

PRATICO-PRATIQUE

# OptiFex

ÉQUIPE-ÉCOLE

UNE APPROCHE CRÉÉE PAR ANICK PELLETIER,  
ORTHOPÉDAGOGUE ET FONDATRICE D'OPTINEURONES.

Formule 3 jours jeux + activités de stimulation

## OPTIMISEZ L'ENSEIGNEMENT

## DES FONCTIONS EXÉCUTIVES AUPRÈS DES ÉLÈVES DE VOTRE ÉCOLE



### CETTE FORMATION S'ADRESSE AUX :

ENSEIGNANTS

4-6 ans/ 7-12 ans/ 12 ans-Adultes

DIRECTIONS D'ÉCOLE

INTERVENANTS EN SERVICE DE GARDE

PROFESSIONNELS ŒUVRANT AU SEIN D'UNE ÉQUIPE-ÉCOLE

### LES OBJECTIFS DE LA FORMATION

1

Comprendre les **fonctions exécutives**.

2

Explorer leur dynamique avec les autres fonctions du cerveau et leur **impact possible sur le rendement personnel, social et scolaire** de celui-ci.

3

Intégrer la **Ligne directrice OptiFex** qui aide à faire l'**observation** de ces fonctions chez un élève et qui propose une séquence de **prise en charge** de celles-ci.

4

Découvrir l'approche Optifex à mettre en place avec des élèves de tout âge visant la **prise de conscience** et l'**enseignement**: 1. du **cerveau**, 2. de la **Ligne OptiFex**, 3. de **trucs d'autorégulation** de toutes les fonctions exécutives et d'autres cognitives (inhibition stress-anxiété/rég. émotionnelle, impulsivité, flexibilité, régulation de l'attention, de l'activation, du discours interne, de l'imagerie mentale, de la mémoire de travail, des fonctions d'anticipation-planification-organisation, gestion en mémoire à long terme).

+ **découverte pratico-pratique de jeux et d'activités de stimulation possibles à mettre en place avec les élèves.**

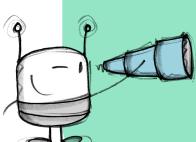
• **Séquence d'enseignement remis aux intervenants sous forme de déroulements détaillés à la semaine, prêts à mettre en place avec les élèves et étudiants et modulable, à l'aide de capsules d'enseignement audiovisuelles, d'aide-mémoire, de pictogrammes, et autres outils, le tout donné en accès à vie avec un Google Drive Optifex.**

### APPRENDRE À TOUS

### LES ÉLÈVES DE L'ÉCOLE:

L'activation.

- La régulation de l'impulsivité; gérer sa vitesse!
- L'importance de la flexibilité et comment mieux la réguler.
- Anticiper pour mieux se planifier et s'organiser.
- Réguler ses émotions, son stress, ses excès de colère et d'énerverment.
- Le focus sur la tâche et le réguler autant que possible par soi-même.
- L'utilité de la mémoire de travail et des stratégies pour optimiser son rendement.
- L'imagerie mentale, le discours interne, la mémoire à long terme, ...!



## 5 BONNES RAISONS

### DE DÉCOUVRIR

### L'APPROCHE OPTIFEX

**1** Explicite et vulgarisée, elle rend très accessible l'enseignement et la régulation des fonctions exécutives dès l'âge de 3 ans.

**2** Sa formation propose une formule «clé en main» à l'aide d'activités facilitant son application.

**3** Elle est soutenue par la pédagogie par le jeu OptiFex, créée par Anick Pelletier, auteure du Guide des jeux de société pour apprendre en s'amusant.

**4** Elle est éprouvée dans plusieurs milieux scolaires et sociaux depuis 2002 au Canada et en Europe.

**5** Elle est au cœur du projet de recherche JEuMETACOGITE.



## L'APPROCHE OPTIFEX, UN LANGAGE COMMUN POUR TOUS !

Lorsqu'elle est dispensée à une équipe entière, la **formation OptiFex** permet à tous les intervenants d'accéder à un langage commun quant à l'enseignement du cerveau et aux trucs de régulation exécutive à enseigner aux élèves. Fréquemment exposés à ce langage partout dans l'école, les élèves intègrent plus facilement les trucs de régulation appris. Cette uniformité offre une rigueur et une crédibilité à l'approche qui fait sens pour les élèves. Cela a pour effet de leur permettre de développer de saines habitudes pour prendre soin de leur cerveau.



### Formule sur 3 jours pratico:

- **Jour#1:** Fonctions exécutives et Autres fonctions nécessaires aux apprentissages, Cerveau de l'élève, Observation et dépistage des difficultés potentielles, Outils pour aider à établir un profil des élèves de ma classe, Langage commun Optifex, Enseignement du cerveau et de la Ligne Optifex aux élèves. À la lumière de cette journée, les participants peuvent commencer l'enseignement Optifex avec leurs élèves.
- **Jour#2:** Stratégies d'enseignement et d'intervention sur les fonctions de Régulation émotionnelle, Régulation du stress, Flexibilité, Impulsivité, Attention, et d'Activation + découverte des outils, des tâches pratiques et de jeux de société possibles à mettre en place avec les élèves afin qu'ils puissent se pratiquer à faire usage de ces stratégies d'autorégulation. Les participants découvrent donc le matériel disponible sur le Drive Optifex pour enseigner aux élèves et ils vivent concrètement les activités de prise de conscience et autres outils et jeux de société qui leur sont proposés d'être utilisés avec les élèves.
- **Jour#3:** Stratégies d'enseignement et d'intervention sur les fonctions de Mémoire à court terme/Traitement de l'information lue, écrite et entendue, Discours interne, Imagerie mentale, Anticipation, Planification-Organisation, Mémoire à long terme/ Techniques de rétention de l'information + découverte des outils, des tâches pratiques et de jeux de société possibles à mettre en place avec les élèves afin qu'ils puissent se pratiquer à faire usage de ces stratégies d'autorégulation. Les participants découvrent donc le matériel disponible sur leur Drive Optifex pour enseigner aux élèves et ils vivent concrètement les activités de prise de conscience et autres outils et jeux de société qui leur sont proposés d'être utilisés avec les élèves.
- Dans cette formule de 3 jours, le Jour#1 donne accès à *tout le matériel d'intervention sur un Google Drive Optifex et les participants peuvent donc démarrer la mise en place de l'enseignement Optifex avec leurs élèves*. Ils ont également le matériel pour les stratégies vues lors des jours #2 et #3 et peuvent donc entamer ces enseignements s'ils le désirent, même s'ils n'ont pas vécu les Jour#2 et #3. Les jours #2 et #3 de formation leur permettront d'accéder au contenu théorique de toutes les fonctions enseignées avec les stratégies d'intervention à mettre en place par le professionnel et son milieu scolaire pour accompagner l'élève et sa famille. Ils permettent également de découvrir et de vivre les activités proposées aux élèves visant la stimulation et l'amélioration du rendement des fonctions enseignées.

## INFORMATION ET RÉSERVATION

Mme **Anick Pelletier**, orthopédagogue

**Fondatrice Optineurones, Projet recherche JEuMETACOGITE**

[info@optineurones.com](mailto:info@optineurones.com)/[optineurones.com](http://optineurones.com)

**SUIVEZ-NOUS !**

