

Fonctions exécutives : Planification – Inhibition – Double tâche

Pratique : Les gestes décalés

Sujet : Education corporelle

Les gestes décalés

Objectif : Retenir une suite de gestes tout en exécutant une autre série

Compétences :

- Transversales : Compétences transversales instrumentales : Traiter l'information ; Stocker des informations en mémoire
- Disciplinaires : Prendre conscience de son corps - Orienter son corps et se déplacer pour agir efficacement – Frapper la pulsation. (PIASC)

➔ **Intérêt pédagogique :** L'élève exercera les fonctions exécutives suivantes : la planification, l'inhibition et la double tâche.

Fréquence de l'activité

Activité unique

Activité rituelle

Cycle ou classe du public visé :

A partir de P1

Notes

Voici les conseils que les enseignants ayant expérimenté cette pratique ont à vous donner. N'hésitez pas à ajouter vos propres observations pour mieux vous approprier ce document !

Il est conseillé de commencer par une suite de 4 gestes, sur un tempo, et qu'ensuite, les élèves le répètent.

Remontrer une suite de 4 gestes, les élèves le répètent. Ainsi de suite jusqu'à ce que l'exercice devienne aisé.

On peut compter les temps oralement pour les aider.

Déroulement

- 1** L'instituteur dit la consigne : il va exécuter une suite de 4 gestes sur un tempo.
- 2** Les élèves répètent cette série de gestes, tous ensemble, sur le même tempo.
- 3** Pendant que les élèves répètent la série, ils doivent être attentifs, car l'instituteur va faire une autre série (*série 2*) pendant qu'ils répètent la série précédente (*série 1*).
- 4** Chacun à son tour, en suivant l'ordre du cercle, les enfants feront une série de gestes en avance sur les autres. Les camarades le répèteront par la suite.
- 5**



Les points positifs

Il s'agira pour les enfants de travailler la mémoire à court terme : ils devront effectuer une série visualisée tandis qu'une autre série se réalise devant leurs yeux.

Cela travaille l'inhibition : ils voient des gestes mais devront attendre la série suivante pour les exécuter.

Cette activité travaille la pulsation.

- Pratique vécue lors du module sur les fonctions exécutives à l'ENCBW, inspiré de l'activité « Casper ».