

Exercice : Lettres en marchant

Un exercice multisensoriel pour la concentration

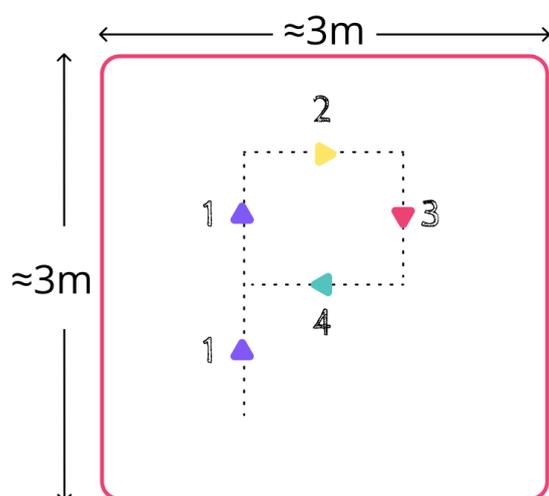
Objectifs : Se préparer pour une séance de travail et permettre de se concentrer en travaillant sur le corps et en sollicitant le système 2, de la réflexion.

Préparatifs : Prenez place dans un espace suffisamment grand pour pouvoir faire quelques pas dans chaque direction. Un espace de 3 mètres par 3 mètres fera amplement l'affaire.

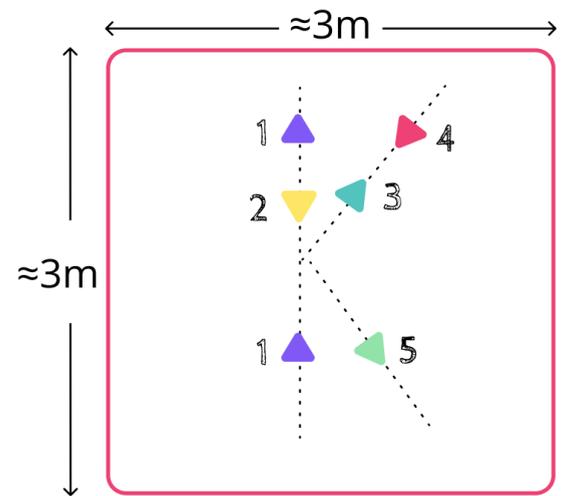
Consignes :

L'adulte donne une série d'indications à l'enfant ou jeune du type « fais un pas à gauche » et ce dernier doit deviner quelle lettre il a dessiné sur le sol à partir de ces indications.

- Les lettres sont écrites en capitale d'imprimerie.
- Les lettres forment un mot que l'enfant ou le jeune devra deviner.
- L'enfant ou le jeune devra toujours rester face au « haut de la feuille ».
- Il faut bien penser à se replacer en « bas de la feuille » avant de faire chaque lettre.
- Il est possible de repasser plusieurs fois sur une même partie d'une lettre.
- Il est possible de faire des diagonales pour des lettres comme le A ou le N.
- Il est possible de faire des demi-pas pour des lettres comme le F ou le E



Lette P : 2 pas en avant, 1 pas sur la droite, 1 pas en arrière, 1 pas sur la gauche



Lette K : 2 pas en avant, 1 pas en arrière, 1 pas sur la gauche, 1 pas en diagonal avant droite, 1 pas en diagonal arrière gauche, 1 pas en diagonal arrière droite



Exercice : Lettres en marchant

Un exercice multisensoriel pour la concentration

Déroulé :

- 1) Préparez l'espace et expliquez les règles du jeu.
- 2) Mettez-vous en position à côté de votre enfant, face à la « feuille », l'espace devant vous.
- 3) Donnez les indications à votre enfant. S'il a du mal à respecter les indications, c'est généralement qu'il a des difficultés avec sa gauche et sa droite, dans ce cas reportez-vous aux conseils donnés dans l'exercice précédent.
- 4) Une fois que vous avez fini de donner les indications pour une lettre, demandez de quelle lettre il s'agissait.

S'il a des difficultés pour trouver, redonnez-lui les indications de manière plus lente et refaites-lui faire l'exercice. Insistez bien sur le fait qu'il doit essayer de visualiser dans sa tête le dessin qu'il fait avec son corps sur le sol, cela devrait l'aider à trouver la lettre.

Si cela ne suffit pas, vous pouvez donner une feuille et un stylo à votre enfant et lui redonner les consignes en lui disant de dessiner les pas qu'il ferait. Normalement cela devrait lui permettre de trouver.

- 5) Continuez ensuite avec les autres lettres pour former le mot que vous voulez faire deviner.
- 6) Une fois que vous avez fait deviner toutes les lettres du mot vous pouvez demander à votre enfant quel est le mot qu'il a écrit. Il devrait se souvenir des lettres qu'il a écrites.

S'il ne s'en souvient pas, ne lui dites pas mais recommencez plutôt à lui faire deviner les lettres en lui donnant les indications jusqu'à ce qu'il retrouve toutes les lettres et qu'il devine le mot.

- 7) Vous pouvez ensuite recommencer ou non l'exercice avec un autre mot en fonction du temps que vous a pris le premier mot.

Fiche action

Lettres en marchant

« On va faire un nouveau jeu, il va t'aider à te concentrer, et aussi à avoir plus conscience de ton corps.

Tu vas imaginer que tu as devant toi, sur le sol, une grande feuille de papier sur laquelle tu vas écrire une lettre en faisant des pas selon les indications que je vais te donner.

Cette lettre sera en majuscules, en capitale d'imprimerie. Et une fois que tu l'auras écrite, tu devras deviner quelle est cette lettre. Les pas que tu devras faire sont assez grands et toujours de la même taille.

A chaque fois que tu fais un pas, il faudra que tu ramènes l'autre pied à côté du pied qui a avancé. Et avant de commencer, je te donne un conseil important pour deviner la lettre, il faut que tu visualises dans ta tête ce que tu dessines sur le sol. »

Premier mot : Le premier mot est LIT,

il est composé de 3 lettres assez facile, il est donc intéressant pour débiter.



Fais un pas à gauche.

Fais deux pas en avant.

.....



.....

Fais deux pas en avant.

Fais un pas à gauche.

Fais deux pas à droite



Fiche action

Lettres en marchant

Deuxième mot : On continue ensuite avec le mot, COU, qui reste assez simple.



Fais un pas à gauche.

Fais deux pas en avant.

Fais un pas à droite.

.....

Fais deux pas en avant.



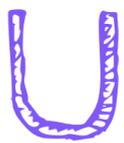
Fais un pas à droite.

Fais deux pas en arrière.

Fais un pas à gauche.

.....

Fais deux pas en avant.



Fais deux pas en arrière.

Fais un pas à droite.

Fais deux pas en avant.

Pour rester dans un niveau de difficulté assez faible vous pouvez continuer avec les mots suivants : SOL, CIL, PIC, JOLI, POLI, LOUP, ...

Ensuite, vous pouvez progressivement ajouter des lettres plus difficiles pour faire d'autres mots.

