

Capsule de l'ergothérapeute !

L'attention

Être attentif en classe ... Quel défi pour les élèves ! Tout comme le reste de ses habiletés, votre enfant développe ses capacités d'attention avec le temps, et à un rythme qui lui est propre. Les apprentissages que doit faire votre enfant au quotidien demandent beaucoup d'attention et de concentration.

L'attention ça se développe et ça s'entraîne tout comme le reste des muscles et des habiletés.

Pour aider votre enfant à développer son attention, encouragez-le à :

- Jouer à des jeux de **cherche et trouve** qui l'aideront avec son attention visuelle.
- Faire une **activité de bingo** qui lui permettra d'être attentif aux consignes verbales.
- Faire une activité avec de la **musique** : votre enfant danse quand il y a de la musique et doit arrêter et faire la statue quand la musique arrête.
- Prendre des **pauses** lors des périodes de devoirs; les enfants ont besoin de bouger pour pouvoir bien se concentrer.

Judith Papineau, ergothérapeute