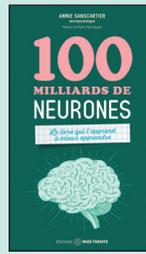


FICHE D'ACTIVITÉ

ALLUME TA LAMPE DE POCHE !



Pour approfondir la lecture du livre :

**100 MILLIARDS DE NEURONES :
LE LIVRE QUI T'APPREND À
APPRENDRE !**

Auteure : Annie Sanscartier,
neuropsychologue

Éditeur : Éditions Midi trente
ISBN : 978-2-924804-58-2

Participation : individuelle ou en groupe

Durée : 30 min

Matériel requis :

- Un extrait d'un récit de votre choix
- Une lampe de poche pour le groupe (ou une par personne, si possible)

OBJECTIF

Comprendre le fonctionnement de l'attention sélective pour mieux l'utiliser lors de situations d'apprentissage.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

ÉTAPE 1 La première partie de l'activité vise à sensibiliser les jeunes à l'importance d'une **bonne attention** lorsque l'on souhaite **mémoriser** de l'information.

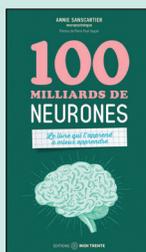
- 1.** Procurez-leur un extrait d'un récit de votre choix. Pendant une période donnée, demandez-leur de repérer tous les « e » que le récit contient et de les compter.
- 2.** Lorsqu'ils ont terminé, questionnez-les sur le contenu de l'histoire. Que raconte ce texte ?

Normalement, les enfants devraient avoir bien du mal à répondre à vos questions. Expliquez-leur alors que puisque leur attention était orientée sur certains détails non pertinents (c'est-à-dire le nombre de « e »), leur cerveau n'a pas pu comprendre le sens du texte.

C'est pour ça qu'il est super important d'être attentif. « Être attentif, ça veut dire se connecter à quelque chose et y rester connecté suffisamment longtemps pour en extraire l'information clé ou le message essentiel. Autrement dit, prêter attention implique de se concentrer sur quelque chose pendant une durée plus ou moins longue (l'attention soutenue) et de sélectionner ou de filtrer l'information importante et utile (l'attention sélective). » [Extrait de 100 milliards de neurones, de Annie Sanscartier]

FICHE D'ACTIVITÉ

ALLUME TA LAMPE DE POCHE !



Pour approfondir la lecture du livre :

**100 MILLIARDS DE NEURONES :
LE LIVRE QUI T'APPREND À
APPRENDRE !**

Auteure : Annie Sanscartier,
neuropsychologue

Éditeur : Éditions Midi trenté
ISBN : 978-2-924804-58-2

ÉTAPE 2 Cette deuxième partie de l'activité permet d'illustrer la manière de diriger l'attention sélective pour mieux apprendre. C'est là que la lampe de poche entre en jeu !

1. Demandez aux enfants d'allumer leur lampe de poche et de faire une « lecture allumée » du texte, en prêtant bien attention à tous les aspects. Posez-leur des questions tout au long de la lecture pour leur fournir un modèle de « lecture allumée », c'est-à-dire une lecture active, lors de laquelle on se pose des questions pour bien comprendre.
2. Ensuite, proposez-leur d'orienter le faisceau de lumière de leur lampe de poche sur les éléments clés du texte et de continuer de se poser des questions plus précises :

Qui ? (Qui sont les personnages ?)

Où ? (Où l'histoire se déroule-t-elle ?)

Quand ? (À quel moment l'histoire prend-elle place ?)

Quoi ? (Que se passe-t-il ?)

Rappelez-leur que leurs yeux doivent suivre la lumière et résister à l'envie de se laisser distraire par ce qui se passe autour. Vous pouvez même provoquer expressément une perturbation de l'environnement pour illustrer ce propos.

3. Invitez-les ensuite à éteindre leur lampe de poche. Sensibilisez-les à l'importance d'économiser les piles de leur lampe, c'est-à-dire de prendre des pauses pour recharger les « piles » de leur cerveau.

CONCLUSION

Expliquez-leur enfin que pour retenir de l'information, il est important d'y avoir préalablement prêté ATTENTION. Ainsi, suggérez-leur de toujours se rappeler d'orienter la « lumière de leur lampe de poche » sur les bonnes choses, soit sur les apprentissages qu'ils souhaitent faire.

Vous pouvez terminer l'exercice en présentant la célèbre expérience du gorille invisible (voir à la p. 34 du livre). Cette expérience illustre bien l'effet de l'orientation de l'attention ou du filtre attentionnel. (Il existe d'ailleurs plusieurs vidéos sur YouTube illustrant cette expérience.)