

# Les pics de vigilance à l'école maternelle

## Evolution de la vigilance au cours de la journée

La motivation et l'intérêt pour la tâche augmentent la durée du temps de vigilance quelle que soit la zone de vigilance évoquée.

Pour conserver cette motivation, il est nécessaire d'alterner des moments collectifs, en petits groupes et individuels, oraux et écrits, statiques et moteurs, de fortes et de faibles sollicitations.

### Le début de matinée est un moment de la journée où l'élève est attentif

C'est un moment que l'on privilégie pour des apprentissages demandant attention et concentration : langage oral, situations d'écoute et de compréhension, jeux d'observation, découverte de l'écrit, situations mathématiques...

L'enfant doit avoir le temps d'oser s'exprimer, essayer, manipuler, faire, refaire afin qu'il puisse mesurer ses progrès et gagner en confiance en lui au fur et à mesure de ses réussites.

La même organisation temporelle de la matinée se traduit pour les enfants et tout particulièrement pour les PS par une non vigilance croissante (moins d'attention, de réceptivité et de disponibilité) et une diminution de l'efficacité dans le traitement de l'information de 9h à 11 h.

En revanche pour les PS, la possibilité et la réalité d'une sieste au début d'après-midi entraînent ensuite plus de vigilance et d'efficacité dans le traitement de l'information, les temps d'après sieste vers 14h permettent des activités à fortes sollicitations.

## Quelques recommandations

- 8h30: heure classique d'entrée en classe, les élèves ont besoin d'une trentaine de minutes pour développer une disponibilité optimale (notamment en PS)
- 9h : on observe une zone de bonne vigilance qui diminue jusqu'à 11h.
- de 12h30 à 14h00, on constate une baisse de vigilance qui n'est pas en lien avec le repas.
- Nécessité d'alternance des moments nécessitant des temps collectifs et individuels, oral et écrit, statique et moteur, de fortes et faibles sollicitations.
- Dans le cadencement de la semaine, les lundis (après la rupture du week-end) semblent mieux convenir à des activités de réinvestissement, plus ludiques et autonomes.
- Le mardi, mercredi, jeudi et vendredi matin se prêtent mieux à des activités nécessitant attention et concentration. Il serait plus efficace d'y poser les nouveaux apprentissages.
- La majorité des emplois du temps concentrent les apprentissages en français et mathématiques le matin et laissent les disciplines artistiques ou culturelles en fin de journée. Ce passage en force impacte l'enfant.
- S'affranchir des ateliers tournants systématiques.