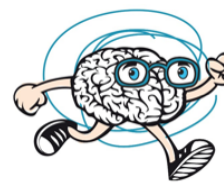




Par Anick Pelletier, orthopédagogue fondatrice de la Clinique Optineurones et de la Sélection OptiJeu, depuis 2002 ©Tout droit réservé 1
Conceptrice de la chaîne Youtube OptiJeu
Auteure du *Guide des jeux de société pour apprendre en s'amusant* (Septembre Éditeur) et des jeux *Slack Jack* et *Dans ma valise* (Gladius Éditions)
Porteur du projet de recherche JEUMETACOGITE



Les jeux portant la mention «Sélection OptiJeu» sont d'abord testés par Anick Pelletier et son équipe d'orthopédagogues des **cliniques Optineurones** en intervention auprès de sujets âgés de 2 ans à l'âge adulte. Par la suite, ils sont sélectionnés par Anick Pelletier comme jeu à potentiel pédagogique très élevé! Ils constituent ainsi la sélection «OptiJeu». Vous pouvez consulter le site internet www.optineurones.com pour prendre connaissance de l'approche OptiFex forgée par l'équipe Optineurones et des définitions de la sélection OptiJeu.

Vous pouvez consulter gratuitement la **chaine Youtube OptiJeu** afin d'y découvrir des trucs d'intervention ainsi que des règles de jeu expliquées de façon explicite ou encore adaptées de manière simplifiée ou optimisée!
https://www.youtube.com/channel/UCH6nQGyG94_wwBTtZorOL4A



**À vos risques d'être contaminé par
L'envie d'optimiser votre cerveau
TOUT en vous AMUSANT!!!**

Dobble

6 ans et +
5 à 8 joueurs
Par Asmodée



Compétences travaillées ou sollicitées :

➤ Fonctions exécutives :

- Mémoire de travail
- Mémoire à court terme (visuelle surtout)
- Gestion de l'impulsivité (contrôle de l'impulsivité)
- Flexibilité (capacité à changer d'idée, de plan, de stratégie ou autre)
- Régulation émotionnelle
- Focus attentionnel
- Activation



Astuces pour optimiser le côté éducatif

La présente section suggère quelques trucs à donner au joueur pour optimiser le développement de ses fonctions exécutives tout au long des parties. Bien sûr, ce ne sont que des suggestions, une sorte de guide visant à stimuler son développement tout en s'amusant.

Stratégies visant à Stimuler Le développement des fonctions exécutives;



Étape #1 :



Focus Attentionnel + Activation à la tâche :

Le jeu Dobble étant un jeu de rapidité d'exécution, il faut avoir les neurones « bien branchés » dès le début de la partie et ne pas perdre ce branchement tout au long de celle-ci! Les fonctions de focus attentionnel permettent de diriger notre attention là où nous le désirons et à maintenir ce focus sur le stimulus choisi. Elles sont donc fortement sollicitées par ce type de jeu dû au fait que la mécanique est très rapide et changeante. Si le joueur désire gagner des cartes, une fois activé, il devra maintenir le focus sur celle-ci sans décrocher. Avant de jouer, je vous recommande donc d'en parler avec l'apprenant, en l'informant que :

- ...Le jeu Dobble demande d'être très rapide en observant des images. Ainsi, dès le début de la joute, il devra porter son attention sur l'analyse des cartes jouées et maintenir ce focus attentionnel tout au long de la partie. Il ne devra pas se laisser distraire par les stimuli environnants;
- ...s'il se laisse distraire, les autres joueurs trouveront les associations avant lui et il ne récoltera pas de carte;
***Vous pourriez même lui demander s'il aurait des stratégies qui lui permettraient de garder ce focus pendant la joute. Ceci permettrait à l'élève de se mettre dans l'esprit de la joute en imaginant des solutions par lui-même et il serait possiblement plus enclin à les

Par Anick Pelletier, orthopédagogue fondatrice de la Clinique Optineurones et de la Sélection OptiJeu, depuis 2002 ©Tout droit réservé 4

Conceptrice de la chaîne Youtube OptiJeu

Auteure du Guide des jeux de société pour apprendre en s'amusant (Septembre Éditeur) et des jeux Slack Jack et Dans ma valise (Gladius Éditions)

Porteur du projet de recherche JEUMETACOGITE

mettre en place. Le fait de se questionner par lui-même le conscientisera aussi davantage.



Je vous laisse, ci-après, l'exemple de pictogrammes que vous pourriez utiliser afin de rappeler cette fonction de **focus** avant et pendant la partie. Faites choisir l'élève ou encore faites-lui en confectionner un et disposez-le près du jeu. Vous y référerez l'apprenant pendant la jouée, au besoin. Si ce picto aide l'enfant à se « brancher » sur la tâche et y rester concentré, il pourrait même être réutilisé dans les sphères quotidiennes de sa vie pour l'aider à transférer ce comportement de « branchement/focus » à la tâche.



*N.B. : À titre indicatif, la lampe frontale est ici utilisée comme analogie pour illustrer à l'élève ce qu'est le « focus attentionnel », car nous jugeons qu'elle représente bien ce geste mental. En effet, lorsqu'on se dispose d'une lampe frontale, le faisceau lumineux va exactement là où le cerveau décide de diriger son focus afin d'éclairer ce qu'il souhaite éclairer. Ainsi, l'image est bonne pour illustrer à l'élève que c'est lui qui doit choisir le bon stimulus sur lequel porter son « focus/son faisceau lumineux » afin « d'éclairer/traiter » la bonne tâche. En plus, il doit maintenir ce « focus/faisceau lumineux » sur cette tâche sans laisser son cerveau se diriger vers une autre source qui le distrait, sans quoi le focus se portera sur cette source et provoquera un « débranchement » de la tâche en cours en « éclairant » cette nouvelle source distrayante.

Par Anick Pelletier, orthopédagogue fondatrice de la Clinique Optineurones et de la Sélection OptiJeu, depuis 2002 ©Tout droit réservé 5

Conceptrice de la chaîne Youtube OptiJeu

Auteure du Guide des jeux de société pour apprendre en s'amusant (Septembre Éditeur) et des jeux Slack Jack et Dans ma valise (Gladius Éditions)

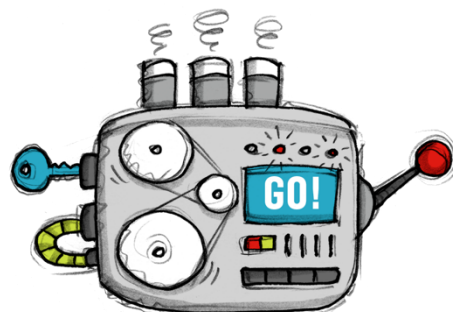
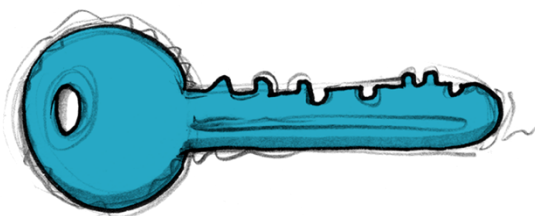
Porteur du projet de recherche JEUMETACOGITE

- ...d'autre part, il faudra l'informer qu'il devra user d'**activation** DÈS le début de la partie. L'activation est cette fonction de mise en démarrage qui permet l'initiation d'une tâche. L'élève devra être bien averti qu'une fois le focus porté sur le jeu, il devra « démarrer son moteur interne » afin d'**activer** l'observation des cartes en jeu.
***N.B. : Si l'élève arrive à maintenir son focus sur la tâche, l'activation pourra s'enclencher. S'il perd le focus, il se désactivera de la tâche.



Je vous laisse, ci-après, deux pictogrammes illustrant bien l'**activation**, soit un moteur à démarrer, à activer...Go!, et une clé.

Libre à vous de les proposer à l'élève afin de lui rappeler la fonction d'activation au besoin. Il pourra aussi utiliser le pictogramme choisi au quotidien pour l'aider à s'activer seul dans ses tâches.



Une fois le principe d'**activation** enseigné à l'apprenant, je vous recommande de laisser ce dernier organiser le jeu en début de partie, ce qui stimulera ses fonctions d'activation. D'autre part, pendant la partie, laissez l'élève s'activer par lui-même autant que possible. Si jamais il se retrouve désactivé, laissez-le s'en rendre compte par lui-même le plus possible afin qu'il développe ses mécanismes de réactivation. Intervenez si jamais il ne se réactive pas de lui-même. Vous pourriez lui mentionner quelque chose comme : « Hummm, on

Par Anick Pelletier, orthopédagogue fondatrice de la Clinique Optineurones et de la Sélection OptiJeu, depuis 2002 ©Tout droit réservé

Conceptrice de la chaîne Youtube OptiJeu

Auteure du Guide des jeux de société pour apprendre en s'amusant (Septembre Éditeur) et des jeux Slack Jack et Dans ma valise (Gladius Éditions)

Porteur du projet de recherche JEUMETACOGITE

dirait que ton cerveau s'est désactivé. Est-ce qu'il s'est laissé distraire par quelque chose d'autre? Tu dois lui dire à ton cerveau lorsque tu t'aperçois qu'il n'est pas activé sur la tâche. Parle-lui. Et si on se rend compte que tu n'es pas conscient que tu n'es pas activé, nous te guiderons à le faire. Toutefois, si tu veux y arriver toujours par toi-même, tu dois activer tes propres réseaux de neurones responsables de l'activation par toi-même afin qu'ils se façonnent. » Ce genre d'intervention permet de mettre l'accent sur « le cerveau de l'élève » mais que c'est l'élève lui-même qui doit le gérer et lui donner des stratégies pour bien fonctionner.

Étape #2 :



Gestion de l'impulsivité

Le jeu Dobble est un jeu de vitesse, ce qui implique directement les fonctions exécutives responsables de l'inhibition, cette habileté à arrêter, à retenir une action, un comportement, une idée, une envie ou autre pulsion. La fonction d'inhibition est donc le **régulateur de toute pulsion et action**.

Lorsque l'apprenant a bien assimilé le concept du jeu et qu'il est capable d'orchestrer ses tours de jeu seul en portant son focus et en activant l'observation des cartes, vous pouvez intégrer des trucs de **régulation de l'impulsivité**.

- Dans un premier temps, enseignez-lui à bien respirer avant de commencer la joute afin de se poser. Rappelez-lui que la partie se jouera rapidement et qu'il est possible que son cerveau ait envie « d'aller trop vite ». À ce moment, c'est l'élève qui devra prendre conscience de cette **impulsivité** et mettre en place des stratégies de contrôle. S'il n'en trouve pas par lui-même, vous pouvez lui en suggérer. Par exemple, il pourrait à nouveau prendre de grandes respirations ou encore demander aux autres joueurs de prendre une pause afin de se poser.

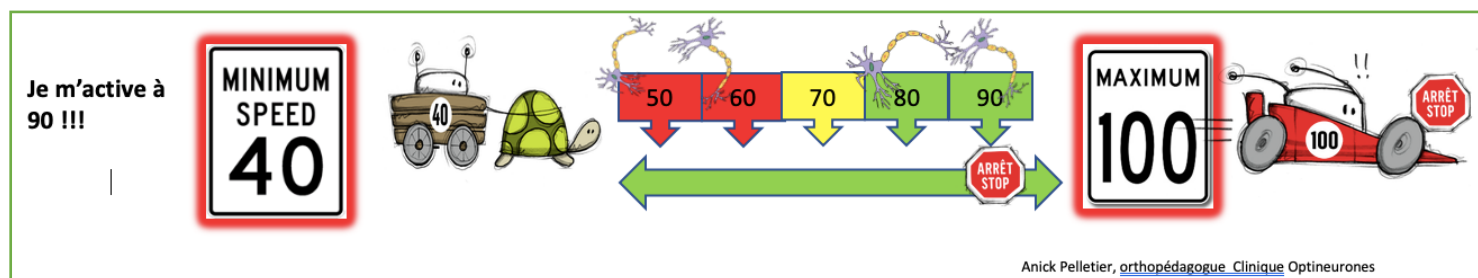
Par Anick Pelletier, orthopédagogue fondatrice de la Clinique Optineurones et de la Sélection OptiJeu, depuis 2002 ©Tout droit réservé

Conceptrice de la chaîne Youtube OptiJeu

Auteure du *Guide des jeux de société pour apprendre en s'amusant* (Septembre Éditeur) et des jeux *Slack Jack* et *Dans ma valise* (Gladius Éditions)

Porteur du projet de recherche JEUMETACOGITE

avant de redémarrer. J'aime bien utiliser l'analogie du système de vitesse automobile pour illustrer aux élèves l'impulsivité. C'est parfait de s'activer! Mais encore faut-il être en mesure de réguler la vitesse de cette activation. Si on va trop vite, on peut faire des erreurs. Dans le jeu Dobble, le système d'erreurs fait perdre des cartes. Il faudra donc bien gérer sa vitesse d'activation sans être trop impulsif en prenant le temps de bien analyser les images des cartes pour ne pas faire d'erreur. Je vous laisse, ici-bas, une « bande de vitesse » et un pictogramme « Stop 90 » qui peuvent rappeler à ralentir lorsqu'on s'exécute. Vous pouvez les proposer à l'élève comme rappel et il choisira s'il désire les avoir près de lui lorsqu'il joue. La bande de vitesse rappelle qu'il faut bien brancher nos neurones, mais pas trop vite, car si on « roule » toujours à 100% de ce qu'il faut faire sans prendre le temps de réfléchir à ce qu'on fait, on risque de faire des erreurs. J'enseigne donc aux élèves à rouler à 90 plutôt qu'à 100 à fond. Ainsi, cela permet de pouvoir réfléchir sur ce qu'on fait pour obtenir un produit final à 100% fait le mieux possible. Il pourra toujours utiliser ces images au quotidien pour l'aider à gérer son impulsivité, sa vitesse d'activation dans ces tâches et comportements.



- D'autre part, au départ, lorsque vous jouez contre l'enfant, laissez-le « traiter l'information » sans aller trop vite de votre côté. Généralement, l'adulte a une meilleure rapidité d'exécution que l'élève. Il est très important de laisser le temps à l'élève d'assimiler les règles et le processus d'analyse des cartes, ainsi que la mécanique du jeu. Une fois que vous sentez qu'il maîtrise le tout, vous pouvez graduellement augmenter votre vitesse. Le jeu Dobble demande une analyse perceptuelle et les cerveaux ne régulent pas tous cette perception au même degré. Il faut donc laisser l'enfant s'habituer avant d'aller trop rapidement contre lui. D'un autre côté, ne le laissez pas toujours gagner des cartes, car il risque de se tanner rapidement, étant donné qu'il n'a pas de défi. Or, on le laisse s'habituer et lorsqu'on voit qu'il commence à bien traiter les cartes avec une certaine vitesse, on peut augmenter graduellement la nôtre.

Étape #3 :



Régulation émotionnelle et Flexibilité :

Le fait que les cartes changent à chaque tour de jeu à Dobble, il faut user de flexibilité pour arriver à jouer. Faire usage de **flexibilité**, c'est se réajuster à la situation en cours d'exécution. La flexibilité est le contraire de la rigidité, ce comportement de « braquage » et d'obstination. Idéalement, tout apprenant doit être en mesure de faire usage de flexibilité s'il veut arriver à terme dans ses tâches. Cette habileté est tout autant essentielle dans toute situation de gestion personnelle et sociale.

Évidemment, cette demande de changement constante peut provoquer des pulsions de colère ou d'énerverment chez certains élèves. En effet, certains auront du mal à **réguler les émotions** que ces changements obligatoires demandent. Vous pouvez expliquer ce phénomène totalement normal par le fait qu'à l'intérieur de notre cerveau, une structure (nommée le système limbique) est responsable

Par Anick Pelletier, orthopédagogue fondatrice de la Clinique Optineurones et de la Sélection OptiJeu, depuis 2002 ©Tout droit réservé 9

Conceptrice de la chaîne Youtube OptiJeu

Auteure du *Guide des jeux de société pour apprendre en s'amusant* (Septembre Éditeur) et des jeux *Slack Jack* et *Dans ma valise* (Gladius Éditions)

Porteur du projet de recherche JEUMETACOGITE

des pulsions émotionnelles; elle réagit aux stimuli externes provoquant différentes émotions, positives ou négatives. En temps normal, une autre structure (nommée néocortex frontal) devrait s'activer pour inhiber ces pulsions émotionnelles et en tempérer la sortie, donc la réaction physique ou comportementale. Toutefois, il arrive que les pulsions soient plus fortes que la normale et qu'en plus, la structure responsable de l'autorégulation (autogestion) ne soit pas assez développée pour inhiber et contrôler ces pulsions, ce qui provoque un manque ou une perte de contrôle émotionnel (ex : crise de colère, excès d'énervement, crise de panique, etc.).



On pourra faire le transfert dans les apprentissages et dans la vie quotidienne comme quoi il faut constamment se réajuster aux imprévus, même si nous avons un plan prédéterminé en tête.

Étape #4 :



Mémoire à court terme et mémoire de travail :



Le jeu Dobble requiert une gestion efficace en mémoire de travail et un bon rendement entre celle-ci et les mémoires à court terme verbale et visuelle. Ce type de jeu où l'information à traiter est constamment en changement, et ce très rapidement, demande un rendement extrême en mémoire de travail.

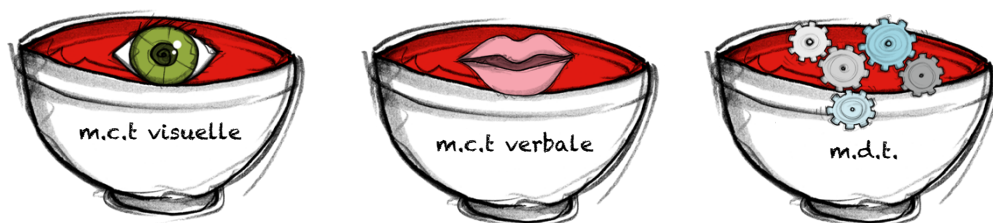
Pour bien démêler le tout, la mémoire à court terme verbale retient temporairement les informations reçues auditivement et la mémoire à court terme visuelle retient temporairement les éléments perçus visuellement. Ces deux fonctions instrumentales agissent en quelque sorte comme des « récipients » qui retiennent l'information le temps que la mémoire de travail les traite, car cette dernière est l'exécutrice du contenu des mémoires à court terme. Voici des pictogrammes illustrant bien les trois :

Par Anick Pelletier, orthopédagogue fondatrice de la Clinique Optineurones et de la Sélection OptiJeu, depuis 2002 ©Tout droit réservé

Conceptrice de la chaîne Youtube OptiJeu

Auteure du Guide des jeux de société pour apprendre en s'amusant (Septembre Éditeur) et des jeux Slack Jack et Dans ma valise (Gladius Éditions)

Porteur du projet de recherche JEUMETACOGITE



Dans le jeu Dobble, le fait que nos yeux doivent analyser des images requiert un traitement de l'information visuelle. Ainsi, nos yeux regardent les cartes, la perception de ce qu'ils traitent est réalisée par des aires spécifiques du cerveau et pour que le tout soit analysé et exécuté, la mémoire à court terme visuelle devra retenir temporairement cette information perçue et la mémoire de travail assurera le tri de ces informations. Il y aura d'autres fonctions qui assureront une prise de décision quant aux comparaisons faites et à l'action à poser dans le tour de jeu. Parfois, l'information perçue visuellement sera transformée verbalement, car certaines personnes préfèrent utiliser la mémoire à court terme verbale pour répéter l'information enregistrée. L'important est d'être efficace!

Vous comprendrez que toutes ces fonctions doivent s'orchestrer à merveille et de manière fluide pour arriver à gagner des cartes! Ce qui n'est pas toujours évident. Les fonctions attentionnelles et l'activation devront aussi être au rendez-vous, bien évidemment! Je vous conseille donc d'en parler à l'apprenant. Vous pouvez lui expliquer que ces trois outils seront sollicités pendant les parties et qu'il devra assurer leur rendement. Voici quelques trucs que vous pouvez faire pour permettre un bon rendement en mémoire à court terme/mémoire de travail :

- Si jamais il se sent « déborder d'informations », apprenez-lui à demander aux adversaires de prendre une pause pour redémarrer quelques secondes après.
- Pour faciliter la perception des images du jeu, avant de jouer, prenez un temps pour analyser les images des cartes avec l'enfant. Cela permettra au cerveau de faire une première perception et d'imprégner en mémoire les diverses images et couleurs. Faites-lui aussi remarquer qu'elles sont de grosseurs différentes et qu'elles ne sont pas toujours orientées de la même manière! C'est le défi du jeu Dobble d'ailleurs!

Par Anick Pelletier, orthopédagogue fondatrice de la Clinique Optineurones et de la Sélection OptiJeu, depuis 2002 ©Tout droit réservé

Conceptrice de la chaîne Youtube OptiJeu

Auteure du *Guide des jeux de société pour apprendre en s'amusant* (Septembre Éditeur) et des jeux *Slack Jack* et *Dans ma valise* (Gladius Éditions)

Porteur du projet de recherche JEUMETACOGITE

- Vous pouvez disposer plusieurs cartes face ouverte sur la table et faire l'exercice de « photographe » en mémoire à court terme visuelle une image pour essayer de la retrouver sur une autre carte. Ceci introduira au geste mental d'enregistrer en mémoire à court terme visuelle pour effectuer les recherches. Vous pouvez toujours lui montrer le truc de « dire » dans sa tête ce qu'il recherche aussi. Cela lui enseigne qu'il peut aussi utiliser la mémoire à court terme verbale pour traiter les informations visuelles.

IMPORTANT!

Le jeu doit d'abord et avant tout rester une activité plaisante et divertissante. Au départ, il est recommandé de fixer des objectifs de jeu faciles pour l'apprenant afin qu'il reste motivé, et de les rendre plus difficiles petit à petit. On ne souhaite pas qu'il se décourage!

De plus, pour respecter l'enfant dans son développement, il est recommandé de lui donner quelques stratégies pédagogiques ici et là sans ne lui en imposer trop. Ainsi, il est conseillé de mettre en place les stratégies d'intervention proposées ci-après, mais pas à chaque tour de jeu. L'idée est toujours de conserver en tête que le jeu doit rester une activité ludique et divertissante. Les stratégies pédagogiques mises en place ne feront qu'ajouter un plus à la joute permettant à l'apprenant d'améliorer certaines fonctions cognitives ou exécutives ou de lui enseigner certains savoirs essentiels scolaires.

Il ne faut donc pas surcharger l'apprenant pendant la joute en en faisant une surutilisation de stratégies pédagogiques. Quelques trucs montrés à l'enfant lors d'une partie suffisent déjà pour faire la différence.

Bonnes joutes!

Anick Pelletier

Par Anick Pelletier, orthopédagogue fondatrice de la Clinique Optineurones et de la Sélection OptiJeu, depuis 2002 ©Tout droit réservé 12

Conceptrice de la chaîne Youtube OptiJeu

Auteure du *Guide des jeux de société pour apprendre en s'amusant* (Septembre Éditeur) et des jeux *Slack Jack* et *Dans ma valise* (Gladius Éditions)

Porteur du projet de recherche JEUMETACOGITE

