

## II. Faire attention

### *Faire attention, cela s'apprend....*

Pour aborder le geste d'attention ou le projet de mettre sur son « orbite mentale » ce qui est à apprendre, nous vous proposons de relire les pages 5, 6 et 7 de l'introduction pour les enseignant-e-s. Vous pouvez ainsi pratiquer avec eux les exemples d'exercices qui y sont proposés.

### **Objectifs :**

Permettre à l'élève de :

- différencier « **perception** » et « **évoocation** »
- prendre conscience de l'importance de « **quitter** la perception » **POUR** retrouver mentalement ce qui est à apprendre, comprendre,...
- connaître les 3 temps du geste d'attention (voir p. 6)
- conscientiser l'importance de se donner le **projet d'évoquer avant** de voir ou d'écouter l'objet à apprendre
- Découvrir ou conscientiser sa propre manière d'élaborer un matériel mental

### **Durée :**

1 à 2h

### **Contenu :**

A partir :

- ↳ de l'exercice du « Coca-Cola » (p. 5)

**Voir ou entendre ne suffit pas !**

**La perception seule ne suffit pas**

- ↳ Des 2 exercices d'observation de son propre fonctionnement à partir d'une perception visuelle puis d'une perception auditive (p. 7)

**Prise de conscience du « Comment je construis une évoocation »**

- ↳ Ensuite reprendre l'exercice des lettres chinoises pratiqué lors du cours d'introduction

**Quitter la perception ET y revenir  
permet de construire une évoocation fiable, fidèle à la perception**

**Je restitue, ce que j'ai construit mentalement et pas la perception !**

**Faire attention, c'est avoir le projet de retrouver dans sa tête ce que j'ai vu ou entendu**

**C'est AVANT de percevoir (voir ou entendre), que je décide de faire exister mentalement l'objet étudié**

### **Matériel :**

Fiches à distribuer :

- ↳ « Faire attention... ça se décide ! » p.20
- ↳ « La copie intelligente... comme training mental quotidien ! » p. 21