

# BRAIN BALL\*

## Apprendre par les mises en mouvement

(Jeux de balles de rebond  
et sacs de grains)

### 4 AXES POUR FAVORISER :

- Sa **concentration** - Développer ses capacités attentionnelles : écoute, présence à soi et à l'autre, mémorisation
- La **confiance en soi et en son corps** - Stimuler ses capacités à évoluer dans l'espace, gérer ses efforts, prendre confiance
- La **coordination de mouvements** - Solliciter simultanément les différentes sphères cognitives: vue, ouïe et préhension
- La **coopération au sein d'un groupe** - Travailler son sens du collectif et sa relation à l'autre; écoute, partage, communication

\* Brain Ball : approche éducative par le mouvement, créée par R. Pautonnier



# BRAIN BALL

Coach Professionnel certifié  
cecilethiry@hotmail.fr

Tel : 06.63.86.10.26

[www.cap360-coaching.fr](http://www.cap360-coaching.fr)

**CAP 360**  
Coaching de Jeunes

## CONCENTRATION I COOPERATION I CONFIANCE I COORDINATION

### • ETABLISSEMENTS SCOLAIRES

Moment de cohésion entre l'enseignant et ses élèves et travailler sur "l'instant présent". Pour les élèves : prendre conscience de sa place dans le groupe, travailler l'écoute et la coopération. Stimuler la communication, mobiliser les sens, gérer ses émotions.

### • PARTICULIERS

Pour les parents et enfants (notamment troubles DYS, TDAH..) : Partager ensemble une activité ludique, travailler la coordination de mouvements et les principes d'attention et de concentration ; les rythmes sonores notamment favorisent les apprentissages

### • CENTRES SOCIAUX / RÉSIDENCES AUTONOMES POUR LES SENIORS

Créer un temps de rencontre, rompre l'isolement tout en stimulant la mémoire, la précision du geste et la mobilisation des sens (Brain Ball peut aussi se pratiquer en position assise)

