



1. Distracteurs sensoriels

Ce sont des éléments qui sollicitent les sens et détournent l'attention de la tâche principale.

Visuels:

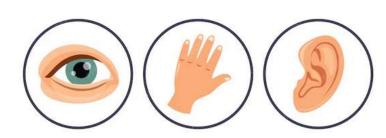
- Illustrations trop riches ou colorées (ex : Dobble, Lynx)
- Plateau ou cartes surchargés en informations
- Pions ou éléments décoratifs inutiles mais accrocheurs

• Sonores:

- Bruits ambiants créés par les autres joueurs
- Sabliers sonores ou minuteurs stressants
- Sons de victoire/défaite

Tactiles :

- Manipulation complexe ou inhabituelle des éléments de jeu
- Jetons ou pièces attractives qui incitent à jouer avec (distraction motrice)







2. Distracteurs cognitifs

Ils sollicitent des ressources cognitives qui devraient rester mobilisées pour la tâche principale.

- Règles complexes ou trop nombreuses → surcharge mentale
- Changements de règles en cours de partie
- Multitâche : devoir mémoriser, planifier, et surveiller les autres joueurs en même temps (ex : Sushi Go! ou 7 Wonders)
- Présence de fausses pistes ou de leurres dans les cartes ou objectifs
- Cartes ou objectifs secrets : distrait de l'objectif principal pour anticiper les autres



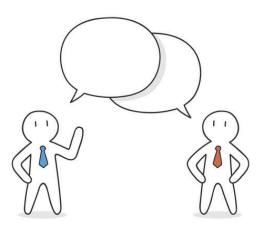




3. Distracteurs sociaux

Provenant des interactions avec les autres joueurs.

- Comportement des autres joueurs :
 - Bavardages hors sujet
 - Blagues ou provocations amicales (ex. dans Jungle Speed, Uno)
 - Pression sociale ou compétition (stress de perdre ou de gagner)
- Attitudes corporelles :
 - Joueur qui bouge beaucoup
 - Contacts physiques involontaires
- Ordre de passage : attendre son tour sans décrocher (difficulté pour les enfants ou élèves avec TDAH)







4. Distracteurs temporels

Liés à la gestion du temps et à l'urgence.

Compte à rebours / sablier stressant (ex : Time's Up!, Recto Verso)

Jeux de rapidité où il faut aller vite → génère de l'impulsivité (au détriment de la concentration) ((ex : Crazy Time)

Temps morts entre deux actions → favorisent le décrochage de l'attention



Réseau Canopé Occitanie 28 XX/XX/XXXX





5. Distracteurs émotionnels

Ceux qui affectent les émotions et biaisent l'attention.

Frustration liée à la défaite ou à la difficulté

Trop d'euphorie (liée à la victoire ou à l'ambiance du jeu)

Sentiment d'injustice ou de favoritisme dans les règles



Jeux de bluff ou de mensonge (gênants pour certains élèves) \rightarrow ex : Loup-Garou, Mito, Mascarade

Réseau Canopé Occitanie 29 XX/XX/XXXX