

ÉCRANS ET ATTENTION



**ACQUÉRIR UN REGARD CRITIQUE SUR LES IMAGES
DIFFUSÉES SUR LES ÉCRANS.**



[Visionner la vidéo](#)

Compter le nombre de fois que les personnes habillées en blanc échangent une balle.



J'ai compté passes entre les personnes habillées en blanc.

ACQUÉRIR UN REGARD CRITIQUE SUR LES IMAGES DIFFUSÉES SUR LES ÉCRANS

Entre nous - Cette activité santé vise à identifier certaines caractéristiques des séquences vidéo. Il s'agit de montrer que notre cerveau peut être orienté (voire manipulé) par les images et qu'un regard critique s'impose en permanence. On ne peut pas prendre le contenu des images comme argent comptant et il est nécessaire de ne pas se laisser happer par leur caractère particulièrement attirant. Quel que soit l'âge, une consommation raisonnable d'écrans s'impose.

**Entrée dans l'activité santé**

Occuper l'espace de la salle en se déplaçant librement. Se rapprocher le plus possible les uns des autres puis s'éparpiller au maximum dans la salle. Arrêter les déplacements. Rester debout et fermer les yeux, les bras sont relâchés le long du corps. Se concentrer sur sa respiration. Inspirer et expirer doucement. Incliner la tête vers le bas, puis le haut des épaules, le dos en relâchant les bras comme si on voulait toucher le bout de ses pieds. Dans cette posture, inspirer profondément puis expirer doucement. Répéter 2 ou 3 cycles respiratoires. Dérouler doucement le dos, les épaules puis la tête pour se retrouver en position verticale.

**L'activité de découverte**

Visionner la vidéo (Vidéo en anglais)

- Consigne de départ : chacun compte dans sa tête et en silence.
- Commencer le visionnage à 5 secondes et l'arrêter à 39 secondes. Laisser répondre les élèves à la question posée (NB : le résultat est 16 passes).
- Leur demander s'ils ont remarqué autre chose pendant le visionnage et noter leurs réponses éventuelles.
- Poursuivre le visionnage de la vidéo jusqu'à la question : « Avez-vous remarqué le gorille ? ». Compter combien d'élèves ont vu le gorille ?
- Expliquer que parmi les personnes n'ayant jamais entendu parler ou vu cette vidéo avant, environ la moitié ne voient pas le gorille. Celles qui le savaient l'ont probablement vu, mais ont-elles vu le changement de couleur du rideau ou le départ d'un joueur habillé en noir ? Finir la vidéo.

Quelques explications :

Cette courte [vidéo](#), compréhensible par tous, a été développée par un laboratoire de recherche en psychologie cognitive. Elle montre que notre cerveau peut être victime « d'aveuglement par inattention ». Bien que vos yeux observent toute la scène, votre cerveau n'est pas capable d'analyser toutes les informations présentes. L'expérience montre que nous avons parfois du mal à détecter tous les changements dans une scène complexe. On peut ne pas voir ce qu'on est en train de regarder. Laisser réagir les élèves sur l'impact des écrans.

**Une activité complémentaire**

- Poursuivre sur [l'attention](#) avec la fiche « La main à la pâte ».
- Découvrir le verso du [dépliant](#) « Déconnecte, mets tes baskets » de l'ASSNC.

**Pour aller plus loin**

- Le [test](#) du gorille invisible.
- Se documenter sur [l'impact des écrans sur la santé](#).
- La campagne [Déconnecte, mets tes baskets](#) de l'ASSNC

**Message pour les élèves**

Nous pouvons être distraits ou attentifs. Notre attention peut être soit dirigée volontairement, soit accaparée par des objets ou des événements. Il est indispensable d'avoir un regard critique sur les images diffusées sur les écrans car notre cerveau peut être influencé. Il faut « faire attention à son attention ».

Rapport à soi

Rapport aux autres

Rapport à l'environnement



DOMAINES

1 2 3 4 5