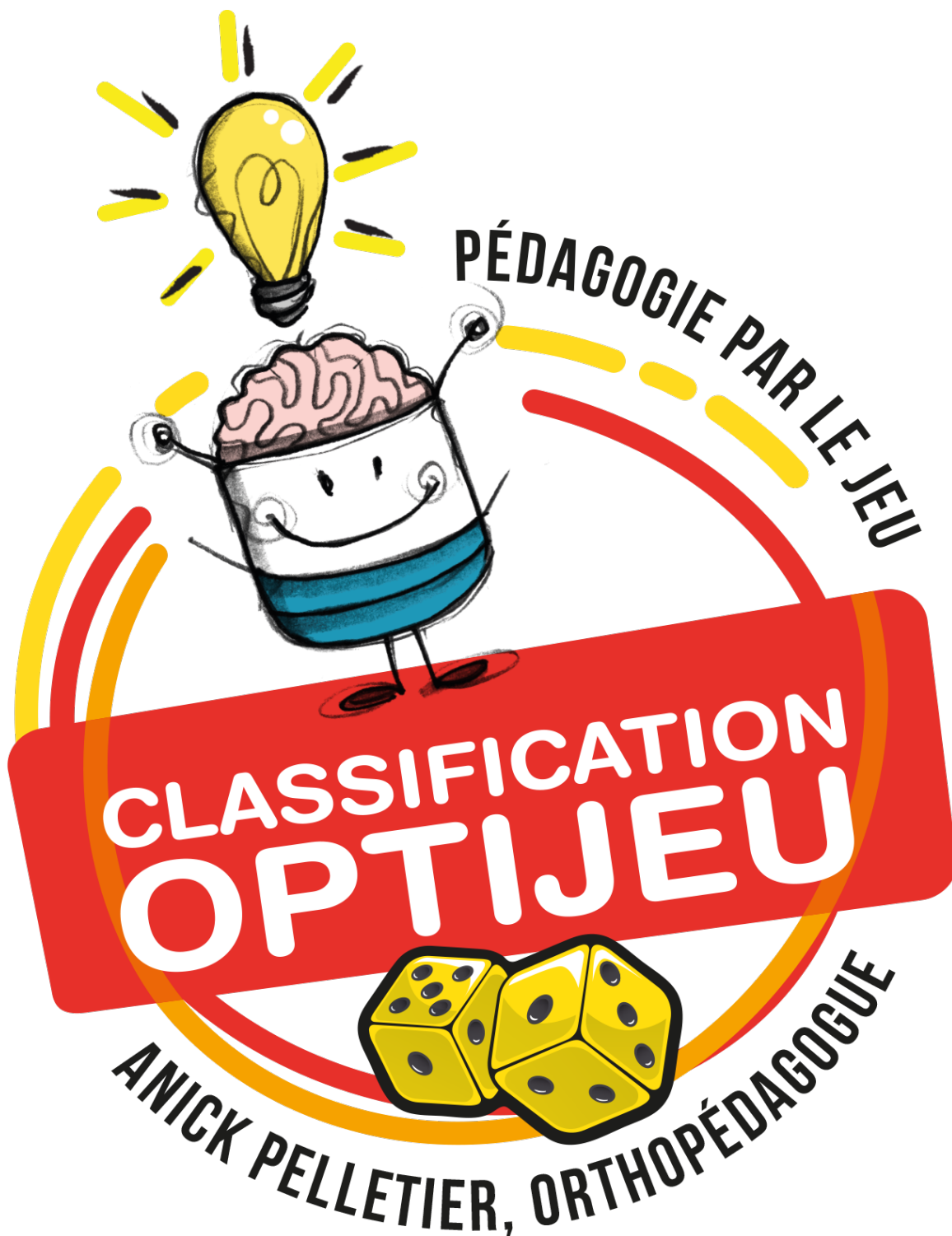
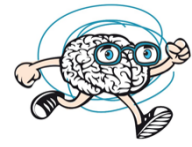




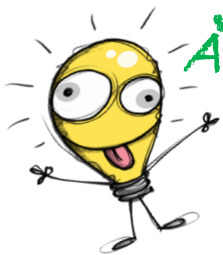
Par Anick Pelletier, orthopédagogue fondatrice de la
Clinique Optineurones, depuis 2002 ©Tout droit réservé
Auteure du *Guide des jeux de société pour apprendre en
s'amusant* (Septembre Éditeur) et des jeux *Slack Jack* et *Dans
ma valise* (Gladius Éditions)
Porteur du projet de recherche JEUMETACOGITE



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.

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'envi d'optimiser votre cerveau
TOUT en vous AMUSANT!!!**

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

Classification OptiJeu©	
Titre de la catégorie + Logo	Description de la catégorie; la description indique ce que les jeux classifiés avec ce logo sollicitent
Émotions vocabulaire 	Ces jeux permettent l'intégration du vocabulaire sur les émotions; apprendre les mots qui définissent les émotions et ce que chacun veut dire.
Régulation émotionnelle et Flexibilité 	Ces jeux offrent des moments de sensations fortes! Les diverses émotions qui nous habitent sont mises à l'épreuve, puisque ce sont des jeux qui peuvent parfois nous énerver ou éveiller notre sentiment de colère! C'est la raison pour laquelle ils stimulent nos connexions neuronales responsables de réguler nos émotions. La régulation émotionnelle, c'est donc cette capacité à tempérer nos pulsions émotionnelles et à réguler le degré de sortie de celles-ci. Une fois les émotions inhibées, le sujet devra faire usage de flexibilité pour arriver à revenir à un état serein et pleinement fonctionnel.
Gestion de l'impulsivité 	Ces jeux stimulent la compétence à réguler nos élans d'activation. Ce sont des jeux qui demandent de la rapidité d'exécution, tout en se régulant dans le but d'être le plus rapide mais sans aller trop vite pour ne pas être «puni» dans le jeu! On illustre cette vitesse d'activation aux étudiants en leur montrant à «rouler à 90» et non à 100% rapide, dans le but de prendre le temps de réfléchir sur le raisonnement qu'ils font pendant qu'ils le font. Ainsi, en s'activant à «90» plutôt qu'à «100», ils se donnent une chance de donner un travail fait à 100% en ayant réfléchi pendant qu'ils le faisaient.
Attention et Activation 	Ces jeux stimulent particulièrement l'habileté à porter son ATTENTION sur ce qu'il faut (attention focalisée) et maintenir cette attention un bout de temps demandé par la tâche (attention soutenue). Parfois, l'attention devra même se partager en plusieurs points de focus (attention divisée), sans perdre le focus principal.

Par Anick Pelletier, orthopédagogue fondatrice de La
 Clinique Optineurones, depuis 2002 ©Tout droit réservé
 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

		Si le cerveau veut réaliser la tâche demandée, en plus de porter son focus sur celle-ci, il devra user du processus d'ACTIVATION à la tâche en «démarrant son moteur»! Ces jeux demandent donc une coordination de ces deux fonctions essentielles à la réalisation complète d'une tâche.
Imagerie mentale		Ce sont des jeux qui requièrent l'action de «voir dans sa tête» et de «s'imaginer». L'habileté d'imagerie mentale est fortement utile en compréhension de lecture et en résolution de problèmes mathématiques, ainsi que dans les domaines de la géométrie, des mesures et des fractions. Elle permet d'imaginer ou de se construire des images mentales et de manipuler celles-ci pour arriver à raisonner.
Discours interne ++		Ces jeux demandent <u>particulièrement</u> un discours interne, cette petite voix à l'intérieur de nous qui permet de se parler en faisant les choses. Cette voix qui donne des ordres à notre cerveau pour lui permettre de s'engager dans une tâche, de maintenir celle-ci et de se réajuster en cours de route dans le but de la mener à terme. Le discours interne est donc très aidant pour activer plusieurs autres fonctions essentielles à une régulation de tâches, de comportement et d'apprentissage de façon autonome. *N.B. : Tous les jeux permettent le déploiement du discours interne. Toutefois, certains le requiert obligatoirement pour être joué. C'est la raison pour laquelle certains jeux sont identifiés comme étant stimulant parfait pour le discours interne ++.
Mémoire à court terme Verbale (et Mémoire de travail)		Ce sont des jeux qui demandent de retenir temporairement en mémoire quelques éléments ENTENDUS. La mémoire à court terme verbale est «ce récipient» qui retient les stimuli AUDITIFS entendus pour les conserver temporairement le temps que la mémoire de travail les traite.
Mémoire à court terme Visuelle (et Mémoire de travail)		Ce sont des jeux qui demandent de retenir temporairement en mémoire quelques éléments VUS. La mémoire à court terme visuelle est «ce récipient» qui retient les stimuli VISUELS vus pour les conserver temporairement le temps que la mémoire de travail les traite.

Par Anick Pelletier, orthopédagogue fondatrice de La Clinique Optineurones, depuis 2002 ©Tout droit réservé
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

Mémoire de travail ++ 	Ce sont des jeux qui demandent de gérer plusieurs éléments à la fois tout en faisant des changements et des ajustements constants sur ces éléments. La mémoire à court terme reçoit des informations à traiter et la mémoire de travail assure la gestion de ces éléments. *N.B. : Tout jeu de société demande une gestion en mémoire de travail! Seulement, certains jeux impliquent son rendement constant et de façon excessive! C'est la raison pour laquelle ces jeux sont identifiés comme étant stimulant parfait pour éveiller la mémoire de travail ++.
Anticipation ++ 	Pour jouer à ces jeux, il faut user d'anticipation à chaque fois qu'on désire faire une action dans la joute. C'est-à-dire qu'il faut toujours prévoir ce que son coup présent va donner comme impact sur la joute en cours. *N.B. : Tous les jeux de planification et d'organisation demandent de l'anticipation, mais certains comportent une mécanique de jeu basée sur le fait de «prévoir d'avance l'impact de son action» pour pouvoir jouer. C'est la raison pour laquelle certains jeux sont identifiés particulièrement avec le pictogramme Anticipation ++.
Planification/Organisation 	Ce sont des jeux de planification et d'organisation tout simplement! Leur mécanique de jeu est basée sur le besoin de prendre des décisions dans le but de gérer des éléments pour arriver à gagner.
Flexibilité v.s. rigidité 	La flexibilité est l'habileté à changer et s'adapter à une situation. Le contraire de la flexibilité est la rigidité, ce comportement d'entêtement et d'évitement. Parfois, lorsque nos émotions s'enflamment, le cerveau présente une incapacité à s'adapter à cette situation et il se braque. Cette rigidité peut survenir par exemple lors de la gestion d'une tâche ou encore d'une interaction

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

		sociale. Le cerveau devient alors rigide. Il devra se doter de trucs de régulation pour inhiber cette rigidité et tranquillement tempérer les émotions provoquées par cette dernière pour s'adapter à la situation et arriver à la réguler. Il devra s'adapter et changer de plan, d'idée ou de façon de faire dans le but d'être pleinement fonctionnel.
Mémoire à long terme 		Ces jeux demandent de mémoriser longuement des éléments pour arriver à jouer la partie. Leur mécanique est donc basée sur des éléments à mémoriser. La mémoire à long terme est cette capacité de stockage d'informations dans le but de les réutiliser ultérieurement. Elle requiert une bonne organisation afin d'être efficace (bonnes stratégies de stockage afin de retrouver rapidement et efficacement).
Langage 		Ces jeux stimulent les fonctions langagières orales (vocabulaire, accès lexical, compréhension, élaboration, etc.) ou écrites (lecture et écriture).
Raisonnement mathématique 		Ces jeux stimulent les connaissances et compétences mathématiques.
Planification/Organisation avec raisonnement mathématique 		Ce sont des jeux qui demandent les fonctions de planification et d'organisation tout en demandant une réflexion qui demande de faire des liens de déduction et de cause à effet pour arriver à réaliser une tâche.
Habiletés motrices 		Ces jeux requièrent les motricités fine ou globale ou la dextérité. Ils stimulent donc les habiletés de planification, d'organisation et de régulation corporelle.

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

Coopération 	Ces jeux sont basés sur une mécanique de joute coopérative. Ainsi, les joueurs devront unir leurs forces et leur communication toute au long de la partie pour arriver à gagner. Ce type de jeu demande beaucoup de flexibilité, car les joueurs devront s'ouvrir aux actions et propositions des autres, tout en acceptant leurs propre rendement.
Appât du gain 	Dans ces jeux, il y a une portion de joute où les joueurs sont amenés à avoir envie de faire un choix alors que ce choix comporte une prise de risque. Ainsi, l'appât du gain est provoqué par ce tiraillement entre la forte pulsion de satisfaire un envi et l'esprit rationnel de ne pas le faire par protection. L'appât du gain demande les fonctions d'inhibition de l'impulsivité, la régulation émotionnelle ainsi que la flexibilité.
Bluff 	Ces jeux comportent une portion de bluff, soit cette habileté à « faire semblant » dans le but d'arriver à ces fins. Le bluff requiert la compétence abstraite à mentir sur la situation, à la manipuler, dans le but d'arriver à un objectif. Pour arriver à trouver qu'un adversaire use de bluff, un joueur devra démontrer des capacités de déduction en observant les comportements, les décisions et les dires de l'adversaire tout en les mettant en lien avec son propre contenu de jeu et ses autres analyses. Ces jeux demandent donc des fonctions cognitives langagières supérieures.

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