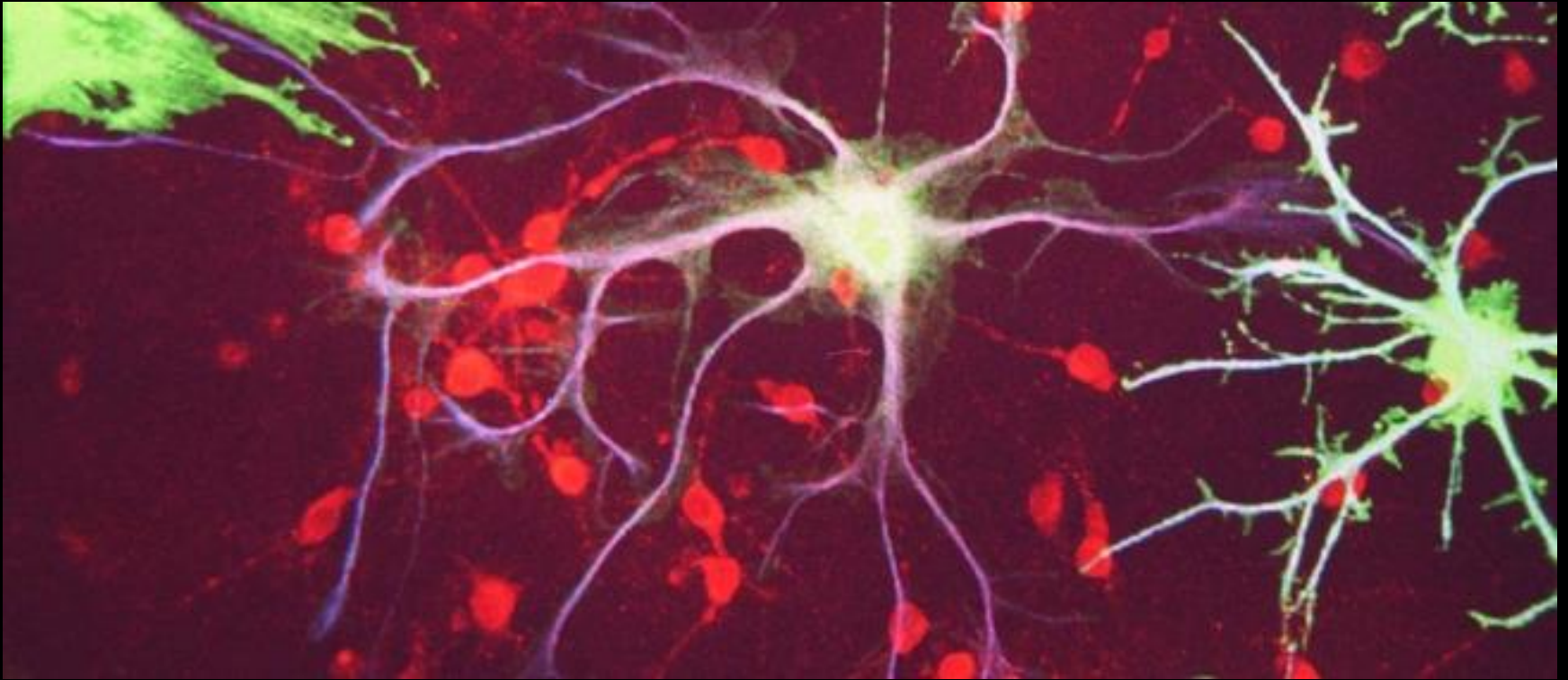


COMMENT FONCTIONNE VOTRE CERVEAU ?



Cycle 3
Devenez champion de votre attention
Première partie

Devenez champion



de votre attention

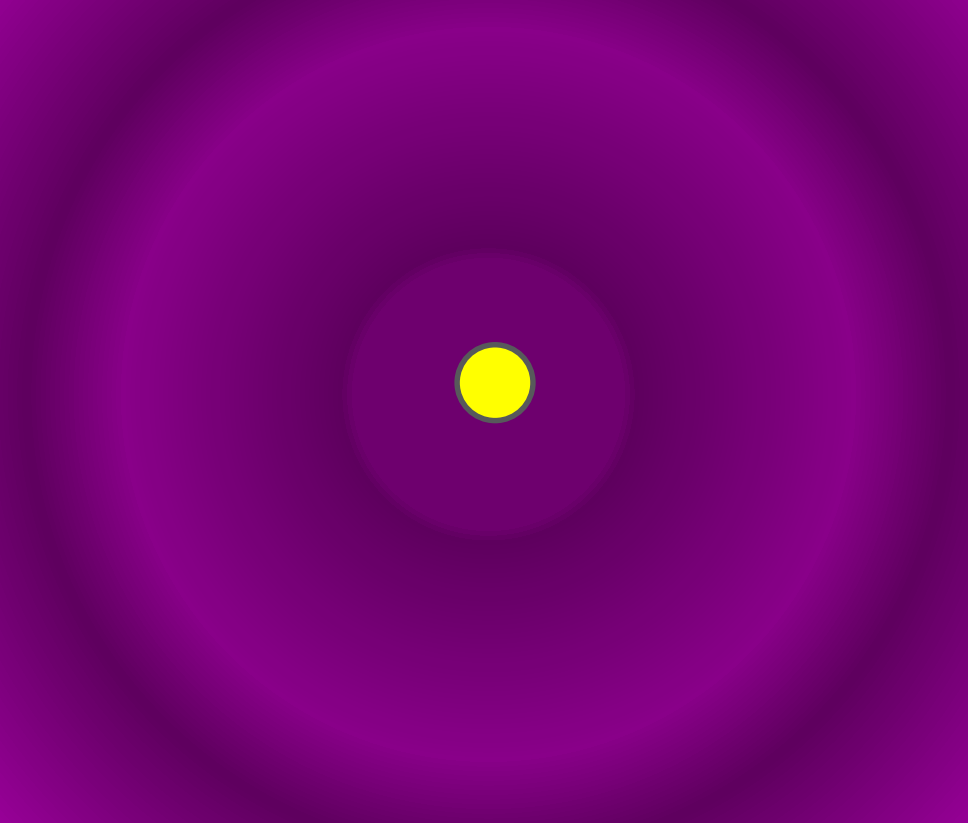
Première partie

Sciences cognitive Comment changer
l'Ecole BERTHIER 2017

Mais, qu'est-ce que l'attention ?



Etre capable d'avoir l'esprit fixé sur UNE SEULE CIBLE

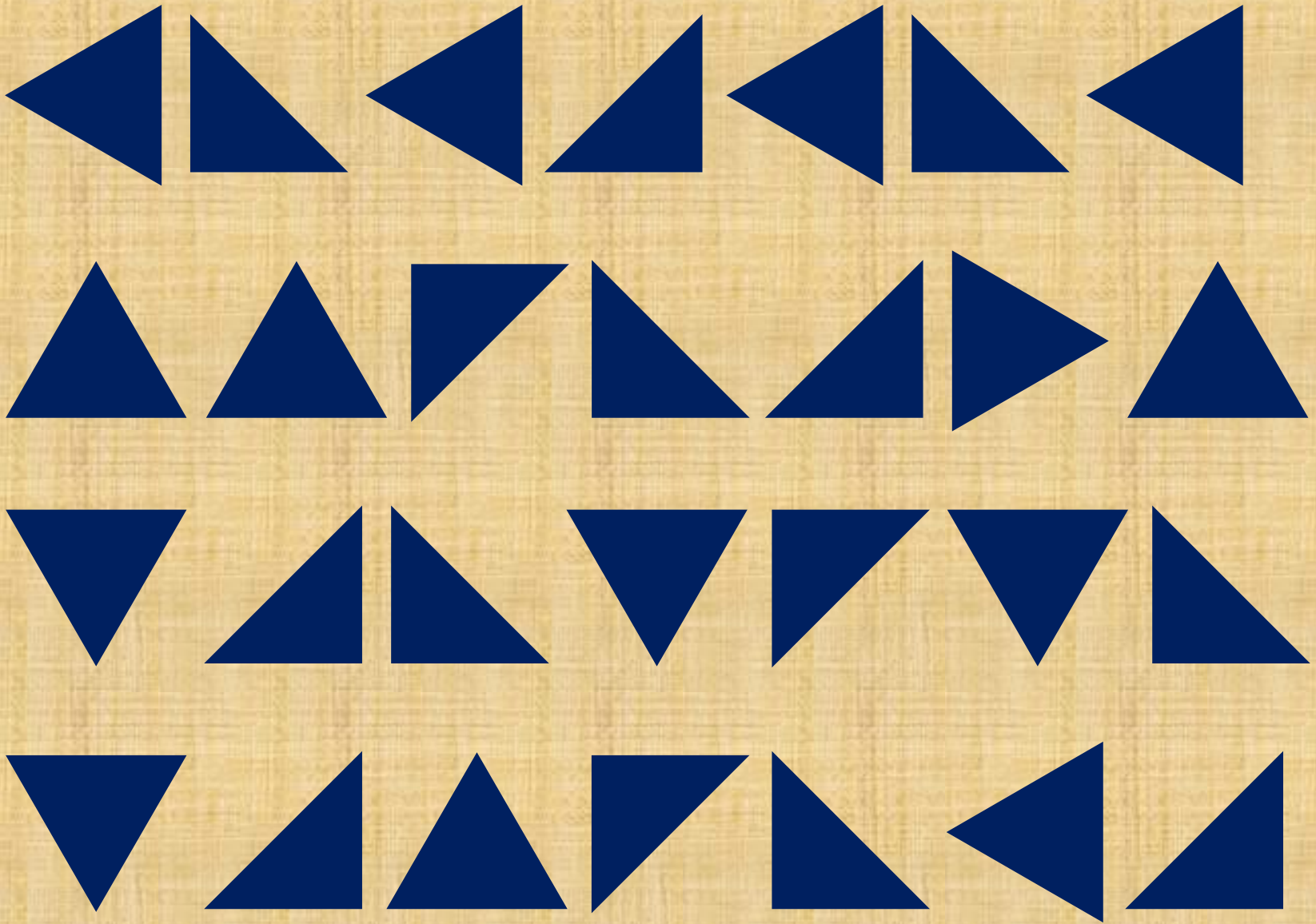


**Dans l'exercice suivant, vous
allez fixer sur le seul objectif :**

TROUVER LE NOMBRE DE



Vous aurez 10 secondes



Il y en avait

6



Dans le groupe suivant,

COMBIEN DE PERSONNES

PORTENT

DES



Vous aurez 10 secondes



Il y en avait

10

La concentration

Pour bien mémoriser

Il faut concentrer son attention !

Regardez bien le dessin suivant

Vous aurez 10 secondes



Y avait-il ?

Un COMPAS

Une LAMPE DE POCHE

Une CALCULATRICE



Sciences cognitive Comment changer
l'Ecole BERTHIER 2017

Le cerveau est-il capable de faire attention à tout ?

*Regardez bien la petite vidéo, sans
faire attention aux paroles en
anglais*

La vidéo

Conclusion sur la vidéo

L'attention est une capacité qui se développe



Mais l'attention, c'est aussi d'autres
capacités !







Que vient de faire votre cerveau ?

Etes-vous capable de ne pas vous laisser distraire ?



Mettez-vous par 2

L'un de vous va faire de tête deux petites opérations indiquées **en haut à gauche de l'écran**

En même temps l'autre va lui lire le texte qui va s'afficher

Lorsque le texte aura fini de s'afficher, l'exercice sera terminé

38 x 6
57 - 26

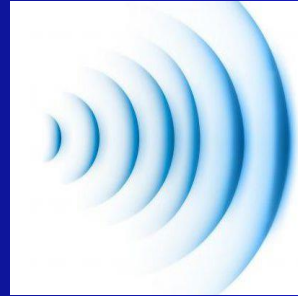
Essaie d'imaginer le chemin que tu parcours pour aller en classe depuis chez toi, ou le visage de 3 de tes camarades. Alors, facile ou difficile ? Est-ce que tu y arrives sans te laisser distraire ?

Fin de l'activité

Conclusion...

Il y a très longtemps... L'humain pouvait se trouver en danger

Dans son
cerveau a été
installé des
systemes
d'alerte



Un bruit !



Une odeur !



Un fash !

Maintenant, nous devons apprendre à maîtriser ces systèmes d'alerte

Distracteurs

Distracteurs



Distracteurs

Ne pas se laisser distraire est une capacité qui se développe



Gérer les pensées vagabondes



Exercice de concentration mentale

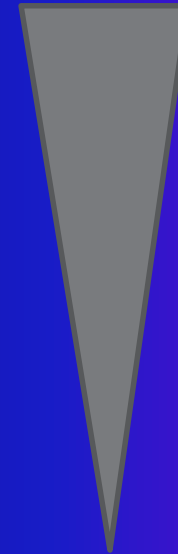
Mise au calme de l'esprit



A la naissance

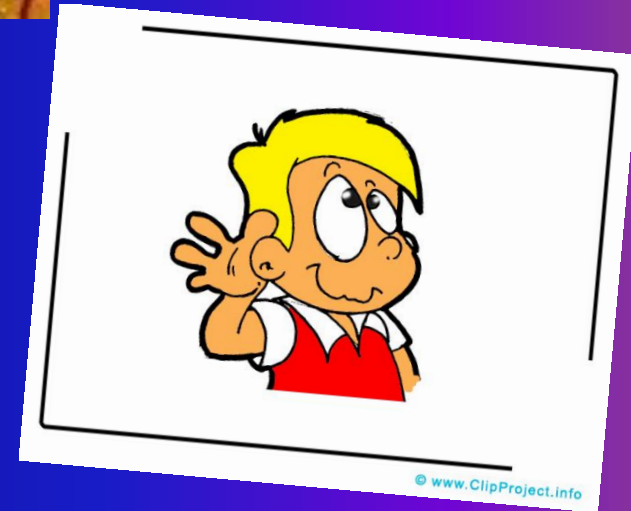


MAIS TRES MAL !



**Notre cerveau
est équipé
pour faire
attention...**

Développer notre attention

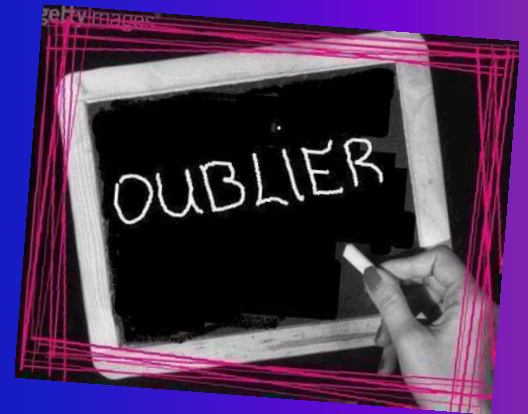


Vous manquez
d'attention ?

*Il hésita et porta ses main
à ses tempes pour réfléchir*



Vos 2
exemples



$$7 + 4 - 2 = 10$$



Compléter

L'at

est la plus pu . . s . . te

des qual . . . s

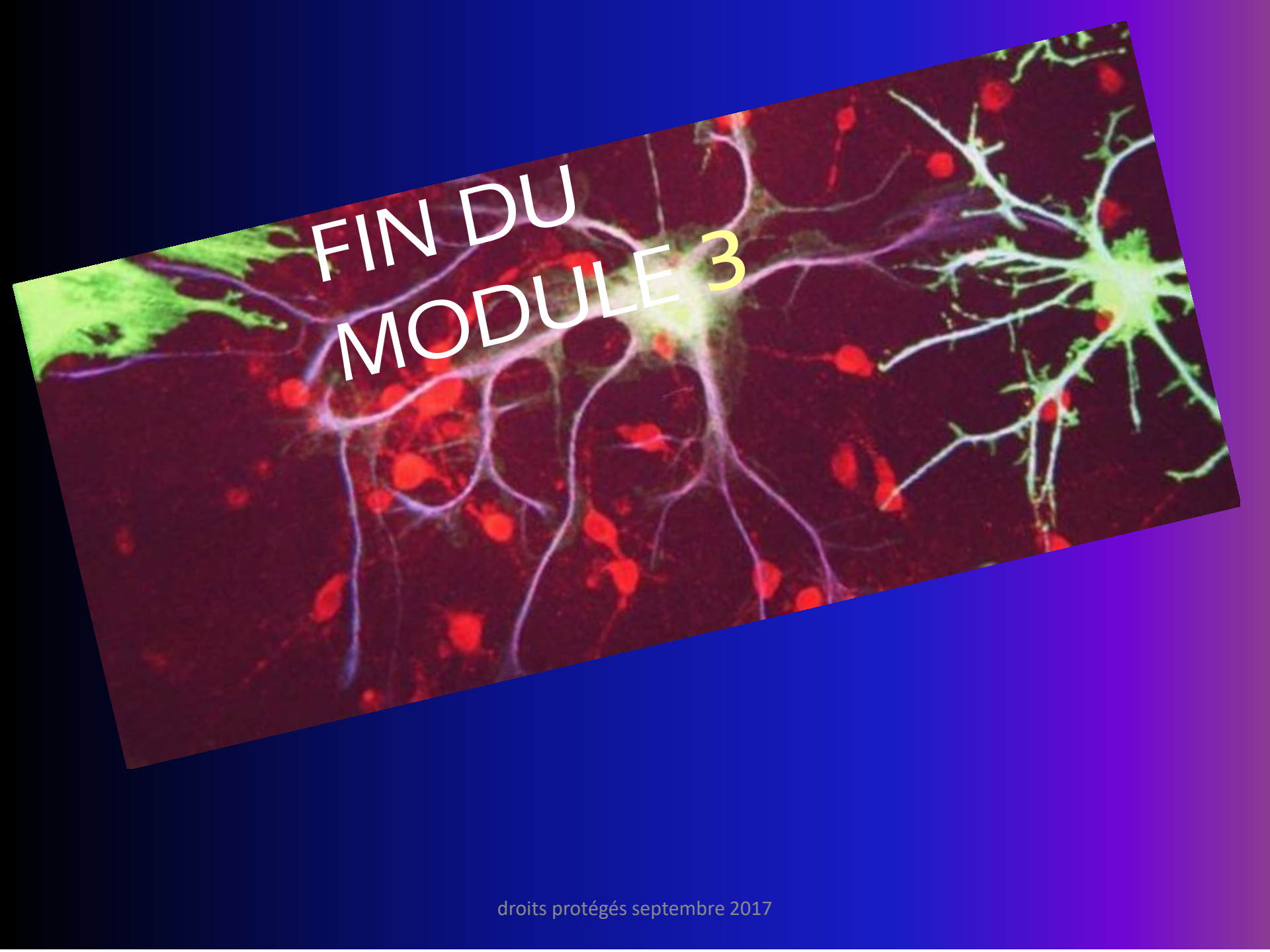
pour ré . . s . r

dans la v . e



Oui, l'attention se
développe !

Surtout quand on est jeune

A microscopic image of neurons, showing cell bodies and branching processes. The image is tilted and has a dark background. The text "FIN DU MODULE 3" is overlaid on the image. The number "3" is yellow, while the rest of the text is white.

FIN DU
MODULE 3