

# SORS-MOI DE LÀ !

## COULEURS

### OBJECTIFS

- **S'exercer à la motricité fine et aux coordinations fines, développer les compétences oculomotrices (préalables à l'écriture)**

- Pratiquer des activités de motricité fine pour s'habituer à contrôler et guider ses gestes par le regard.
- Maîtriser les gestes moteurs nécessaires pour le dessin et l'écriture cursive.
- **Mobiliser le langage**
- Développer le vocabulaire : Enrichir son lexique en se familiarisant avec les noms des couleurs.
- Renforcer sa compréhension du langage oral : utiliser les noms des couleurs dans des contextes variés.
- Encourager les échanges (avec les adultes et ses pairs) et la réflexion.



### COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

- **Capacité de maîtrise de soi (CPS 2)**

Apprendre à contrôler ses émotions et ses impulsions.

- **Capacité à réguler ses émotions (CPS 5)**

Apprendre à gérer ses émotions de manière appropriée.

- **Communiquer de façon constructive (CPS 7)**

Favoriser une communication positive et constructive avec ses pairs.

- **Résoudre des difficultés (CPS 9)**

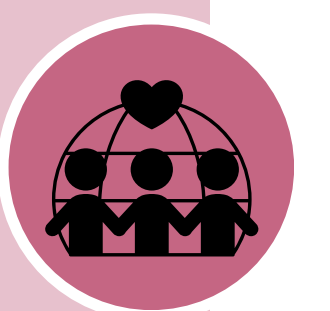
Développer la capacité à surmonter les obstacles et à trouver des solutions aux problèmes.

- **Accepter que l'autre ne ressente pas la même chose que soi (CPS 8)**

Développer l'empathie et la compréhension des émotions des autres.

- **Connaître et nommer son corps (CPS 1)**

Identifier et nommer les différentes parties du corps impliquées dans l'activité.



### FONCTIONS EXÉCUTIVES

- **Planification**

Développer sa capacité à planifier et à organiser ses actions pour atteindre un but.

- **Flexibilité**

Développer sa capacité à s'adapter et à changer de stratégie lorsque c'est nécessaire.

- **Contrôle inhibiteur**

Améliorer la capacité à inhiber les réponses impulsives et à prendre des décisions réfléchies.

- **Mémoire de travail**

Renforcer sa capacité à se souvenir des règles du jeu, du nom des couleurs.

- **Attention sélective et concentration :**

Améliorer sa capacité à se concentrer sur une tâche spécifique malgré les distractions, utiliser des outils tels que les images mentales et la "petite voix".



# CHIFFRES

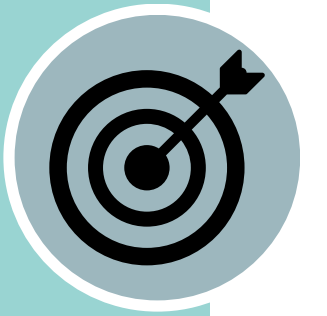
## OBJECTIFS

- **S'exercer à la motricité fine et aux coordinations fines, développer les compétences oculomotrices (préalables à l'écriture)**

- Pratiquer des activités de motricité fine pour s'habituer à contrôler et guider ses gestes par le regard.
- Maîtriser les gestes moteurs nécessaires pour le dessin et l'écriture cursive.

- **Mathématiques : la construction du nombre, l'utilisation des nombres pour résoudre des problèmes**

- Reconnaître visuellement et verbalement les nombres écrits en chiffres de 0 à 9.
- Comprendre et manipuler des quantités de 0 à 9.
- Commencer à comparer deux nombres inférieurs ou égaux à 9 écrits en chiffres.
- Commencer à positionner des nombres les uns par rapport aux autres et à compléter une bande numérique lacunaire.
- Commencer à résoudre des problèmes d'ajout ou de retrait, de produit ou de partage.



## COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

- **Capacité de maîtrise de soi (CPS 2)**

Apprendre à contrôler ses émotions et ses impulsions.

- **Capacité à réguler ses émotions (CPS 5)**

Apprendre à gérer ses émotions de manière appropriée.

- **Communiquer de façon constructive (CPS 7)**

Favoriser une communication positive et constructive avec ses pairs.

- **Résoudre des difficultés (CPS 9)**

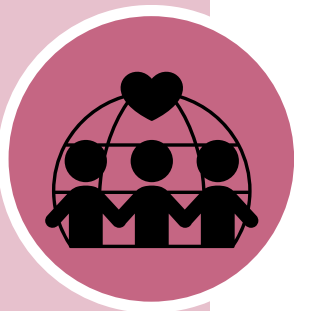
Développer la capacité à surmonter les obstacles et à trouver des solutions aux problèmes.

- **Accepter que l'autre ne ressente pas la même chose que soi (CPS 8)**

Développer l'empathie et la compréhension des émotions des autres.

- **Connaître et nommer son corps (CPS 1)**

Identifier et nommer les différentes parties du corps impliquées dans l'activité.



## FONCTIONS EXÉCUTIVES

- **Planification**

Développer sa capacité à planifier et à organiser ses actions pour atteindre un but.

- **Flexibilité**

Développer sa capacité à s'adapter et à changer de stratégie lorsque c'est nécessaire.

- **Contrôle inhibiteur**

Améliorer la capacité à inhiber les réponses impulsives et à prendre des décisions réfléchies.

- **Mémoire de travail**

Renforcer sa capacité à se souvenir du tracé des chiffres et du nom des nombres écrits en chiffres.

- **Attention sélective et concentration :**

Améliorer sa capacité à se concentrer sur une tâche spécifique malgré les distractions, utiliser des outils tels que les images mentales et la "petite voix".

