

## PRET À APPRENDRE AVEC LES RÉFLEXES CONCENTRATION ET APPRENTISSAGE

L'animateur de cette formation est un accompagnant certifié en Intégration Motrice Primordiale. Il sera à même d'adapter le contenu, l'organisation, le format du cours en fonction des besoins et demandes du groupe et de vos professions respectives (parents, éducateurs, enseignants, orthophonistes, psychomotriciens...).

### Les objectifs de ce cours :

- Comprendre l'importance du mouvement dans l'apprentissage.
- Comprendre en quoi des réflexes archaïques équilibrés soutiennent le développement global et l'accès au potentiel.
- Théorie et observation de cinq réflexes archaïques majeurs dans les processus d'apprentissage.
- L'impact de ces réflexes sur les aptitudes motrices, cognitives et émotionnelles.
- Activités pour aider à la maturation de ces réflexes de manière globale, simple et ludique.
- Routines de mouvements favorisant la lecture, l'écriture, la concentration, la mémoire, l'expression, la confiance en soi.
- Découvrir une pratique utilisable en classe, en famille, par les professionnels en rééducation.
- Retrouver le plaisir d'apprendre, de bouger, de s'équilibrer, pour l'enfant ET pour les adultes qui l'accompagnent.

### Programme de base de la formation sur deux jours (environ 14 h) :

#### JOUR 1

- Accueil des participants.
- Brève présentation des participants et de l'animateur.
- Recueil des besoins du groupe.
  - 1) listez ce que vous observez des personnes que vous accompagnez (comportement, difficultés...) et ce qui vous pose problème face à cette situation.
  - 2) listez les compétences, aptitudes, habilités correspondantes à développer pour améliorer la situation (chez les personnes accompagnées mais aussi pour vous).
- Mise en situation : la dictée « infemale » !
- Débriefing de la dictée et introduction sur les réflexes.

#### Pause du matin

- Pratique de l'ECAP (routine de 4 mouvements issus de l'approche Brain Gym) pour se mettre en mouvement et se préparer corporellement, cognitivement et émotionnellement à apprendre.
- L'importance du mouvement pour apprendre :
  - Notions sur l'équilibre des trois dimensions de l'espace (latéralité, centrage et focalisation)
  - Notions sur la pyramide des besoins (physique, émotionnel, cognitif)
  - Notions sur les mécanismes de stress (lutte, fuite, figement)
- Pré-observations : bilan de cinq réflexes en lien avec les compétences motrices, cognitives et émotionnelles (Moro, Réflexe Tonique Asymétrique du Cou, Réflexe Tonique Symétrique du Cou, réflexe spinal de Galant, réflexe de Babinski).
- Discussion sur l'impact de ces réflexes et les comportements des enfants et leurs accompagnants en classe, à la maison, dans le sport (cf. étiquettes à gogo)...

#### Pause déjeuner

- Explications et pratique de l'ECAP et autres activités de Brain Gym pour « brancher » nos compétences.

#### Pause de l'après-midi

- Pratique de l'ECAP
- Explications et pratique des bercements (maturation du système vestibulaire et détente musculaire)

#### JOUR 2

- Pratique de l'ECAP avec variantes.
- Réponses aux questions.
- Explications et pratique de jeux de coordination avec des sacs de grains

#### Pause du matin

- Pratique de l'ECAP avec variantes.
- Explications et pratiques des activités précurseurs d'éveil tactile (ballade du dos, détente du pied, rayonnement du nombril, 2/4/6/8...)

#### Pause déjeuner

- Révisions en pratiquant des routines de mouvements à thème (lecture, écriture, concentration, examen, prise de parole...).
- Pratique des activités de la rubrique annexe si besoin.
- Post-observations du bilan des cinq réflexes et partage autour des changements.
- Conclusion : retour sur la liste des besoins dressée en début de formation /pratique d'un jeu collectif de clôture.