

Comment aider un enfant à se concentrer? 1-5 ans



Se concentrer demande un effort mental, surtout pour un tout-petit. Afin de rester concentré pour finir un casse-tête, par exemple, un enfant doit se forcer pour garder son attention sur sa tâche précise et ne pas se laisser distraire.

Comment se développe la concentration?

Comme la [concentration](#) demande un effort, votre enfant va apprendre à la développer. Petit à petit, **il réussira, à travers ses activités, à garder son attention sur une tâche.** Sa capacité de concentration va aussi augmenter à mesure qu'il grandit. Impossible toutefois de dire le temps de concentration auquel vous devriez vous attendre selon l'âge de votre enfant.

Avoir une bonne concentration peut aider votre enfant, plus tard à l'école.

En effet, **avant 5 ans, la capacité de concentration varie beaucoup d'un enfant à l'autre.** Cela peut aller de seulement quelques secondes à 2 ou 3 minutes d'attention en continu (sans se lever, sans demander de l'aide, ni déplacer son attention sur autre chose).

Selon la [personnalité](#) et les goûts de l'enfant, la capacité de concentration peut aussi être plus ou moins grande. Par exemple, si votre tout-petit aime les petites autos, il peut jouer avec pendant plusieurs minutes, mais c'est possible qu'il n'arrive pas à passer plus de 30 secondes à faire un casse-tête.

Pour l'aider à développer sa concentration

Voici de bonnes habitudes à prendre pour aider un tout-petit à développer sa concentration :

- **Encouragez-le à faire des activités qu'il aime.** Vous favorisez ainsi sa motivation à rester concentré plus longtemps. Si votre enfant n'a pas d'intérêt pour une activité, il aura de la difficulté à faire des efforts pour rester attentif longtemps. Le manque d'intérêt augmente son envie de bouger et de faire autre chose. Vous pouvez aussi utiliser ses intérêts pour l'amener à se concentrer sur des activités qui lui plaisent moins. Par exemple, invitez-le à faire un casse-tête d'un personnage qu'il aime.
- **Commencez l'activité avec lui.** Cela l'aide au début à porter son attention sur un jeu et l'encourage à rester concentré.
- **Offrez-lui un environnement calme et ordonné.** Lorsqu'il y a trop de bruit et d'action autour d'un enfant, son attention est facilement attirée par ces distractions. Il sera alors moins concentré sur son activité. En limitant les distractions ([écrans](#), bruits, jouets), vous aidez votre enfant à se concentrer.
- **Donnez une consigne à la fois.** Cela aide l'enfant à se concentrer sur ce qu'il doit faire. Il apprend à faire une chose après l'autre et à ne pas s'éparpiller. Assurez-vous aussi que votre tout-petit comprend bien vos consignes ou vos explications. Si votre enfant n'arrive pas à se [concentrer](#) sur une tâche, c'est peut-être parce qu'il n'a pas compris ce qu'il faut faire.
- **Proposez des activités qui l'amènent à observer, à mémoriser et à réfléchir.** Par exemple, jouez ensemble à des jeux de mémoire, faites un casse-tête, apprenez-lui une [comptine](#) ou demandez-lui de trouver toutes les autos rouges sur la rue.
- **Assurez-vous que votre enfant dort assez.** Un enfant qui n'a pas assez dormi a de la difficulté à rester concentré sur une activité. Il peut aussi « tomber dans la lune » plus facilement.

A-t-il un trouble de déficit de l'attention?

L'attention permet à l'enfant d'être réceptif à ce qui se passe autour de lui. Contrairement à la concentration, cela se fait sans effort, parfois même de façon involontaire. Toutefois, ce n'est pas parce qu'un enfant n'arrive pas à garder son attention sur une tâche, sans se laisser distraire par ce qui se passe autour de lui, qu'il a un [trouble de l'attention](#). Plusieurs autres symptômes doivent être présents pour poser un diagnostic de trouble de l'attention. Ce trouble neurologique touche environ de 5 % à 8 % des enfants.

À retenir

- La concentration, c'est l'effort que met l'enfant pour rester attentif à une tâche précise.
- Vous pouvez aider votre enfant à améliorer sa concentration.
- La capacité de concentration varie d'un enfant à l'autre, selon sa personnalité et ses intérêts.

10 méthodes pour aider les enfants à développer attention et concentration



Ces différentes méthodes (simples à proposer aux enfants) permettent de retrouver un état favorable aux apprentissages en :

- améliorant la réceptivité des informations (l'attention),

– évitant de “partir dans tous les sens” grâce à un recentrage sur soi (la concentration).

5 méthodes pour développer l’attention des enfants

L’attention peut être définie comme le fait d’être ouvert et réceptif à ce qui se dit, à ce qui se passe à l’extérieur de soi.

- **1. Prendre conscience de sa météo intérieure**



Le livre **Calme et attentif comme une grenouille** vous propose un exercice guidé de prise de conscience de la météo intérieure, spécialement adapté pour les enfants.

Le bulletin de météo personnelle : quel temps fait-il à l’intérieur ? y a-t-il du soleil à l’intérieur ? te sens-tu comme quand il y a des nuages et qu’il pleut ? Grâce à cet exercice, les enfants apprennent à moins s’identifier à leurs sentiments : “Je ne suis pas une averse mais je constate qu’il pleut. Je ne suis pas un froussard mais je vois que là j’ai une grosse peur.”

Assieds-toi confortablement. Ferme complètement les yeux ou ferme-les presque entièrement comme tu préfères. Prends tranquillement le temps de découvrir comment tu te sens. Quel temps fait-il à l’intérieur ? te sens-tu détendu ? y a-t-il du soleil à l’intérieur ? ou te sens-tu comme quand il y a des nuages ou qu’il pleut ? Il y a peut-être de l’orage. Qu’est-ce que tu observes ? Sans réfléchir, tu laisses venir le bulletin du temps qui correspond à ce que

tu ressens en ce moment. Tu ne dois pas vouloir ressentir autre chose ou changer ce qui est. Tout comme le temps à l'extérieur, tu ne peux pas changer le temps à l'intérieur. A un autre moment de la journée, le temps aura changé. Pour l'instant, c'est comme ça. Et c'est bien ainsi.

Les enfants peuvent ensuite dessiner le temps qu'il fait à l'intérieur. Ils pourront le faire à plusieurs moments de la journée : c'est important de savoir que rien ne reste parfaitement immobile.

- **2. Faire des exercices de yoga**

Je vous invite à regarder cette vidéo et à lire cet article : [4 postures de yoga pour aider les enfants à se concentrer](#)

- **3. Colorier un mandala de l'intérieur vers l'extérieur**



10 minutes de coloriage peuvent suffire, l'enfant finira son mandala la fois suivante.

Pour en savoir plus sur les bienfaits des mandalas, vous pouvez lire cet article : [Les bienfaits des mandalas pour les enfants.](#)

L'enfant peut aussi s'amuser à créer ses propres mandalas. En voici des exemples que nous avons construits avec ma fille (en matières naturelles et en réglettes en bois) :



- **4. Dessiner des spirales de l'intérieur vers l'extérieur**

Dessiner des spirales de l'intérieur vers l'extérieur permet de s'ouvrir au monde. Ce dessin peut se faire mentalement, en l'air avec les doigts ou sur une feuille.

	Spirale centrifuge	Pour s'ouvrir au monde
---	--------------------	------------------------

Source : Vivre pleinement l'instant (Martine MINGANT – Eyrolles)

- **5. Accueillir les sensations qui arrivent par les 5 sens**

L'enfant est invité à laisser son cerveau en repos en se portant son attention sur ses sensations.

“Tu regardes autour de toi et tu laisses entrer les formes, les couleurs en laissant ton cerveau au repos... Tu laisses entrer les sons juste pour ressentir la vibration dans ton corps... Tu laisses entrer les odeurs sans réfléchir... Tu laisses entrer tes mains au contact avec différentes matières autour de toi

(tes vêtements, ta peau, tes cheveux, le canapé, etc.) en laissant le cerveau au calme.” – source : Apprendre Autrement avec la Pédagogie Positive

5 méthodes pour développer la concentration des enfants

La concentration peut être définie comme le fait d’être dans sa bulle, replié en soi.

- **6. Boire de l’eau pure**

L’eau est essentielle au bon fonctionnement du cerveau et n’entraîne pas de consommation d’énergie sanguine pour les besoins de la digestion.

- **7. Faire des exercices de relaxation**

La relaxation peut passer par des mouvements concentrés afin de calmer un corps trop tendu et un esprit trop crispé. L’enfant pourra partir de sa main ouverte pour aller progressivement vers le poing fermé et serré puis rouvrir progressivement la main.



Bruno Hourst propose cet **exercice de relaxation** :

- L'enfant est assis sur une chaise. Il laisse pendre ses bras de chaque côté de son corps, en dégageant le cou des épaules et en tenant son dos droit (pas de rein cambré)).
- En inspirant, il lève doucement ses bras devant lui, jusqu'à la verticale.
- En expirant, il plie ses bras pour que ses mains se rejoignent derrière la nuque. Les coudes sont alors écartés de chaque côté de la tête.
- Il pousse les mains vers l'avant comme s'il voulait faire basculer sa tête mais résiste pour garder sa tête et son corps alignés et droits.
- Il inspire dans cette position et regarder un point loin devant lui. A l'expiration, il descend son buste lentement en gardant le dos droit comme une planche.
- Il reste un instant dans cette position puis remonte doucement en expirant et ramène les bras le long de son corps en expirant.

- **8. Observer en détail et décrire à voix haute un objet**

- **9. Colorier un mandala de l'extérieur vers l'intérieur**

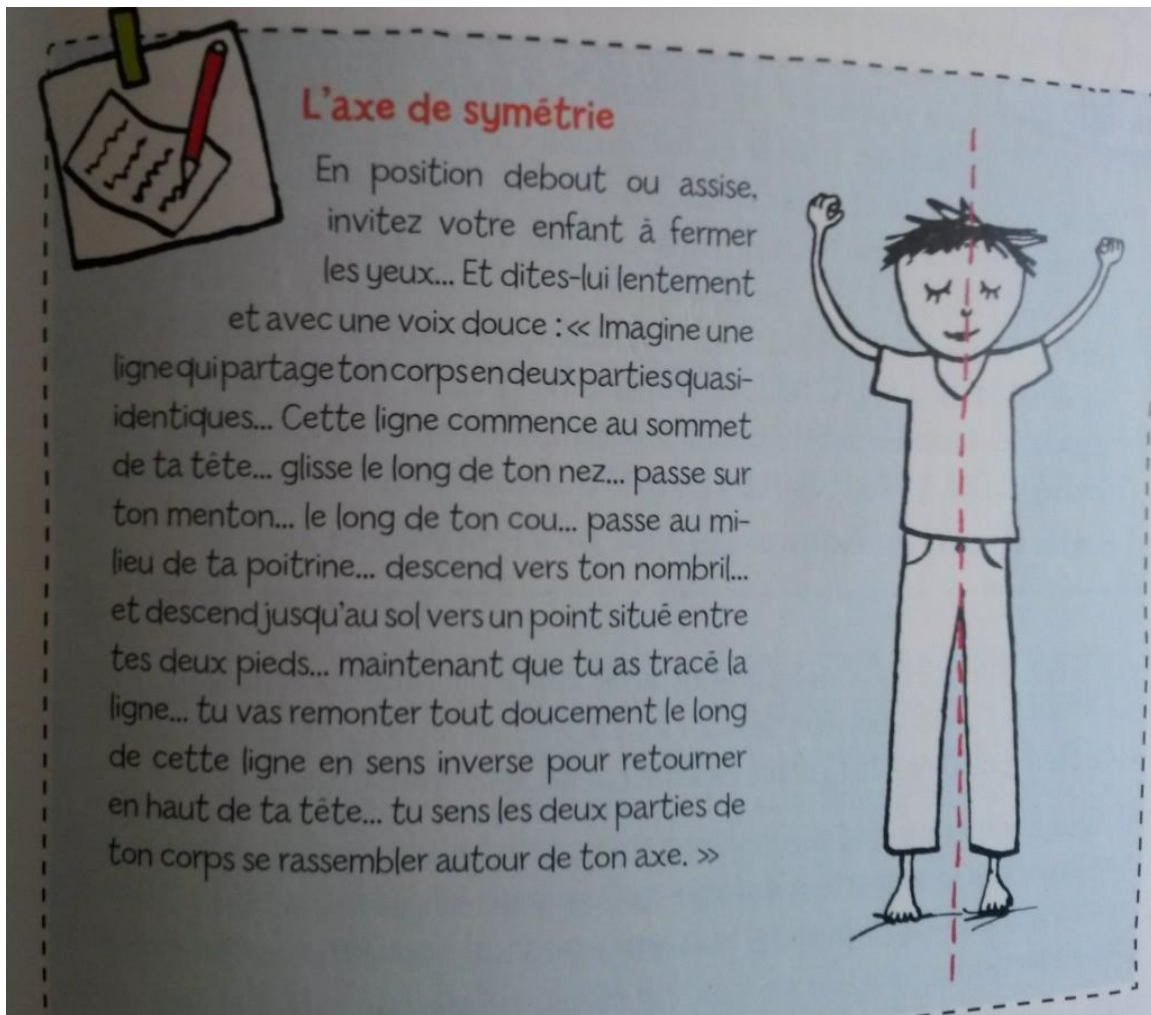
Ou dessiner une spirale (sur une feuille de papier, en l'air ou mentalement) en partant de l'extérieur pour revenir à l'intérieur et sentir un état de présence.

	Spirale centripète	Pour se recentrer, interioriser
---	--------------------	---------------------------------

Source : Vivre pleinement l'instant (Martine MINGANT – Eyrolles)

- **10. Proposer un exercice de recentrage**

L'axe de symétrie est un exercice de recentrage proposé dans [Apprendre Autrement avec la Pédagogie Positive](#) de Akoun et Pailleau.



Quels jeux et exercices choisir pour développer l'attention et la concentration de vos enfants de 3 à 10 ans ? Voici notre sélection.

L'attention, c'est rendre l'esprit disponible pour apprendre ou pour accomplir une tâche en se concentrant sur une chose en particulier et en éliminant toute autre pensée ou activité. Ainsi, les capacités d'**attention** et de **concentration** sont étroitement liées. Le développement de ces facultés chez l'enfant est extrêmement important. Et une fois de plus, c'est [en jouant que nos enfants apprennent de la manière naturelle](#).

La fixation de l'attention est le premier phénomène attendu; le commencement des actes auxquels est lié la croissance intérieure.
- Maria Montessori

Quelques conseils pratiques pour développer l'attention et la concentration



Le développement de l'attention et de la concentration est extrêmement important pour les apprentissages scolaires.

Le développement de l'attention et de la concentration chez l'enfant est **très important pour sa future scolarité**, mais également pour sa future vie d'adulte. Il ne suffit pas de tout simplement demander à son enfant de rester attentif et de se concentrer. Ces capacités se travaillent et se concentrer s'apprend.

C'est en jouant et en s'amusant (comme toujours 😊) que l'apprentissage de la concentration deviendra le plus efficace. Nous vous proposons ici quelques idées d'**activités pour favoriser l'attention et la concentration** de votre enfant dans la vie quotidienne. Vous y trouverez des jeux d'attention à faire à la maison ou dehors ainsi que des **exercices de concentration et d'attention à imprimer**. Ces activités peuvent être adaptées pour les enfants entre 3 ans et 10 ans. Elles peuvent aussi être pratiquées à l'école pour les élèves de maternelle, de CP, de CE1, etc.

Assurez à votre enfant un environnement sain

Votre enfant ne doit pas être parasité par des problèmes dans son environnement ou dans son hygiène de vie. Il est donc important pour lui d'avoir un bon régime alimentaire, de dormir suffisamment et correctement, d'être protégé du stress et d'avoir assez de temps libre pour jouer et apprendre.

Faire des exercices de respiration

Les **exercices de respiration** sont très bénéfiques pour oxygéner le cerveau et le corps. Apprendre à contrôler sa respiration aide aussi à se calmer et à **canaliser ses émotions**. Les jeux où l'enfant peut **entraîner son souffle** et sa respiration sont souvent très amusants : faire des bulles de savon, souffler sur un pissenlit ou sur un moulin à vent, gonfler les ballons, etc.



Voici un bon exercice pour maîtriser l'inspiration par le nez et l'expiration par la bouche.

Voici un autre jeu qui pourrait amuser toute la famille 😊. Préparez de l'eau savonneuse dans un verre. Soufflez dans l'eau avec une paille pour faire mousser. C'est un très bon exercice pour entraîner l'inspiration par le nez et l'expiration par la bouche.

Faire des exercices de yoga et de méditation

Qui a dit que les enfants ne pouvaient pas **s'intéresser au yoga** ? Pas nous en tout cas. Sachez qu'il existe des exercices de méditation et

de yoga spécialement conçus pour les enfants. Ces quelques positions, très simples, favorisent la détente et le développement de la concentration de votre petit. Cette activité peut être ludique et ne nécessite pas une pratique trop longue. Si votre enfant s'ennuie au bout de 10 minutes, arrêtez l'exercice, il en aura déjà fait beaucoup !

Pour aller plus loin, voici une vidéo reprenant quelques positions de yoga à faire avec votre enfant.

Je vous invite à ouvrir la vidéo sur YouTube Séance de yoga pour les enfants: <https://www.youtube.com/watch?v=cM6opeQN9H0>

10 idées de jeux pour développer sa concentration et son attention en s'amusant

Il existe de nombreux jeux qui demandent d'être concentré et aident à augmenter la capacité d'attention. Voici un **récapitulatif de nos activités d'attention et de concentration préférées**. Nous les détaillons plus bas.

TOP 5 activités pour favoriser l'attention et la concentration

1 Jeux de construction avec plan de montage

Playmobile®, Lego®,
Mécano®,
Kapla®,
GraviTrax®, etc.



2 Coloriage de mandalas

Choisissez des modèles de mandalas de plus en plus complexes.

Ou encore plus intéressant, faites vos propres mandalas avec un compas. Amusez-vous à les colorier !



3 Jeux de discrimination visuelle

Cherche et trouve,
Où est Charlie ?,
trouver l'intrus,
jeux de memory,
labyrinthes,
suites logiques,
sudokus, puzzles, etc.



4 Jeux d'attention pour bouger

« Jacques a dit »,
répéter la suite des
3 consignes,
reproduire
des rythmes,
imiter les poses
des animaux, etc.



5 Jeux de sociétés d'attention

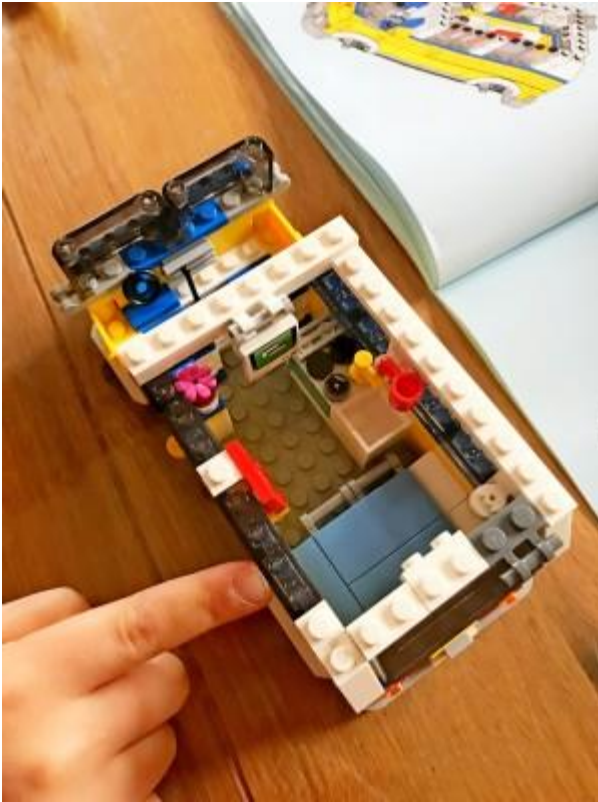
Uno, Dobble, Differix,
Jeu de dames,
Jeu d'échecs,
Différence, Le Lynx,
Simon, etc.



Voici une infographie qui présente nos 5 activités préférées pour favoriser l'attention et la concentration.

Crédit photo : www.mes-jeux-educatifs.fr ©

Les jeux de construction pour favoriser l'attention et améliorer la concentration



Les jeux de type "constructeur" - comme Lego, Kapla, etc. - sont de très bons "outils" de concentration pour les enfants, surtout quand il faut suivre un **plan de montage** pour obtenir un résultat concret. En plus, les parents peuvent participer, par exemple en aidant à suivre les étapes ou préparer les pièces. Les enfants adorent ce genre de **coopération** et se concentrent facilement dans ce cadre-là.

Ce n'est pas le seul bienfait de ce type de jeux. Jouer avec des briques de Lego par exemple aide à développer la motricité fine et la capacité de raisonnement et de visualisation. Ce jeu de construction favorise le développement des compétences mathématiques comme l'orientation dans l'espace, la géométrie et le calcul. Il fait appel également à l'imagination et à la créativité... mais c'est une autre histoire, on y reviendra dans un article spécial.

Les activités artistiques comme le coloriage de mandalas



Le coloriage des mandalas est une activité parfaite pour se concentrer.

Il existe de nombreuses activités artistiques et de bricolage pour permettre aux enfants de développer leur concentration : le dessin, le coloriage (ce n'est pas évident de colorier sans dépasser les bords), le découpage et le collage, la fabrication des bijoux de perles, le tissage des bracelets, etc.

Le **coloriage d'un mandala** peut aussi permettre à l'enfant de se concentrer pendant un petit moment. Les mandalas sont reconnus pour les bienfaits qu'ils procurent aux adultes comme aux enfants. Chez l'enfant, le coloriage de mandalas l'aide à être moins stressé et à se détendre. Cette activité favorise aussi la motricité de la main, la patience et du sens artistique grâce au choix des différentes couleurs.

Il semblerait que si vous coloriez votre mandala de l'intérieur vers l'extérieur, vous allez **développer plus votre attention**. Si vous le coloriez de l'extérieur vers l'intérieur, c'est plutôt **la concentration qui va être favorisée**. A vous de tester !

Cette activité plaît beaucoup à notre fils, surtout depuis qu'il a découvert le compas. Il s'amuse à dessiner les rosaces de toutes les formes puis à les colorier.

Les activités où il faut faire des identifications



Exemple d'exercice de concentration qui fait partie d'un de nos [kits de jeux de logique](#).

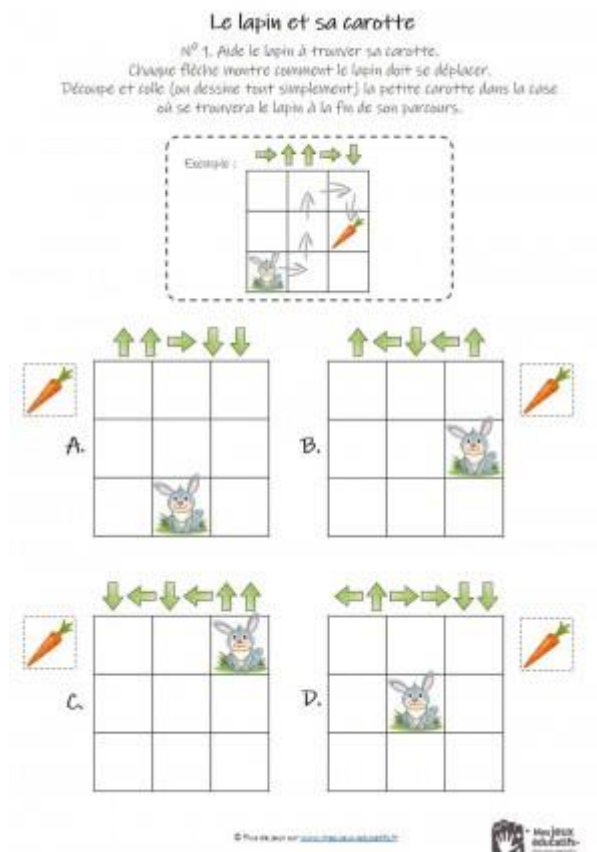
Crédit photo : www.mes-jeux-educatifs.fr ©

Il existe une multitude de variantes pour ce type de **jeux d'attention** que l'on appelle les exercices de **discrimination visuelle** ou **auditive** : l'enfant peut par exemple reconnaître un petit mot dans un texte ou dans une chanson. On peut aussi lui demander de rayer un [A] sur 3 ou 4 ou tous les [A] dans un petit texte. Pour rendre cet exercice de concentration plus complexe, donnez-lui plusieurs consignes, par exemple, souligner une lettre et en rayer une autre en lisant le même texte. "**Où est Charlie ?**" ou "**Cherche et trouve**" font également partie de ce type de jeux.

Nous avons créé pour vos enfants de 5 ans à 8 ans plusieurs fiches d'**exercices de discrimination à imprimer**. Parmi ces exercices d'attention, vous y trouverez par exemple un [kit de jeux de logique sur le thème des glaces](#). Ce kit contient 5 exercices ludiques

d'attention et de calcul. Imprimez ces **jeux de concentration** et emportez-les partout.

La dictée graphique, le repérage spatial ou "dessine-moi un plan"



Exemple d'[exercice de repérage et déplacements sur quadrillages](http://www.mes-jeux-educatifs.fr) disponible sur notre site.

Crédit photo : www.mes-jeux-educatifs.fr ©

Voici une autre idée de **jeux de concentration à imprimer** ou à fabriquer soi-même. Préparez une feuille quadrillée et indiquez clairement un point de départ. Vous pouvez coller des images sur le point de départ et le point d'arrivée pour rendre le jeu plus divertissant pour les plus petits (une maman ourse qui doit rejoindre son ourson ou des enfants qui rentrent à la maison après l'école). Expliquez à l'enfant que chaque carré représente un pas et qu'il devra tracer le chemin que vous lui indiquerez. Par exemple, à partir du

point de départ il doit faire un pas vers le bas, deux pas vers la droite, trois pas vers le haut, etc.

Avec ce type de jeux, l'enfant apprend à se repérer dans l'espace, à situer un objet par rapport à un autre et à se déplacer sur des quadrillages en se servant de codes. Ce sont des bases de mathématiques. Et en plus, l'enfant se concentre sur son activité et améliore sa capacité attentionnelle. Nous avons créé pour vos enfants de 5 ans à 10 ans plusieurs [fiches d'exercices de repérage spatial à imprimer](#).

Le jeu "Jacques a dit..."

Voici un grand classique de **jeux d'attention** et de réaction. Celui qui mène le jeu donne des ordres en faisant référence aux parties du corps comme : "Jacques a dit : touche ton menton !", "Jacques a dit : pointe ton index vers ton coude droit !".

De temps en temps on commence la consigne par la phrase "Jacadi a dit..." qui ressemble beaucoup à la phrase correcte, mais à laquelle les joueurs ne doivent pas répondre. Les enfants doivent exécuter l'ordre uniquement si la phrase commence par "Jacques a dit...".

Jouer avec plusieurs enfants en même temps est très sympa, ce jeu est une bonne idée pour amuser un groupe d'enfants lors d'une fête d'anniversaire, par exemple.

Nous jouons souvent à une **variante du jeu "Jacques a dit..."**, mais **sans bouger**. Ce jeu est très amusant et peut se **jouer lors d'un trajet en voiture**. Prononcez une série de mots. L'enfant doit répéter uniquement le mot avant lequel vous prononcez "répète". Si vous ne dites pas "répète", il doit rester silencieux et ne pas répéter les mots que vous prononcez. Accélérez le rythme si l'enfant suit bien. Les enfants adorent.

La suite de 3 consignes

Ce jeu d'attention a toujours du succès en groupe. Vous annoncez 3 consignes bien différentes, par exemple : "Compte jusqu'à 4", "Nomme un animal" et "Saute 3 fois". À votre commandement, l'enfant doit exécuter ces 3 consignes dans le bon ordre. Si ces consignes semblent faciles pour les enfants, ajoutez davantage de précisions "Compte de 5 à 1", "Nomme un animal sauvage (carnivore, etc.)" et "Saute 2 fois sur le pied gauche et 4 fois sur le pied droit".

Imiter les animaux

Voici un autre jeu d'attention très amusant que les enfants adorent. Quand l'adulte tape dans les mains 1 fois, il faut prendre la pose de la cigogne (debout sur une jambe, l'autre jambe est pliée). 2 fois - la pose de la grenouille (assis, les talons collés, les genoux écartés, les mains par terre entre les genoux). 3 fois - la pose de la vache (se mettre sur 4 pattes et prononcer "meuh, meuh..."). Vous déterminez à l'avance bien sûr quel numéro correspond à quelle pose. Vous pouvez vous entraîner à faire les poses avant, afin que tout le monde intègre les poses à prendre. Mais vous pouvez aussi juste déterminer les poses et laisser les enfants improviser.

Si vos enfants sont initiés au yoga, pourquoi ne pas pratiquer ce jeu d'attention en prenant les **poses de yoga** au lieu de celles des animaux ?

La suite des lettres

L'enfant doit recopier sans se tromper une suite de lettres comme DFRTTGHYHJY, etc. Cela peut être également une suite de chiffres ou de formes. Ou bien les 3 mélangés en fonction de l'âge de l'enfant. La longueur de la suite dépendra aussi de l'âge de l'enfant et de sa capacité de concentration.

Les mots cachés ou les mots mêlés

Ce jeu stimule la concentration chez les enfants qui savent déjà lire. Il faut retrouver les mots cachés dans une grille ou dans une suite de lettres, par exemple : CHATGHYTCHIENONHGTABLEGHTT. Et vous, les avez-vous retrouvés 😊?

Vous pouvez aussi vous amuser à faire vos propres grilles de mots mêlés. Pour cela, choisissez vos mots, disons 10 mots. Tracez une grille composée de 10 lignes et de 10 colonnes. Inscrivez vos mots dans cette grille. Vous pouvez les placer comme vous voulez : verticalement ou horizontalement. Ensuite, remplissez les cases vides avec d'autres lettres dans le désordre. Le tour est joué ! Si votre enfant trouve tous les mots, ce sera à lui de vous concocter une grille de mots mêlés.

Cette phrase est-elle correcte ?

Un autre jeu de concentration qui développe aussi l'attention et la mémoire : **Cette phrase est-elle correcte ?** Prononcez une phrase. Si elle est correcte, les enfants doivent taper dans les mains. Si ce que vous dites est faux, ils doivent taper des pieds. Par exemple, "Il neige en été" ou "Le lapin est carnivore" ou encore "Laver les dents est mauvais pour la santé". Et bien sûr, plus les enfants sont grands, plus les phrases deviendront compliquées.

Le jeu de dames et les échecs



Le jeu d'échecs est idéal pour apprendre à se concentrer et à développer sa mémoire.

Crédit photo : George Rudy / Shutterstock ©

Vous pouvez aussi initier vos enfants au **jeu de dames** et aux **échecs**. Vous ne savez pas jouer aux échecs ? C'est plutôt une bonne nouvelle. Vous apprendrez en même temps que vos enfants. L'attention et la concentration figurent parmi les [nombreuses qualités](#) que la pratique régulière de ces grands classiques développe. Ces jeux contribuent non seulement au développement intellectuel des enfants et à leurs fonctions cognitives, mais également à l'amélioration de leurs résultats en mathématiques, en science et en langue.

D'autres jeux qui améliorent l'attention et la concentration

Les **jeux de mémoire** et les **jeux de logique** font toujours appel à l'**attention** et la **concentration**. Pour trouver une solution aux jeux comme les casse-têtes, le jeu de Memory, les labyrinthes, les sudokus, les suites logiques, etc., l'enfant aura besoin de se concentrer sur une seule action pour analyser la situation et trouver la bonne solution. "**Trouver une paire**", par exemple, est un jeu de logique qui exige de la persévérance et de la concentration. "**Trouver un intrus**" est également parfait pour exercer sa concentration

Mon enfant manque de concentration, que faire ?

<https://www.youtube.com/watch?v=1e4b5eebHjo>

COMMENT DÉVELOPPER LA CONCENTRATION DE SON ENFANT

https://www.youtube.com/watch?v=S_EK8CPZ664

Stratégies de concentration

https://www.youtube.com/watch?v=DL_v3VpfX2E

Aider son enfant à se concentrer grâce à la méthode Montessori :

<https://www.youtube.com/watch?v=GS7vsOY4Q6w>



ça va bien aller

Les liens ci-dessous s'adressent à la maman de YADDADEN ILYAS suite à sa demande.

J'apprends le nom des animaux de la ferme :

https://www.bdrp.ch/system/files/docs/2015-02-04/j_apprends_le_nom_des_animaux.pdf

Trousse d'activités éducatives :

<http://museeaac.techno-science.ca/doc/education-programs/cafm/education-nos-amis-a-la-ferme-trousse.pdf>

<http://www.momes.net/Apprendre/Sciences-naturelles/Le-monde-animal/Le-lapin>

