**Quels jeux traditionnels pour quelles fonctions exécutives ?**

|  |  |
| --- | --- |
| **JEUX TRADITIONNELS ET COLLECTIFS** proposés lors d’une rencontre USEP « Vous avez dit souris ? » | LES FONCTIONS EXECUTIVES |
| **L’inhibition** | **La flexibilité mentale** | **La mémoire de travail** | **La planification** |
| **1,2,3 ... chat !**(= 1/2/3 soleil) | L’enfant doit résister aux automatismes et aux émotions qui le poussent à se projeter vers la cible | Elle sera travaillée lors du changement de rôle au cours du jeu |  | L’enfant doit mettre en place une stratégie, définir les étapes qui lui permettront d’atteindre le « mur » |
| **Chat détective** | L’enfant doit résister aux automatismes et aux émotions qui le poussent à se projeter vers la cible | L’enfant doit au cours de ce jeu « jongler » entre plusieurs tâches : observer, mémoriser, trier des informations, se déplacer, mémoriser la disposition spatiale. | À chaque stade du jeu, l’enfant fait évoluer sa représentation de la situation : Il prend en compte les informations pertinentes sur la fiche-consigne, se déplace en accumulant des informations nouvelles, évalue leur pertinence, observe, mémorise. | L’enfant doit intégrer les étapes nécessaires à sa réussite : observation, mémorisation, recherche, prise d’information, mimes, présentation/validation |
| **Les souris chantent** | La nécessité de réaliser le parcours en équipe induit de la part des plus petits un fort contrôle inhibiteur |  | Mémoriser la comptine | Les parcours impliquent une anticipation nécessaire de l’action pour pouvoir la réaliser. |
| **Mmmmmmh...du fromage !!!!!!!**(=les déménageurs) | L’enfant doit résister aux automatismes et aux émotions qui le poussent à se déplacer sans intention. |  | Pour les plus jeunes, mémoriser le trajet. | Le trajet implique une anticipation nécessaire de l’action pour pouvoir la réaliser. |
| **« Croque-souris »**(= gendarmes et voleurs)*→ travail sur l’attention (pilier de l’apprentissage) : réagir vite à un signal* |  | L’enfant doit accepter, comme au cours de nombreux jeux (sportifs ou pas) que son but (atteindre la ligne sans se faire attraper) soit contrarié par les autres.Celui qui doit attraper adapte sa course en fonction de son adversaire et inversement. |  |  |

Activités physiques de bien être :

→ travailler les piliers des apprentissages (Stanislas Dehaene) :

* Les **émotions** : contrôler ses émotions par la respiration. Savoir apprécier son état de débordement émotionnel ;
* Développer l’**attention**.

→ travailler les fonctions exécutives :

* favoriser la **mémorisation** et la concentration (en lien avec les émotions : sans émotion, pas de mémoire / trop d’émotion, difficultés de concentration) ;
* permettre l’inhibition : se recentrer pour ensuite pouvoir se concentrer ;
* capacité à planifier ses actes permise par une attention effective.