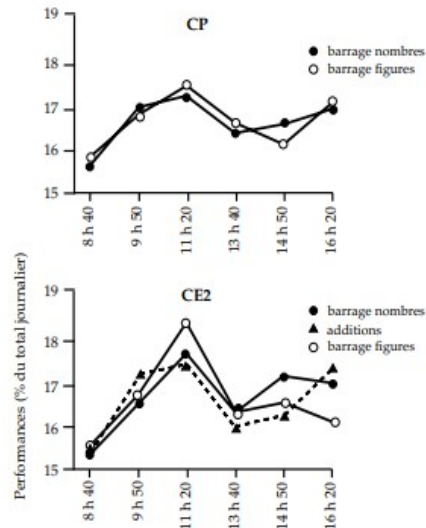
Les résultats obtenus montrent en effet que la courbe associée à la température suit celle de la performance. Les temps d'efficacité restent fidèles à l'organisation scolaire pensée jusque-là.

Les deux études citées ici concernent des élèves d'école élémentaire mais cela reste trop vaste pour convenir d'un aménagement propre à ma classe de CE1. L'étude sur l'attention la plus proche de la tranche d'âge présente dans ma classe a été faite sur des CP et CE2 en 1982 par F. Testu.

La courbe reste la même et ce malgré des pics plus importants en CE2 et une baisse vers 15 heures. En faisant une moyenne, l'après-midi des CE1 serait impactée par la digestion et ne connaîtrait par la suite qu'une infime augmentation attentionnelle.

La matinée serait donc le moment où les élèves sont plus attentifs et donc réceptifs.

11 Simon Folkard, professeur à l'université René Descartes, expert en psychologie. T.H. Monk, sleep and chronobiology center, western psychiatric institute and clinic, university of Pittsburgh medical center.



Evolution des profils attentionnels journaliers d'élèves de CP et CE2 d'après Testu

Aménager son temps scolaire selon ces recherches rendrait-il plus accessibles les apprentissages ou l'attention doit-elle être conjointe à d'autres processus ?

1.2.2 Attention et mémoire

On sait que les moments propices à l'attention des enfants, au cours de la journée, sont en fin de matinée et en fin de journée. En étant attentif, nous captions les informations qui nous parviennent, pourtant pour les mettre à profit, il faut savoir les ré-employer et donc les avoir mémorisées au préalable. La mémoire à court terme comme celle à long terme sont essentielles dans nos apprentissages. Si l'attention varie au cours d'une journée, les performances des différents types de mémoire restent-elles stables dans une journée ?

Deux grands types de mémoires sont à définir avant d'analyser le diagramme ci-dessous.

Tout d'abord la mémoire à court terme qui permet de retenir un nombre limité d'informations pendant une courte durée. Et la mémoire à long terme qui permet, grâce à de nombreux processus cognitifs, de stocker et restituer les informations longtemps après les avoir rencontrées¹². Pour qu'un apprentissage soit intégré, acquis, il doit donc être traité dans un premier temps par la mémoire à court terme (et plus précisément la mémoire de travail) et par conséquent s'ancrer dans la mémoire à long terme. L'intégration dans la mémoire à long terme

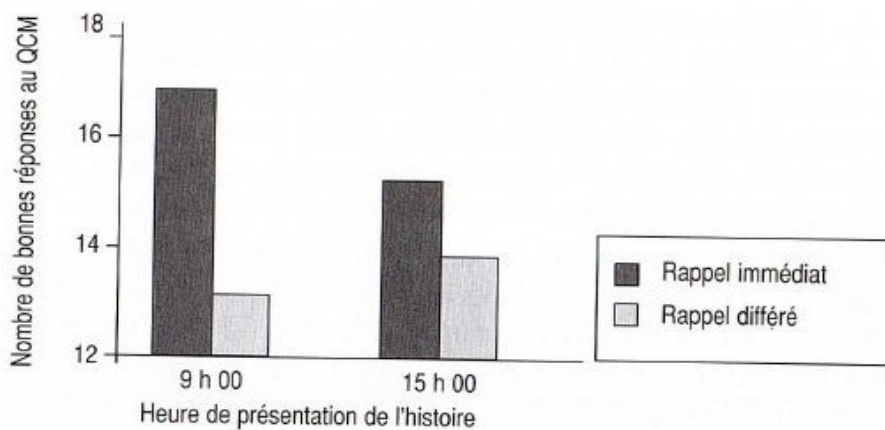
¹² Source : https://fr.wikipedia.org/wiki/M%C3%A9moire_%C3%A0_long_terme

est nécessaire pour que l'apprentissage soit durablement effectif.

Une étude de 1977 Simon Folkard a montré que les temps où les mémoires à long et court terme étaient à leurs maximums d'efficacité n'apparaissaient pas au même moment de la journée.

Son observation s'est faite auprès de groupes d'enfants d'une douzaine d'années. Une histoire était présentée à tous les groupes puis un questionnaire à réponse multiples (QCM). L'histoire était présentée à 9h00 du matin ou à 15h00. Le questionnaire était soit donné juste après avoir entendu l'histoire soit une semaine plus tard à 9h15 ou 15h15.

Les modalités de ce test permettent donc de mesurer la mémoire à court terme (grâce au rappel dit immédiat) et la mémoire à long terme (grâce au rappel dit différé).



Performances à une épreuve de mémoire en fonction du moment de la mémorisation et du moment du rappel (d'après Folkard et coll., 1977)

L'analyse des résultats nous fait remarquer ceci : Lorsque l'histoire est présentée le matin, ici à 9h00, les enfants ont un score de bonnes réponses plus élevé en rappel immédiat qu'en rappel différé. Lorsque l'histoire est présentée en début d'après midi, ici à 15h00, le score toujours plus élevé en rappel immédiat est en revanche plus conséquent en rappel différé qu'à 9 heures. En ce qui concerne les performances en rappel différé, l'heure de retour n'a pas d'influence, elles seront continues tout au long de la journée.

Il semblerait donc que la mémoire n'agisse pas de la même façon au cours d'une journée : ainsi, ce qui est vu le matin sera plutôt mémorisé pendant une courte période alors que ce qui est vu l'après-midi sera enclin à être mémorisé sur du long terme.

Grâce à cette nouvelle information, le temps scolaire peut être organisé de manière plus

précise, les séances de découverte et d'entraînement seraient placées dans la matinée, les séances de structuration dans l'après-midi et les séances de réinvestissement tout au long de la journée. Cet aménagement suffit-il néanmoins à éviter une surcharge cognitive¹³ tout en permettant aux élèves d'être attentifs entre chaque récréation, pendant une heure et quart ou une heure et demi ?

Dès les premières semaines j'ai pu constater que l'enchaînement des activités entre les pauses récréatives était insuffisant et qu'il fallait ajouter davantage de moments de césure pour permettre aux élèves de mieux percevoir les moments de concentration.

1.2.3 La pause : se relâcher pour se concentrer

J'ai alors tenté de répondre à cette problématique en instaurant, pour chaque élève, des moments de césure après la plupart des activités, pour leur permettre de « relâcher » leur attention. Il ne s'agit pas réellement de relâcher son attention mais de la porter sur un objet différent de l'apprentissage qui vient d'être exprimé en classe. Ainsi chacun des élèves, après une activité, a la possibilité de prendre une brève pause. Cette pause est essentielle à l'apprenant car cela lui permet de trier les informations qu'il a reçu tout en se préparant à celles qu'il va recevoir ensuite. L'aménagement dès lors appliqué dans ma classe a fait place à une nouvelle faille : le manque d'équité dans ce temps de pause. En effet, comme cet entracte est réservé aux transitions entre les séances, certains élèves, plus rapides, ont la possibilité de faire une plus longue pause que la majorité des élèves et d'autres, beaucoup plus lents sont « attendus » et n'ont rarement, voire jamais la possibilité d'accéder à ce temps de relâchement. Les écarts étaient donc creusés. De plus, suivant la longueur des temps de pause, les élèves qui avaient bénéficié de longues minutes s'étaient dissipés et/ ou avaient distrait la classe alors que les « retardataires » qui n'avaient pas eu du tout cet instant avaient de plus en plus de mal à rester concentrés et montraient des signes de résignation. La solution n'est donc pas collective et les transitions doivent devenir elles aussi des moments de différenciation. Pour les élèves dits « rapides », l'aménagement ne fut pas compliqué à trouver, des activités ludiques et des exercices de réinvestissement, proposés à la suite d'une séance ou rangés dans

13 Lorsqu'un trop grand nombre d'informations doit être traité simultanément, la mémoire de travail surcharge, ce qui entraîne l'échec de la tâche ou une mauvaise mémorisation en mémoire à long terme. Source : https://fr.wikipedia.org/wiki/Charge_cognitive

une pochette et effectués en autonomie étaient déjà présents. Le tutorat joue une grande place également dans cette phase transitoire car il ne semble pas perçu par les élèves comme du « travail » mais comme une manière de se mettre en avant, de coopérer et de « parler ». Les tuteurs peuvent d'ailleurs exprimer aux plus lents leurs stratégies pour être plus rapide (par exemple en mathématiques ou en exprimant un moyen mnémotechnique en français). Les diverses responsabilités attribuées aux élèves dans la semaine permettent également des actions tout au long de la journée. A l'issue de ces aménagements, il reste tout de même des inégalités car les élèves de cette classe ont un écart de vitesse d'exécution trop prononcé. Comme il est nécessaire que chacun puisse avoir cette « coupure », le professeur doit faire en sorte que tous aient cet instant sans excès - qui pourrait mener à une dispersion - ni insuffisance - qui serait quasiment inutile. Pourtant, le vrai défi, celui qui m'a été le plus compliqué à relever, a été d'accepter qu'il y a des temps qui ne sont pas consacrés à une séance guidée par le professeur et qui sont régis par l'autonomie instaurée et l'envie des élèves.

Les moments de transition ne sont pas des moments de pleine évasion, il s'agit tout de même pour les élèves de travailler une compétence du programme, même si celle-ci fait partie d'un cycle antérieur (travail de la motricité fine si l'élève décide de faire un jeu de construction, un dessin). Certaines séances permettent également aux élèves de porter leur attention sur un objet différent sans pour autant sortir de l'apprentissage voulu à une période donnée. Quelques matières sont plus associées à des instants « récréatifs » alors qu'elles développent de nombreux points du programme de l'éducation nationale, en particulier dans les compétences à acquérir à l'oral ou en éducation morale et civique. C'est ainsi que la répartition des séances se fait stratégiquement : les matières associées par les élèves au travail seront entrecoupées des séances considérées comme plus légères et divertissantes comme du théâtre, de l'art ou de la récitation.

Parfois il peut aussi arriver que la classe soit plus compliquée à « récupérer » si la séance dite légère a conduit vers trop de rire, de dissipation. Bien que l'amusement ne soit pas à proscrire, il faut d'une part pouvoir l'anticiper et le prendre en compte pour la séance à suivre et d'autre part savoir gérer au mieux les moments amusants pour ne pas peiner à recentrer ses élèves.

Les aménagements, bien que personnalisés selon la rapidité des élèves, gagnent à être différenciés selon les différents profils présents dans ma classe. Comme dans la majorité des classes, certains de mes élèves rencontrent plus de difficulté d'attention que d'autres. Pour ceux-là, il sera important de veiller à ce qu'ils profitent pleinement des temps de pause, par

des activités calmes ou qui impliquent de bouger, de se dépenser physiquement.

Pour ces enfants particulièrement mais aussi pour tous les autres, le fait de déposer son attention sur soi-même, sur son fonctionnement et sur ses ressentis est un moyen d'accéder plus facilement à la focalisation et à la recentration.

1.2.4 La relaxation au service de l'attention

Un de mes premiers souhaits en tant que professeur des écoles stagiaires était de parvenir à un climat de classe bienveillant basé sur le respect de soi et des autres. C'est donc tout naturellement que je me suis orientée vers la relaxation. Trois séquences y ont été consacrées : la première sur les émotions et leur gestion, la seconde sur le corps et les sensations qu'il apporte et une troisième sur le respect et la compréhension des autres.

Ces séquences ont pu permettre à l'ensemble des élèves d'être plus reposés et attentifs pendant les séances.

La séquence « Mes émotions », adaptable aux cycles 1, 2 et 3, travaillée en période 1 avec les élèves avait pour objectif principal la gestion des émotions, en particulier dans le milieu scolaire. Connaître ses émotions et savoir comment les gérer permet moins d'inattention. Au terme de ce travail, un affichage spécifique fut exposé en classe¹⁴ et a fait référence tout au long de l'année. Lorsque le besoin se faisait ressentir pour un élève, il pouvait aller consulter cette affiche et y trouver des informations qui lui permettraient de gérer au mieux l'émotion qui le dépasse. Un coin « pour se calmer » a également été défini avec la classe, près de la bibliothèque. L'aménagement de la salle de classe n'a malheureusement pas permis de dégager un endroit propre à la détente mais je veillerai, pour les années à venir, à marquer davantage la différence entre l'espace de détente et l'espace de travail.

La séquence « être attentif à mon corps » a été faite en période 3, suite à deux problèmes qui devenaient trop importants en classe : l'agitation et les sorties de classe (envie d'aller boire, aux toilettes, maux de tête/de ventre) trop fréquentes. Ainsi, au travers d'exercices de relaxation fait en majorité dans le préau, les élèves ont pu être attentifs à des sensations connues comme inconnues (battements du cœur, respiration, sensations relatives aux sens) et revenir en classe moins agités. Pour les sorties trop nombreuses et souvent

¹⁴ Voir annexe

injustifiées, l'autonomie des élèves a été développée.

Ces séquences ont permis aux élèves de comprendre ce qui était attendu d'eux en terme de comportement et de climat à construire. Ils connaissent quelques outils pour se sentir mieux même si les moyens déployés grâce à ces séquences ne répondent pas systématiquement à tous les élèves de la classe.

A ce travail ponctuel, un temps quotidien est consacré au bien-être, il s'agit d'un rituel au retour de la pause méridienne durant quelques minutes (de 5 à 10), sous forme de « temps calme ». Pendant ce moment, une musique douce est passée en classe, la lumière est tamisée et les élèves vaquent à une activité calme de leur choix : lecture, repos, dessin. Lorsque la classe est moins dissipée au retour du déjeuner, ce temps peut être consacré à une lecture offerte de la part du professeur, sans obligation d'écoute de la part des élèves. Seul le silence et le calme sont réclamés. Sans ce temps calme, les élèves rentraient en classe encore excités de leurs jeux et il était plus difficile de créer une ambiance propice aux apprentissages. Avec, ils peuvent se reposer et être moins perturbés par la transition entre l'univers périscolaire et scolaire.

Toutes ces propositions semblent fonctionner dans ma classe mais dans une certaine mesure. Tous les élèves n'ont pas besoin des mêmes outils au même moment et des moyens adaptés doivent être développés. C'est avec davantage d'expérience que je pourrai me construire une « banque de ressources » pour ces élèves.

Pour permettre à l'élève d'être attentif en classe, il faut donc élaborer son emploi du temps en fonction de ses capacités biologiques et lui offrir des moments de relâchement qui lui permettront par la suite de mieux se recentrer sur l'apprentissage vu en classe.

Les deux moyens d'accès à l'apprentissage que sont l'attention et la mémorisation varient au cours d'une journée, il s'agit donc pour l'enseignant de trouver le « bon moment » dans la semaine et dans la journée mais également le « bon moment » dans leurs apprentissages. En effet si un exercice proposé est trop facile ou trop difficile pour l'élève, son attention risque de baisser pour cette tâche.

Pour faciliter l'attention, il est tout autant nécessaire, au même titre que l'adaptation de l'activité à l'apprenant, de clarifier la notion d'attention avec sa classe afin de rendre explicite ce que l'on attend en prononçant les mots « être attentif » et de donner aux élèves des pistes qui vont leur permettre d'être guidés vers une autonomie en cas de défaut d'attention.

II. Permettre l'attention des élèves : pédagogie et séquence d'apprentissage

2.1 L'attention, une question de motivation ?

Lorsque l'on parle d'attention, le mot motivation y est souvent associé, est-ce à tort ou à raison ?

Commençons par aborder un concept venu du psycho-pédagogue biélorusse Vygotski : la zone proximale de développement. Cette zone est définie¹⁵ comme l'espace entre ce que l'enfant peut faire lui-même et ce qu'il peut faire avec l'aide d'une personne plus avancée dans ce domaine. C'est donc tout ce que l'enfant peut maîtriser lorsqu'une aide, un étayage approprié lui est donné. Si ce qui est proposé à l'élève lui semble trop simple ou trop compliqué, il ne sera plus attentif. Dans le cas où une séance serait trop évidente pour lui, son attention va chuter rapidement, il ne percevra pas les enjeux et s'ennuiera. Si, au contraire, l'activité est perçue comme trop difficile, il n'y aura pas ou trop peu d'attention et l'élève finira par se résigner et deviendra passif voire agité.

Avant l'activité, l'élève démarre avec une motivation plus ou moins importante, mais si l'apprentissage proposé est hors de sa zone proximale de développement, sa motivation va chuter tout comme son attention. Il s'agit pour l'enseignant de trouver quelle activité constituera un progrès pour l'apprenant, en estimant le plus justement le stade où il est arrivé à un moment donné afin de ne pas le frustrer avec quelque chose de dépassé ou pour ne pas le perdre en lui proposant une activité hors de sa portée.

Si l'apprentissage que le professeur des écoles propose à son élève éveille sa curiosité, représente un enjeu pour lui, sera-t-il pour autant motivé ? Et à l'inverse, si une activité présentée ne passionne pas un élève, va-t-il tout de même être attentif ?

Il arrive que des élèves, peu intéressés, parviennent malgré tout à être attentifs, en se forçant. D'autres peuvent être en revanche très motivés et ne parviennent pas à être attentifs. L'état d'excitation, le trop plein d'émotions dont ils font preuve ne les mènent pas l'attention, ce sont les distraits dits « absorbés »¹⁶, qui sont trop concentrés, trop motivés, trop intéressés.

Pour les élèves qui manquent de confiance en eux, ils peuvent être motivés par des activités

15 Source : http://differentiation.org/pdf/notion_zpd.pdf

16 Source : Gagné, Pierre Paul. Être attentif... une question de gestion !: un répertoire d'outils pour développer la gestion cognitive de l'attention, de la mémoire et de la planification.

valorisantes, qui font sens. Pour ceux qui ont du mal à trouver l'intérêt de l'école, qui considèrent qu'elle est ennuyeuse et/ou possède d'autres fins, il faut proposer des situations stimulantes (par exemple des défis à relever, des énigmes à résoudre). En sortant de la routine, en élaborant une activité plus exigeante et originale ces élèves ont plus de chances d'être attentifs. Par opposition, d'autres élèves ont davantage besoin d'activités ritualisées car cela les rassure, ils ont besoin d'explicité, de familier pour être motivés et attentifs.

Si chacun a besoin d'une stimulation adaptée, il est néanmoins compliqué de différencier en classe au cas par cas dans toutes les activités d'une journée. Il est plus simple de reformuler en adaptant ses mots aux élèves pour permettre à chacun d'y trouver l'information dont ils ont besoin pour s'investir.

L'enseignant doit aussi se faire à l'idée que ses élèves ne sont pas motivés par le seul plaisir d'apprendre. Il faut jouer sur la diversité des sources de motivation (par exemple : l'appréciation sur la copie, satisfaire l'enseignant, satisfaire les parents, concurrencer son camarade) et proposer des situations connues comme originales.

Pour motiver ses élèves, il est utile de les connaître. Savoir ce qui va les captiver personnellement est un plus. Mais c'est aussi au professeur de leur apprendre à se connaître et pas seulement en ce qui concerne la motivation.

Lorsqu'il est exigé de l'élève d'être attentif, sait-il ce que nous voulons dire ? L'enseignant et l'élève ont-ils la même définition de ce mot ?

Je me suis rendue compte que cela pouvait être flou pour certains de mes élèves de CE1. Je n'étais pas vraiment sûre de la différence provoquée par mes « fais-attention à ça » ; « c'est maintenant qu'il faut écouter/être attentif ». Comment être attentif ? C'est la question que nous nous sommes posé avec ma classe.

2.2 Clarification de la notion avec les élèves

A ce besoin, une séquence de cinq séances y a été consacrée. Elle a été pensée autour de trois grands axes : ce qu'est l'attention, son rôle dans les apprentissages et comment faire pour être attentif en classe.

Voici les objectifs, dans l'ordre d'apparition dans la séquence : savoir identifier les comportements qui relèvent de l'attention et de l'inattention, développer des stratégies pour

être attentif, comprendre les enjeux de l'attention dans la vie courante et dans un contexte de classe, avoir un avis critique par rapport aux attitudes dites attentives, proposer une aide pour la classe et s'y référer.

Dès la première séance j'ai pu me rendre compte que certains élèves avaient déjà une réflexion approfondie sur le sujet, qu'ils abordaient déjà l'utilité de l'attention dans les apprentissages et dans la vie courante. D'autres avaient un avis relativement tranché et assez négatif sur le manque d'attention, j'ai pu entendre « si on n'est pas attentif à l'école après on est bête » « si je n'écoute pas en classe je n'aurais pas de travail et je vais mourir dans la rue » accompagné d'un sentiment de culpabilité puisque les élèves qui oralisaient étaient en grande majorité, les plus sujets à l'inattention. J'ai aussitôt réagi en expliquant que c'était naturel d'être parfois inattentif, que tout le monde l'était à un certain moment. En résumé j'y ai répondu trop rapidement. Pendant la rédaction de ce mémoire j'ai pu trouver un ouvrage de Jean-Philippe Lachaux, intitulé « les petites bulles de l'attention », qui aurait pu correspondre à cette situation. Il s'agit d'une bande dessinée, qui aborde de façon plus ou moins complexe certains sujets, mais toujours avec simplicité, en utilisant un vocabulaire adapté qui se rend accessible aux élèves de cycle 2 pour moitié et aux élèves de cycles 3 et 4 principalement.

Dans la séance 2, faite en demi-groupe, j'ai voulu que les élèves se rendent compte, à l'aide d'exercices très simples, de ce qu'ils mettaient en place inconsciemment pour être attentifs à quelque chose.

Dans la séance 3, il s'agissait également de rendre les élèves conscients de toute l'attention qu'ils emploient tout au long d'une journée, pas seulement dans un but d'apprentissage scolaire mais dans un besoin d'aide et de sécurité. La notion d'attention pourra d'ailleurs être reprise dans une séquence sur la sécurité routière.

A l'issue de cette séquence, les élèves étaient impliqués dans l'utilisation de l'affiche faite en classe et s'y référaient souvent pendant les deux semaines suivant sa création. Sur un plus long terme j'ai remarqué qu'ils ne s'en servaient plus. J'ai alors voulu en faire une moi-même plus complète et lors de la découverte de celle-ci par les élèves, je me suis rendue compte qu'ils avaient en réalité tous mémorisé la précédente. Je suppose que c'est une des raisons pour laquelle ils ne la citaient plus ni ne la regardaient.

« Enseigner l'attention » n'était donc pas le but de cette séquence mais plutôt celui, pour les élèves, d'entrer dans des processus dits méta-cognitifs. Le concept de métacognition (définit d'après le dictionnaire Larousse comme la « connaissance personnelle d'un individu

sur ses capacités et ses fonctionnement cognitifs »¹⁷), développé par Flavell¹⁸, est très présent dans le domaine de l'éducation car il permet de se rendre compte que l'acquisition des apprentissages se fait en parallèle d'une bonne maîtrise auto-analytique de nos propres démarches mentales. Contrairement à beaucoup de processus mentaux, celui-ci est conscient. L'élève a pu comprendre ses propres stratégies pour être attentif et s'en approprier des nouvelles. C'est en les modifiant - en fonction des résultats de l'analyse faite en classe - qu'il a pu construire des méthodes de gestion de l'attention plus efficaces.

2.3 L'attention du professeur aux élèves

2.3.1 Point de vue pédagogique

Construire des séances pour clarifier l'attention avec les élèves est utile. Mais c'est avant tout à l'enseignant de donner les moyens à ses élèves d'être attentifs. Voici quelques modalités à prendre en compte dans la conception et la réalisation des séances d'apprentissage.

L'un des principes essentiels pour parvenir à une cohérence entre la séance d'apprentissage et l'apprenant est de donner sens à ce qu'il fait. Il faut définir l'enjeu d'une séquence, clarifier les objectifs d'une séance. Savoir ce que l'on fait et surtout pourquoi on le fait est nécessaire à l'attention. Prenons comme exemple un élève plus âgé, qui doit, dans un cours, prendre des notes. Il saura quoi noter à partir du moment où il sait ce qui est attendu, il doit faire un tri parmi toutes les informations qu'il reçoit pour ne sélectionner, ne noter que celles qui lui seront utiles par la suite. Ici, même si l'élève ne prend pas de notes écrites, il a besoin de connaître l'apprentissage qui se cache derrière un exercice, une activité ou une séance.

Rien ne doit rester dans le flou pour l'apprenant, les consignes doivent être, elles-aussi, claires et il est judicieux de préciser ce à quoi les élèves doivent prêter attention. Lors de la passation des consignes, il est important d'offrir la possibilité à ceux qui ont manqué ce moment, de se rattraper en créant des moyens simples de raccrochage (par exemple écrire les mots clés au tableau ou bien toute ou une partie de la consigne).

Le professeur des écoles peut également jouer sur le lien entre l'attention de l'élève et l'enjeu

17 Source: <http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/m%C3%A9tacognition/50820>

18 John Hurley Flavell est un psychologue américain, spécialiste du développement cognitif de l'enfant.

qu'il se fixe en lui annonçant qu'il va devoir reformuler par la suite la consigne. A ce moment, l'objectif pour le professeur est d'obtenir l'attention de cet élève à un moment clé d'une séance. Pour avoir mené régulièrement ce procédé, j'ai pu me rendre compte de différentes réactions et ensuite affiner ma stratégie. Dans le cas où j'interpelle un élève à voix haute devant toute la classe en lui disant « X, tu vas devoir expliquer ce que je viens de dire après », quelques élèves se reposent sur lui et prêtent beaucoup moins d'attention à ce qui est dit en classe. En revanche, lorsque je ne précise pas qui va devoir reformuler mon propos, les élèves ne vont pas forcément être attentifs à ce que je voudrais, mais se focaliseront plutôt sur les moyens qu'ils ont à disposition pour éviter d'être désignés ou au contraire pour se faire remarquer. A ce jour, j'exploite cette procédure de deux manières : Tout d'abord, grâce à l'habitude de classe mise en place où je fais reformuler systématiquement les élèves et ce, de manière aléatoire (ils sont donc pour la plupart attentifs à ce moment) mais également, lorsque je veux obtenir l'attention d'un élève en particulier, je vais le voir et lui dis, sans que ses camarades entendent, que je vais lui donner la parole ensuite (les autres ne se reposeront donc pas sur lui et continueront d'être attentifs).

Pour susciter l'attention, l'enseignant doit également rendre les élèves actifs, auteurs de leurs apprentissages. Il faut les stimuler, leur proposer des activités riches, surprenantes, faire émerger la motivation, éveiller un certain questionnement avant la mise au travail. En d'autres termes, il faut rendre l'élève curieux face à l'apprentissage.

Une fois venue son attention, il faut la garder. Ceci n'est pourtant pas chose aisée, mais le professeur y participe en majeure partie en faisant varier les modalités pendant ses séances. Il est en effet nécessaire d'alterner entre les phases d'écrit, d'oral, les modes de regroupement (binômes, groupes, individuel, collectif), la durée des activités, les phases d'apprentissage (découverte, structuration, entraînement ...) et les supports pour stimuler horizontalement (sur la durée) et verticalement (pour répondre aux besoins de tous les profils d'élèves).

Autant de diversité peut être utilisée pour aborder différemment des séances ritualisées (séances qui, comme dit plus haut dans ce mémoire, peuvent représenter un cadre sécurisant), et peut permettre plusieurs évolutions au cours de l'année scolaire pour éviter l'ennui des élèves.

Aussi, pendant la réalisation de ses séances, le professeur des écoles doit être lui-même, attentif à ses élèves pour mieux repérer leurs erreurs ou leurs difficultés et, par la suite, s'adapter à leurs niveaux, leur proposer un étayage personnalisé, tenir compte de leurs profils d'apprentissages et pour, bien sûr valoriser leurs réussites et progrès.

Permettre l'attention des élèves de façon pédagogique c'est donc à la fois donner le plus de sens possible à ce que l'on demande de faire à l'élève, être clair dans l'objectif et dans les consignes et rendre les élèves actifs tout au long d'une séance en faisant émerger des questionnements, en les stimulant et en variant la forme et le contenu des séances d'apprentissages.

2.3.2 Attention et bienveillance

L'enseignant fait donc beaucoup pour obtenir l'attention de sa classe. Cet investissement de chaque instant peut lui faire parfois manquer d'indulgence lorsque l'inattention pointe son nez sur un élève. Répondre, en toutes circonstances, de manière adaptée à un comportement inattentif représente souvent, pour ma part, une difficulté. Complexité à laquelle j'essaye - et continuerai d'essayer - de pallier.

Premièrement, aborder le défaut d'attention avec les élèves leur permet, en se connaissant mieux, de le dédramatiser. Et nous l'avons vu précédemment, pendant la séquence « être attentif », quelques élèves se sentaient mal d'avoir pu être/ d'être inattentifs. Être bienveillant avec ses élèves c'est aussi leur apprendre à être bienveillant envers eux-mêmes et envers les autres, c'est d'ailleurs représenté dans le programme d'éducation civique et morale actuellement en vigueur sous la compétence « s'estimer et être capable d'écoute et d'empathie ». Les séquences qui ont été faites en classe, aussi bien sur le sujet lui-même que sur la connaissance de son corps et de ses émotions, ont tenté d'offrir à la classe un climat propice aux apprentissages. Les attentes en terme d'attention ont été clairement définies avec les élèves, ils ont pu prendre du recul face à leurs capacités attentionnelles et des outils ont été placés dans la classe pour remédier en pleine autonomie au manque d'attention (panneau, supports écrits, ...) . En théorie tout cela permettrait à l'élève de remédier à son inattention seul. Dans les faits, il arrive régulièrement qu'un élève ne régule pas son défaut d'attention sur une tâche scolaire comme on le voudrait, et ce même avec ce qui a été mis en place, d'où l'utilité de le dédramatiser.

Deuxièmement, avec la brève expérience acquise pendant cette année en responsabilité, une impression quelque peu négligée dans ce que j'ai pu lire et entendre est ressortie : celle de l'attention à l'élève en tant que personne à part entière. Outre la

différenciation (c'est à dire la prise en compte des différentes capacités de ses élèves et les aménagements associés), énormément présente dans la pédagogie actuelle, il s'agit ici de considérer les émotions de l'élève et la relation humaine qui est présente entre l'enseignant et l'apprenant. Le triangle didactique ne montre pas cet aspect car il aborde seulement le lien pédagogique entre deux métiers (ici le métier de pédagogue et le métier d'élève) et non deux individus. Le jeune élève attribue pourtant plusieurs rôles à l'enseignant, et parmi eux il y a, il est difficile de le nier, un rôle d'ordre affectif. Écouter sa maîtresse, porter son attention sur ce qu'elle veut transmettre ne peut pas se faire, pendant 5 périodes pour des enfants de CE1, sans qu'il y ait une projection affective sur leur enseignante. Le professeur des écoles peut donc aussi puiser dans cette relation pour obtenir un résultat (que cela soit dans le domaine de l'attention ou non). Pour que cette relation reste positive, plusieurs moyens sont à notre disposition et parmi eux celui de considérer l'enfant en tant que personne et non en tant qu'élève. A ce titre, ses sentiments (joie, tristesse, peur, ...), ses besoins naturels d'affection et ses besoins physiques doivent être pris en compte. Il ne s'agit pas seulement de les observer pour répondre pédagogiquement à leurs besoins d'apprenants mais aussi de leur donner parfois des messages personnels (que cela soit par le geste, le regard ou la parole) bienveillants.

Nous avons donc vu dans cette partie quels moyens pédagogiques et humains pouvaient être mis en place pour permettre l'attention des élèves. Si l'on continue à être attentif à l'élève en tant que personne physique et pensante, ce sont les différences qui vont être vues en premier : en effet chaque élève possède un rythme, des réactions propres et un style cognitif personnel. L'élève comme personne ayant un physique, a, comme nous l'avons vu, des besoins qui peuvent nuire à l'attention en classe, mais ce corps peut-il au contraire, être au service de l'attention ?

III. Le corps : un outil de l'attention

3.1 Le corps

Pour être attentif, il faut se centrer sur un objet. Il est plus facile d'y porter attention lorsque nos sens se focalisent dessus. Notre corps, pour permettre à nos yeux de percevoir les informations visuelles, s'oriente en fonction. Est-ce qu'un élève qui ne ferait pas face à l'objet serait inattentif ? Être positionné « correctement » est-il synonyme d'attention ? Non. Nous avons tous déjà suivi un cours, une conversation sans pour autant être rivés, les yeux grands ouverts et le corps face à notre interlocuteur. Pour qu'un apprentissage s'opère, être face à celui qui transmet n'est pas une condition essentielle. Il m'est pourtant compliqué de laisser le regard des élèves se placer ailleurs que ce sur quoi j'estime être important. Certes à certains moments, il est nécessaire de regarder (et/ou toucher pour les non-voyants) pour comprendre, mais la difficulté est de s'interroger et de tirer conclusion aux questions suivantes : Cet élève ne regarde pas, mais a-t-il, maintenant, besoin de voir cela pour comprendre ? Son attention est-elle portée sur autre chose ? Si la première question est plus simple, répondre à la seconde semble parfois impossible. Même en supposant, par la prise d'indices, le professeur n'est pas en mesure de deviner ce qu'il se passe dans la tête de l'élève. En répondant à la négative à la première question, je me permets donc de rappeler l'élève, au risque que celui-ci perde le fil de son raisonnement sur l'objet commun.

Lorsque quelque chose est noté au tableau, on s'attend à ce que l'ensemble des élèves le regarde. Et pour que ce regard s'oriente plus facilement, j'ai placé mes élèves en début d'année tous face au tableau. Cela ne les a pas empêché de regarder ailleurs, ni de se distraire. Mais je me suis rendue compte que certains de mes élèves avaient des besoins différents. C'est ainsi que j'ai commencé à déplacer les tables¹⁹. La position du corps au sein de la classe permet différentes stratégies. Voici celles que j'ai décidé d'adopter : pour l'élève qui a besoin de voir, d'observer l'ambiance de la classe pour comprendre ce qui est demandé, sa place sera orientée pour qu'il puisse avoir une vue d'ensemble sur ses camarades ; pour l'élève qui se dissipe souvent, il ne sera pas au premier rang car il sera d'une part au premier plan des autres élèves et risquerait de ne pas donner « l'exemple » et ne sera d'autre part pas influencé par ses camarades – plus calmes - de devant.

19 Schémas présents en annexe.

Lorsque j'ai de nouveau déplacé les tables en mars, j'ai essayé le placement en îlots. Tous les élèves n'étaient pas positionnés face au tableau même si une constante s'est appliquée : aucun élève ne devait être dos au tableau.

Au cours de l'année scolaire, j'ai ainsi pu essayer trois dispositions différentes et m'apercevoir qu'elles étaient utiles et/ou dérangeantes dans l'attention des élèves. La première disposition des tables, toutes face au tableau et collées entre elles (rangées de trois par trois ou quatre par quatre) a eu un impact positif sur le niveau sonore de la classe mais il m'a semblé que les élèves se laissaient souvent distraire et/ou devenaient passifs. La seconde, où quelques tables ont été tournées vers la classe et non plus face au tableau, où les élèves ont été placés en fonction de leurs besoins, m'a convenue pendant la majeure partie de l'année car les élèves avaient plus de facilité à rejoindre le groupe classe après un défaut d'attention en observant leurs camarades. La dernière, en îlots a été d'un grand bénéfice pour l'attention car elle permettait une implication entre pairs plus importante. De plus, lorsqu'un îlot se montrait distrait, l'influence sur les autres était relativement faible et mon action pour palier à ce manque d'attention était centrée sur ce groupe et non sur la classe entière comme cela aurait pu se faire avec une autre disposition.

Il m'a donc fallu 6 mois pour passer d'une organisation classique aux îlots, parce que j'avais peur de perdre l'attention de mes élèves. Il s'est avéré que l'attention, même si portée sur des objets différents, n'a pas chuté et que les apprentissages n'ont pas été négativement impactés. Dans les années à venir, la disposition en îlots se fera, si besoin, plus tôt dans l'année et d'autres plans de classe seront à essayer pour observer les variations de l'attention des élèves.

La position de l'apprenant dans la classe joue un rôle important dans son attention, il est impératif de l'adapter à chacun car ils n'ont pas les mêmes besoins. La position de l'élève sur sa chaise est également un élément auquel les enseignants prêtent attention. Dans les classes que j'ai pu observer, beaucoup d'entre eux exigeaient une position type de leurs élèves : dos droit contre la chaise, face à la table. De mon point de vue, c'est quelque chose qui permet à l'élève moins de possibilité en terme de motricité mais c'est également un poids supplémentaire, en particulier pour les jeunes élèves. En effet, avant de rentrer à l'école, le jeune enfant perçoit avec ses sens, il est son propre corps. A l'école, il est amené à avoir un corps²⁰. Il y a comme un silence du corps qui est imposé à l'école, une maîtrise est exigée alors qu'ils n'ont pas encore découvert toutes les modalités de cet outil. Adopter une position « type » en classe peut être pour quelques élèves, une contrainte. Après discussion avec une

20 Source : Gagné, Pierre Paul. Etre attentif... une question de gestion !: un répertoire d'outils pour développer la gestion cognitive de l'attention, de la mémoire et de la planification.

ergothérapeute, il semblerait que les chaises généralement proposées à l'école ne sont pas adaptées au corps humain et que la position de l'élève ne sera pas meilleure ou pire en étant assis de telle ou telle façon. En revanche il existe des aménagements de l'assise facilitateurs de l'attention, ou plutôt canalisateurs : en voici deux que j'ai essayé en fin d'année pour deux élèves présentant des troubles de l'attention²¹.

Le premier, connu pour le confort auditif qu'il permet et très répandu dans les classes du cycle 1 revient à mettre des balles de tennis au bout des pieds de chaises des enfants. Un avantage moins connu de cet aménagement est le fait que les élèves peuvent donner des coups de pieds légers dans ces balles pendant qu'ils travaillent. J'ai donc essayé sur un élève qui a tendance à beaucoup s'agiter et faire bouger sa chaise, j'avais pour crainte que les autres élèves soient jaloux de ce nouvel aménagement mais après avoir remarqué et entendu mon explication ils semblaient indifférents. Pour l'élève qui a bénéficié de ces balles de tennis, je l'ai observé à plusieurs reprises, tapoter dessus pendant son travail. Bien que la différence ne soit pas flagrante dans sa mobilité, le bruit qu'il pouvait émettre en choisissant ce moyen d'« évacuation » était moins dérangeant pour ses camarades.

Le second, est une corde élastique placée entre les deux pieds avant de la chaise pour permettre à l'élève de bouger ses pieds dans le même esprit d'« évacuation » de l'envie de remuer et anticiper le défaut d'attention dû à ce besoin. Pour l'élève qui a bénéficié de cet aménagement, la différence m'a semblé plus notable et je le voyais régulièrement appliqué sur son travail tout en poussant du pied cet élastique. En revanche il lui est arrivé plusieurs fois de bloquer sa chaussure dans l'élastique et de se focaliser sur une partie relevant plus du bricolage que du travail demandé à ce moment précis.

Capoter l'attention des élèves en passant par leur corps, aux sensations qu'il leur apporte peut aussi être un moyen pour le professeur de recentrer l'élève. Parfois il suffit juste de « déranger » l'élève par sa présence en entrant dans sa kinésphère²², en s'approchant, en s'asseyant à côté ou sur sa table par exemple. Il est aussi possible, à d'autres moments, de le sortir de ses rêveries - d'une attention portée sur un objet différent - en le touchant.

La position de l'élève sur sa chaise et dans la classe joue donc un rôle presque nécessaire à l'attention. On ne pourra pas reprocher à un élève d'être inattentif si on le place sur une chaise trop haute par rapport à sa table, dos au tableau et face à une fenêtre par

21 Voir annexe.

22 Concept de Rudolf Laban, définit comme l'espace désignant une sphère imaginaire qui s'étend autour d'une personne, jusqu'à l'extrémité de ses doigts et pieds tendus dans toutes les directions.

exemple. Cet exemple peut paraître extrême mais quelques-uns de ces aménagements sont parfois présents dans les classes. Quelques jours après la rentrée j'ai moi-même été confrontée aux soucis d'espace nécessaire pour que tous les élèves puissent placer leurs jambes sous leurs tables et à celui de chaises qui grincent à outrance.

Le corps peut être également un moyen d'apprentissage, certains élèves ont des profils cognitifs à majorité dite kinesthésique. C'est-à-dire qu'ils ont davantage besoin d'expérimenter, leurs apprentissages se font plus dans le concret. Si ce n'est pas toujours possible, on peut pourtant émettre des liens avec des exemples de la vie courante. Pour les apprentissages beaucoup plus abstraits comme l'orthographe, la conjugaison ou la grammaire il est d'abord intéressant de se questionner sur l'utilité dans la vie courante, de ces apprentissages.

Nous avons beaucoup abordé le corps de l'élève, son placement, pourtant pour faciliter l'attention de nos élèves nous jouons aussi énormément avec notre propre position dans la classe. Ce corps-outil, lorsqu'il se tient d'une certaine façon, peut faire réagir les élèves. Les positions que nous adoptons sont connues de nos apprenants et certaines deviennent même ritualisées (quand la maîtresse s'assoie là c'est que l'on va passer à telle activité/ qu'il faut faire ça/ qu'elle attend quelque chose), ce qui nous permet, sans parole, de guider l'élève qui n'aurait pas été attentif. Passer dans les rangs, regarder un élève peut l'aider à se recentrer.

3.2 L'auditif

Si l'attitude corporelle peut favoriser l'attention et la compréhension du message que nous voulons transmettre, elle peut aussi la gêner, c'est pourquoi il est parfois utile de passer par l'ouïe des élèves. Notre voix, peut être modulée, l'enseignant peut passer du chuchotement au cri, varier l'intensité et le débit pour apporter une plus grande valeur à ce qu'il dit. En faisant des pauses, en changeant notre intonation nous pouvons créer l'attention de nos élèves. Ce genre de modulations doivent être faites, dans un contexte de gestion de classe, avec parcimonie pour ne pas les rendre habituelles et qu'elles n'aient plus aucun impact.

Grâce aux bruits que son corps peut faire, le professeur des écoles peut aussi attirer l'attention auditive en claquant des doigts, frappant des mains, tapant sur le tableau ou sur une table. En revanche, un environnement trop riche en stimuli auditifs peut porter préjudice à l'attention.

Si mon voisin fait trop de bruit je ne peux pas pleinement me concentrer sur ma tâche. C'était aussi pour remédier à cela que j'ai voulu une ambiance calme dans la classe. Dans le cas de nuisance sonore ou de besoin personnel, mes élèves savent qu'ils ont le droit de demander à changer provisoirement de place, de s'éloigner des sources de bruit, de demander à leurs camarades de respecter leur travail en faisant moins de bruit. A raison d'une ou deux fois par semaine, un élève se manifeste pour réclamer le silence. Dans les faits, celui-ci ne le réclame pas toujours avec toute la bienséance qu'il faudrait mais cela remet souvent les élèves en question.

L'audition en plus d'être un support de l'attention peut également être vue comme un moyen d'apprentissage.

Nous avons parlé plus haut des élèves ayant un profil plutôt kinesthésique, il existe plus majoritairement des élèves à profil auditif. Ces élèves là ont besoin d'entendre, que beaucoup de choses soient oralisées. De plus l'audition est un sens qui se travaille. C'est en cela que j'ai décidé de favoriser cette attention particulière de mes élèves en faisant quelques entraînements de discrimination auditive. La discrimination auditive permet d'être sensible à ce qu'ils entendent, ce qui m'intéresse ici c'est de rendre les élèves plus attentifs aux erreurs orales. Grâce à de petits jeux, durant en moyenne 5 minutes, il m'est arrivé de lire des textes que j'avais écrit, de parler en faisant volontairement des fautes de syntaxe, d'intonation, de conjugaison et de vocabulaire pour que mes élèves me corrigent. Ces exercices peuvent aussi servir d'aide pour les élèves qui ont des difficultés en lecture et en écriture (phonèmes, segmentation des mots...). Pour les prochaines années, du CE1 au CM2, un travail autour du livre « La belle lisse poire de Motordu » de PEF pourrait être judicieuse. Une séquence sur le théâtre faite en classe contenait également un exercice de discrimination auditive, il s'agissait, de deviner le sentiment exprimé par un camarade lorsqu'il parlait derrière un meuble (en étant caché). Une autre activité, mise en place au moment du temps calme à plusieurs reprises, a permis de s'entraîner de manière plus fine tout en ayant pour double fonction la relaxation des élèves. Il s'agit de l'ASMR²³, c'est-à-dire les réponses provoquées par les stimuli sensoriels. Cette technique de relaxation nouvellement répandue, propose des écoutes de bruits tirés du quotidien et répétés. Plus concrètement ce sont des sons comme des frottements entre deux objets, d'une main avec des objets, des bruits de pages déchirées, de feu qui crépite, d'objets qui sont grattés... Pendant ces brefs temps d'écoute de la part des élèves (environ 2 minutes), ils devaient concentrer leur attention – ou non – sur le bruit qu'ils entendaient pour deviner sa

23 Autonomous sensoring meridian response.

provenance. Pour les élèves qui n'étaient pas dans l'optique de trouver un sens au bruit, je les voyais simplement fermer les yeux et se laisser bercer par la répétition du bruit.

3.3 Le visuel

Avec l'ouïe, la vue est le sens le plus utilisé pour obtenir ou vérifier l'attention de quelqu'un. Souvent le professeur des écoles rappelle l'élève du regard. Mais être attentif avec ses yeux, c'est en réalité savoir regarder. A l'école, pour apprendre, il faut déjà apprendre à voir, à analyser les différents éléments présents dans classe : le tableau, les affiches, les supports... C'est à ce titre que l'enseignant doit veiller à ce que ses élèves aient une bonne lecture visuelle par des analyses de ces différents éléments mais également par des exercices de discrimination visuelle. Ces derniers ont été testés dans ma classe de deux manières : dans un premier temps par des exercices de lecture de formules magiques et dans un deuxième temps par des exercices écrits de mots-mêlés. Avec de l'entraînement, j'ai vu les performances de mes élèves augmenter rapidement.

Le professeur dispose également d'outils visuels dans la salle pour capter l'attention de ses élèves comme la lumière. Dans ma classe c'est ce que j'utilise le plus souvent pour faire réagir l'ensemble des élèves, en l'allumant ou l'éteignant, ils savent qu'il se passe quelque chose et leurs regards se tournent presque naturellement vers la source : le tableau quand il s'agit de la lumière du tableau ou moi quand il s'agit de la lumière de la salle.

Nous avons évoqué les profils kinesthésiques et auditifs, qui à eux deux représentent la moitié de la population. Les personnes à profils majoritairement visuel représentent donc à elles seules la moitié restante²⁴. Les élèves à profil visuel utilisent davantage les images, le tableau, les schémas... Pour les aider à mieux mémoriser, il est nécessaire que tout cela reste le plus clair possible. Le principal élément de la classe que l'élève regarde c'est le tableau, il est donc important de soigner son utilisation, de rendre son contenu le plus clair possible. Souligner un élément du tableau ou bien l'écrire d'une couleur différente va amener l'élève à y porter son attention. Les documents et affiches qui sont donnés ou mis à la vue des élèves doivent également faire d'une part l'objet d'une lecture collective et d'autre part être construits de façon à ce que l'élève porte son attention sur ce que l'on souhaite. Pour m'assurer de la bonne lecture des documents que je fournirai au cours de l'année scolaire, une séance a été faite en

²⁴ Environ 50 % de visuels, 35 % d'auditifs et 15 % de kinesthésiques, moyenne faite d'après les études de SEBORA J., MICHEL J.F. et BECHU D..

début de période 1. Plus tard j'ai néanmoins pu observer mes élèves face à certains manuels ou exercices pré-existants, j'ai constaté qu'il arrivait parfois que ceux-ci n'aient pas été pensés pour guider ou attirer leur attention. Ainsi, pour ne pas biaiser leur attention visuelle, il est important de proposer des supports qui ont une présentation pertinente : pas d'illustration sans rapport, sans mise en valeur abusive à l'aide d'une police de couleur différente ou en gras.

Nos sens peuvent ainsi servir l'attention comme y nuire. L'élève apprend à être attentif, il apprend à avoir un corps, à entendre et à voir. En plus de ces apprentissages qu'il aide à construire, le professeur des écoles facilite au mieux l'attention de ses élèves à l'aide des trois outils correspondants: le corps, l'ouïe et la vue. Il doit penser le placement du corps des élèves dans la classe et sur leurs chaises, s'en servir pour élaborer des stratégies ou des aménagements qui amènent à la réaction ou à la canalisation et concevoir des séances avec des supports clairs qui correspondent aux trois grands profils cognitifs (visuels, auditifs et kinesthésiques).

CONCLUSION

Afin d'améliorer ma pratique, ce mémoire avait pour objet de découvrir et comprendre le défaut d'attention en milieu scolaire pour y répondre de manière adaptée. Les trois grands axes envisagés ont permis de mettre en avant quelques pistes pour favoriser l'attention des élèves.

Il s'agit tout d'abord de s'intéresser à l'organisation journalière et hebdomadaire du temps scolaire, qui doit être établie dans le respect des rythmes de chacun. Il a en effet été montré que les rythmes biologiques avaient une influence sur les capacités d'attention, sur la mémorisation et par conséquent sur les apprentissages. La conception de l'emploi du temps doit donc être pensée avec le souci de correspondre aux capacités attentionnelles de chacun.

Ensuite, il a été remarqué que des séquences pouvaient être mises en place pour informer l'élève sur l'attention et lui donner la possibilité de découvrir ses propres moyens pour y parvenir.

De plus, les performances en ce qui concerne l'attention auditive et visuelle peuvent être augmentées en étant travaillées au quotidien puisque c'est en partie grâce à elles que les apprentissages s'opèrent. Enseigner, ce n'est pas seulement transmettre mais c'est aussi apprendre à apprendre, apprendre à percevoir, c'est aider au développement des sens.

Pour permettre à ses élèves d'être attentifs, les séances doivent être construites dans l'optique de rendre les élèves actifs, en variant les modalités des séances, en veillant au sens et à la clarté des activités proposées.

Dans une dernière partie, le corps de l'élève a été envisagé comme un outil de l'attention grâce à son placement dans la salle de classe et sur sa chaise mais aussi grâce aux sens qui y sont associés (le toucher, l'ouïe et la vue).

Cette première approche professionnelle m'a permis de répondre plus efficacement à une problématique qui reviendra régulièrement dans mes années d'enseignement à venir. Par cette entrée, j'ai pu satisfaire en grande partie ce que je désirais en arrivant dans cette classe de CE1 : un climat bienveillant où la culpabilité due au défaut d'attention ne découle pas sur un sentiment négatif mais sur une envie d'y remédier.

Bibliographie

René, Clarisse, Nadine Le Floc'h, François Testu, « Approche différentielle des rythmicités journalières de l'attention de l'enfant de 4 à 11 ans », Presses Universitaires de France, 2005, (15 p.).

Boujon, Christophe, *Attention et réussite scolaire*. Paris, Dunod, 1997, (150 p.)

Clarisse, René, « Rythmes et performances : approche chronopsychologique », *inserm*, Date de parution (si elle est indiquée sur la page), en ligne : <http://www.ipubli.inserm.fr/bitstream/handle/10608/178/?sequence=9> (consulté le : 27/03/18).

Léger, Laure, *L'attention*. Paris, Dunod, 2016, (110 p.).

Leconte-Lambert, Claire. « Fonctionnement attentionnel et chronopsychologie : quelques données actuelles chez l'enfant de maternelle et primaire » . In: *Enfance*, n°4, 1994. (p. 408-414)

Dessus, Philippe, « Atelier – Attention des élèves et chronopsychologie », *upmf-grenoble*, en ligne : http://webcom.upmf-grenoble.fr/sciedu/pdessus/sapea/atelier_attention.html#attention consulté le : 03/04/18).

L'attention des élèves. Amiens : Mission académique à la formation des personnels de l'Éducation nationale : Centre régional de documentation pédagogique de l'Académie d'Amiens, 1998. (120 p.).

Gagné, Pierre Paul, *Etre attentif... une question de gestion !: un répertoire d'outils pour développer la gestion cognitive de l'attention, de la mémoire et de la planification*, Montréal, Pirouette, 2001, (p. 174).

ANNEXE

page 13 → séquence « mes émotions »

Éducation morale et civique | Mes émotions

Compétence(s):

- Identifier et exprimer en les régulant ses émotions et ses sentiments.
- Différencier son intérêt particulier de l'intérêt général.

Objectifs:

Séance 1	- Découvrir un film traitant des émotions	- Remarquer les émotions représentées dans le film.
Séance 2	- Se questionner sur les émotions représentées dans le film - Se questionner sur ses propres émotions.	- Imaginer des solutions pour réguler ses propres émotions.
Séance 3	- Reconnaître et imiter les attitudes relatives aux émotions.	- Trouver des solutions à des situations de la vie courante.
Séance 4	- Proposer des solutions pour la classe.	

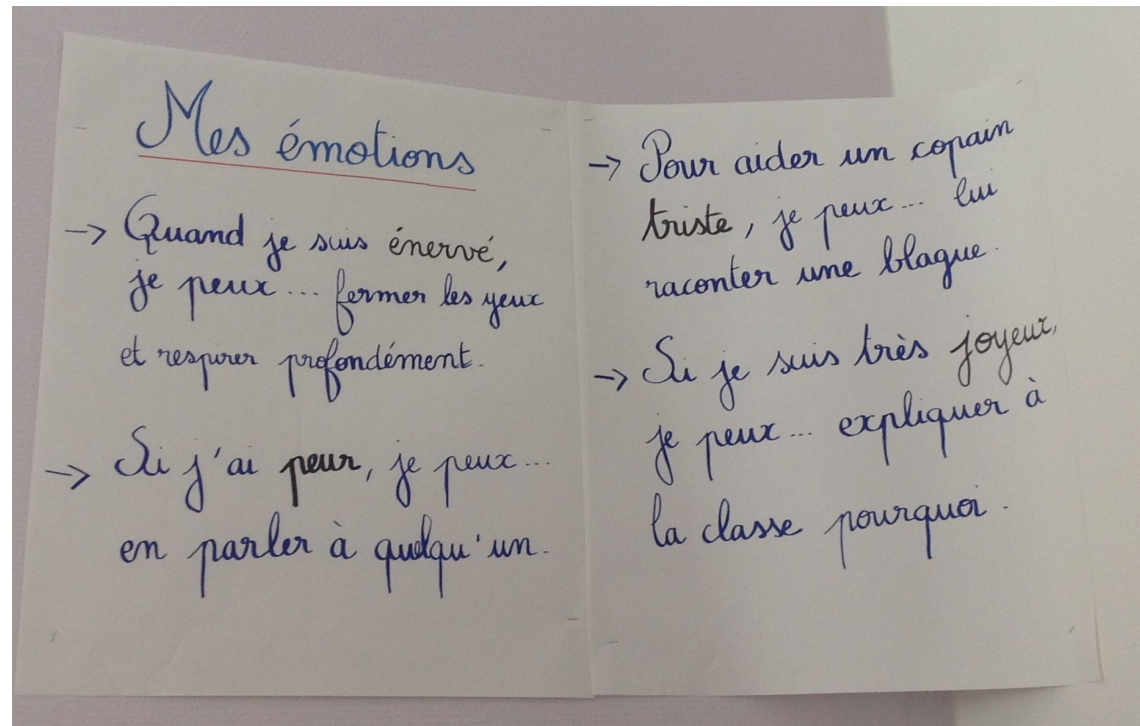
Niveau : CE1		Séquence : Mes émotions		Effectif : 26 élèves	Année : 2017 / 2018
Séance n°1 : découverte		Durée : 1h 50 minutes		Objectif(s) : – Découvrir un film traitant des émotions. - Remarquer les émotions représentées dans le film.	
Déroulement	Durée	Organisation	Consignes / Tâches		Matériel
<u>Etape 1 :</u> → Placer les élèves	2 min	Collectif Oral	→ placer les élèves pour qu'aucun de soit gêné au niveau de la vision et de l'écoute.		- 27 chaises
<u>Etape 2 :</u> → Présenter le film et l'attitude attendue	5 min		1. Présenter l'activité : nous allons regarder un film « Vice-versa », je sais que certains le connaissent déjà mais il va falloir faire attention aux personnages qui représentent les émotions. Observez leurs réactions, leurs attitudes. 2. Donner les consignes de comportement pendant le film (si envie d'aller aux toilettes lever le doigt, ne pas faire de bruit ni embêter ses camarades)		
<u>Etape 3 :</u> → Visionnage	1h35				- DVD vice-versa - écran + lecteur DVD - enceintes
<u>Etape 4 :</u> → Retour sur le film	10 min		→ Noter sur une affiche avec les élèves, le nom des personnages et leurs caractéristiques (couleur, comportement, réactions).		- 1 affiche vierge - 2 feutres de couleurs différentes

Séance n°2 : questionnement et appropriation		Durée : 40 minutes		Objectif(s) : - Se questionner sur les émotions représentées dans le film. - Se questionner sur ses propres émotions. - Imaginer des solutions pour réguler ses propres émotions.	
Déroulement	Durée	Organisation	Consignes / Tâches		Matériel
<u>Etape 1 :</u> → Retour sur le film visionné et le travail effectué dans la séance précédente	5 min	Collectif Oral	→ sortir l'affiche réalisée en séance 1 et faire un retour sur les émotions présentes dans le film et leurs caractéristiques		- affiche de la séance 1
<u>Etape 2 :</u> → Transfert du sujet à la vie quotidienne des élèves	8 min	Individuel Oral	→ Faire un lien entre les émotions que peuvent ressentir les élèves et celles représentées dans le film. → Présenter l'activité : <i>Comment agir face à certaines émotions à l'école/ en classe ?</i> L'écrire au tableau.		- tableau
<u>Etape 4 :</u> → Proposer des solutions au groupe-classe	3 min	Individuel	Faire réfléchir les élèves de manière individuelle.		- cahiers de brouillon
	10 min	Par groupe	→ Consigne : <i>par groupe vous allez réfléchir à des solutions à mettre en place à l'école/ dans la classe pour éviter certains débordements liés à nos émotions.</i> → sortir stylos et cahiers de brouillon si ils veulent noter leur idée. Composer des groupes de (4 groupes de 4 élèves + 2 groupes de 5)		
	10 min	Collectif	Mise en commun, noter les idées au tableau et commenter avec l'ensemble de la classe. Critères : c'est adaptable à la classe, c'est en rapport avec la gestion des émotions.		

Séance n°3 : saynètes		Durée : 45 minutes		Objectif(s) : - reconnaître et imiter les attitudes relatives aux émotions. - Trouver des solutions à des situations de la vie courante.	
Déroulement	Durée	Organisation	Consignes / Tâches		Matériel
<u>Etape 1 :</u> → Retour sur la séance précédente	2 min	Collectif Oral	<i>Qu'a-t-on vu la dernière fois à propos des émotions ?</i> → On a vu comment on pouvait réagir quand on avait certaines émotions.		
<u>Etape 2 :</u> → Présentation de l'activité	3 min		Expliquer qu'ils vont être par groupe, qu'ils vont piocher une situation en rapport avec les émotions, et que c'est à eux de mettre en scène la situation et d'y trouver une solution.		
<u>Etape 3 :</u> → Préparation	5 min 10 min		En groupe	Décider des critères de réussite + piocher une situation par groupe. Entraînement par groupes	
<u>Etape 4 :</u> → Présentation	20 min	Collectif Oral	→ retour sur chaque saynète, questionnement à partir des critères décidés au préalable.		
<u>Etape 5 :</u> → Retour	3 min		ajouter des choses sur l'affiche + de caractéristiques auxquelles on n'avait pas pensé		

Séance n°4 : Création d'outils pour la classe		Durée : 35 minutes		Objectif(s) : - Proposer des solutions pour la classe.	
Déroulement	Durée	Organisation	Consignes / Tâches		Matériel
<u>Etape 1 :</u> → présentation de l'activité	3 min	Collectif Oral	<i>Nous allons réfléchir ensemble aujourd'hui à ce qu'on pourrait mettre en place dans la classe pour nous aider à gérer nos émotions pendant le temps à l'école.</i> → Faire reformuler : garder l'idée qu'il faut proposer des idées pour gérer ses émotions dans la classe. Rappeler les émotions qu'on a vues (joie, tristesse, colère, peur etc)		
<u>Etape 2 :</u> → Proposition de solutions pour la classe	6 min	Individuel Écrit	→ Réfléchir seul et noter ses idées sur son cahier de brouillon		- cahiers de brouillon
	15 min	Par groupe	→ Former les groupes (de 3- 4) → expliquer que chacun doit dire ses idées et qu'ils doivent se mettre d'accord sur une. → Passer dans les groupes → Les élèves notent leurs idées sur leurs cahiers de brouillon		
<u>Etape 3 :</u> → Mise en commun	12 min	Collectif Oral	→ Mise en commun des idées des groupes → Création de l'affiche → décider du lieu de l'affiche, de son utilisation		- deux ou trois affiches - marqueurs de plusieurs couleurs

Affiche de la séance 4 :



Séquence « être attentif à mon corps »

Éducation morale et civique/ Questionner le monde:
être attentif à mon corps

Compétence(s):

- Prendre soin de soi.
- S'engager et assumer des responsabilités dans l'école et dans l'établissement.
- Reconnaître certaines fonctions du vivant.

Objectifs:

Séances 1 et 3 : relaxation - être attentif à son corps : la respiration

- être attentif à soi : les pensées

Séances 2 et 4 - être attentif à son corps : la respiration

- être attentif à soi : les pensées

Séance 5 - comprendre son corps pour anticiper ses réactions

- reconnaître les signaux de son corps et y répondre de manière adaptée.

Niveau : CE1		Séquence : être attentif à mon corps		Effectif : 26 élèves	Année : 2017 / 2018
Séance n°1 : Relaxation		Durée : 20 minutes		Objectif(s) : – être attentif à son corps : la respiration	
Déroulement	Durée	Organisation	Consignes / Tâches	Matériel	
<u>Etape 1 :</u> → Présenter l'activité	5 min	Collectif	→ expliquer que le temps calme va se faire dans le préau et que j'attends d'eux qu'ils écoutent attentivement le support audio. Lorsque ça sera terminé, ne pas se lever tout de suite et attendre mon signal. → Placer les élèves : position de leur choix mais confortable, espacés les uns des autres, ils peuvent garder leurs manteaux s'ils ont froid.	- Préau	
<u>Etape 2 :</u> → Passer le support audio	7 min		→ aller voir individuellement les élèves qui s'agitent.		
<u>Etape 3 :</u> → Remontée en classe	5 min		→ Laisser les élèves au sol et aller les voir au fur et à mesure pour qu'ils se lèvent dans le silence et aillent se ranger. → Quand tout le monde est levé, remonter en classe dans le silence et le calme.		

Séance n°2		Durée : 30 minutes		Objectif(s) : - être attentif à son corps : la respiration	
Déroulement	Durée	Organisation	Consignes / Tâches	Matériel	
<u>Etape 1 :</u> → Retour sur la séance 1	5 min	Collectif Oral	→ Revenir sur le temps calme de la fois précédente, se rappeler ensemble de ce qui a été fait. (quelle position, à quoi il fallait faire attention, ce que vous avez remarqué, l'effet produit) → Garder une trace écrite.		
<u>Etape 2 :</u> → Se questionner	7 min		→ Questionner les élèves : - <i>Qu'avez-vous remarqué pendant les exercices de respiration ?</i> - <i>Pourquoi j'ai fait le choix de cette activité ?</i> - <i>Quand le refaire et pourquoi ?</i>		
<u>Etape 3 :</u> → Trouver et partager ses idées	2 min		→ On a remarqué que ça pouvait servir à se détendre/ se calmer. <i>Comment adapter ça à la classe ? Qu'est-ce qu'on peut faire seul ou à plusieurs en utilisant cet exercice de respiration ?</i>		
	8 min	Individuel Écrit	1. Faire deux colonnes au tableau : seul / à plusieurs 2. Demander aux élèves de sortir leur cahier de brouillon, de former les deux colonnes et de trouver au moins une idée par colonne. 3. Leur laisser environ 8 minutes.	- cahiers de brouillon	
	8 min	Individuel Oral	Mise en commun : → Demander aux élèves d'exprimer leurs idées. Les noter dans le tableau. Pour celles qui se ressemblent mettre un bâton à côté de l'idée. → Se questionner sur l'effet que cela va produire sur notre corps.	- tableau	
<u>Etape 4 :</u> → Conclusion	2 min	Collectif Oral	→ Demander aux élèves : quand on peut le faire, pourquoi, comment.		

Séance n°3 : relaxation		Durée : 20 minutes		Objectif(s) : - être attentif à soi : les pensées	
Déroulement	Durée	Organisation	Consignes / Tâches		Matériel
<u>Etape 1 :</u> → Présenter l'activité	5 min	Collectif	→ expliquer que le temps calme va se faire dans le préau et que j'attends d'eux qu'ils écoutent attentivement le support audio. Lorsque ça sera terminé, ne pas se lever tout de suite et attendre mon signal. → Placer les élèves : position de leur choix mais confortable, espacés les uns des autres, ils peuvent garder leurs manteaux s'ils ont froid.		- Préau
<u>Etape 2 :</u> → Passer le support audio	7 min		→ aller voir individuellement les élèves qui s'agitent.		- Support audio sur clé USB/ sur CD - Lecteur USB/CD
<u>Etape 3 :</u> → Remontée en classe	5 min		→ Laisser les élèves au sol et aller les voir au fur et à mesure pour qu'ils se lèvent dans le silence et aillent se ranger. → Quand tout le monde est levé, remonter en classe dans le silence et le calme.		

Séance n°4		Durée : 15 minutes		Objectif(s) : - être attentif à soi : les pensées	
Déroulement	Durée	Organisation	Consignes / Tâches	Matériel	
<u>Etape 1 :</u> → Retour sur la séance 3	5 min		→ Revenir sur le temps calme de la fois précédente, se rappeler ensemble de ce qui a été fait. (quelle position, à quoi il fallait faire attention, ce que vous avez remarqué, l'effet produit) → Garder une trace écrite.		
<u>Etape 2 :</u> → Se questionner	8 min		→ Questionner les élèves : - <i>Qu'avez-vous remarqué pendant ces exercices ?</i> - <i>Pourquoi j'ai fait le choix de cette activité ?</i> - <i>Quand, comment le refaire et pourquoi ?</i>		

Séance n°5		Durée : 25 minutes		Objectif(s) : - Comprendre son corps pour anticiper ses réactions. - Reconnaître les signaux de son corps et y répondre de manière adaptée.	
Déroulement	Durée	Organisation	Consignes / Tâches		Matériel
<u>Etape 1 :</u> → Problème	2 min	Collectif	<i>J'ai remarqué qu'il y avait beaucoup trop d'élèves qui avaient envie d'aller aux toilettes en classe.</i> <i>Qu'est-ce qu'on pourrait faire pour ne plus avoir ce problème ?</i> → Vous allez réfléchir seuls puis par groupe vous allez vous mettre d'accord sur une solution pour la classe.		- tableau
<u>Etape 2 :</u> → Élaborer une solution pour la classe	4 min	Individuel	Laisser les élèves réfléchir seuls		
	8 min	En groupe	→ Former des groupes, faire sortir les cahiers de brouillon. → Rappeler que tous les membres du groupes doivent exprimer leur idée mais qu'il faut n'en choisir qu'une.		
<u>Etape 3 :</u> → Présentation des solutions	8 min	Collectif	Les groupes présentent leur idées, les élèves disent pourquoi c'est possible/ impossible à faire en classe.		
<u>Etape 4 :</u> → Bilan	2 min		→ expliquer que parfois ça arrive d'oublier aux toilettes pendant la récréation/ d'avoir encore envie. → Demander quels élèves veulent s'engager à faire attention à cette gestion, noter leurs noms pour officialiser.		

Séquence « être attentif »

Éducation morale et civique : être attentif

Compétence(s):

- identifier et exprimer en les régulant ses émotions et ses sentiments.
- s'estimer et être capable d'écoute et d'empathie.
- comprendre les raisons de l'obéissance aux règles et à la loi dans une société démocratique.

Objectifs:

Séance 1	- Savoir identifier les comportements qui relèvent de l'attention	- Savoir identifier les comportements qui relèvent de l'inattention
Séance 2	- Développer des stratégies pour être attentif	
Séance 3	- Comprendre les enjeux de l'attention dans la vie courante	- Comprendre les enjeux de l'attention dans un contexte de classe
Séance 4	- Avoir un avis critique par rapport aux attitudes dites attentives	
Séance 5	- Proposer une aide pour la classe	

Niveau : CE1		Séquence : être attentif		Effectif : 26 élèves	Année : 2017 / 2018
Séance n°1 : C'est quoi l'attention ?		Durée : 30 minutes		Objectif(s) : – Savoir identifier les comportements qui relèvent de l'attention. – Savoir identifier les comportements qui relèvent de l'inattention.	
Déroulement	Durée	Organisation	Consignes / Tâches	Matériel	
<u>Etape 1 :</u> → Présentation de la séquence	2 min	Collectif Oral	→ <i>Nous allons parler pendant plusieurs séances de l'attention, nous allons nous questionner sur ce que c'est et plus tard nous allons voir ensemble comment on pourrait faire pour développer notre attention.</i>		
<u>Etape 2 :</u> → Questionnement	10 min		→ <i>Qu'est-ce que c'est que l'attention ?</i> (Noter au tableau « L'attention, c'est quoi ? ») Noter les idées des élèves au tableau (les prendre en photo pour la séance 4) <i>Comment on est lorsqu'on est inattentif ?</i>	- tableau	
<u>Etape 3 :</u> → Mise en situation	12 min		Petit jeu : Une situation est posée (un élève dans une classe), les élèves réfléchissent individuellement à la manière dont il faudrait se comporter pour être attentif dans cette situation. Puis mise en commun avec un/deux élève(s) au tableau pour jouer un rôle. Situations : - C'est le matin, je suis fatigué, il faut faire un exercice de français mais je ne me souviens plus de la consigne. - Avec mon camarade de classe, nous nous amusons à faire des tours de stylos pendant que le reste de la classe travaille dans le silence. - Mon camarade fait plein de bruit pendant que la maîtresse parle, je n'entends rien. Consigne : <i>Nous allons faire un petit jeu : Je vais vous donner une situation de classe, vous allez devoir réfléchir seul puis me dire comment dans cette situation il faut être pour être attentif. Donner un exemple.</i>	- deux chaises au tableau	
<u>Etape 4 :</u> → Bilan	2 min		Qu'avons-nous vu aujourd'hui ? → On a vu comment on pouvait être quand on est attentif et quand on n'est pas attentif.		

Séance n°2 : petits jeux d'attention (demi-groupe)		Durée : 35 minutes		Objectif(s) : - Développer des stratégies pour être attentif.	
Déroulement	Durée	Organisation	Consignes / Tâches		Matériel
<u>Etape 1 :</u> → Retour sur la séance précédente et présentation de l'activité	2 min	Collectif Oral	→ La dernière fois nous avons parlé de l'attention, de comment on est quand on est attentif ou pas attentif. Aujourd'hui nous allons faire des petits jeux où il faudra être très attentif. Ensuite vous allez expliquer à la classe comment vous avez fait pour réussir.		
<u>Etape 2 :</u> → Présentation des îlots	25 min	Par groupes	Expliquer les règles de chaque îlot, montrer la feuille où il y a les consignes s'ils ont un doute. Îlot1 : 8 objets sont sur la table, un est enlevé, lequel ? îlot 2 : les boîtes mystères → il faut deviner quel objet se cache dans une boîte sans l'ouvrir. Îlot 3 : les lettres de l'alphabet → par binôme l'élève dessine les lettres de l'alphabet sur le dos de son camarade, qui doit deviner de quelle lettre il s'agit. Peut se prolonger avec des mots. Îlot 4 : le jeu du miroir → par binôme îlot 5 : une histoire est lue deux fois, les élèves doivent la dessiner Former les groupes, les faire tourner toutes les 4 minutes.		- 8 objets - 3 boîtes mystères - un petit texte pour l'histoire
<u>Etape 3 :</u> → Retour sur les stratégies	7 min	Collectif Oral	Reprendre îlot par îlot, demander aux élèves comment ils ont fait pour réussir ces jeux, quelles ont été leurs difficultés et pourquoi ils ont eu ces difficultés. → garder une trace écrite pour chaque jeu (sur une affiche) → venir au fait que pour réussir il faut se servir de ses sens (regarder, entendre, toucher) et rester concentré.		- affiche - marqueurs de couleurs différentes

Séance n°3 : à quoi ça sert d'être attentif ?		Durée : 25 minutes		Objectif(s) : - Comprendre les enjeux de l'attention dans la vie courante. - Comprendre les enjeux de l'attention dans un contexte de classe.	
Déroulement	Durée	Organisation	Consignes / Tâches		Matériel
<u>Etape 1 :</u> → Retour sur les séances précédentes	3 min	Collectif Oral	<i>Qu'avons-nous vu sur l'attention ?</i> → on a vu comment on était quand on était attentif ou pas attentif et que pour être réussir les activités de la dernière fois il fallait regarder, écouter et toucher en restant concentré.		
<u>Etape 2 :</u> → L'attention dans la vie courante et dans la classe	12 min		<i>Est-ce qu'il faut être attentif qu'en classe ?</i> → Non, tout le temps, il faut faire attention aux autres, quand on traverse, à ne pas tomber, etc... <i>Alors du coup à quoi ça sert l'attention ?</i> → ça peut nous protéger, nous renseigner. <i>Pourquoi on dit qu'il faut être attentif en classe ?</i> → parce qu'après on est perdu, on ne sait plus ce qu'il faut faire/ parce que on peut distraire les autres alors qu'ils n'ont pas envie. Donc il faut être attentif pour nous et pour les autres. Noter au tableau.		- tableau
<u>Etape 3 :</u> → Construction d'une affiche	10 min		Avec l'aide des élèves, le PE construit l'affiche qui résume ce qui vient d'être dit. (il faut être attentif partout + exemple ; être attentif peut nous protéger + exemple ; nous renseigner + exemple ; il faut être attentif en classe pour nous+ exemple ; pour les autres + exemple)		- Affiche - marqueurs de différentes couleurs

Affiche séance 3 :

Je suis attentif ---

Où? Partout!

Pourquoi? Pour me protéger et me renseigner.

→ Pourquoi il faut être attentif en classe? Pour ne pas perdre le fil ni ne déranger la classe.

Séance n°4 : idées reçues		Durée : 25 minutes		Objectif(s) : – Avoir un avis critique par rapport aux attitudes dites attentives.	
Déroulement	Durée	Organisation	Consignes / Tâches		Matériel
<u>Etape 1 :</u> → Retour sur les séances précédentes	3 min	Collectif Oral	<i>Qu'avons-nous vu sur l'attention ?</i> → on a vu comment on était quand on était attentif ou pas attentif et que pour être réussir les activités de la dernière fois il fallait regarder, écouter et toucher en restant concentré. On a aussi vu qu'on était attentif partout et que ça pouvait nous protéger, nous aider. Si on est pas attentif en classe c'est embêtant pour nous et pour les autres. (sortir les traces écrites des séances précédentes)		- affiches/ trace des séances d'avant
<u>Etape 2 :</u> → Présentation de l'activité	5 min		<i>La première fois qu'on avait parlé de l'attention vous m'aviez dit plein de choses intéressantes à propos de la question « comment être attentif », je les ai tapées à l'ordinateur et j'ai ajouté des idées d'autres enfants.</i> → distribuer, laisser un temps pour qu'ils lisent seuls puis lecture d'un ou deux élèves à voix haute.		- feuilles x27
<u>Etape 3 :</u> → Activité	10 min	Individuel Écrit	<i>Est-ce que vous êtes tous d'accord avec ce qui est écrit ? Tout ça, ça peut nous servir à être attentif ?</i> → Consigne : colorier en vert ce qui nous sert à être attentif et en rouge ce qui ne nous aide pas à être attentif. Remédiation : si tout le monde est d'accord, proposer de faire des saynètes pour vérifier.		
<u>Etape 4 :</u> → Correction + Bilan	7 min	Collectif Oral	1. corriger, demander aux élèves de se justifier, nuancer les idées (si je regarde la maîtresse, est-ce que je suis quand même attentif à ce qu'elle dit? Est-ce que si je bouge beaucoup je peux quand même entendre la consigne ?) 2. Bilan : <i>qu'avons-nous vu aujourd'hui ?</i> → des idées pour être attentifs		

Hélène

Je ferme les yeux	Je me bouche les oreilles	J'arrête de discuter avec mon camarade
Je me détends	Je croise les bras	Je me concentre
Je regarde ce que font les autres	Je me lève	Je parle
Je mets ma tête dans mes bras	Je regarde ce qui est au tableau	J'écoute la maîtresse

Colorie en vert ce qui te permet d'être attentif et en rouge ce qui t'empêche d'être attentif.

Je ferme les yeux	Je me bouche les oreilles	J'arrête de discuter avec mon camarade
Je me détends	Je croise les bras	Je me concentre
Je regarde ce que font les autres	Je me lève	Je parle
Je mets ma tête dans mes bras	Je regarde ce qui est au tableau	J'écoute la maîtresse

Colorie en vert ce qui te permet d'être attentif et en rouge ce qui t'empêche d'être attentif.

Séance n°5: mises en place pour la classe		Durée : 50 minutes		Objectif(s) : - Proposer une aide pour la classe.	
Déroulement	Durée	Organisation	Consignes / Tâches		Matériel
<u>Etape 1 :</u> → retour sur les séances précédentes	2 min	Collectif	<i>Qu'avons-nous vu sur l'attention ?</i> → qu'il fallait regarder, toucher, écouter dans la vie de tous les jours comme à l'école et que ça pouvait nous aider, nous protéger.		
<u>Etape 2 :</u> → Présentation de l'activité	2 min	Oral	<i>Maintenant que vous êtes tous des professionnels de l'attention, vous allez, seul puis en groupe, réfléchir à ce qu'on pourrait mettre en place dans la classe pour vous aider à être attentif.</i> → faire reformuler		
<u>Etape 3 :</u> → activité	18 min	Individuel	1. laisser 6 minutes de réflexion individuelle, les élèves peuvent noter sur leur cahier d'essais leurs idées.		- cahiers d'essais - 6 feuilles « guide » - 6 feuilles blanches
		Par groupes de 4/5	2. Former les groupes, expliquer qu'il va falloir choisir une idée parmi toutes celles des membres du groupe. Qu'il faut expliquer en détail comment on peut mettre ça en place dans la classe. Donner une feuille à chaque groupe où il est écrit (« est-ce une affiche ? » « est-ce une activité ? » « comment est-elle ? »). → donner le temps (10 minutes), une feuille blanche à chaque groupe.		
<u>Etape 4 :</u> → Mise en commun	20 min	Par groupe/ collectif	1. Mise en commun, présentation des idées des groupes, toute la classe peut dire s'il est d'accord ou non et pourquoi/ ce qui est faisable en classe ou pas.		- tableau - affiches - marqueurs de différentes couleurs
		Oral	2. Vote à main levée pour les idées à garder/ les mieux adaptées 3. faire l'affichage avec les élèves + choisir son emplacement		
<u>Etape 4 :</u> → Bilan	5 min	Collectif	1. retour sur toutes les séances		
		Oral	2. Retour sur les mises en place dans la classe : quand et comment s'en servir.		

Premier plan de classe

tableau

--	--	--	--

--	--	--	--

--	--	--	--

--	--	--	--

--	--	--	--

--	--	--	--

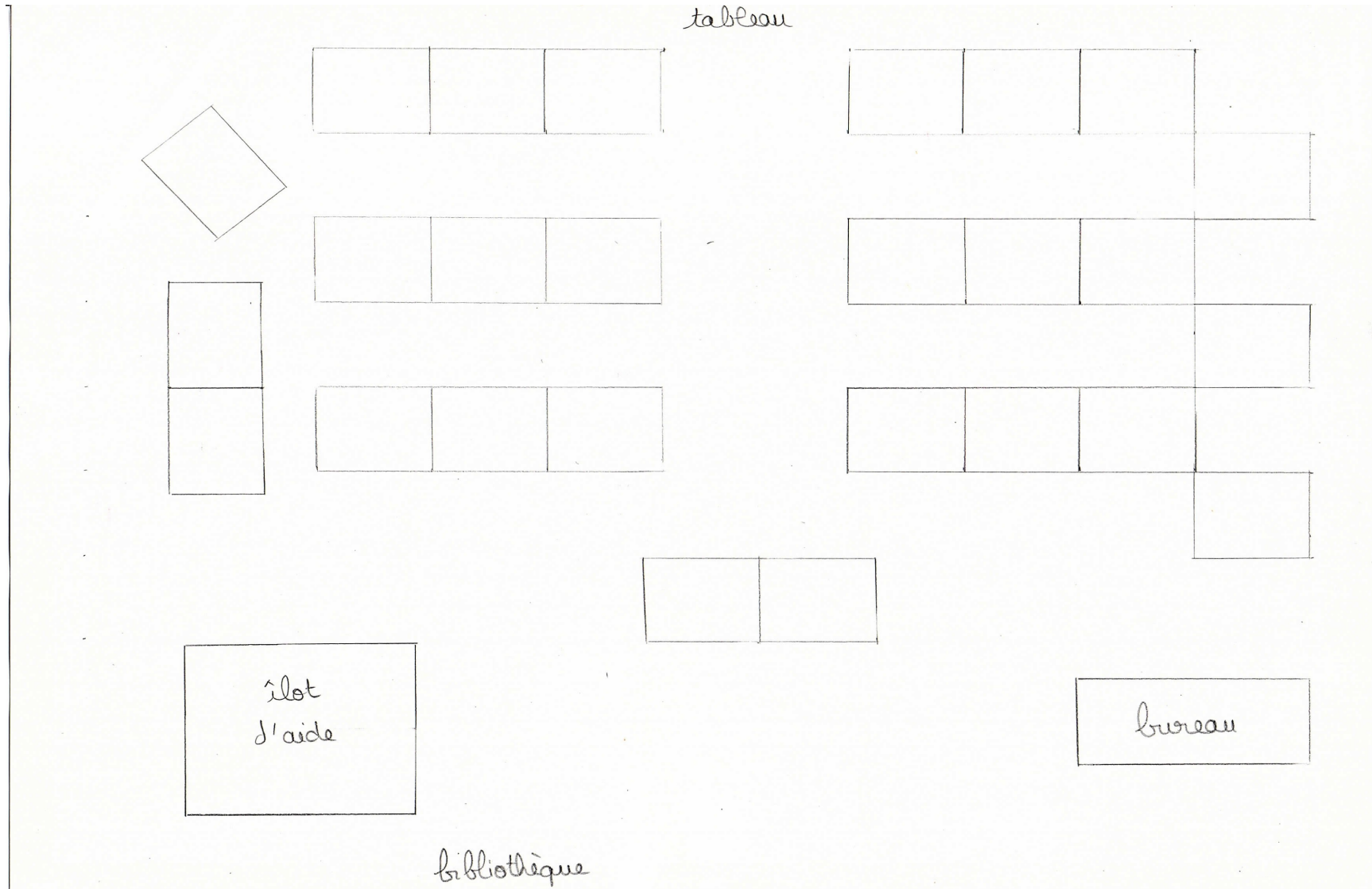
--	--

îlot
d'aide

bureau

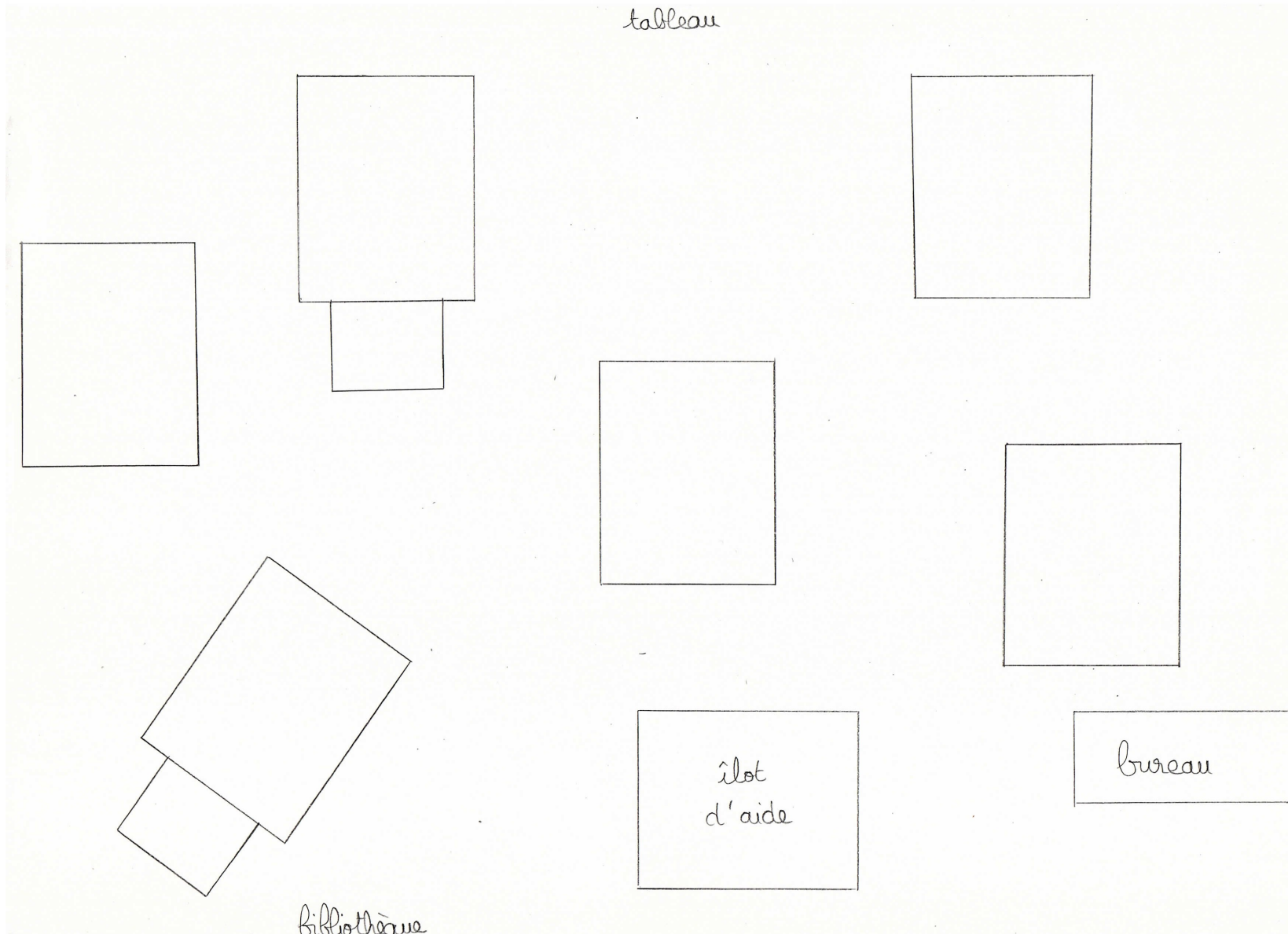
bibliothèque

Second plan de classe



Dernier plan de classe

tableau



Photographies des aménagements sur les chaises de deux élèves :

