

**PHASE 3 : INTÉGRATION**

# Le Jeu du Miroir

*Le Jeu du Miroir active les NEURONES qui apprennent par imitation*



**Durée**  
5-10 min

**Groupe**  
Binômes

**Lieu**  
Salle, Classe

**PS**

**MS**

**GS**

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Moteur	Cognitif	Socio-émotionnel
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reproduire des mouvements observés</li> <li>• Développer la fluidité gestuelle</li> <li>• Améliorer la conscience corporelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Activer les neurones miroirs</li> <li>• Développer l'attention visuelle soutenue</li> <li>• Inverser mentalement les mouvements</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Développer l'empathie kinesthésique</li> <li>• Créer une connexion avec le partenaire</li> <li>• Alterner les rôles (leader/suiveur)</li> </ul>

## MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Matériel	Quantité	Alternative
Aucun matériel nécessaire	-	Miroir réel pour introduction

## DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

### 1. PRÉPARATION

- **Organisation:** Les enfants se mettent en binômes, face à face, à environ 1 mètre de distance.

### 2. INTRODUCTION

**Introduction:** Expliquer le concept

« Vous allez jouer au miroir ! L'un de vous fait des gestes, l'autre doit copier EXACTEMENT comme un miroir. Si je lève ma main droite, mon miroir lève sa main gauche (celle en face de ma main droite). »

**Démonstration:** Avec un enfant volontaire

« Regardez : je fais des mouvements lents... mon miroir me suit... On doit avoir l'impression qu'il n'y a qu'une seule personne dédoublée ! »

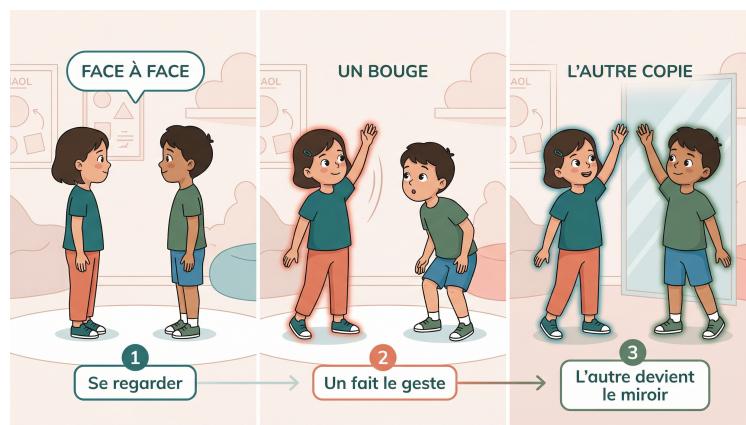
### 3. EXÉCUTION

- **Phase 1 - Guidée:** Un enfant guide, l'autre suit. L'éducatrice rappelle de faire des mouvements LENTS.
- **Échange des rôles:** Au signal, le miroir devient le leader et vice versa.
- **Phase avancée:** Plus de leader désigné : les deux doivent s'accorder sans savoir qui mène.

### 4. RETOUR AU CALME

**Partage:** Discussion

« Comment vous vous êtes sentis ? C'était plus facile d'être le leader ou le miroir ? Qu'est-ce qui vous a aidé à bien suivre ? »



Séquence des étapes

## VARIANTES

+ Facile	+ Difficile	Variante
<b>Miroir de l'adulte (PS)</b> L'éducatrice est le leader, tous les enfants sont miroirs. Mouvements très simples.	<b>Miroir aveugle (GS)</b> Le leader décrit ses mouvements verbalement, le miroir doit les reproduire sans voir.	<b>Miroir en chaîne (MS)</b> En file : le premier fait un geste, chacun le transmet au suivant comme un miroir.

## ADAPTATIONS BESOINS SPÉCIAUX

### Difficultés de coordination

- Mouvements très lents et simples
- Leader = adulte ou enfant patient
- Focus sur une partie du corps

### Difficultés relationnelles

- Choisir un partenaire bienveillant
- Version en groupe d'abord
- Pas de pression sur la performance

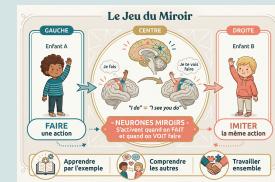
## SÉCURITÉ

- Espace suffisant entre les binômes
- Mouvements sans déplacement ou déplacements limités
- Pas de contact physique

## BÉNÉFICE NEUROLOGIQUE

**Système :** Neurones miroirs + Imitation motrice  
**Région cérébrale :** Cortex pré moteur + Neurones miroirs

Les neurones miroirs s'activent aussi bien quand on fait un mouvement que quand on observe quelqu'un le faire. Ce jeu les stimule intensément.



## LIENS AVEC LES PROGRAMMES

**Marocain:** Développement physique : Reproduire des mouvements | Développement socio-affectif : Interagir avec les autres

**Français:** Agir dans l'espace : S'engager dans une relation à deux | Vivre ensemble : Coopérer

**Transversal:** Apprentissage par imitation | Attention à l'autre | Communication non-verbale