

Un environnement physique favorisant l'attention

- loin des fenêtres, de la porte, des affiches et des panneaux de la classe, ou encore de la bibliothèque
- libérer le bureau de l'élève des objets qui ne sont pas essentiels à la tâche demandée
- créer un isoloir portatif en carton que l'élève utilisera lorsqu'il en éprouve le besoin
- placer l'élève près de l'enseignant ou à côté d'un élève calme et attentif

Instaurer une communication non verbale avec l'élève convenue et connue uniquement de l'élève et l'enseignant

- un geste, un regard, montrer un pictogramme ou une affiche de la classe
- élaborer des cartes portant des messages clés : « Fais attention », « Continue à travailler », « Ecoute-moi »,... à déposer discrètement et sans commentaire sur le bureau de l'élève si besoin (cf document joint)
- Utilisation par l'élève de signaux pour demander de l'aide ou des explications : une carte « Aide » avec ou sans quota par jour, un tétra « aide », cartes de couleurs...

L'aider à rester concentré pour suivre les consignes jusqu'au bout

- avant d'expliquer ou de donner une consigne, s'assurer que l'élève soit attentif (signe non verbal)
- durant l'explication de la consigne, vérifier que l'élève reste attentif
- s'assurer que l'élève a compris : lui demander de répéter la consigne et annoncer à l'avance qu'il devra faire cet exercice
- utiliser des consignes brèves, précises et simples et éviter de donner plus d'une consigne à la fois.
- donner des instructions à la fois auditives, visuelles, écrites voire kinesthésiques : écrire les mots-clés au tableau ou illustrer la consigne par des images, des symboles.
- autoriser les « pauses attentionnelles » (Time timer)

Améliorer l'attention

Un élève atteint de trouble de l'attention ne peut pas se contrôler, ce n'est pas qu'il ne veut pas, mais il ne peut pas !

Trois types d'attention :

- L'attention dirigée, aussi appelée attention sélective ou focalisée.
- L'attention divisée, aussi appelée attention partagée.
- L'attention soutenue, aussi appelée attention maintenue.

Entraîner la capacité d'attention

- en rituels, en APC, en atelier...
- idées jeux pour travailler l'attention (cf document ci-dessous)

Enseigner des stratégies d'écoute active.

donner une ligne directrice sur les bonnes habiletés d'écoute à avoir.

Aider l'élève en présentant le travail en petites étapes.

- à chaque étape terminée, féliciter l'élève
- privilégier la qualité plutôt que la quantité.

L'enfant doit participer activement à l'élaboration et/ou à la mise en place de ces pistes afin qu'il s'investisse et y mette du sens.



Travailler les capacités attentionnelles

Cet entraînement n'est réellement efficace que s'il est régulier et fréquent (au moins 2 fois par semaines sur plusieurs mois).

Il est important de travailler toutes les sortes d'attention en variant les entrées sensibles : auditives, visuelles, kinesthésiques, ...

Cet entraînement porte d'autant plus ses fruits qu'un lien est fait avec les activités de la classe. L'attention doit faire partie d'un enseignement explicite.

ATTENTION SELECTIVE

OUIE :

- Intrus sonores : ex. : donner des syllabes contenant le même son sauf une, faire écouter des instruments de musique de la même famille sauf un, ...
- Kim sonore : un élève caché derrière un chevalet avec des instruments variés, il joue d'un instrument. Les autres élèves doivent retrouver de quel instrument il s'agit ; idem avec des lotos sonores sur les bruits du quotidien, les animaux, ... (<http://dessinemoiunehistoire.net/loto-sonore/>)

VUE :

- Jeux des différences
- Exercices de discrimination visuelle (<http://www.janinemichiels.be/html/attvisuelle/attvisuelle01.html>)
- « Où est Charlie ? »
- « Lynx » (http://data.over-blog-kiwi.com/1/02/72/98/20140506/ob_6c8ead_lynx.pdf)
- jeu « Rafle de chaussettes » (https://www.amazon.fr/Haba-Rafle-de-chaussettes/dp/B007I0MZ3A/ref=sr_1_1?ie=UTF8&qid=1504516261&sr=8-1&keywords=rafle+de+chaussette)
- jeux de Double (générateur de double : <https://micetf.fr/symbole-commun/#vocabulary>, <https://www.ash64.net/un-generateur-de-dobble-avec-des-mots/>)
- jeu « Pippo » (<http://www.gigamic.com/jeu/pippo>)
- jeu « crazy cups » (http://www.gigamic.com/files/catalog/products/rules/gigamic_amhcc_crazy-cups_rules.pdf)
- jeu « Candy » (https://www.amazon.fr/Beleduc-22460-Jeux-dassociation-Candy/dp/B00VA875YU/ref=sr_1_1/259-9274700-9369633?ie=UTF8&qid=1504514691&sr=8-1&keywords=jeu+des+bonbons)
- jeu « Jungle speed » (<https://www.jeuxdenim.be/jeu-JungleSpeed>)
- jeu « Zanimatch » (<http://www.didacto.com/3-ans-et-/1143-zanimatch-3070900051539.html>)

TOUCHER :

- Kim tactile

- lettres à toucher (http://www.hoptoys.fr/l-aider-dans-son-apprentissage-de-la-lecture/lettres-tactiles-par-26-p-9548.html?search_query=lettres&results=49) : en mettre dans un pochon et demander à l'élève de retrouver telle ou telle lettre uniquement en touchant
- écrire une lettre de l'alphabet dans le dos d'un camarade, il doit la reconnaître et la nommer
- jeu du sculpteur et de la statue : la classe est séparée en deux : les sculpteurs et les statues. Les statues ferment les yeux et un sculpteur doit modeler une statue sans parler. Ensuite, tous les sculpteurs s'éloignent et chacun prend la position de sa statue. C'est uniquement après que les statues ouvrent les yeux. Chaque statue doit retrouver son sculpteur.

ATTENTION PARTAGEE

- Chanter une chanson très connue en sautant sur un pied ou en faisant un autre geste
- Taper un rythme en nommant des images : attention, le rythme doit toujours être le même
-

ATTENTION SOUTENUE

Pour entraîner l'attention soutenue, il faut que l'activité soit suffisamment longue.

A titre indicatif, l'attention soutenue est au maximum de : pour un enfant de 3 ans : environ 5 min ; 6-7 ans : 15/20 min, 8-9 ans : 20/30 min, 10-11 ans : 30/40 min

- Activités de barrage (qui font aussi intervenir l'attention sélective) : ex. : http://www.geppe.fr/article.php?id_article=128, <http://www.orthoedition.com/pdf/aev/BarragesPage105.pdf>
- Les spirales : l'élève pose son crayon au milieu de la feuille et trace une spirale aussi large que possible. Avec un crayon d'une autre couleur, l'élève trace une autre spirale à l'intérieur de la première. Attention, les traits ne doivent pas se toucher. Il est possible ensuite de faire tracer une 3^{ème} spirale. Il est important de faire une 2^{ème} série de spirales qui tourne dans l'autre sens. Ceci permet de faire travailler les deux hémisphères du cerveau.
- Se déplacer dans la direction où on entend un bruit : ex. : Les élèves sont assis en ronde, un élève est debout au milieu les yeux bandés qui doit ramasser un objet au sol. Pour se diriger, quatre élèves répartis dans la ronde font un bruit.
- Nommer une cible à chaque fois qu'elle apparaît à l'écran : <http://pontt.net/2010/05/pptsattentionsoutenue/>
- Faire une action en entendant un stimulus : <https://www.youtube.com/watch?v=02Ihh6l1B9Y>, <https://www.youtube.com/watch?v=02Ihh6l1B9Y>
- Lire les mots de couleurs écrits dans une autre couleur (« effet Stroop ») : jeu « Color Addict » (https://www.philibertnet.com/fr/france-cartes/45825-color-addict-deluxe-3114524104018.html?gclid=EAlaIqObChMIz4zGjJ6L1glVoxbTCh0GBgnoEAYYASABEgl53PD_BwE)