



Oceana  
mater'

Première édition 2023

par COONI JUNIOR  OR

# Préface

## Pourquoi enseigner les neurosciences cognitives en classe ?

Le 21<sup>e</sup> siècle amène une complexité croissante de l'environnement et les enfants sont confrontés à une charge élevée d'informations, distractions et tentations. En même temps, on attend d'eux qu'ils soient de plus en plus autonomes pour naviguer dans cet environnement et réguler leurs propres comportements et processus d'apprentissage. C'est pourquoi le renforcement des compétences dites "du 21<sup>e</sup> siècle", telle que l'autorégulation, figure en bonne place dans le programme national néerlandais de recherche et d'innovation en matière d'éducation. Le curriculum européen, lui, souligne l'importance de l'axe « apprendre à apprendre » comme compétence commune à la sortie du premier cycle.

L'autorégulation et le « comment apprendre » se basent sur la compréhension de soi et des fonctions cognitives de base (métacognition). Les neurosciences cognitives, en tant que sciences du cerveau et des fonctions cognitives devraient donc jouer un rôle important dans le développement et l'implémentation de ces compétences modernes. Alors que les recherches avancent dans les sciences cognitives appliquées à l'éducation, il est temps d'amener une partie bien établie de ces connaissances sur le terrain de l'école. Elles peuvent aider les enfants à renforcer leurs compétences d'autorégulation et ainsi optimiser l'apprentissage.

Avec ce kit pédagogique, nous avons pour but de partager les connaissances existantes dans le domaine des neurosciences cognitives et de les présenter de manière adaptée aux enfants de manière à ce qu'ils puissent les utiliser pour améliorer leur auto-régulation et leurs apprentissages.

Puisque les jeunes enfants ont un cerveau en plein développement, les concepts évoqués dans ce kit ont été adaptés pour laisser l'enfant découvrir ses capacités cognitives en les mobilisant pour que celles-ci se développent le plus richement possible. Les concepts de régulation pourront être proposés plus tard dans sa scolarité.

### 1. Percevoir

Pour être capable de réguler les états cognitifs impliqués dans l'apprentissage, l'enfant doit d'abord être capable de les percevoir. Par conséquent, nous donnerons des points de repères pour savoir comment reconnaître, par exemple, l'émotion, le stress ou un cerveau distrait.

### 2. Mobiliser

Pour que l'enfant développe son plein potentiel cognitif, son environnement doit être enrichi de multiples stimulations. Dans ce kit, nous vous proposons des exercices en lien avec les programmes scolaires, faisant travailler les grandes fonctions cognitives. Les processus en jeu sont expliqués pour l'adulte en se basant sur des recherches récentes en sciences cognitives des apprentissages.

# Structure du Kit

Le kit d'enseignement contient **cinq chapitres indépendants**, chacun couvre un sujet différent sur les sciences cognitives contemporaines. Les chapitres peuvent être réalisés dans n'importe quel ordre, tout comme les activités qui ne se suivent pas.

Attention, ceci ne s'applique pas pour le chapitre introductif sur le cerveau, très rapide à mettre en place et qui permet d'introduire le reste du kit.

Chaque **CHAPITRE** est organisé de la même manière, constitué de trois parties principales :

- Un **objectif et une introduction** du sujet du chapitre et sa pertinence dans le contexte de "l'apprendre à apprendre"
- Une à deux **séances de découverte** du sujet souvent en lien avec un conte
- Deux à quatre **séances de construction** pour entraîner le concept, en lien avec des exercices
- Une à deux **séances de consolidation** pour ancrer le concept
- Une à deux **séances de réinvestissement** ou des listes d'activités pour aller plus loin

Chaque **SEANCE** est également construite avec une trame spécifique

- Le **but d'apprentissage de la séance**, que vous pouvez annoncer à l'apprenant
- Les **détails de la séance** reprenant les instructions pour chaque activité et le matériel nécessaire

*N.B. : vous pouvez trouver une version numérique du matériel de chaque activité dans le dossier correspondant avec différents niveaux de difficultés, à adapter selon l'âge de vos élèves.*

- Les **liens avec les compétences du programme scolaire**, travaillées par les activités.

## Légende Matériel :

**Matériel à retrouver en format PDF dans le dossier "Matériel"**

**Matériel non fourni, à préparer pour les activités**

# SOMMAIRE

## CHAPITRE 1 ..... 7

### CERVEAU

#### Découverte

Séance 1 : Situer la tête sur le corps humain ..... 9

Séance 2 : Prendre conscience des particularités de sa tête ..... 10

#### Construction

Séance 3 : Évoquer les représentations du cerveau ..... 11

Séance 4 : Observer un cerveau ..... 12

Séance 5 : Comprendre le rôle du cerveau ..... 13

#### Réinvestissement

Parler du cerveau ..... 14

## CHAPITRE 2 ..... 15

### ATTENTION

#### Découverte

Séance 1 : Découvrir l'attention ..... 16

#### Construction

Séance 2 : Comprendre le rôle de l'attention ..... 17

Séance 3 : Diriger et orienter son attention visuelle ..... 18

Séance 4 : Diriger et orienter son attention auditive ..... 19

Séance 5 : Diriger et orienter son attention tactile ..... 20

Séance 6 : Expérimenter l'attention ..... 21

#### Consolidation

Séance 7 : Exercer son attention en présence de distracteurs ..... 22

Séance 8 : Exercer son attention sans objet concret ..... 24

#### Réinvestissement

Utiliser l'attention ..... 25

# SOMMAIRE

<b>CHAPITRE 3</b>	26
<b>EMOTION</b>	
<b>Découverte</b>	
Séance 1 : Découvrir les émotions	27
<b>Construction</b>	
Séance 2 : Identifier les émotions	28
Séance 3 : Reconnaître l'émotion d'un visage	29
Séance 4 : Exprimer des émotions	30
Séance 5 : Utiliser le vocabulaire des émotions	31
<b>Consolidation</b>	
Séance 6 : Réfléchir à propos des émotions	32
<b>Réinvestissement</b>	
Utiliser les émotions	33
<b>CHAPITRE 4</b>	34
<b>MEMOIRE</b>	
<b>Découverte</b>	
Séance 1 : Découvrir la mémoire	35
<b>Construction</b>	
Séance 2 : Prendre conscience de l'utilité de la mémoire	36
Séance 3 : Utiliser la mémoire de travail	37
Séance 4 : Utiliser la mémoire épisodique	38
Séance 5 : Utiliser la mémoire procédurale	39
<b>Consolidation</b>	
Séance 6 : Expérimenter la mémoire à travers de petits jeux	40
Séance 7 : Expérimenter la mémoire à travers de petits jeux	41
<b>Réinvestissement</b>	
Se souvenir	42

# SOMMAIRE

<b>CHAPITRE 5</b>	43
<b>FONCTIONS EXECUTIVES</b>	
<b>Découverte</b>	
Séance 1 : L'inhibition	44
<b>Construction</b>	
Séance 2 : Contrer ses automatismes	45
Séance 3 : Savoir s'arrêter	46
<b>Découverte</b>	
Séance 4 : La flexibilité	47
<b>Construction</b>	
Séance 5 : Savoir alterner entre deux consignes	48
Séance 6 : Respecter un code couleur	49
<b>Consolidation</b>	
Séance 7 : Prendre un rôle	50
Séance 8 : Trouver des solutions	51
<b>Réinvestissement</b>	
Gestion de conflits	52



# Chapitre I

## Cerveau

### Objectif : Découvrir le cerveau

Dans ce chapitre, nous commençons par situer la tête sur le corps humain et prendre conscience de ses particularités. Notre tête est ronde et dure, ce qui s'explique notamment par la présence du squelette. En effet, à l'intérieur de notre tête, il y a le crâne qui fait partie du squelette et qui sert à protéger l'intérieur de la tête. Ici, nous expliquons aux enfants que le squelette est composé de beaucoup d'os et permet de maintenir le corps, il est différent du ventre par exemple, qui lui est mou.

Par ailleurs, le squelette de notre tête est différent de celui de nos bras qui eux aussi ont des os, mais des os longs. Puis, une fois que les enfants ont fait plusieurs hypothèses sur ce qui se trouve sous notre crâne, nous explorons ce qu'il y a à l'intérieur et ce qu'il protège en réalité. À l'intérieur du crâne, il y a un cerveau. Une fois que les enfants ont compris ce qu'il y avait dans notre tête, nous expliquons à quoi sert ce cerveau.

Le cerveau est en réalité le chef d'orchestre de notre corps. C'est lui qui commande tout : nos mouvements et nos pensées. L'objectif de ce chapitre est de faire prendre conscience aux enfants que l'intérieur de notre tête n'est pas vide et que tout le monde possède un cerveau qui est globalement fait pareil. Ainsi, nous sommes tous capables d'apprendre, de mémoriser des informations, réguler nos émotions, prêter attention ou encore réaliser des tâches complexes.

# Préambule

## Les encadrants aussi ont un cerveau...

Enseignante, enseignant, éducatrice, éducateur, parent... À vous adultes qui découvrez ce kit, merci ! Merci de mettre au cœur de votre démarche pédagogique la connaissance du cerveau et d'être prêts à aligner vos enseignements avec les connaissances issues de la recherche en sciences cognitives. Donner les moyens aux enfants de leurs apprentissages est ce qui nous anime aussi.

Ne serait-il pas tentant de rivaliser de toujours plus d'efforts pour donner aux enfants toutes les chances de réussite sans jamais questionner l'autre membre de cette interaction... vous-même ? Après tout, les adultes ont aussi un cerveau apprenant et ne sont pas parfaits !

Alors, tout en vous souhaitant une bonne plongée dans ce kit, des outils et des idées à mettre en pratique auprès de vos élèves, nous vous invitons aussi, à aborder chaque séquence avec curiosité à votre propre égard.

Est-ce que j'arrive à me retenir de couper la parole quand j'ai envie d'intervenir ?

Est-ce que je sais m'organiser pour ma journée en classe et préparer les ressources en amont ?

Comment est-ce que je gère l'interaction désagréable avec telle collègue ?

Parce que, peut-être que la révolution que vous enclenchez en vous formant pour vos classes avec notre kit et d'autres, sera d'autant plus décuplée, qu'on s'intéressera à vous, votre santé mentale, vos compétences, votre métacognition. Que vous vous sentiez libre d'aborder les notions du kit avec curiosité à votre égard, sans jugement, c'est tout ce qu'on vous souhaite ! Les réflexions sur vous-même qui en découleront auront, nous en sommes convaincus, de belles retombées dans la classe. Surtout si vous osez vous challenger/vous mettre à l'épreuve/vous lancer des défis/vous exercer.

Alors, belle découverte de votre cerveau aussi !

En solidarité,

L'équipe **Cogni**  
**JUNIOR** 



# Séance 1

## Situer la tête sur le corps humain

En lien avec les activités de découverte du vivant (schéma corporel), les élèves sont invités à situer la tête sur le corps humain. Voici 4 activités possibles :



### Comptines

Matériel C1



### Bonhomme à reconstituer

Matériel C2



### Jacques a dit

Toucher différentes parties du corps



### Gommette

Prendre les élèves en photo, les imprimer et leur demander de placer une gommette sur leur tête

Liens avec le programme :

- Agir dans l'espace, sur la durée et sur les objets
- Réaliser des compositions plastiques
- Pratiquer des activités du spectacle vivant
- Découvrir le monde du vivant



# Séance 2

## Prendre conscience des particularités de sa tête

Lors de cette activité avec les enfants, commencez par leur poser la question : '**Comment est notre tête ?**'

Expliquez-leur que notre tête est **ronde et dure** principalement à cause du crâne, qui est une partie de notre squelette qui protège l'intérieur de la tête.

Ensuite, parlez-leur du squelette en général, en expliquant que c'est ce qui maintient notre corps en place, et qu'il est composé de différents os. Comparez la tête avec le ventre pour montrer la différence entre **le dur et le mou**.

Enfin, pour illustrer davantage la notion d'os ronds versus os longs, comparez la tête à notre bras. Mettez l'accent sur le fait que le **crâne est particulier et différent des autres os**.

### Activité supplémentaire :

Représenter le squelette avec des coton-tiges ou des pailles  
**Matériel Supplémentaire S1**

Niveau facile : Imprimer le modèle en première page pour chaque élève qui devra coller par-dessus les traits

Niveau difficile : Imprimer une fois la première page de modèle pour tous et la deuxième page d'exercice pour chaque élève qui devra coller en regardant le modèle

Liens avec le programme :

- Découvrir le monde du vivant
- Enrichir le vocabulaire
- Réaliser des compositions plastiques



# Séance 3

## Évoquer les représentations du cerveau

Lire l'histoire de **Robi le Robot**.

Matériel C3

Après le conte, évoquez les connaissances des enfants sur les robots et les appareils électroniques intelligents comme les ordinateurs, les téléphones, et les tablettes. Demandez-leur si vous avez déjà vu un robot, et quels autres objets électroniques intelligents ils connaissent.

Ensuite, abordez la fabrication de Robi et ce qu'il y a dans un appareil électronique, notamment les circuits électriques si les enfants le savent déjà. Ensuite, amenez-les à réfléchir à la manière dont nous sommes fabriqués. Pourquoi Robi dit que les enfants apprennent et pas lui ? Cela peut conduire à une discussion sur le fait que les enfants ne naissent pas avec toutes leurs connaissances et qu'ils doivent apprendre pour les acquérir.

Enfin, posez la question : **“Qu'est-ce qu'il y a sous notre crâne ?”** Laissez les élèves émettre des hypothèses et notez leurs réponses sans encore parler du cerveau. Vous pouvez illustrer leurs représentations en collant des images ou en les laissant dessiner sur le **Matériel C4**.

Liens avec le programme :

- Ecouter de l'écrit et le comprendre
- Echanger et réfléchir avec les autres
- Oser entrer en communication



# Séance 4

## Observer un cerveau

Dans cette séance, commencez par reprendre les hypothèses que les enfants ont formulées lors de la dernière séance (séance de découverte 3) au sujet de ce qui se trouve sous le crâne.

Ensuite, présentez une photo d'un crâne avec un cache et expliquez : '**Maintenant, je vais soulever le cache pour voir ce qu'il y a à l'intérieur du crâne.**'

Matériel C5

Soulevez le cache du crâne et montrez une photo du cerveau collée à l'intérieur. Dites aux enfants : '**Voici ce qu'il y a sous le crâne, c'est le cerveau.**'

Laissez les enfants s'exprimer pour décrire le cerveau et donner leurs impressions sur ce qu'ils voient.



Liens avec le programme :

- Echanger et réfléchir avec les autres
- Enrichir le vocabulaire
- Découvrir le monde du vivant



# Séance 5

## Comprendre le rôle du cerveau

Reprendre l'activité de la séance précédente.

"Prenons un moment pour rappeler ce que nous avons appris lors de la dernière séance. Vous souvenez-vous de ce qui se trouve sous notre crâne ?"

La réponse est : "**Le cerveau.**"

Ensuite, expliquez aux élèves que le cerveau agit comme le chef d'orchestre de notre corps.

*"C'est un peu comme le chef d'un orchestre qui donne des instructions pour que la musique soit jouée correctement. De la même manière, le cerveau donne des ordres à notre corps pour qu'il agisse de la bonne manière."*

### Jeu

Demandez aux enfants d'imaginer qu'ils parlent à leur cerveau et de lui donner des ordres comme : 'Lève le bras', 'Ferme les yeux', 'Parle', etc. Expliquez que cela leur montrera comment le cerveau est le chef d'orchestre de nos actions corporelles.

Liens avec le programme :

- Enrichir le vocabulaire
- Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements et des contraintes variés



# Parler du cerveau

Lors du travail des capacités cognitives, vous pouvez expliquer que tout cela est possible grâce au cerveau.

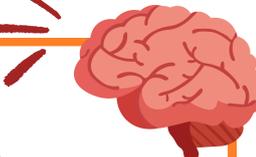
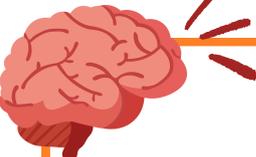
Si vous souhaitez aller plus loin et évoquer des aspects de neurobiologie (les neurones, leur anatomie, leur communication ...) avec vos élèves, nous vous renvoyons vers le **kit OCEANA élémentaire** avec son chapitre Neurobiologie comprenant notamment le conte "Mimi la microglie" avec un vocabulaire adapté aux jeunes enfants.

Cependant, sachez qu'en maternelle, les enfants ne sont pas encore en capacité de concevoir ce qu'ils ne voient pas. Ainsi, il pourra être difficile d'associer les personnages du conte et les éléments de neurobiologie à leur propre fonctionnement cérébral.

Pourtant, si le cerveau les intéresse, il peut être très bénéfique d'aller plus loin afin de commencer à développer des compétences métacognitives (sur leur propre fonctionnement). Tout cela en répétant l'information pour qu'elle s'ancre.

**Pour le kit élémentaire ça se passe ici :**





# Chapitre 2

## Attention

### **Objectif : Prendre conscience et apprendre à contrôler son attention**

L'attention est une capacité qui nous permet de nous concentrer sur un stimulus en particulier (une pensée, une tâche, un discours, etc...) pour le traiter et d'éliminer les informations non pertinentes. Cette attention fluctue et peut être perturbée par l'arrivée d'autres stimuli externes (un bruit, la fatigue, un autre événement, etc...) ou internes (faim, sommeil...). L'objectif de cette séquence est de faire découvrir aux enfants l'existence de cette attention et les situations dans lesquelles elle est utilisée. Les enfants apprendront qu'elle peut beaucoup fluctuer si nous ne sommes pas concentrés/attentifs.

Il existe plusieurs types d'attention : la vigilance, l'attention sélective ou focalisée, l'attention soutenue, l'attention divisée ou partagée. Dans cette séquence nous abordons le concept d'attention sélective qui correspond à la capacité de prêter attention au stimulus le plus important parmi un nombre important de distracteurs. L'attention sélective peut faire appel à différents sens (la vue, l'audition ou le toucher) selon le type de stimulus. Toutes les informations vont arriver dans notre système sensoriel, à la manière d'un goulot d'étranglement. Il n'est pas possible pour le cerveau de traiter toutes ces informations en même temps. Donc l'attention sélective va agir comme un filtre et sélectionner l'information la plus importante à l'instant donné.

Dans ce processus, les fonctions exécutives vont également intervenir puisque nous avons besoin de nos capacités d'inhibition pour ignorer les informations non pertinentes et résister aux interférences. L'attention est essentielle dans l'apprentissage puisque pour apprendre il faut se concentrer, focaliser son attention sur ce qui doit être retenu en mémoire. Si nous ne prêtons pas attention à l'information qui doit être apprise, il sera impossible pour nous de la mémoriser.



# Séance 1

## Découvrir l'attention

Lire l'histoire de **Robi et le chemin de cailloux**.

Matériel A1

Ensuite, initiez une discussion collective en posant deux questions importantes aux élèves :

1. '**Pourquoi Robi est tombé ?**' Essayez d'amener les élèves à l'idée qu'il a oublié de faire attention aux cailloux, ce qui se traduit dans cette histoire par l'oubli de regarder où il pose ses pieds sur le chemin.
2. '**Pourquoi a-t-il oublié de faire attention ?**' Tentez de comprendre avec les élèves qu'il a été distrait par le passage d'un oiseau dans le ciel, ce qui l'a empêché de voir où il mettait les pieds.

À ce stade, demandez aux élèves de regarder leurs pieds. Ensuite, demandez-leur de regarder le plafond. Posez la question : 'Est-ce que vous voyez toujours vos pieds lorsque vous regardez le plafond ?' La réponse sera 'Non, vous ne pouvez pas voir les deux en même temps.'

**Expliquez que vous pouvez choisir d'être attentif à l'un ou à l'autre, mais pas aux deux en même temps.**

Concluez en expliquant que pour faire attention, vous avez besoin de votre corps. Dans cette histoire, Robi a utilisé ses yeux. Plus tard, les élèves découvriront qu'il existe d'autres sens avec lesquels on peut être attentif.

Liens avec le programme :

- Echanger et réfléchir avec les autres
- Enrichir le vocabulaire
- Acquérir et développer la syntaxe
- Découvrir le monde du vivant



# Séance 2

## Comprendre le rôle de l'attention

Rappelez aux élèves l'histoire de **Robi et le chemin de cailloux**.

En salle de motricité ou en cour de récréation, préparez un parcours à suivre en matérialisant un point de départ et une arrivée. Expliquez aux élèves qu'ils vont imiter Robi en se déplaçant le long d'un chemin.

**Matériel Supplémentaire S2**

**Consigne 1** : '**Marchez sur le chemin du début à la fin, puis retournez à votre place.**' Pour cette première étape, les enfants peuvent suivre le parcours un par un, sans se doubler. Si vous avez un grand groupe, vous pouvez organiser le passage par petits groupes pendant que les autres attendent.

Question : '**Est-ce que c'était facile ?**' La réponse sera probablement 'Oui'.

**Consigne 2** : '**Marchez sur le circuit, et à mon signal, regardez le plafond (le ciel) tout en essayant de continuer à avancer sur le circuit.**' Cette deuxième étape peut commencer avec un seul enfant, pendant que tous les autres observent. Ensuite, pour éviter les bousculades, vous pouvez organiser l'activité par groupes de cinq ou six enfants. Les spectateurs auront pour mission de vérifier si les enfants regardent effectivement le plafond au signal, et s'ils réussissent à rester sur le parcours.

Questions : '**Est-ce que c'était facile ?**' '**Est-ce que vous avez réussi à suivre le circuit en restant dessus ?**' '**Pourquoi ?**' La réponse sera probablement que c'était plus difficile car ils ne pouvaient pas voir où ils mettaient les pieds.

Précisez aux élèves : "**Si vous regardez le plafond, c'est un peu comme Robi qui regardait l'oiseau. Cela vous empêche de faire attention au chemin car vous ne pouvez plus le voir.**"

Liens avec le programme :

- Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou contraintes variés
- Agir dans l'espace
- Oser entrer en communication



# Séance 3

## Diriger et orienter son attention visuelle

Pour matérialiser l'action de faire attention, proposer l'affiche « Attention » de Robi. Cette affiche peut être utilisée à chaque séance par la suite.

Matériel A2

### Jeu d'attention visuelle

Présenter le panneau "Oeil" aux élèves et leur distribuer un **cylindre vide** (par exemple un rouleau en carton) chacun.

Matériel A3

**Consigne** : "Nous allons jouer à faire attention avec les yeux. A mon signal, vous allez regarder uniquement ce que je demande à travers votre rouleau et en cachant l'autre œil avec votre main.

« Attention... Tout le monde regarde... [objet] ».

**Discussion** : Expliquez que lorsque vous demandez de faire attention à quelque chose, c'est un peu comme avec le rouleau de sopalin = on regarde une seule chose (c'est la notion d'**attention focalisée**).

Vous pouvez utiliser ici tous les jeux de discrimination visuelle sur fiche, en précisant que ce travail leur apprend à faire attention avec les yeux/ à être attentif grâce aux yeux. Pour cela, vous pouvez utiliser le panneau "Oeil" (Matériel A3) à chaque fois que vous débuterez une activité de ce type.

### Exemples d'activités :

- **Les jeux de différences** : proposer des dessins à priori similaires et trouver les différences qui se sont cachées dans le décors.
- **Les jeux de lynx** : retrouver un élément ou un détail dans un ensemble
- **Les jeux d'intrus visuels** : proposer une série d'éléments et trouver l'intrus (celui qui se différencie des autres par sa forme, taille, fonction ou couleur)

### Liens avec le programme :

- Découvrir le monde du vivant
- Explorer la matière
- Enrichir le vocabulaire



# Séance 4

## Diriger et orienter son attention auditive

Pour matérialiser l'action de faire attention, proposer l'affiche « Attention » de Robi. Cette affiche peut être utilisée à chaque séance par la suite.

Matériel A2

### Jeu d'attention auditive

Montrez le panneau "Oreille" aux élèves et expliquez-leur qu'ils vont devoir être attentifs avec leurs oreilles.

Matériel A4

Présentez **trois objets sonores ou instruments** et jouez leur son devant les élèves (bouteille en plastique, cailloux qu'on tape, grosses cuillères, boîtes de conserve, etc.)

**Consigne** : 'Levez la main uniquement quand vous entendez (tel objet sonore).' Vous pouvez varier en distribuant des **photos d'objets sonores** différents aux élèves, ou en leur faisant lever la main quand deux sons choisis se succèdent.

Utilisez le panneau 'Oreille' (**Matériel A4**) pour introduire de telles activités et renforcez l'idée d'apprendre à être attentif grâce à nos oreilles.

### Exemples d'activités :

- Reconnaître des cris d'animaux,
- des éléments de paysage sonore,
- la direction d'un son avec les yeux fermés,
- associer une image à une scène sonore.

### Liens avec le programme :

- Affiner son écoute
- Agir dans l'espace, sur la durée et sur les objets



# Séance 5

## Diriger et orienter son attention tactile

Pour matérialiser l'action de faire attention, proposer l'affiche « Attention » de Robi. Cette affiche peut être utilisée à chaque séance par la suite.

Matériel A2

### Jeu d'attention tactile

Montrez le panneau "Main" aux élèves et expliquez-leur qu'ils vont devoir être attentifs, c'est-à-dire faire attention, avec leurs mains.

Matériel A5

Présentez un carton ou un sac contenant divers objets.

**Consigne :** Sans regarder dans le sac, vous devez trouver tous les objets qui correspondent à une caractéristique que vous sentirez avec votre main (par exemple, objets ronds, doux, piquants, plats, etc.).

*(Idées d'objets : balle de tennis, balle de ping-pong, couvercle de pot de confiture, CD, couverts, bâton, pièces de jeux de construction, brosse à cheveux, cailloux, etc.)*

### Variantes :

- Retrouvez un objet dans le sac parmi d'autres en vous basant sur **une photo**.
- Sortez tous les objets sauf un seul (préalablement choisi).
- Retrouvez **deux objets similaires** (deux morceaux de tissu, deux cailloux, deux cuillères, etc.).

Ces ateliers peuvent être proposés en tant qu'ateliers autonomes et accessibles sur le long terme pour permettre une manipulation continue.

### Liens avec le programme :

- Explorer la matière



# Séance 6

## Expérimenter l'attention

Présentez l'histoire de **Robi sur son fil de funambule**.

Matériel A6

**Posez la question** : 'À quoi doit-il faire attention ? Comment ?'

Les réponses peuvent inclure le fait qu'il doit faire attention au chemin qu'il suit sur le fil en utilisant ses yeux, aux mouvements calmes de ses jambes et de ses bras, à son corps qui doit rester droit, etc.

Expliquez aux enseignants qu'ils vont mettre en place des jeux pour aider les élèves à apprendre à faire attention avec leur corps, tout comme Robi.

Il s'agit de proposer des jeux d'adresse en salle de motricité.

**Consigne** : Les élèves doivent se déplacer sur un chemin matérialisé au sol par **une ligne** (craie, scotch, barre, etc.). L'objectif n'est pas seulement de suivre la direction du chemin, mais aussi d'avoir les deux pieds sur le chemin à chaque pas (un pied devant l'autre, sans marcher sur les côtés).

**Variantes** :

- Transporter un **objet dans une cuillère** sans le faire tomber.
- Se déplacer avec un **objet** sur la tête sans le faire tomber (utilisez des morceaux de carton, un sac de graines, une plume, un bout de tissu, etc.).

Liens avec le programme :

- Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou contraintes variées
- collaborer, coopérer, s'opposer



# Séance 7

## Exercer son attention en présence de distracteurs

### Matériel :

- Photo des élèves (ou étiquette de présence)
- Matériel à disposer au sol (feutres - pinceaux - feuilles - peluches - animaux - voitures...) pour avoir une trentaine d'objets (il peut y avoir plusieurs exemplaires du même objet).
- Des sacs ou boîtes à chaussures pour la moitié de la classe.

### Dispositif :

Disposez le matériel au sol. Coupez la classe en 2 : un groupe de spectateur - un groupe d'acteur. Placez les spectateurs dans un coin et leur distribuer chacun une photo d'enfant du groupe d'acteurs. Distribuez un sac à chaque enfant du groupe d'acteur.

### Déroulement :

Sur une musique, les enfants acteurs se déplacent librement dans la salle de motricité et mettent un objet dans leur sac. Ils ont le droit de changer plusieurs fois au cours de la chanson mais il faut toujours avoir un seul objet dans le sac.

Les enfants spectateurs doivent observer l'enfant acteur de leur photo pendant tout le temps de la musique malgré les déplacements des autres élèves (distracteurs visuels) et la musique (distracteur auditif).

A la fin de la musique, les spectateurs doivent être capables de donner le nom de l'objet caché dans le sac de l'enfant acteur qu'ils ont observé, prouvant ainsi qu'ils sont restés attentifs à leur cible.

### Liens avec le programme :

- Collaborer, coopérer, s'opposer
- Pratiquer des activités du spectacle vivant



# Séance 7 (suite)

## Exercer son attention en présence de distracteurs

Pour les plus petits, la démarche doit être plus séquencée :

- **Appropriation de la consigne** : tous les enfants jouent et doivent mettre un seul objet dans leur sac (avec un temps de musique assez court). Puis une fois regroupés les enfants montre et nomme l'objet choisi (« un feutre jaune » - lien avec le langage). Ce temps est réalisé plusieurs fois.
- Ensuite un seul enfant se déplace avec un sac sur la musique pendant que tous les autres sont spectateurs. Il choisit un objet, et à la fin de la musique les spectateurs nomment l'objet. L'enfant sort l'objet pour vérification. Le jeu peut être complexifié avec deux ou trois enfants en même temps.
- Puis chaque enfant reçoit la photo d'un élève qu'il doit observer.

Suivant le temps que dure la musique, cette activité fait aussi appel à la mémoire de travail.

Liens avec le programme :

- Collaborer, coopérer, s'opposer
- Pratiquer des activités du spectacle vivant



# Séance 8

## Exercer son attention sans objet concret

Il s'agit ici de faire attention à votre pensée. Pour cela, vous pouvez proposer des petits jeux de concentration.

Les enfants apprendront d'abord à s'installer dans une position confortable (en tailleur, les mains sur les jambes).

Ensuite, demandez leur de fermer les yeux et de penser à une chose pendant quelques secondes (une seule chose à chaque séance).

À la fin de ce petit temps, les élèves seront invités, chacun leur tour, à décrire l'objet de leur imagination, guidés par vos questions.

### Exemples :

- "De quelle couleur était votre chien ? Était-il grand ou petit ? Que faisait-il ?"

Ce jeu devra être réalisé plusieurs fois pour qu'il prenne du sens pour les élèves. Afin que chacun puisse s'exprimer à un moment donné, vous pourrez tirer au sort les photos de trois ou quatre élèves à chaque passage et expliquer aux autres qu'ils s'exprimeront la prochaine fois.

Il est intéressant de le faire en fin de séance de motricité pour un retour au calme.

**Variante :** Pour les plus grands, vous pouvez proposer une discussion sur les distractions qui empêchent cette concentration.

### Liens avec le programme :

- Echanger et réfléchir avec les autres
- Oser entrer en communication
- Représenter l'espace



# Utiliser son attention

- Utiliser l'affiche Attention (**Matériel A2**) comme alerte attentionnelle pour la passation de consigne par exemple.
- Pratique de la **mise au calme des esprits** : prendre un temps calme silencieux ou accompagné d'une piste instrumentale pour s'asseoir dans une position confortable, fermer les yeux et prendre de grandes inspirations en laissant défiler ses pensées sans s'y accrocher
- **Jeux d'adresse** : lancer d'objet sur une cible, lancer des cerceaux sur un piquet ...
- **Les activités de postures** (type yoga statique et dynamique) : imiter une posture et tenir quelques secondes avant de relâcher (**Matériel S8**)
- **Jeux d'attention à autrui** :
  - Miroir : face à face, imiter les mouvements du camarade
  - Chef d'orchestre : en ronde, un enfant va se cacher, pendant ce temps un enfant de la ronde est désigné chef d'orchestre et commence à faire des mouvements que les autres imitent, l'enfant partit se cacher revient et prend place, il a trois essais pour trouver qui est le chef d'orchestre
- **Jeux d'attention divisée** (ex : poule-renard- vipère) : trois équipes ayant chacune une maison délimitée, les poules mangent les vipères, les vipères mangent les renards et les renards mangent les poules, pour manger un adversaire il suffit de le toucher/attraper son foulard scotché dans son dos et celui-ci est alors fait prisonnier dans la maison du mangeur. Les équipes peuvent délivrer leurs prisonniers en tapant dans la main de ceux-ci. Le jeu prend fin quand une équipe est entièrement prisonnière.



# Chapitre 3

## Emotion

### **Objectif : Reconnaître, identifier et exprimer des émotions**

Identifier ses propres émotions, les exprimer et reconnaître celles des autres est un processus qui s'acquiert au cours du développement de l'enfant. Il existe un large éventail d'émotions. L'objectif de ce chapitre est d'apprendre aux enfants le vocabulaire associé aux émotions de base et savoir les identifier : la tristesse, la peur, la colère, la joie et selon leur niveau, la surprise et le dégoût.

Pour identifier les émotions d'autrui, il faut être capable de percevoir les signes du visage qui les traduisent.

Les enfants apprendront donc à regarder la forme de la bouche, des sourcils ainsi que les yeux et à associer une émotion à chaque visage. Une fois que les enfants auront appris le vocabulaire et appris à reconnaître les émotions d'autrui, ils apprendront à identifier leurs propres émotions et à les exprimer. Enfin, ils seront amenés à se mettre à la place de l'autre, de ce qu'il ou elle peut ressentir et comment l'aider à ce moment-là. La capacité à reconnaître les émotions d'autrui va permettre aux enfants de naviguer plus simplement dans leur monde social et d'avoir des interactions sociales réussies.

L'apprentissage est un processus social d'interaction à la fois avec les enseignants, mais également avec les camarades. Ainsi, si l'élève possède de bonnes connaissances des émotions, il aura des interactions plus positives et donc un meilleur apprentissage. Au contraire, un élève qui a des difficultés dans la reconnaissance et l'expression des émotions peut avoir tendance à mal interpréter des situations sociales, entraînant des réponses agressives et une communication altérée. L'expression de ses propres émotions est quant à elle essentielle, car elle permet aux autres de répondre de manière plus appropriée à l'enfant. La reconnaissance des émotions semble liée à la théorie de l'esprit (compréhension de ses propres états mentaux et capacité à attribuer des états mentaux (pensées, intentions, désirs, croyances, émotions) à autrui). Elle semble aussi liée aux fonctions exécutives.



# Séance 1

## Découvrir les émotions

Lisez l'histoire **Le doudou de Robi**.

Matériel E1

Dans cette histoire, Robi traverse les quatre émotions principales.

Ensuite, engagez une discussion en posant des questions telles que :

- **Vous souvenez-vous de ce que Robi a ressenti quand il ne retrouvait pas son doudou ?** Il était triste.
- **Puis quand il a vu le chien jouer avec dans le jardin ?** Il a eu peur.
- **Et ensuite quand il a vu le bras cassé de doudou ?** Il était en colère.
- **Mais à la fin quand sa maman a réparé son doudou ?** Il était joyeux.
- **Est-ce que vous savez comment ça s'appelle quand on est triste, joyeux, en colère ou qu'on a peur comme Robi ?** Cela s'appelle des émotions.

Liens avec le programme :

- Oser entrer en communication
- Echanger et réfléchir avec les autres



# Séance 2

## Identifier les émotions

Proposez les images du visage de Robi avec les quatre (joie, colère, tristesse, peur) ou six (+surprise et dégoût) émotions.

Matériel E2

Ensuite, donnez la consigne aux élèves :

"Nous allons observer les différences entre les visages. Regardez attentivement le visage de Robi. Comment est la forme de la bouche ? Comment sont les sourcils ? Comment sont les yeux (petits, grands, ouverts, fermés, etc.) ?"

À chaque observation, encouragez les élèves à imiter les mimiques du visage de Robi.

Vous pouvez même leur fournir des miroirs pour qu'ils puissent s'observer eux-mêmes et essayer de reproduire les expressions.

En activité supplémentaire, prenez des **photos** des visages des élèves en train de faire ces expressions et créez des panneaux illustrant les émotions. Cela permettra aux élèves de mieux comprendre et identifier ces émotions.

Liens avec le programme :

- Vivre et exprimer des émotions, formuler des choix



# Séance 3

## Reconnaître l'émotion d'un visage

Présentez des photographies ou des images de visages marquées par des émotions aux élèves.

### Matériel E3

Donnez la consigne : "En nous aidant des quatre visages de Robi, nous allons essayer de reconnaître les émotions sur d'autres visages."

Vous avez plusieurs options pour le dispositif de cette activité :

1. En grand groupe, affichez les quatre visages de Robi, puis montrez une photo d'un visage exprimant une émotion. Posez des questions telles que : **"Qui pense que ce visage est triste ? Qui pense que ce visage est joyeux ? Pourquoi ?"** en montrant l'affiche de Robi correspondante.
2. En grand groupe, utilisez les mêmes questions, mais donnez à chaque élève un jeu de cartes avec les quatre visages de Robi déjà présentés lors de l'activité précédente. Les élèves lèvent la carte qu'ils pensent correspondre à la photo montrée.

### Matériel E4

3. En salle de motricité, affichez une photo sur chaque mur, avec une émotion différente. Les élèves se déplacent d'un mur à l'autre en identifiant les émotions.
4. Vous pouvez également réaliser ce dispositif en petit groupe pour une expérience plus interactive.

Pour aller plus loin, vous pouvez organiser des jeux d'appariement (Loto) : Chaque enfant possède une plaque avec les émotions de Robi, et une pioche est constituée avec des visages humains exprimant des émotions. Les enfants piochent tour à tour et associent un visage humain exprimant une émotion avec une tête de Robi. Le gagnant est celui qui termine sa plaque en premier.

### Matériel S3

Liens avec le programme :

- Découvrir le vivant
- Vivre et exprimer des émotions, formuler des choix



# Séance 4

## Exprimer des émotions

### Activité du visage expressif :

Fournissez à chaque élève une [assiette en carton](#)

Invitez-les à choisir parmi les éléments de visage (sourcils, yeux, bouche) pour représenter une émotion sur leur assiette en carton. Ils colleront ces éléments pour créer un visage expressif ([Matériel E5](#))

### Le trèfle des émotions :

Présentez aux élèves un trèfle à quatre feuilles avec une tête exprimant une émotion de Robi dans chaque pétale ([Matériel E6](#)).

Demandez à chaque élève de réfléchir à un événement ou un objet qui leur évoque cette émotion.

Pour les plus jeunes, ils peuvent exprimer leur idée de manière imagée.

Pour les plus grands, ils peuvent la dessiner ou l'écrire.

### Expression devant une œuvre d'art :

Utilisez les cartes visage émotion de Robi ([Matériel E4](#)) pour aider les élèves à exprimer leurs impressions devant une œuvre d'art (jusqu'à ce qu'ils maîtrisent le vocabulaire).

Vous pouvez montrer des exemples d'œuvres d'art ([Matériel S4](#)) ou explorer des musées virtuels ouverts :

<https://beauxartsparis.fr/fr/latlas>

<https://www.louvre.fr/en/online-tours>

### En motricité :

Jeu des chaises 1 : Placez un visage émotion de Robi sur chaque chaise. Les élèves passent d'une chaise à l'autre et expriment les mêmes émotions avec leur visage.

Jeu des chaises 2 : Suivez le même scénario que le jeu des chaises 1, mais cette fois, les élèves doivent prononcer un mot avec l'intonation appropriée pour chaque émotion.

Chemin des émotions : Disposez des cerceaux au sol, chacun contenant une image d'émotion ([Matériel E2](#)). Les enfants doivent passer à travers les cerceaux et imiter l'émotion avec leur visage.

Ces activités favorisent l'expression des émotions et encouragent les élèves à explorer les différents aspects de l'expression faciale et des réactions émotionnelles.

### Liens avec le programme :

- Vivre et exprimer des émotions, formuler des choix
- Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variées



# Séance 5

## Utiliser le vocabulaire des émotions

### La course aux émotions :

Matériel E7

- Placez les pions d'émotion (Matériel E4) au départ de chaque chemin, en associant chaque émotion à une couleur (colère = chemin rouge, tristesse = chemin bleu, joie = chemin jaune, peur = chemin vert).
- Donnez la consigne aux élèves : "Lancez le dé. Avancez le pion de l'émotion sur laquelle vous êtes tombés d'une case en la nommant. Si vous tombez sur une case vide, rejouez."
- L'émotion qui atteint la ligne d'arrivée en premier a gagné. Assurez-vous que tous les joueurs expriment l'émotion sur leur visage.
- Pour les élèves plus âgés, vous pouvez ajouter des mots de la même famille ou des synonymes pour enrichir le vocabulaire émotionnel.

### Jeu des 4 familles des émotions

Matériel E8 (Disponible uniquement avec 4 émotions)

- Expliquez aux élèves qu'ils doivent compléter le plus grand nombre de familles d'émotions possible en demandant une carte à l'un de leurs voisins. Il y a 4 familles au total, et chaque famille comporte 6 membres : le père, la mère, le frère, la sœur, la grand-mère et le grand-père, chacun représentant une émotion.
- Encouragez les élèves à utiliser des adjectifs qualificatifs lorsqu'ils font leurs demandes, par exemple : "Je veux la grand-mère joyeuse" ou à utiliser des subordonnés pour préciser l'émotion souhaitée, comme "Je veux la grand-mère qui est triste."

Ces jeux permettent aux élèves d'explorer et de comprendre les différentes émotions tout en renforçant leur vocabulaire émotionnel.

Liens avec le programme :

- Enrichir le vocabulaire
- collaborer, coopérer, s'opposer



# Séance 6

## Réfléchir à propos des émotions

### Aide Robi

#### Matériel E9

- Rassemblez les élèves en petits groupes de langage, précédés d'un temps collectif pour bien expliquer la consigne.
- Expliquez aux élèves : "Imaginez l'émotion que Robi pourrait ressentir dans une situation donnée, et aidez-le à trouver une solution s'il en a besoin."
- Encouragez les élèves à discuter des émotions de Robi dans des scénarios spécifiques et à proposer des solutions pour les gérer.

### Jeu des camemberts (association):

#### Matériel E10

- Distribuez un cercle complet de camemberts blancs à chaque élève, tout en plaçant les camemberts colorés de côté. Assurez-vous que chaque élève a des cartes histoire avec Robi le robot placées devant eux.
- Donnez la consigne : "Lancez le dé des émotions et choisissez une carte histoire parmi celles devant vous, en racontant la scène correspondante. Si vous réussissez, gagnez le camembert associé. L'objectif est d'obtenir tous les camemberts. Si un enfant obtient une émotion déjà gagnée, il peut relancer le dé."
- Encouragez les élèves à raconter les histoires de Robi en associant les émotions aux situations et à collecter les camemberts en fonction des émotions réussies.

Ces jeux visent à aider les élèves à **comprendre les émotions et à développer leur empathie** envers les personnages fictifs, comme Robi, tout en **renforçant leurs compétences de communication**.

Liens avec le programme :

- Collaborer, coopérer, s'opposer
- Echanger et réfléchir avec les autres
- Vivre et exprimer des émotions, formuler des choix



# Utiliser les émotions

## 1. Boîte à émotions :

### Matériel S6

- Préparez une "boîte à émotions" avec des pictogrammes représentant différentes émotions, comme la joie, la colère, la tristesse, la peur, etc.
- Expliquez aux élèves comment utiliser la boîte : "En cas de conflit ou lorsque vous ressentez une émotion forte, vous pouvez choisir un pictogramme qui représente comment vous vous sentez en ce moment."
- Encouragez les élèves à montrer le pictogramme correspondant à leur émotion. Cela permettra d'exprimer leurs sentiments sans nécessairement utiliser des mots.
- Une fois les émotions exprimées, discutez avec les élèves pour les aider à trouver des solutions aux conflits ou pour les accompagner dans la gestion de leurs émotions.

## 2. Interpréter les émotions dans les albums de littérature:

- Lors de la lecture d'albums de littérature en classe, assurez-vous que les élèves sont attentifs aux émotions des personnages.
- Posez des questions pour les guider : "Comment pensez-vous que le personnage se sent à ce moment-là ?" ou "Pourquoi pensez-vous que le personnage réagit de cette manière ?"
- Encouragez les élèves à exprimer leurs interprétations des émotions des personnages en utilisant des mots ou des dessins.
- Favorisez les discussions sur les solutions que les personnages trouvent pour résoudre leurs problèmes, en lien avec leurs émotions.

Ces activités aident les élèves **à comprendre et à exprimer leurs émotions, à développer leur empathie envers les autres et à renforcer leurs compétences de résolution de conflits.**



# Chapitre 4

## Mémoire

### **Objectif : Prendre conscience des capacités de mémorisation à court et moyen terme**

La mémoire est à la base des apprentissages. Grâce à elle nous sommes capables de retenir des informations et de nous en souvenir plus tard. Les connaissances acquises sont conservées dans notre mémoire, dans notre cerveau. Mais attention, sans réactualisation, nous risquons de ne plus nous souvenir. C'est le processus normal d'oubli. Pour mémoriser les choses, il est fondamental d'y prêter attention et de se les représenter.

Il existe plusieurs types de mémoire. La mémoire épisodique est une mémoire à long terme. Elle permet de se souvenir de moments que nous avons vécus (où, quand, comment). Elle est aussi appelée mémoire autobiographique. .

La mémoire procédurale, elle, permet de stocker les automatismes et les habitudes. C'est grâce à elle que l'on peut conduire, faire du vélo ou encore lacer ses chaussures sans hésitation une fois que nous avons appris comment faire. Elle est inconsciente, c'est-à-dire qu'elle est sollicitée sans forcément que l'on s'en rende compte. Par exemple, à l'école, jouer à la marelle sollicite la mémoire procédurale.

La mémoire sémantique est une mémoire à long terme. Elle va nous permettre de stocker nos connaissances générales, sur le monde (sur les mots, les objets, des faits, des concepts, etc...) et sur nous-mêmes (notre âge par exemple).

Enfin, la mémoire de travail est une mémoire à court-terme qui va permettre de stocker de manière temporaire une information et de la manipuler en mémoire. Elle est par exemple sollicitée lorsqu'on demande aux enfants d'aller chercher quelque chose dans la classe. Les informations seront soit rapidement oubliées ou stockées en mémoire à long-terme.



# Séance 1

## Découvrir la mémoire

Lire l'histoire **Robi en balade**.

Matériel M1

Posez les questions suivantes :

- "À quoi devez-vous prêter attention ? À ce que Robi doit aller chercher, c'est-à-dire des mûres.
- Est-ce qu'il ramène des mûres ? Non
- "Pourquoi il ne ramène pas de mûres?" Parce qu'il a oublié

Concluez en expliquant : **Pour ne pas oublier, vous devez mettre les informations dans votre mémoire.**

Lire l'histoire **Robi mémorise**.

Matériel M2

Posez les questions suivantes :

- "Robi a-t-il réussi à ramener des mûres ? Oui
- Pourquoi a-t-il réussi ?" Parce qu'il a gardé l'information dans sa mémoire?
- "Comment ?" Sa maman l'a aidé à faire une image dans sa tête

Concluez en expliquant : **Pour mettre les informations dans votre mémoire, vous devez y penser beaucoup, par exemple, les imaginer dans votre tête, les représenter.**

Introduisez le panneau de Robi qui se souvient, c'est-à-dire qu'il garde des informations en mémoire.

Matériel M3

Liens avec le programme :

- Réfléchir sur la langue et acquérir une conscience phonologique



# Séance 2

## Prendre conscience de l'utilité de la mémoire

Proposez l'image de Robi qui mémorise.

Matériel M3

### Jeu du sac à bazar :

"Pour savoir comment mettre des informations dans votre mémoire, nous allons jouer à un jeu. Chaque jour, vous allez ajouter un objet de la classe dans **ce sac** (ou plusieurs sacs), et vous devrez vous souvenir de tous les objets le lendemain pendant le temps de regroupement."



Liens avec le programme :

- Stabiliser les premiers repères temporels
- Utiliser, fabriquer, manipuler des objets



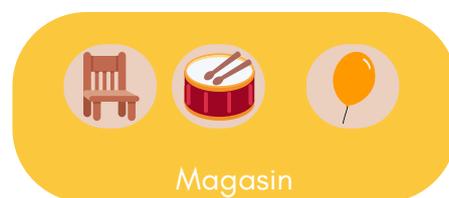
# Séance 3

## Utiliser la mémoire de travail

### Jeux des commandes (en petit groupe)

Matériel M4

**Disposition :** Découper les objets et les disposer sur une table à part. Cette table sera le magasin. Distribuer un bon de commande à chaque élève avec plusieurs objets dedans.



**Objectif :** Chaque élève doit mémoriser ce qu'il/elle doit prendre pour le bon de commande au magasin.

**Consigne :** "Pour ce jeu, vous allez utiliser votre mémoire pour aller chercher des choses et essayer de ne pas en oublier, tout comme Robi. Je vais vous distribuer à chacune un bon de commande. Vous pourrez le regarder pour mémoriser ce qui est dessus, puis vous le laisserez sur une table. Ensuite, vous pourrez vous rendre vers le 'magasin' où sont disposées de nombreuses étiquettes d'objets. Là, vous devrez ramener uniquement les objets qui étaient indiqués sur votre bon de commande."

**Variante :** Vous pouvez également utiliser des représentations de quantités ou de couleurs. Sélectionnez les vignettes en fonction de ce que vous souhaitez travailler en classe.

Liens avec le programme :

- Construire le nombre pour exprimer des quantités
- Observer, comprendre et transformer des images



# Séance 4

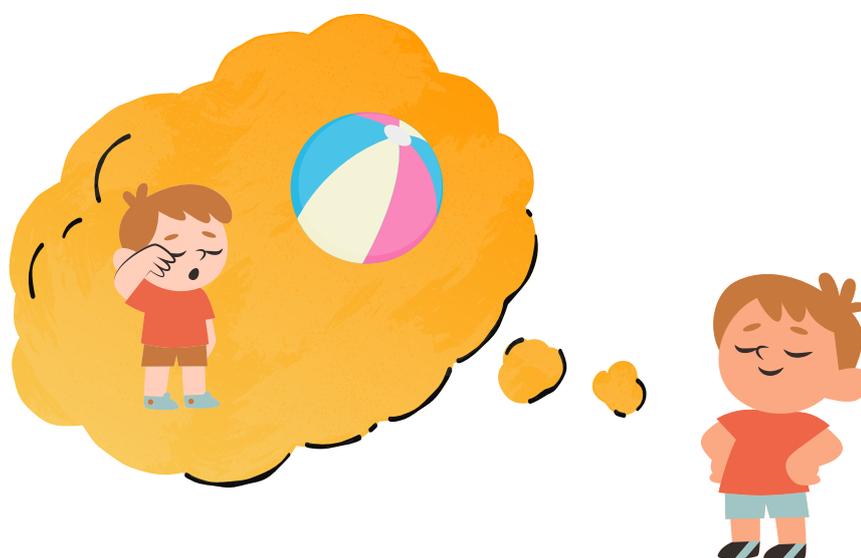
## Utiliser la mémoire épisodique

Utilisez l'affiche de Robi.

Matériel M3

Lors de votre rassemblement, incitez les élèves à se rappeler des moments passés en classe en posant des questions telles que :

- "Vous souvenez-vous quand...?"
- "Quelle activité avez-vous préférée aujourd'hui ?"
- "Pendant la sortie au... pouvez-vous rappeler ce qu'il s'est passé après... ?"



Liens avec le programme :

- Oser entrer en communication
- Echanger et réfléchir avec les autres



# Séance 5

## Utiliser la mémoire procédurale

En salle de motricité, enseignez aux élèves des postures de yoga associées à des animaux, à la fois statiques et en mouvement.

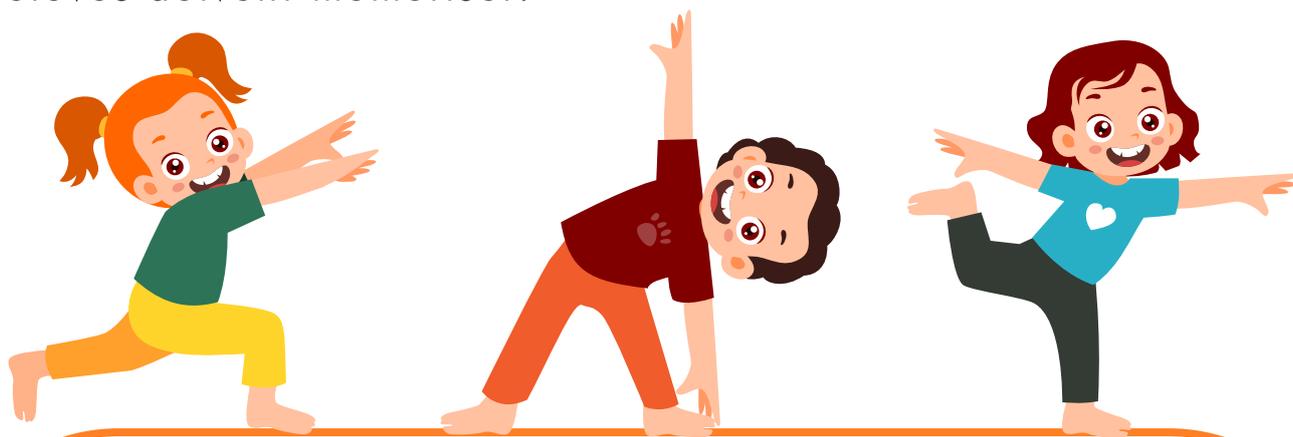
Matériel S8

Utilisez l'affiche de Robi pour illustrer la mémorisation de ces postures.

Matériel M3

Ensuite, demandez aux élèves de refaire les postures apprises sans exemple et faites-leur remarquer qu'ils devront faire appel à leur mémoire pour se souvenir des différentes figures.

**Variante** : Vous avez également la possibilité de réaliser ce type d'activité en utilisant des parcours de motricité que les élèves doivent mémoriser.



Liens avec le programme :

- Agir dans l'espace, sur la durée et sur les objets



# Séance 6

## Utiliser la mémoire sémantique

En classe entière ou en petits groupes, formez une ronde et utiliser l'affiche de Robi.

Matériel M3

Les élèves choisissent tout à tour un mot pour former une phrase à la fin du tour.

Attention, à conserver un sens dans la phrase, ne pas hésiter à répéter les mots précédemment énoncés régulièrement, surtout chez les plus jeunes.



Liens avec le programme :

- Collaborer, coopérer, s'opposer
- Acquérir et développer la syntaxe
- Echanger et réfléchir avec les autres



# Séance 7

## Expérimenter la mémoire à travers de petits jeux

### Jeu type Brainbox

Utilisez deux scènes d'environnement riche à priori similaires, les élèves doivent retrouver les différences.

### Jeu du disparu

- avec des élèves : désignez 4 élèves qui viennent se placer face à tous les autres, demandez à la classe de fermer les yeux, indiquez à un des 4 élèves d'aller se cacher, les autres ouvrent les yeux et cherchent quel élève a disparu
- avec des formes géométriques (Matériel S5)
- avec des lettres ou des animaux (Matériel FE5)

**Variante** : vous pouvez faire varier la difficulté en ajoutant des éléments à la base (ex : 6 élèves au départ) ou en prenant des éléments qui se ressemblent

Liens avec le programme :

- Représenter l'espace
- Observer, comprendre et transformer les images



## Se souvenir

Dans une grande partie des moments de classe, la mémoire est sollicitée.

- Rappeler aux élèves de faire un effort pour garder une information en mémoire lors d'un exercice
- Faire intervenir des souvenirs de classe lors des temps de regroupement
- Faire travailler le vocabulaire appris la veille (peut être fait avec un mot d'anglais par jour)
- Refaire un exercice de motricité déjà fait la veille, la semaine précédente et demander aux élèves de réexpliquer la consigne
- Travailler les règles de vie
- Apprendre une chanson/poésie/chorégraphie
- Apprendre l'alphabet et la comptine numérique
- Instaurer des rituels (lavage des mains après les toilettes) ...

Tout cela sollicite les capacités mnésiques des enfants alors n'hésitez pas à les manipuler et surtout à faire prendre conscience aux enfants qu'ils sont en train de solliciter leur mémoire.



# Chapitre 5

## Fonctions exécutives

### Objectif : Apprendre à s'adapter

Les fonctions exécutives sont des fonctions cognitives de haut niveau. Elles sont le chef d'orchestre de tous les autres processus cognitifs, les pensées et les actions. Elles vont les coordonner et les contrôler. Ces fonctions interviennent dans des situations nouvelles auxquelles nous n'avons jamais été confrontés ou complexes et pour lesquelles notre cerveau n'a pas de réponse toute prête (aussi appelé "automatisme").

Il existe deux catégories de fonctions exécutives. Les fonctions exécutives de base regroupent l'inhibition, la mémoire de travail et la flexibilité. C'est sur ces fonctions exécutives de base que les fonctions exécutives de plus haut niveau, telles que le raisonnement, la résolution de problèmes ou encore la planification, vont se construire. Dans cette séquence, nous aborderons uniquement les fonctions exécutives de base. Chez les enfants, le cortex préfrontal qui est l'une des régions cérébrales qui sous-tend le fonctionnement exécutif, n'est pas encore totalement mature. Ainsi, les fonctions exécutives des enfants ne le sont pas non plus, elles le seront à l'âge adulte. Ces fonctions sont essentielles dans l'apprentissage et sont souvent sollicitées de manière simultanée.

Dans cette séquence, nous introduisons d'abord l'inhibition qui permet de stopper une habitude quand on en a besoin. Par exemple, s'arrêter de jouer pour aller faire la sieste. Puis on apprend aux enfants ce qu'est la flexibilité qui nous permet de changer d'idée et de nous adapter rapidement. La mémoire de travail est quant à elle travaillée dans le chapitre mémoire uniquement. Il est possible d'entraîner ces capacités exécutives dans le but de les améliorer. Attention, chaque enfant possède néanmoins son propre rythme de développement et cela s'applique au développement des fonctions exécutives. Tous les enfants n'auront pas le même niveau de départ et auront un rythme d'apprentissage différent. Cependant, tous les enfants sont capables d'atteindre un bon niveau.



# Séance 1

## L'inhibition

Lisez l'histoire de **Robi cueille des fleurs**.

Matériel FE1

Après la lecture, menez une discussion avec les élèves en posant des questions comme :

- **Quelles fleurs Robi voulait-il cueillir ?** Les jaunes et les rouges.
- **A-t-il réussi du premier coup ?** Non.
- **Pourquoi ?** Parce qu'il y avait trop de fleurs autour de lui.
- **Comment aurait-il pu y arriver ?** En prenant son temps pour réfléchir et vérifier si c'était la bonne couleur avant de cueillir les fleurs.

Expliquez aux élèves que le cerveau peut nous aider à arrêter nos habitudes lorsque c'est nécessaire, en utilisant le logo "Stop".

Matériel FE2

Ensuite, proposez un jeu de barrage en expliquant : "Comme Robi, vous allez essayer de vous concentrer sur les fleurs rouges et jaunes. Vous devrez barrer chaque fois que vous en trouvez une sur cette feuille".

Matériel FE3



Liens avec le programme :

- Réfléchir sur la langue et acquérir une conscience phonologique
- Explorer les formes



# Séance 2

## Contrer ses automatismes

Organisez un **jeu des inverses** avec les consignes du **Jacques a dit** en salle de motricité. Dans ce jeu, les élèves devront exécuter des actions inverses de celles énoncées par l'adulte.

Voici quelques exemples :

- Lorsque vous dites « debout », les élèves doivent se coucher, et inversement.
- Lorsque vous dites « marcher », les élèves doivent s'arrêter, et inversement.
- Lorsque vous dites « au sol », les élèves doivent sauter, et inversement.

Les actions sont énoncées alternativement pour ajouter un élément de défi au jeu.



Liens avec le programme :

- Adapter ses équilibres et ses déplacements à des contraintes variées



# Séance 3

## Savoir changer de point de vue

Proposez un scénario avec une **connotation initialement positive ou négative**, suivi d'une **amorce de phrase qui va dans l'autre sens**.

Cela encouragera les élèves à réfléchir et à discuter des différentes perspectives d'une situation.

Par exemple :

- "Vous faites une sortie à la plage et le soleil brille magnifiquement." (positif)  
"Cependant, l'eau est si froide que personne n'ose se baigner." (négatif).



- "Il pleut et j'avais prévu d'aller à l'école à vélo" (négatif) "Mais je pourrais voir des grenouilles et jouer dans les flaques." (positif).



Liens avec le programme :

- Enrichir le vocabulaire
- Acquérir et développer la syntaxe



# Séance 4

## La flexibilité

Lisez l'histoire de **Robi à la ferme**.

Matériel FE4

Après la lecture, engagez une discussion en posant des questions telles que :

- **Pourquoi les animaux n'étaient-ils pas contents ?**  
Parce qu'ils avaient faim.
- **Pourquoi avaient-ils faim ?** Parce que Robi ne leur a pas donné la bonne nourriture.
- **Pourquoi Robi n'a-t-il pas changé sa façon de faire ?**  
Parce qu'il est allé trop vite, il n'a pas réfléchi entre chaque animal.

En conclusion, soulignez **l'importance de réfléchir pour changer et adapter son comportement** à chaque action ou changement d'activité.

Expliquez aux élèves que la flexibilité nous permet de changer d'idées rapidement, ce qui s'appelle s'adapter, et introduisez le logo correspondant.

Matériel FE9

Liens avec le programme :

- Ecouter l'écrit et le comprendre
- Echanger et réfléchir avec les autres



# Séance 5

## Savoir alterner entre deux consignes

Proposez un **jeu de relia**ge.

Matériel FE5

Consigne : "Pour ce jeu, vous allez relier par un trait une lettre à un animal, puis continuer ainsi avec une autre lettre, suivie d'un autre animal, jusqu'à ce que tous soient reliés".

Il existe plusieurs niveaux de difficulté, adaptés en fonction du niveau de connaissance de l'alphabet des enfants :

- Vous pouvez intercaler n'importe quelle lettre avec n'importe quel animal.
- Vous pouvez relier les lettres par ordre alphabétique en intercalant les animaux en fonction de la première lettre de leur nom (par exemple : A-Abeille, B-Baleine...).

Ces différentes options permettent d'ajuster le niveau de l'activité en fonction des compétences des enfants.

Liens avec le programme :

- Faire l'expérience de l'espace
- Réaliser des compositions plastiques



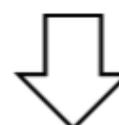
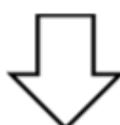
# Séance 6

## Respecter un code couleur

Proposez un **jeu de coloriage**.

Matériel FE6

Consigne : "Pour ce jeu, vous allez colorier les objets avec différentes couleurs en respectant le modèle présenté en haut de la page"



Liens avec le programme :

- Réaliser des composition plastique
- Explorer les formes, les grandeurs, les suites organisées



# Séance 7

## Prendre un rôle

Lors de la séance de théâtre, l'objectif est de **maintenir les élèves dans leur rôle le plus longtemps possible.**

Vous pouvez envisager d'utiliser des marionnettes ou de laisser les enfants improviser sur ce qu'ils se rappellent d'une histoire lue en leur montrant les images.

Nous vous proposons de raconter l'histoire de Loulou issue de notre série de contes sur l'école inclusive.

### Matériel FE7

L'idée est d'encourager les élèves à rester dans leur personnage et à jouer leur rôle de manière créative et engagée.



Liens avec le programme :

- Pratiquer des activités du spectacle vivant
- Oser entre en communication



# Séance 8

## Trouver des solutions

Organisez un **jeu de médiation** en présentant une image de conflit aux élèves.

Matériel FE8

En classe entière ou en petits groupes, encouragez-les à trouver le plus grand nombre de solutions possibles pour résoudre le problème.

Ensuite, menez une discussion autour de la réponse unique à ce conflit. L'objectif est de stimuler la réflexion des élèves sur les différentes manières de résoudre les conflits et de les sensibiliser à l'importance de la médiation et de la résolution pacifique des problèmes.



Liens avec le programme :

- Echanger et réfléchir ensemble
- Enrichir le vocabulaire



# Gestion de conflits

Boîte à émotions :

## Matériel S6

- Préparez une "boîte à émotions" avec des pictogrammes représentant différentes émotions, comme la joie, la colère, la tristesse, la peur, etc.
- Expliquez aux élèves comment utiliser la boîte : "En cas de conflit ou lorsque vous ressentez une émotion forte, vous pouvez choisir un pictogramme qui représente comment vous vous sentez en ce moment."
- Encouragez les élèves à montrer le pictogramme correspondant à leur émotion. Cela permettra d'exprimer leurs sentiments sans nécessairement utiliser des mots.
- Une fois les émotions exprimées, discutez avec les élèves pour les aider à trouver des solutions aux conflits ou pour les accompagner dans la gestion de leurs émotions.

Après un travail sur les fonctions exécutives ce matériel peut évoluer en expliquant aux élèves que lorsqu'ils se trouvent dans une situation où leurs émotions les emportent ils peuvent se stopper avant de ne plus arriver à se contrôler (ex : crise de colère) et venir trouver un adulte pour exprimer leur ressenti.

Aussi, lorsqu'ils sont dans une situation de conflit avec un autre enfant, ils peuvent essayer de se mettre à la place de l'autre et imaginer ce qu'il ressent pour trouver une solution qui convient aux deux élèves.



# Oceana mater'

par COGNIJUNIOR 

## Auteures :

- Roselyne Chauvin
- Diane Sam Mine
- Angélique Deluy
- Amandine Delcroix
- Sarah LeDiagon
- Isabelle Malet
- Adeline Lucchesi
- Camille Roulet

**[contact@cognijunior.org](mailto:contact@cognijunior.org)**