

Chapitre 3 : identifier une intention

Séquence 5 : les neurones et la concentration

Trame pédagogique

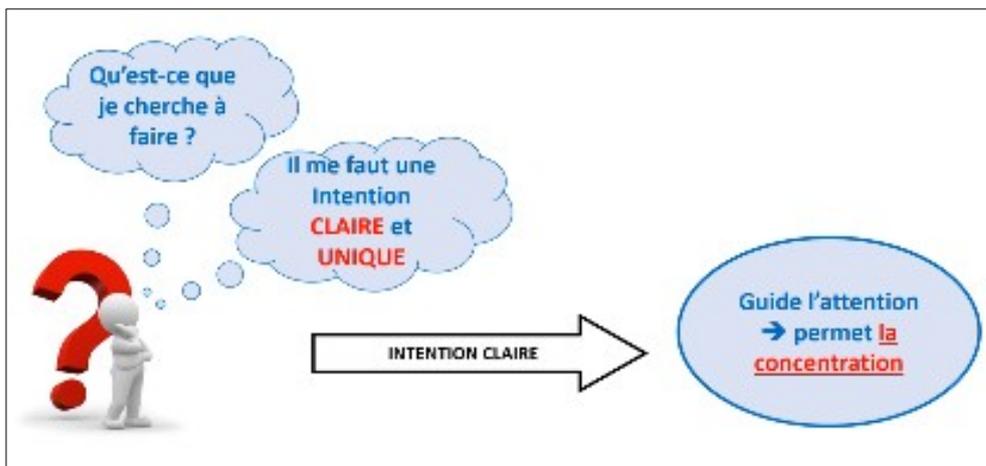
1 - Objectifs de la séquence

- Comprendre la similarité entre les déplacements de son Regard et ceux d'une abeille.
- Constaté que ceux-ci peuvent être spontanés ou au contraire contrôlés volontairement, et que dans le premier cas, ils s'effectuent selon l'action des grandes forces de distraction du cerveau (neurones-aimants et habitudes).
- Apprendre à remarquer à partir des déplacements de son abeille/Regard, de son Attention et de sa Posture les moments où on se laisse distraire par des éléments externes. les élèves peuvent alors utiliser ces signes pour se restabiliser sur leur poutre à la manière d'un funambule sur un fil.

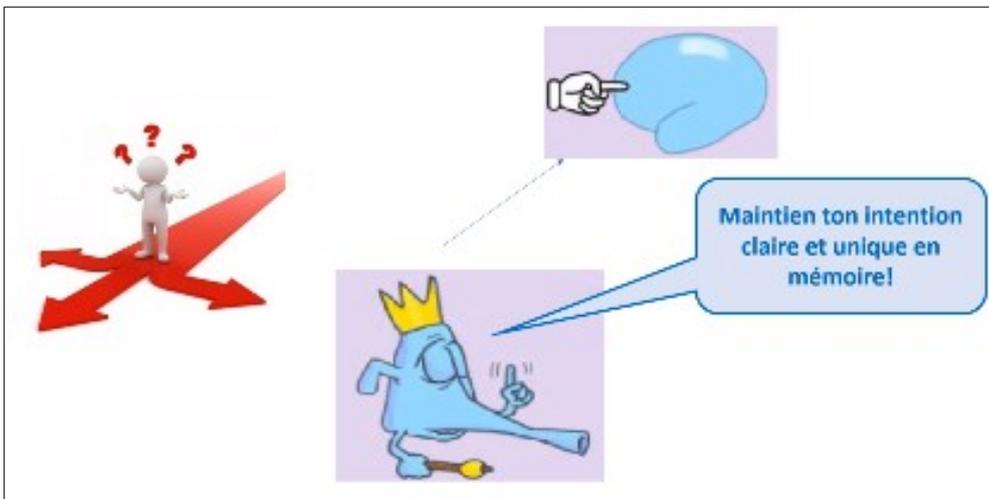
2 - Présentation de la séquence : « Réagir aux distractions externes »

Après qu'ils aient vu les grandes forces qui distraient l'attention, il est temps pour les élèves de découvrir la manière dont notre cerveau nous permet parfois de nous concentrer sur une tâche. C'est ce qu'on appelle la concentration volontaire.

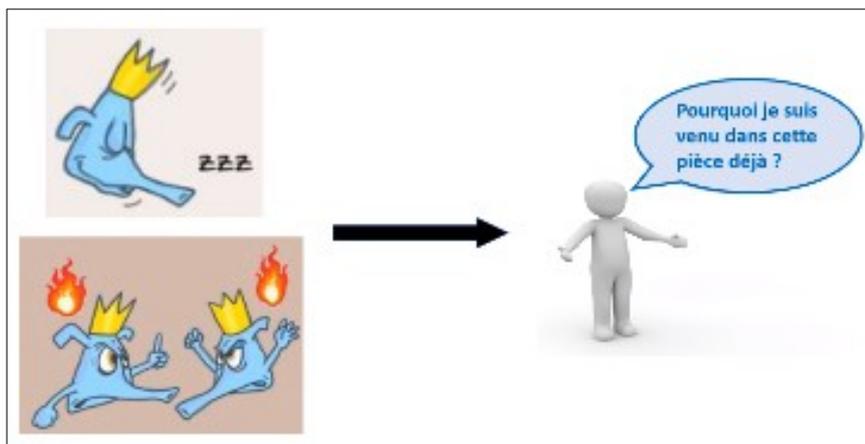
Cette séquence vise à leur apprendre à être le plus au clair possible sur ce qu'il cherche à faire au moment de démarrer une activité car il est beaucoup plus facile d'être concentré quand on a clairement en tête **une intention et une seule**. C'est cette intention qui va ensuite guider la concentration. Qu'est-ce que je cherche à faire, là, tout de suite ?



Il doit découvrir qu'il n'est pas si facile que ça de garder à l'esprit une intention claire, même pour quelques minutes et que cela dépend du maintien en mémoire de cette intention par des neurones que nous appellerons dans ATOLE « **neurones-chefs** », situés à l'avant du cerveau.

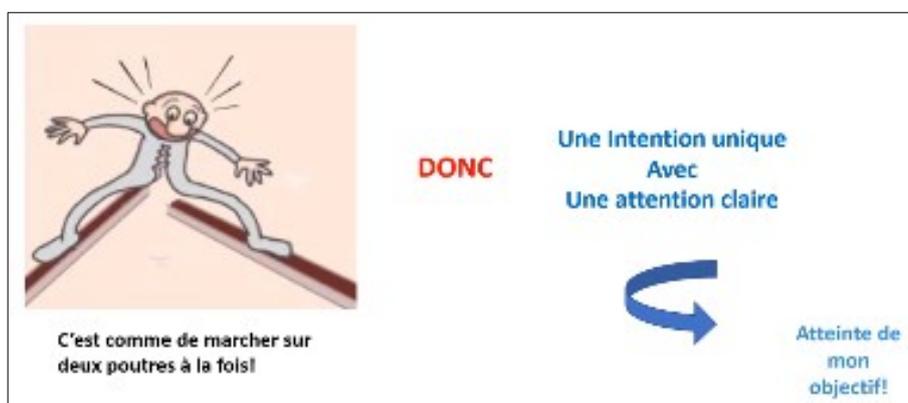


Malheureusement ces neurones-chefs ont facilement tendance à se disputer ou à s'endormir, et c'est pour cette raison qu'il nous arrive souvent, même aux adultes d'ailleurs, d'oublier ce qu'on cherchait à faire ou, au contraire, de chercher à faire plusieurs choses contradictoires en même temps.



Les élèves vont constater à travers plusieurs activités qu'on ne peut pas faire attention à 2 choses à la fois et qu'il faut donc faire des choix. Il leur faudra abandonner le rêve de tout faire en même temps ou de constamment zapper d'une chose à une autre.

Ils vont découvrir par exemple qu'il vaut mieux avoir une seule intention à la fois avec une attention bien posée calmement jusqu'à ce qu'on ait réussi ce qu'on souhaitait faire.



À la fin de la séquence, les élèves devraient suffisamment avoir bien compris ce qu'est une intention pour pouvoir, si vous les interrogez au beau milieu d'une activité, vous dire s'ils ont une intention claire et unique en tête et si oui, décrire ce qu'ils cherchent à faire suffisamment précisément pour qu'un autre élève puisse prendre le relais.

À l'inverse, ils doivent pouvoir reconnaître lorsque leur intention est vague ou lorsqu'ils ont plusieurs intentions contradictoires en tête et, dans ce cas, faire une petite pause pour se remettre les idées au clair.

A la fin de la séquence :

- ✓ Mon intention claire et unique c'est de...
- ✓ Je sais exactement ce que je cherche à faire!

- ✓ J'ai perdu mon intention...
- ✓ J'ai cherché à faire deux choses à la fois...
- ✓ Je vais faire une pause !

3 - Attendus de fin de séquence

À la fin de cette séquence, les élèves doivent pouvoir :

- expliquer en quoi les déplacements du regard rappellent ceux d'une **abeille** ;
- décrire, quand ils se sont laissés distraire par un élément extérieur, ce que vient de faire **leur Regard/abeille** ;
- expliquer les forces qui ont entraîné ce déplacement de leur Regard/abeille en évoquant leurs habitudes (Mode Marionnette) et les **neurones aimants** ;
- remarquer, à partir de leur Regard/abeille, de leur Attention et de leur Posture, qu'ils sont en train de se laisser distraire ;
- réagir en ramenant tranquillement **Regard/abeille, Attention et Posture** à une remarque de l'enseignant de type "**RAP !**" ou "que fait ton abeille ?" ;
- réagir **de manière autonome** à une distraction en ramenant tranquillement Regard/abeille, Attention et Posture.

Une grille de positionnement est présente dans le livret éval'ATOLE

4 - Je prépare ma séquence

- Je complète la fiche de préparation (CF pièce jointe Séquence 1).
- le détail de la séquence 5 (CF pièce jointe : 20 pages avec annexes et variables)

Matériels et liens de la Séquence 5 joints en PDF

Objectif général p : 1

Attendus de fin de séquence 5 p : 1

Plan de la séquence 5 p : 2

➤ **Activité 1 : Qu'est-ce qu'une intention ? (p : 3 et 4)**

Vignettes 35, 36, 37,38, 39 et 40 à projeter + vignette 37 à coller dans le cahier ATOLE

Exemple de définition des neurones-chefs : Ils permettent de maintenir en mémoire une et une seule intention claire.

➤ **Activité 2 : Remarquer quand on oublie, ou non, une intention (p : 5)**

➤ **Activité 3 : Garder le cap (p : 6, 7 et 8)**

Vignettes 41, 42 et 43 à projeter + trace écrite code « OUIIN » et sa définition dans le cahier ATOLE (OUIIN : J'OUIblie mon Intention) et vignette 42 modifiée à coller + vignettes 44, 45, 46 et 47 à projeter + image de la poutre à projeter

➤ **Activité 4 : On ne peut pas faire attention à tout (p : 8 et 9)**

3 gobelets et 3 objets de couleurs différentes

➤ **Activité 5 : La nappe trop petite (p : 9 et 10)**

Vidéo du test d'attention collective <https://www.youtube.com/watch?v=vJG698U2Mvo>

➤ **Activité 6 : Compter les « e », les « s » et les « t » (p : 10, 11 et 12)**

texte des escargots ou image (points de couleur pour les non-lecteurs) à projeter + vignettes 48, 49, 50, 51, 52 et 53 à projeter + vidéo sur le « multitâche »

<https://www.youtube.com/watch?v=YIEu3i4D2tY> (1 min 11)

<https://www.youtube.com/watch?v=KrDGLDLJfkc> (3 min 21)

➤ **Activité 7 : Lecture et décompte de mots (p : 12)**

facultative

➤ **Activité 8 : L'huile et l'eau (p : 13 et 14)**

matériel : huile, eau, sirop, et 2 récipients + vignette 54 modifiée à coller dans le cahier ATOLE

Synthèse de la séquence 5 p : 15

- Images et codes à retenir :

• **Les neurones-chefs** : ils nous rappellent que pour rester concentré, il faut d'abord garder en mémoire ce que nous cherchons à faire.

• **OUIIN** : quelqu'un a oublié ce qu'il cherchait à faire, son neurone-chef s'est endormi.

- **L'huile et l'eau qui ne se mélangent pas.** On pourra utiliser l'image des gouttelettes : « agir (ou travailler) en gouttelettes », c'est-à-dire, accomplir une activité petit bout par petit bout, en se laissant très fréquemment distraire par d'autres activités.
- **La nappe trop petite** pour couvrir la table
- **Le combat des neurones-chefs** : « tu as peut-être deux neurones-chefs qui se battent » (quand un élève essaie de faire deux choses compliquées à la fois).
 - Quiz (évaluation possible des connaissances) **(p : 16 et 17)**

Catalogue de variantes p : 18, 19 et 20