

# Un sujet : plusieurs activités

Le temps  
d'une *pause*

Lorsque l'on pense à la stimulation, ce sont souvent aux activités cognitives que l'on fait référence. Elles font appel à l'ensemble des composantes intellectuelles qui nous permettent de lire entre les lignes, de faire des blagues, de créer des liens entre les idées.

## Bienfaits

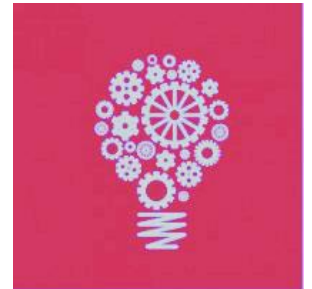
- Capacité d'exécution, d'observation et d'organisation
- Mobilisation de la mémoire, de la concentration et de l'attention
- Éveil de l'abstraction, du jugement, orientation spatiale et temporelle
- Expression de soi, valorisation des compétences, sentiment d'accomplissement, renforcement de l'estime personnelle

## Exemple sur la thématique des animaux :

- Associer un animal avec son habitat, sa nourriture, le nom de la femelle/du petit
- Diviser des animaux selon leur milieu : air, eau, terre
- Nommer des animaux poilus, avec des plumes, avec des écailles
- Nommer des animaux domestiques, sauvages, agricoles
- Nommer de gros animaux, des petits, des rapides, des lents
- Reconnaître le son des animaux.

## Exemple de jeux de logique :

- Trouver l'intrus parmi des images
- Compléter une suite logique
- Replacer une suite d'actions par ordre chronologique
- Trouver des contraires
- Relier des points numérotés
- Jeux d'emboîtement de type poupées russes



© Freepik

## Exemple avec un jeu de mémoire :

- Créer des catégories et explorer par associations : quel objet permet de manger ?
- Donner des indications pour trouver une image : un fruit pour faire la compote ?
- Donner des objectifs par couleurs : qu'est ce qui est jaune ?
- Associer deux images semblables
- Trier des images par catégories : vêtements, fruits, mobilier, ...

## De manière infinie, autour d'une thématique, on peut :

- Identifier et nommer ce qui est représenté sur des photos, dessins, sons, ou dégustation
- Trouver des synonymes ou des contraires
- Dans une thématique, trouver des mots qui commencent par...
- Nommer deux mots et chercher à les associer à une famille
- Créer des hiérarchies dans les choses
- Chercher les caractéristiques

© Temps d'une pause, 2017