



LE CERVEAU

LE COMPRENDRE POUR MIEUX
APPRENDRE

Tu me dis, j'oublie. Tu m'enseignes, je me souviens. Tu m'impliques, j'apprends.
Benjamin Franklin



On aborde la forme, la texture, la masse (1,4 L d'eau dans une balloune), couleur, les fonctions de base, etc.



L'attention au centre du fonctionnement du cerveau en apprentissage



Les composantes du cerveau: les lobes, les 3 étages, les 2 hémisphères



L'importance de la mémoire dans le fonctionnement du cerveau en apprentissage.



La neuroplasticité, le fonctionnement des neurones, les neurones miroir



Le cerveau émotif, délais de gratification, le circuit du plaisir, la motivation



Les saines habitudes de vie en lien avec le cerveau: sommeil, alimentation, écrans, consommation, etc.



Les piliers de l'apprentissage: répéter, inhiber les pièges, corriger immédiatement, guider l'attention, consolider en mémoire



LES INCONTOURNABLES

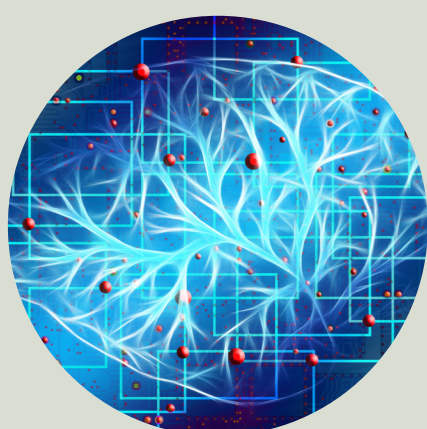


Plasticité

- ➔ Le cerveau évolue et change toute la vie
- ➔ Les réseaux de neurones se créent au fil des apprentissages
- ➔ Il y a de l'élagage à des moments ou selon l'utilisation
- ➔ Un réseau très sollicité crée des automatismes

Métacognition

- ➔ Réfléchir sur ses propres processus
- ➔ Importance du questionnement
- ➔ Prendre conscience du discours et des images internes
- ➔ Encourager l'auto-observation et l'auto-évaluation



Gestion émotionnelle

- ➔ L'impact des émotions sur le cerveau
- ➔ Le fonctionnement des émotions
- ➔ Les 3 étages du cerveau: rôle du limbique
- ➔ Intelligence fixe et dynamique
- ➔ Circuit de la récompense / délais de gratification