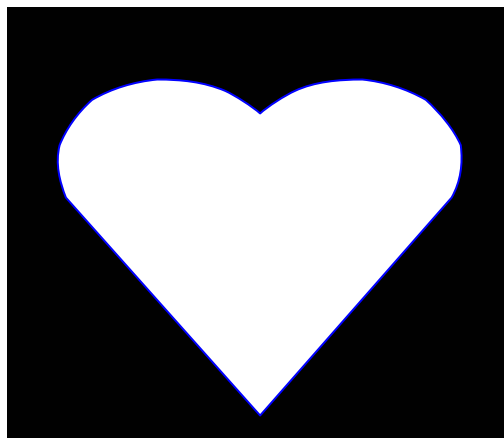


# Programme

## par Cœur



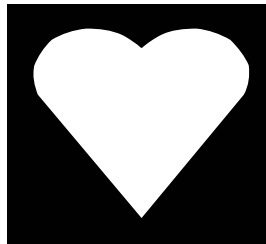
François Émond psychologue © 2003  
Centre François-Michelle

*Trousse de consolidation des connaissances et compétences scolaires  
Attention, mémoire, raisonnement, stratégies, habiletés linguistiques et visuo-motrices*

### Liste des 24 catégories de connaissances et compétences à développer

- |                                |                             |                                  |
|--------------------------------|-----------------------------|----------------------------------|
| 1) Syllabes et sons            | 13) Pêle-Mêle               | (métalinguistique)               |
| 2) Vocabulaire                 | 14) Devinettes avec indices | (déductions, hypothèses)         |
| 3) Calcul mental               | 15) Perroquet               | (mémoire de travail)             |
| 4) Conjugaison                 | 16) Tangram                 | (organisation spatiale)          |
| 5) Compréhension, expression   | 17) Huit erreurs            | (attention visuelle)             |
| 6) Temps et mesures            | 18) Formes à reproduire     | (organisation visuo-motrice)     |
| 7) Grammaire                   | 19) Devinettes à questions  | (Déductions, hypothèses)         |
| 8) Connaissances générales     | 20) Décodage de mots        | (associations)                   |
| 9) Géographie                  | 21) Décodage de proverbes   | (latéralisation)                 |
| 10) Catégories                 | 22) Décodage d'expressions  | (écoute et orientation spatiale) |
| 11) Traduction                 | 23) Pareil pas pareil       | (Similitudes et différences)     |
| 12) Civisme, santé et jugement | 24) Problèmes de pommes     | (résolution de problèmes)        |

# *Programme « par Cœur »*



## *Définition, base théorique, activités et suggestions d'animation*

### **1) Définition**

*"Par Coeur" peut être défini comme un projet de recherche action ouvert à tous les intervenants du Centre qui s'intéressent à la consolidation des connaissances scolaires de base et au développement des habiletés intellectuelles.*

*Le programme a été pensé en fonction des élèves qui présentent des déficits cognitifs et plus spécifiquement pour les élèves qui présentent une déficience intellectuelle légère avec troubles associés.*

*L'idée principale du projet est de rassembler dans une mallette le matériel nécessaire à la consolidation des connaissances de base du programme scolaire du niveau primaire et de permettre l'exercice des principales habiletés cognitives qui entrent en jeu lors des apprentissages.*

*Par Coeur" peut être utilisé comme jeu ou comme exercices de révision dans la classe ou lors de suivis individuels. L'utilisateur peut employer une ou plusieurs des activités du programme en fonction de ses intérêts, de son champ de spécialisation et du niveau de ses élèves.*

*L'utilisateur peut décider lors d'une activité de "Par Coeur" de sélectionner lui-même l'ordre des catégories à consolider. Il peut aussi se servir du jeu de cartes sur lesquelles sont inscrits les noms des 24 catégories ou du dé ayant 24 faces pour s'en servir comme moyen de choisir au hasard l'ordre dans lequel les catégories vont être choisies lors d'une activité de consolidation.*

*Une procédure est suggérée pour les activités des 24 catégories du programme. Par contre, rien n'empêche l'utilisateur d'inventer, de modifier ou d'utiliser d'autres méthodes pédagogiques.*

*Pour ceux et celles intéressés par le programme, deux mallettes sont présentement disponibles, une à l'école primaire et la deuxième à l'école secondaire dans le bureau du psychologue. La plupart du matériel se retrouve aussi sur support informatique dans le dossier "Par Coeur" situé dans le répertoire "Partage" du réseau informatique du centre. Vous pouvez imprimer tout ce qui se trouve dans les différents fichiers pour vos utilisations personnelles. Vous pouvez utiliser les modèles pour créer d'autres catégories ou compléter celles existantes.*

*Ce projet de recherche action peut avec le temps se limiter à deux mallettes de matériel conçu par une seule personne. Il peut aussi devenir un moyen intéressant de se pencher collectivement sur les deux questions suivantes:*

- 1) *Qu'est-ce que nos élèves devraient savoir « par cœur » et être capables de maîtriser en terme de compétences scolaires?*
- 2) *Et quelles sont les méthodes à utiliser pour favoriser la mémorisation de ces connaissances et l'optimisation de ces compétences cognitives?*

## 2) **Postulats théoriques à la base du programme « Par Cœur »**

### 2.1) **Répétition, pratiques et exercices**

*Le programme « Par Cœur » repose sur l'idée très simple pour ne pas dire évidente que plus on s'exerce dans un domaine plus on risque d'améliorer ses compétences dans celui-ci. Plus l'élève a l'occasion de répéter une connaissance, une procédure ou un geste quelconque, plus il risque de le mémoriser et d'améliorer sa technique ou son habileté à utiliser une stratégie. Qu'il s'agisse d'écrire, de lire, de dessiner, de suivre une procédure, une stratégie ou une méthodologie pour résoudre un problème, plus l'élève s'exerce et répète, plus il risque d'améliorer sa performance ou son aisance à résoudre des problèmes similaires et à effectuer des apprentissages plus complexes.*

### 2.2) **Automatismes et réflexes des apprentissages effectués**

*Plus l'élève réussit à mémoriser des connaissances de base et à se familiariser par la pratique à des stratégies, des procédures et des techniques de résolution de problèmes, plus il est capable de développer des automatismes cérébraux lui permettant d'investir ses énergies mentales disponibles dans des apprentissages plus complexes. En d'autres termes, plus l'élève aura de réflexes ou d'automatismes au niveau des connaissances et des stratégies suite à des apprentissages de type « par cœur » plus il pourra se servir de sa capacité d'énergie mentale disponible pour progresser dans des apprentissages de plus en plus complexes au lieu de se buter continuellement sur des choses qu'il devrait savoir ou être capable de faire depuis longtemps.*

### 2.3) **Processus d'Attention- Mémorisation-Compréhension-Exécution**

*L'aisance avec laquelle un élève assimile des connaissances et développe ses compétences scolaires dépend essentiellement de ses capacités d'attention, de mémorisation, de traitement de l'information et de l'utilisation de ses fonctions exécutives. Toute faiblesse, dysfonctionnement et retard de maturation neurologique dans l'un ou l'autre de ces processus entraînent nécessairement des difficultés d'apprentissage plus ou moins importantes selon le degré de sévérité des atteintes.*

### 2.4) **Stratégies éducatives pour pallier aux limitations**

*La réduction du débit verbal des consignes, l'utilisation de consignes courtes, claires et précises, le support visuel aux tâches verbales et le support verbal aux tâches visuelles, le découpage de l'activité en étapes simples à suivre, l'alternance des tâches à exécuter sur de courtes périodes de temps (15 à 20 minutes), la réduction des facteurs de distraction et l'utilisation de l'humour permettent d'optimiser les chances d'apprentissage chez les élèves ayant des déficits cognitifs.*

### **3.1) Liste des douze catégories concernant la mémorisation de connaissances de base**

- 1) Syllabes et sons (lecture, écriture et décodage de syllabes et sons))
- 2) Vocabulaire (épellation, lecture, écriture, définition, nature du mot)
- 3) Calcul mental (mémorisation des tables d'opérations mathématiques)
- 4) Conjugaison (mémorisation des conjugaisons de certains verbes)
- 5) compréhension, expression (compréhension de langage figuré et expression verbale))
- 6) Temps et mesures (mémorisation des notions temporelles et des mesures)
- 7) Grammaire (mémorisation des principales notions grammaticales)
- 8) Connaissances générales (connaissances de base dans différents domaines)
- 9) Géographie (localisation des pays sur une carte ou un globe)
- 10) Catégories (regroupement d'objets, de mots, etc. par catégories)
- 11) Traduction (mémorisation de mots anglais-français))
- 12) Civisme, santé et jugement (Habiletés sociales et autonomie)

### **3.2) Liste des douze activités concernant le développement des compétences cognitives**

- 13) Pêle-mêle (métalinguistique)
- 14) Devinettes avec indices (déductions et hypothèses)
- 15) Perroquet (mémoire de travail)
- 16) Tangram (organisation et structuration visuo-spatiales)
- 17) Huit erreurs (attention visuelle)
- 18) Formes à reproduire (précision visuo-motrice)
- 19) devinettes à questions (mémoire, déduction, hypothèse)
- 20) Décodage de mots (vitesse d'exécution visuo-motrice)
- 21) Décodage de proverbes (latéralité, vitesse d'exécution et d'associations)
- 22) Décodage d'expressions (orientation, vitesse visuo-motrice, concentration)
- 23) Pareil pas pareil (comparaison, regroupement et classification)
- 24) Problèmes de pommes (résolution de problèmes,)

## **4) Suggestions de procédure pour chacune des 24 activités du programme**

### **4.1- Syllabes et sons**

Comprend une liste de 850 syllabes inscrites sur trois feuilles dont chacune des rangées sont numérotées de 1 à 125. À partir de mots choisis par les élèves ou l'intervenant on demande aux élèves de découper ces mots en syllabes puis de retracer celles-ci dans la liste des trois feuillets. Les élèves n'ont qu'à inscrire les numéros correspondant aux rangées où se situent les syllabes composant les mots choisis. On peut aussi se servir de la liste des syllabes pour faire pratiquer la lecture chez les élèves ou l'écriture. On peut aussi demander aux élèves de trouver d'autres mots dans lesquels se retrouvent les syllabes choisies dans la liste. On peut aussi se servir du tableau des sons pour faire des exercices du même type mais cette fois-ci avec les sons (décoder les sons d'un mot et les associer aux sons du tableau en déposant des jetons sur ceux-ci ou en les écrivant sur une feuille à part.

#### **4.2- Vocabulaire**

Comprend une liste de 2,070 mots distribués sur 207 cartes pouvant servir d'exercices d'épellation, de lecture, d'écriture, de définition et de caractéristiques du mot (nature, catégorie, accord, nombre de lettres ou de syllabes etc). Les 2070 mots sont aussi inscrits individuellement sur des petits bouts de papier pour rendre possible un tirage au hasard de ces derniers. Sur la liste et les cartes les mots sont placés par ordre alphabétique.

L'activité « vocabulaire » peut se dérouler sous la forme de jeu individuel avec un élève ou en petits groupes ou encore avec toute la classe à la fois. Chaque mot pigé peut être prétexte à l'épellation, à l'écriture, à la définition, à la nature du mot ou encore à la formation de phrases. On peut aussi demander aux élèves d'énumérer ou de piger au hasard une liste de mots et de les placer ensuite en ordre alphabétique.

#### **4.3- Calcul mental**

Comprend un jeu de cartes dans lequel on retrouve sur chacune d'elles dix opérations mathématiques que l'on retrouve sur les tables d'additions, de soustractions, de multiplications et de divisions. . Tous les calculs des 4 opérations sont aussi inscrits individuellement sur de petits bouts de papier et peuvent être pigés au hasard. L'élève obtient un point par bonne réponse

#### **4.4- Conjugaison**

Comprend un jeu de cartes dans lequel on retrouve certaines conjugaisons de certains verbes à cinq temps différents (indicatif présent, imparfait, futur, conditionnel et passé composé. Une liste de verbe fait aussi partie du matériel. Chacun des verbes se retrouve individuellement sur de petits bouts de papier et peut donc être pigé au hasard. Une fois le verbe pigé, l'utilisateur peut décider du temps de conjugaison désiré. Toujours un point par bonne réponse.

#### **4.5- Compréhension, expression**

Comprend une liste de plus de 2000 expressions et de 185 proverbes. A la suite de la lecture d'une expression ou d'un proverbe on demande aux élèves d'expliquer dans leurs mots le sens du proverbe ou de l'expression choisie. Un point est accordé pour chaque bonne définition. Expression consiste à donner la parole aux élèves sur différents sujets afin de connaître leur point de vue et d'exercer chez ces derniers leur habileté d'expression verbale en groupe.

#### **4.6 - Temps et mesures**

Comprend un jeu de cartes sur lequel on retrouve différentes notions de temps et de mesures à mémoriser ou à se rappeler. Un point par bonne réponse.

#### **4.7- Grammaire**

Comprend un jeu de cartes dans lequel se retrouve différentes notions grammaticales à mémoriser et à se rappeler. Un point par bonne réponse.

#### **4.8- Connaissances générales**

*Comprend un jeu de cartes dans lequel se retrouve des connaissances générales faisant partie des matières scolaires enseignées et utiles à faire mémoriser aux élèves. Un point par bonne réponse.*

#### **4.9- Géographie**

*Comprend une liste de pays, de villes, d'océans, de continents, de provinces et d'états à localiser sur une carte ou un globe terrestre. On peut utiliser une carte géographique de la classe ou un globe terrestre pour l'animation de l'activité et le repérage des lieux à localiser. Un point par bonne réponse.*

#### **4.10- Catégories**

*Comprend un jeu de cartes sur lesquelles sont indiquées différentes catégories de mots. L'élève ou les élèves doivent verbaliser ou écrire le plus de mots correspondant à la catégorie sélectionnée. Un point par bonne réponse.*

#### **4.11- Traduction**

*Comprend un jeu de cartes contenant des séries de mots à traduire de l'anglais au français . Un point par bonne réponse.*

#### **4.12- Civisme, santé et jugement**

*Comprend un jeu de cartes sur lesquelles on retrouve différentes situations mettant à l'épreuve chez l'élève ses connaissances dans les domaines de la socialisation et de l'autonomie. Un point par bonne réponse.*

#### **4.13- Pêle-mêle (métalinguistique)**

*Comprend un jeu de cartes sur lesquelles on retrouve dix mots dont les lettres ont été mélangées. L'élève à l'aide de ces lettres doit reconstituer le mot. Les dix mots à reconstituer font partie d'une même catégorie inscrite comme indice dans le haut de la carte. Un point par bonne réponse.*

#### **4.14- Devinettes avec indices (déduction, induction, hypothèse)**

*Comprend un jeu de cartes sur lesquelles on retrouve différentes devinettes à faire par les élèves. L'idée c'est de permettre aux élèves d'exercer et de développer leur capacité d'induire et de déduire à partir d'informations partielles. Un point par bonne réponse.*

#### **4.15- Perroquet (mémoire de travail)**

*Cette activité est collective. L'animateur choisit une carte parmi les 63 sur lesquelles il y a des séries de nombres ou de mots à mémoriser à court terme. L'idée c'est de faire répéter à tour de rôle aux élèves des séries de nombres ou de mots de plus en plus longues sans se tromper jusqu'à temps qu'il ne reste plus qu'un élève dans la classe capable de répéter correctement la série qui s'allonge au fur et à mesure de l'activité. Au début de l'exercice, tous les élèves sont debout,*

*lorsqu'un élève se trompe dans la répétition, il s'assoit. De cette façon, le dernier élève à rester debout est le gagnant de l'activité. Cette activité vise l'exercice et le développement de la mémoire de travail. Les trois derniers élèves à rester debout obtiennent respectivement 1,2 et 3, points. On peut aussi décider d'avance qu'un élève se mérite un point s'il réussit à répéter 3,4,5,6 ou 7 items de la carte et ainsi déterminer d'avance le niveau de difficulté pour obtenir 1 point.*

**4.16- Tangram (habiletés d'organisation visuo-motrice)**

*Cette activité est collective et ne nécessite pas de jeu de cartes. Elle consiste à reproduire des formes de Tangram dont les contours ont été tracés sur des feuilles plastifiées et numérotées de 1 à 100 à l'aide des sept pièces du jeu (un carré, un parallélogramme et trois triangles). Les élèves choisissent une des cent formes à reproduire et vont travailler à leur place avec les sept pièces du jeu. Lorsqu'un élève a réussi, il l'indique à l'intervenant qui inscrit sa réussite sur une feuille de compilation des résultats conçue à cet effet. L'élève obtient 5 point par forme complétée correctement. Durée de l'activité suggérée, environ 15 à 20 minutes.*

**4.17- Huit erreurs (attention visuelle, comparaison, discrimination)**

*Cette activité est collective et ne nécessite pas de jeu de cartes. Elle consiste à trouver les huit différences qui se trouvent entre deux dessins du jeu "Etes-vous observateur?" de Jean Laplace. Les élèves choisissent une des cent paires de dessins dans une pochette et ont dix minutes pour trouver le plus de différences possibles entre les deux dessins. On accorde 1 point par différence trouvée.*

**4.18- Formes à reproduire (précision visuo-motrice et de calcul)**

*Cette activité ne nécessite pas de jeu de cartes. Elle est collective. Chaque élève choisit une des cent formes de Tangram. L'élève a besoin ensuite d'une feuille blanche de huit et demi par onze, d'une règle, d'un crayon et d'une efface. L'élève doit placer sa feuille blanche par dessus la feuille où se trouve la forme de Tangram et avec sa règle et son crayon, il doit reproduire celle-ci. Ensuite, il doit calculer le périmètre et inscrire sa réponse sur sa feuille blanche. Cinq points sont accordés à l'élève s'il obtient la bonne réponse à plus ou moins un centimètre d'erreur. On peut augmenter le niveau de difficulté en demandant aux élèves de reproduire la forme sans la calquer.*

**4.19- Devinettes avec questions (attention auditive et visuelle)**

*Cette activité ne nécessite pas de jeu de cartes. Elle est collective. À partir d'une liste de dix mots choisis au hasard ou de la liste des mots de la catégorie vocabulaire on demande aux élèves de deviner le mot que l'intervenant a en tête. L'intervenant n'a le droit que de dire "oui" ou "non" aux questions posées par les élèves. On peut au début mentionner le nombre de lettres du mot ainsi que la première lettre de ce dernier. À chaque fois que l'intervenant répond "non" il note un chiffre sur une feuille ou au tableau de la classe. On peut décider que les élèves ont droit à 20 "non". Passé ce nombre l'intervenant a gagné. Les élèves doivent trouver le mot en cumulant le moins de "non" possibles.*

**4.20- Décodage de mots (vitesse d'exécution visuo-motrice, attention visuelle)**

Comprend un jeu de cartes contenant sur chacune dix mots à décoder. Chaque élève part avec une carte à son bureau puis ils ont plus ou moins 5 minutes pour décoder le plus de mots possibles. Ils obtiennent 1 point par mot décodé.

**4.21- Décodage de proverbes (latéralité, vitesse d'exécution et d'associations)**

Comprend un jeu de cartes contenant sur chacune d'elles deux proverbes à décoder en choisissant des chiffres soit à gauche ou à droite d'un code chiffré (voir tableau à cet effet distribué aux élèves). Un point par proverbe décodé.

**4.22- Décodage d'expressions (écoute de consignes, orientation spatiale)**

À partir du tableau Rose-des-vents les élèves doivent décoder des mots ou des expressions (voir liste) en suivant les consignes verbales de l'animateur. Pour trouver chacune des lettres des mots de l'expression à trouver, les élèves doivent suivre les consignes verbales de l'animateur comme monter de 3 cases, aller à droite de 2, descendre de 6 etc. Pour chacune des lettres à trouver les élèves partent du centre du tableau où se trouve la rose-des-vents. Les élèves écrivent leur réponse dans leur cahier de "Par Coeur". Un point par bonne expression trouvée.

**4.23- Pareil pas pareil (comparaison, association, différenciation)**

Comprend un jeu de 54 cartes sur lesquelles sont inscrits 5 couples de mots. Pour chacun de ses couples de mots les élèves individuellement, en petits groupes en collectivement doivent trouver le plus possibles de ressemblances et de différences entre ces derniers. Les couples de mots sont aussi inscrits individuellement sur des bouts de papier et peuvent être sélectionnés au hasard dans le contenant prévu à cet effet. Un point est accordé pour chaque bonne réponse.

**4.24- Problèmes de pommes (résolution de problèmes)**

Comprend un jeu de cartes sur lesquels on retrouve des problèmes à résoudre nécessitant l'utilisation de la logique déductive et du raisonnement mathématique. Un point par bonne réponse.

---

François Émond 27 juin 2003