

# Focus sur l'attention et l'agitation des élèves

**MOTS CLÉS: RÉGULATION • PISTES**

On a tous, dans nos classes, des enfants dont l'attention nous échappe (avouez, des fois, nous aussi nous ne sommes pas concentrés!). Ces comportements peuvent être influencés par de nombreux facteurs: des difficultés de régulation des émotions, l'environnement (bruit et aménagement de la classe), physiologique (manque de sommeil, alimentation), psychologique (stress, anxiété), sociaux (problèmes familiaux, difficultés relationnelles), etc.

Comment pouvons-nous optimiser l'attention en classe? Voici quelques pistes que vous appliquez certainement, mais peut-être, que de mettre l'accent sur l'une ou l'autre des pistes pourrait avoir un nouvel impact en classe:

- Aménagement: disposer la classe pour minimiser les distractions et créer des « zones de concentration » ou mettre à disposition du matériel favorisant la concentration (ex: casques anti-bruit);
- Routines et cadre: établir ou rediscuter (avec les élèves si possible) des règles de classe;
- Temps d'échange en classe: chercher des solutions avec les élèves et mettre en lumière leurs besoins;
- Pauses: intégrer des activités courtes pour restaurer l'attention (étirements, respiration...);
- Variété: alterner les modalités d'apprentissage pour maintenir l'intérêt des élèves (adapter les formes sociales de travail, les supports visuels, les changements de rythme);



*Pourquoi ne pas mettre à disposition des élèves des casques anti-bruit?*

- Redirection: utiliser des signaux non-verbaux pour ramener l'attention sans interrompre le cours;
- Rappel des objectifs: donner du sens à l'activité peut favoriser l'attention des élèves;
- Minuteur: challenger les élèves en leur mettant à disposition un chronomètre visible (on va travailler en silence / en groupe durant les x prochaines minutes);
- Etc.

Si vous avez des pistes supplémentaires qui ont fait leurs preuves, n'hésitez pas à nous les partager! Nous pourrions y consacrer un article.

*Elena Lucciarini et  
Nicolas Bressoud - HEP-VS •  
elena.lucciarini@hepvs.ch  
nicolas.bressoud@hepvs.ch*

## EN RACCOURCI

Les Essentiels de Sciences Humaines

### Les grands penseurs de l'éducation

Depuis l'Antiquité, les grands penseurs de l'éducation sont loin d'avoir parlé d'une seule voix. Si, pour tous, l'éducation était la pierre de touche pour construire un monde répondant à leurs attentes, certains jugeaient nécessaire de façonner les jeunes générations, d'autres, plus humanistes, ont défendu la liberté de l'enfant et un enseignement plus démocratique. A partir du 20<sup>e</sup> siècle, de grandes figures de la pédagogie émergent: Maria Montessori, John Dewey ou Célestin Freinet... Aujourd'hui, psychologues, sociologues, économistes et neuroscientifiques abordent les questions d'éducation. Ce numéro de la revue *Sciences Humaines* est riche.  
<https://scienceshumaines.com>

