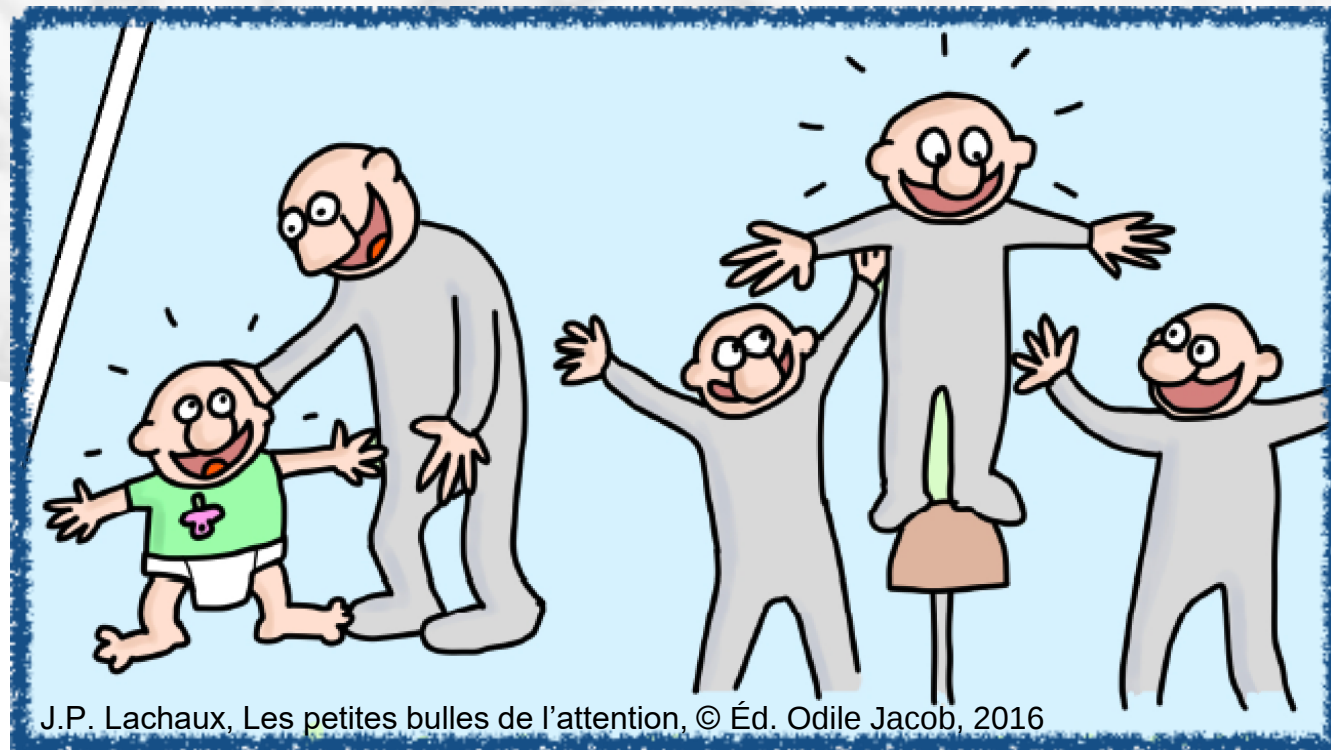


Le projet ATOLE en 15 diapos

atole



ATOLE = apprendre à **AT**tentif, à l'éc**OLE**

Projet lancé en 2014 par Jean-Philippe Lachaux,
Directeur de Recherche à l'**INSERM** à Lyon
spécialiste des **neurosciences de l'attention**

- ✓ Financé par l'Agence Nationale de la Recherche (2014-2018)
- ✓ Conçu et testé en **partenariat étroit avec 30 enseignants** :
du CP à la 5ème, en lien avec l'Institut de l'Oratoire à Caluire et l'Externat Notre Dame à Grenoble
- ✓ Testé et amélioré grâce au concours de nombreux enseignants Education Nationale du Rhône et de la Loire

POINT DE DEPART

L'attention est **indispensable à l'apprentissage**

Les élèves ne savent pas bien ce qu'est l'attention ni **comment la maîtriser**

Les injonctions de type « Concentre-toi » sont **peu efficaces**

L'environnement est de plus en plus distrayant avec un pouvoir grandissant de **captivation de l'attention** par les nouvelles technologies





BREF,

Tout le monde semble un peu démuni alors même que l'attention est **l'un des thèmes favoris** des neurosciences cognitives (plusieurs centaines d'articles de recherche par an)

Ces recherches devraient *in fine* servir aux élèves et aux enseignants

D'OU L'IDEE ...

de déduire des recherches en neurosciences cognitives un programme **de découverte et d'éducation de l'attention**

pour aider les nouvelles générations à **pouvoir choisir** ce à quoi ils accorderont leur attention (au lieu que ce soit la technologie qui décide pour eux)

en s'adressant **aux plus jeunes**, avant l'exposition massive aux nouveaux médias (réseaux sociaux, ...) et **à l'école**, car l'attention concerne tout le monde

d'où : ATOLE

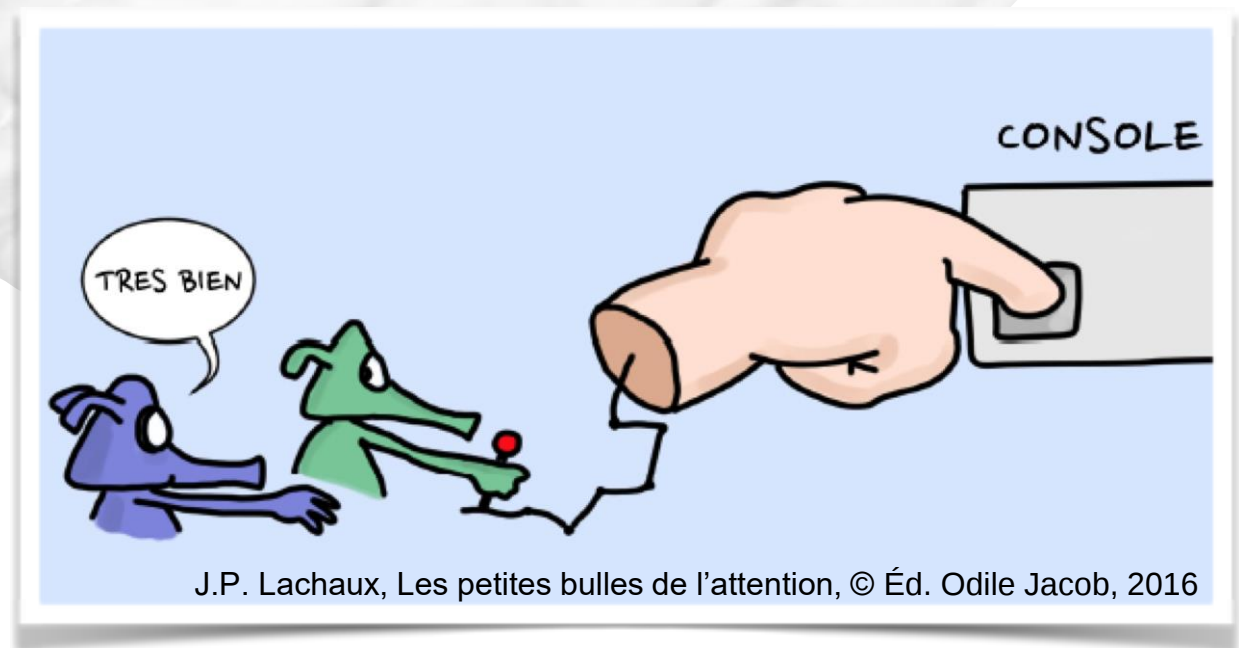
OBJECTIF GENERAL DU PROGRAMME ATOLE

Rendre progressivement l'élève **responsable** de sa propre attention, pour l'amener à mieux maîtriser celle-ci à **l'école et en dehors** (... et même si la salle est distrayante, si il n'aime pas le cours, ou l'enseignant ...)



PRINCIPE DU PROGRAMME ATOLE

- « J'apprends à **reconnaitre** dans ma vie les forces qui attirent et aspirent mon attention : distractions externes, internes ... »
- « Je **comprends** leur mode d'action dans mon cerveau »
- « J'apprends progressivement à y **réagir** grâce à un ensemble d'habitudes et de stratégies cognitives pour rester concentré »



ANALOGIE AVEC LA VOILE

« J'apprends à **reconnaitre** dans mon voilier les forces qui agissent sur la coque et les voiles : vents, courants ... »

« Je **comprends** leur mode d'action »

« J'apprends progressivement à y **réagir** grâce à un ensemble de techniques et de manoeuvres pour garder le cap »



« Bien sûr, je reste **libre** de ne pas suivre le cap, mais au moins c'est une vraie **décision** de ma part »



ATOLE EN PRATIQUE : DIX FICHES

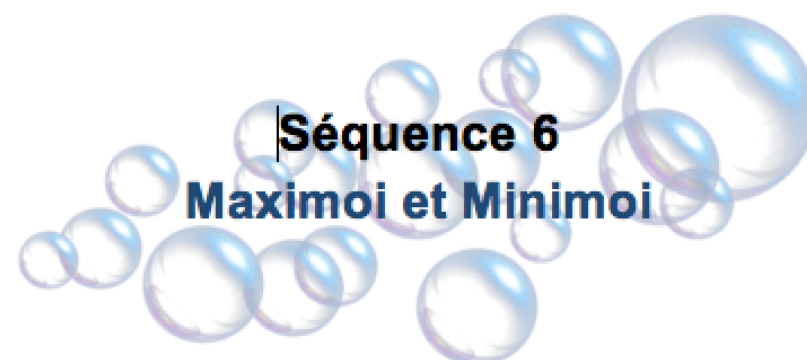
fiches 1 à 5 : les **forces** qui agissent sur l'attention
fiches 6 à 10 : les **habitudes** et **stratégies** cognitives

Une fiche = une séquence pédagogique = plusieurs séances (typiquement d'une demi-heure)

Les fiches sont disponibles et **ne demandent qu'à être parcourues** pour se faire une idée du programme

Aucun pré-requis en neurosciences n'est nécessaire de la part de l'enseignant

EXEMPLE DE FICHE PEDAGOGIQUE



Séquence 6 Maximoi et Minimoi



Objectif général de la séquence 6

Les élèves apprennent à alterner concrètement entre deux attitudes (planification/exécution) représentées par deux personnages (Maximoi et Minimoi), pour découper les tâches qu'ils réalisent en petites missions courtes, claires et concrètes qu'ils savent faire, et qui minimisent les conflits attentionnels. Ils comprennent que cette technique est à utiliser quand ils agissent sans intention claire ou avec plusieurs intentions contradictoires à la fois et que leur attention n'est pas bien orientée.

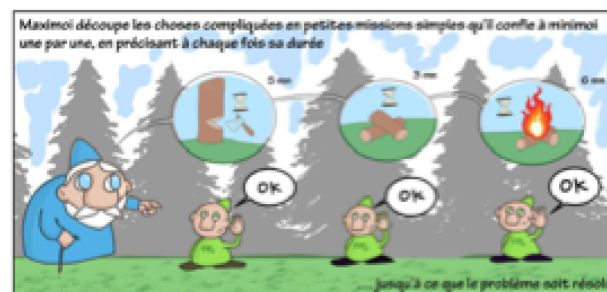
🌀 Activité 1 : Maximoi et Minimoi 🌀



But visé

Les élèves découvrent la méthode Maximoi et Minimoi et les rôles respectifs de ces deux personnages. Il comprend comment cette méthode permet d'éviter d'agir en suivant plusieurs intentions contradictoires à la fois.

→ Montrez la vignette 55 : les élèves lisent le texte sur les images à voix haute.



J.P. Lachaux, Les petites bulles de l'attention, © Éd. Odile Jacob, 2016

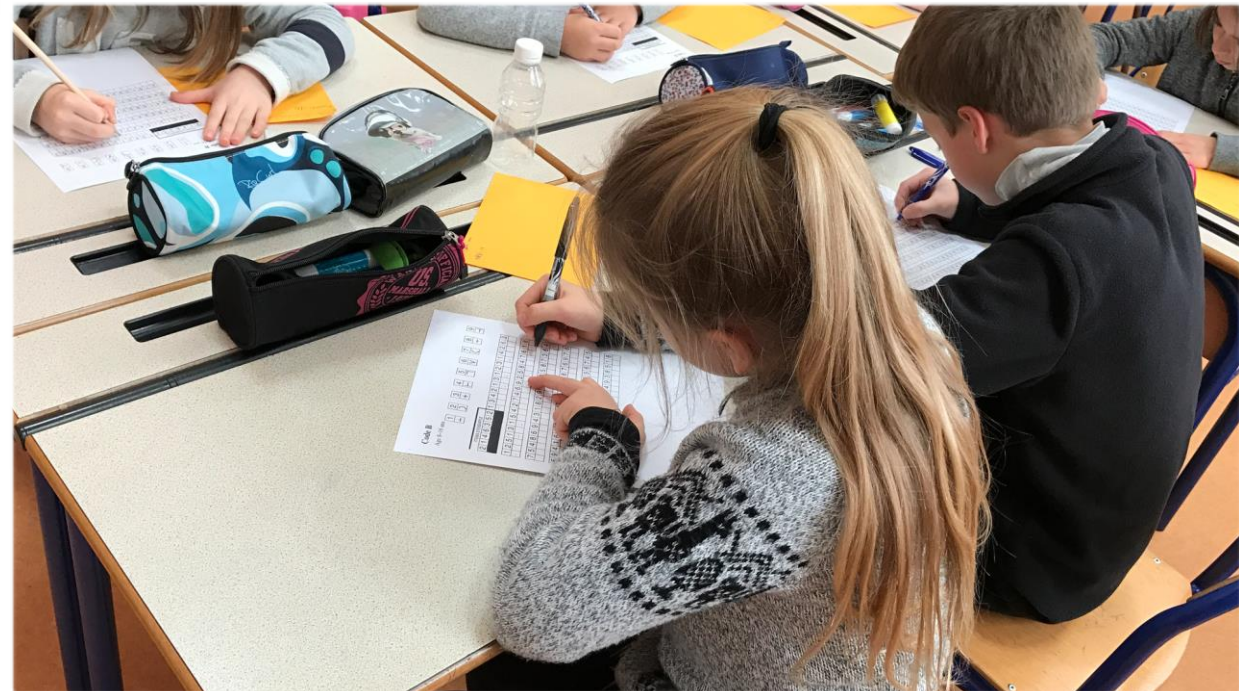
→ Expliquez aux élèves que « pour ne pas étirer son attention et la déchirer comme une nappe trop petite

RETOURS D'EXPERIENCE

« Le programme **déculpabilise** les élèves, ils réalisent que personne ne maîtrise son attention parfaitement »

« J'ai maintenant l'impression d'avoir des **leviers** pour ramener l'attention des élèves »

« Des mots simples, comme **contact**, font dorénavant sens pour les élèves »



CE QU'IL NE FAUT **PAS** ATTENDRE D'ATOLE...

Un ensemble de **recettes miracles** qui transformeraient la classe du jour au lendemain

Un **cours complet** sur le fonctionnement du cerveau

Un remède à **tous les troubles de l'attention**

ATOLE S'INSPIRE DE TROIS LIVRES

