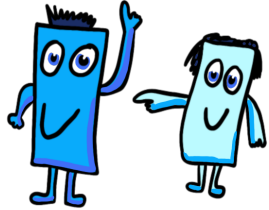


META

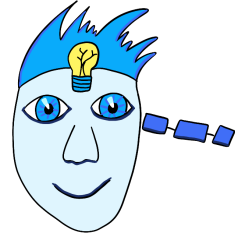
1 Concentration



La concentration, c'est maintenir ton attention sur un seul sujet.

META

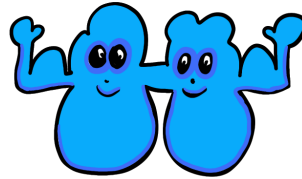
3 Concentration



La concentration c'est quand ton cerveau peut percevoir et décider d'agir de la bonne manière.

META

5 Mémoire

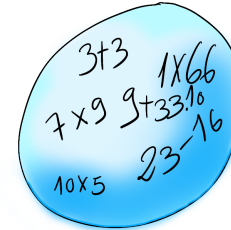


Pour bien mémoriser, il faut:

- ✓ de l'intérêt
- ✓ de la motivation
- ✓ un but secret

META

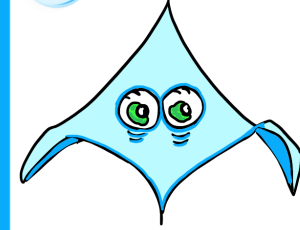
7 Mémoire



Ton cerveau ne mémorise qu'une seule chose à la fois.

META

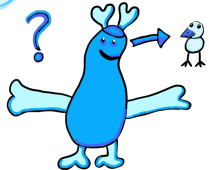
9 Bruit



Le bruit provoque une surcharge, de la fatigue, de l'agressivité, de l'anxiété et de l'intolérance.

META

2 Concentration

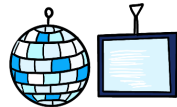


La concentration c'est concentrer l'énergie de ton cerveau pour:

- ✓ Entendre
- ✓ Comprendre
- ✓ Voir
- ✓ Se souvenir

META

4 Concentration



Moins tu es concentré plus tu vas t'agiter.

META

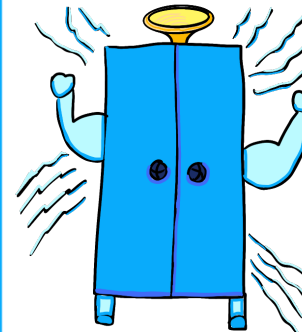
6 Mémoire



Ton cerveau ne retient pas ce qu'il ne comprend pas.

META

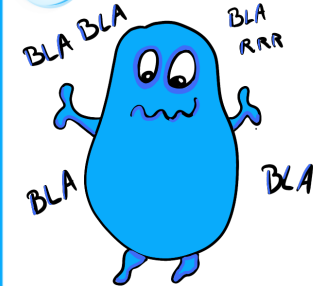
8 Mémoire



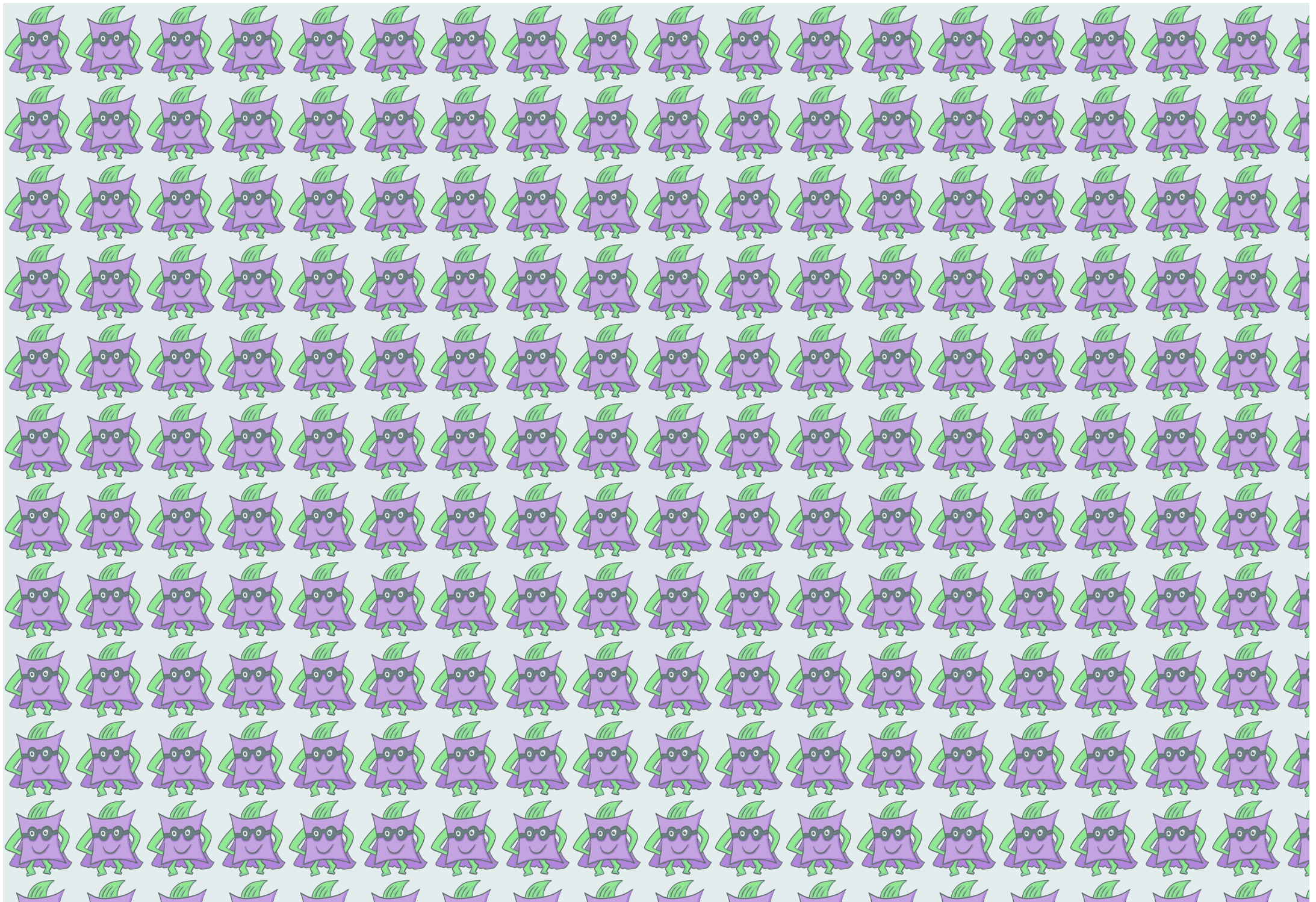
Ta mémoire est comme une grande armoire.

META

10 Bruit



Plus il y a de bruit, moins ton cerveau peut se concentrer.

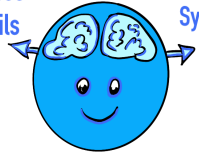


META

11 Fonctionnement du cerveau

Mots
Logique
Analyse
Détails

Formes
Couleurs
Espace
Synthèse



Le cerveau a 2 hémisphères qui travaillent de concert.

META

13 Fonctionnement du cerveau



Ton cerveau peut fabriquer des images, des sons et même des mouvements.

META

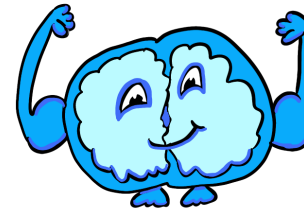
15 Fonctionnement du cerveau



Ton cerveau aime les espaces de travail et de réflexion dégagés.

META

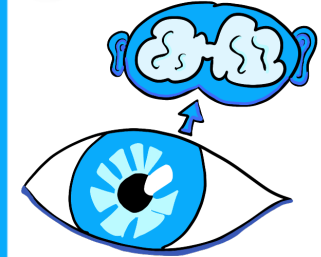
17 Besoins du cerveau



Ton cerveau a besoin d'être fort.

META

19 Besoins du cerveau



Ton cerveau a besoin de repères pour écouter attentivement.

META

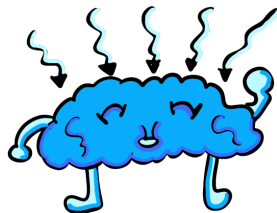
12 Fonctionnement du cerveau



Ta pensée est un système dynamique arborescent.

META

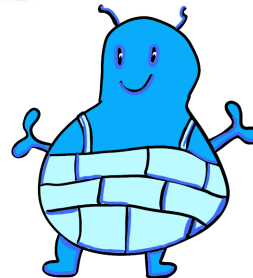
14 Fonctionnement du cerveau



Tu dois savoir que ton cerveau réagit à toutes les stimulations extérieures.

META

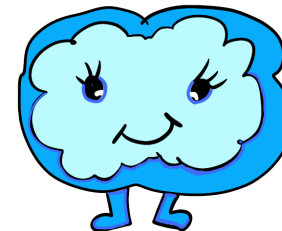
16 Besoins du cerveau



Le cerveau a besoin d'apprendre pour se construire.

META

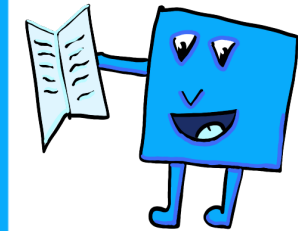
18 Besoins du cerveau



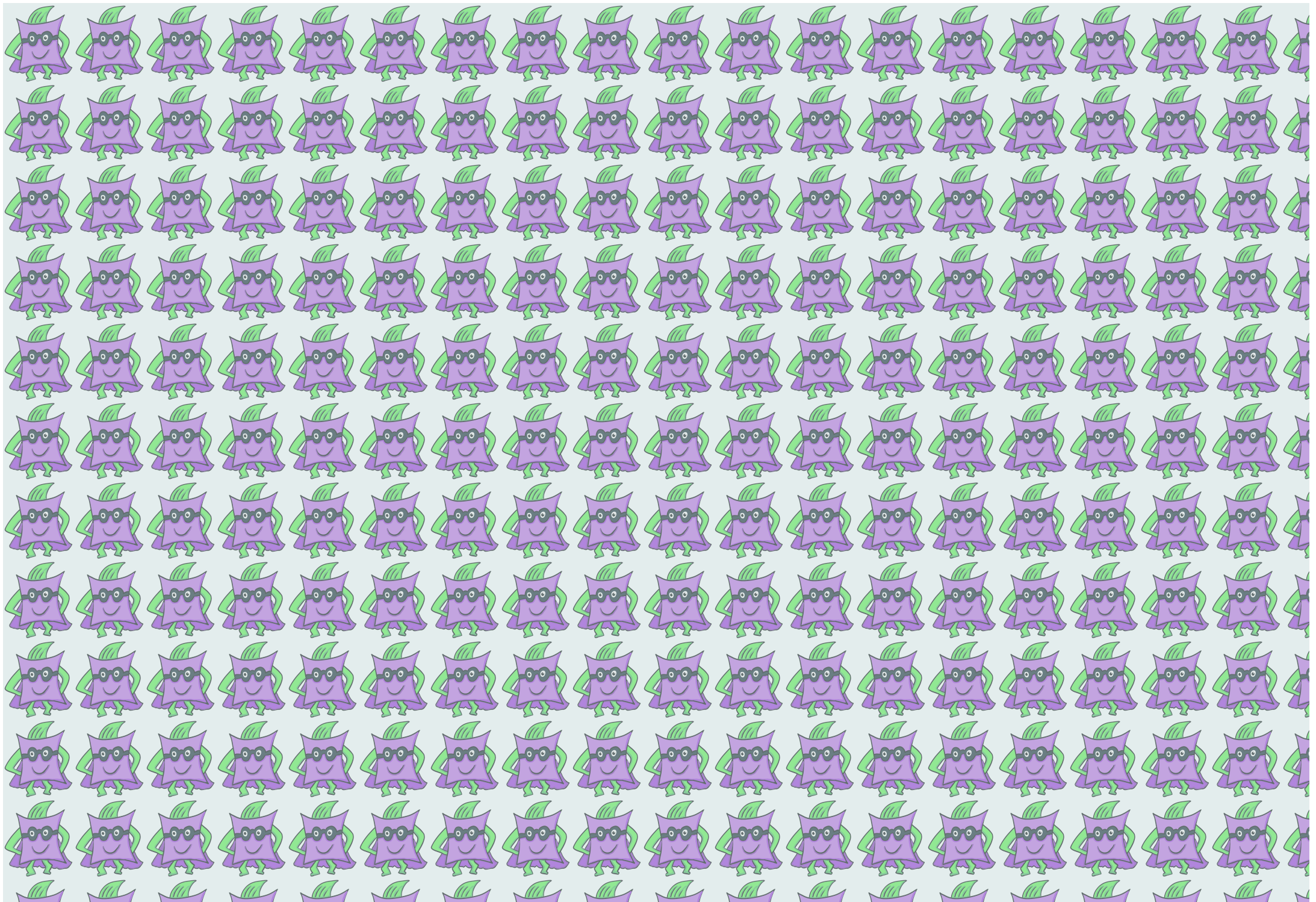
Ton cerveau a besoin d'être performant et heureux.

META

20 Besoins du cerveau



Ton cerveau a besoin de savoir où il en est dans ses apprentissages.



META

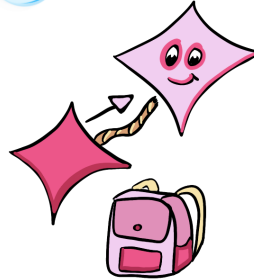
21 Devoirs



Ton cerveau utilise ta mémoire de travail pour capter les informations que tu lis ou entends.

CONSEIL

21 Devoirs



Accroche ta corde de concentration quand tu prépares tes devoirs en classe.

AVANTAGE

21 Devoirs



Quand j'accroche ma corde de concentration, je suis déterminé et je sais ce que je vais décider.

META

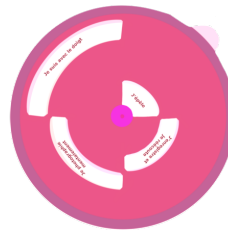
22 Devoirs



Ta mémoire à long terme est l'armoire de ton cerveau, là où se reconstituent les informations.

CONSEIL

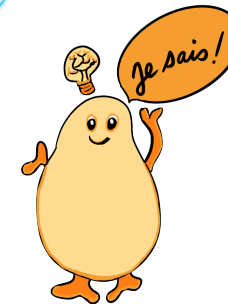
22 Devoirs



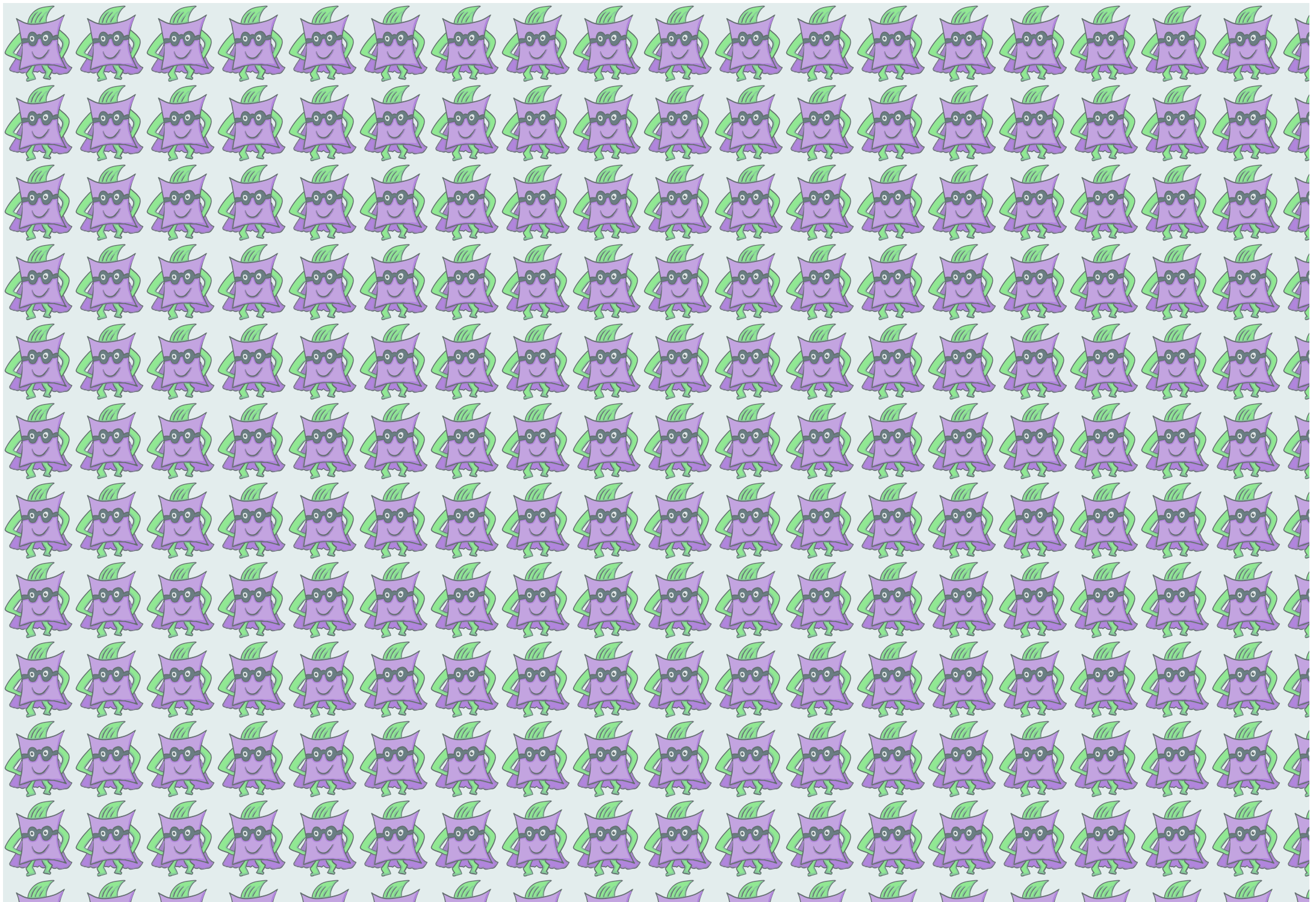
Pour apprendre de manière durable, il faut mémoriser avec ses sens au minimum 3 fois.

AVANTAGE

22 Devoirs

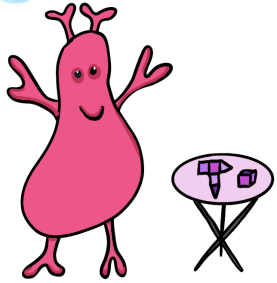


Je peux faire confiance à mon cerveau qui reconstitue les informations.



CONSEIL

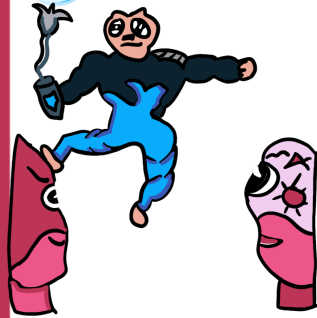
1 Concentration



Si tu n'arrives pas à te concentrer, fixe ton attention sur une seule chose à la fois.

CONSEIL

3 Concentration



Repère et combats les éléments perturbateurs.

CONSEIL

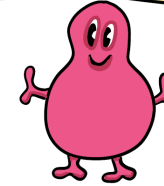
5 Mémoire



Donne-toi une mission!
C Q Q C O Q P

CONSEIL

7 Mémoire



Concentre-toi sur un seul exercice à la fois.
Explore-repère-sélectionne

CONSEIL

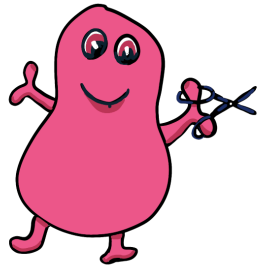
9 Bruit



Repère quand il y a trop de bruit et régule le son.

CONSEIL

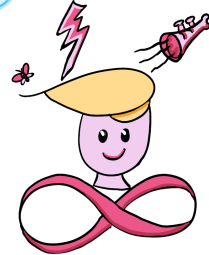
2 Concentration



Si tu n'arrives pas à te concentrer, découpe ton travail en petites missions.

CONSEIL

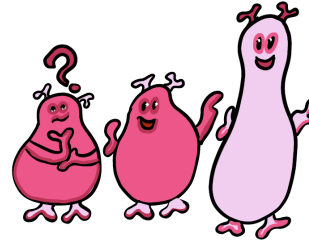
4 Concentration



Repère quand tu es agité et décide d'agir pour faire une pause concentration.

CONSEIL

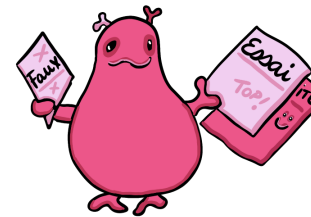
6 Mémoire



Si tu ne sais pas, pose la question à ton cerveau ou à un camarade, puis à la maîtresse...

CONSEIL

8 Mémoire



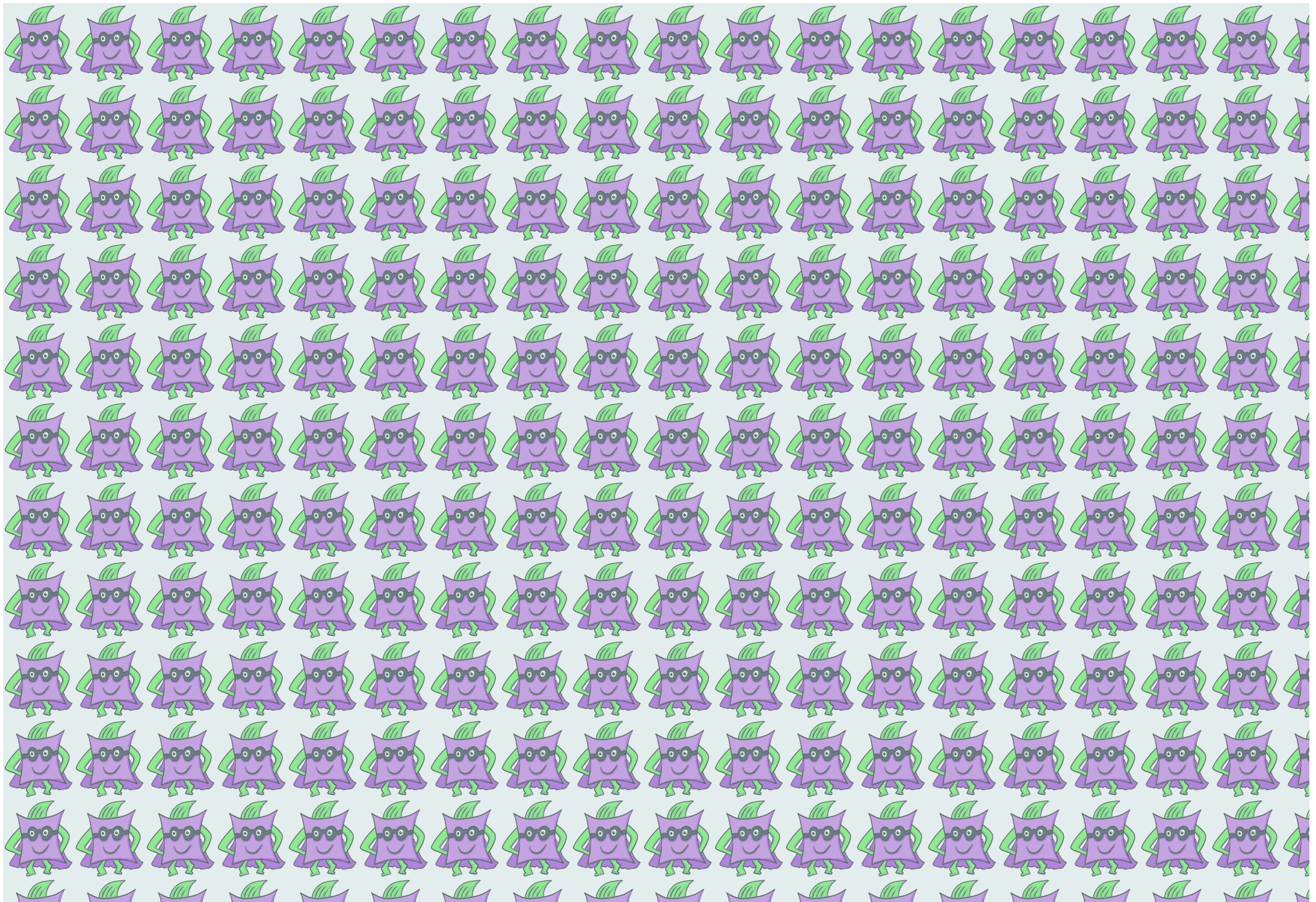
Tu ne dois pas avoir peur de te tromper.
Motivation ← confiance
← essai ← réussite

CONSEIL

10 Bruit

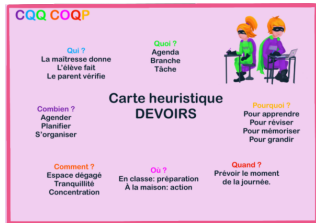


Demande à la classe de baisser le volume sonore.



CONSEIL

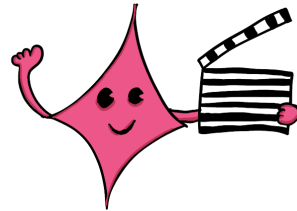
11 Fonctionnement du cerveau



Réunis tes connaissances sur une carte heuristique.

CONSEIL

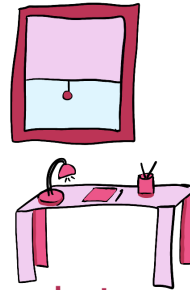
13 Fonctionnement du cerveau



Prends le temps nécessaire pour élaborer le scénario de tes apprentissages.

CONSEIL

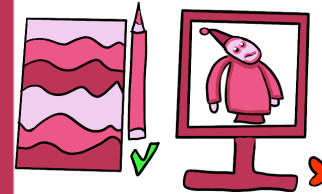
15 Fonctionnement du cerveau



Organise ton espace de travail:
✓ matériel
✓ espace dégagé

CONSEIL

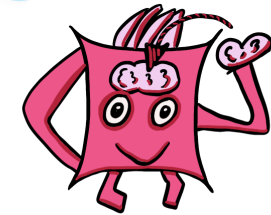
17 Besoins du cerveau



Ne deviens pas la marionnette des écrans.

CONSEIL

19 Besoins du cerveau

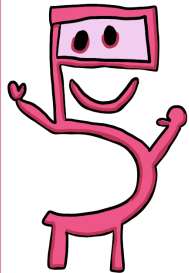


Lors de la découverte d'un apprentissage, il faut comprendre.

- ✓ quoi
- ✓ pourquoi
- ✓ comment

CONSEIL

12 Fonctionnement du cerveau

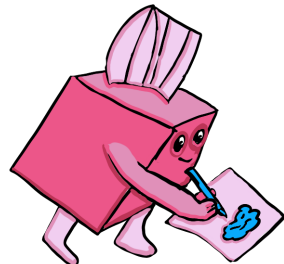


L'attention
La réflexion
L'imagination
La compréhension
La mémorisation

Pour apprendre, mobilise ces 5 habiletés de pensée.

CONSEIL

14 Fonctionnement du cerveau



Si une idée vient perturber ta concentration, note-la pour ne pas l'oublier et recentre ton attention.

CONSEIL

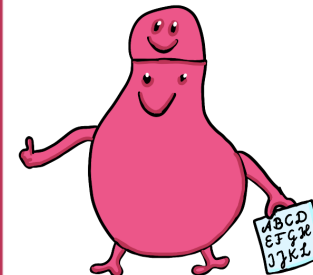
16 Besoins du cerveau



Active régulièrement tes connaissances.

CONSEIL

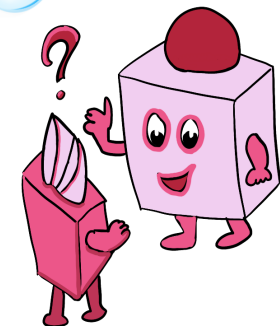
18 Besoins du cerveau



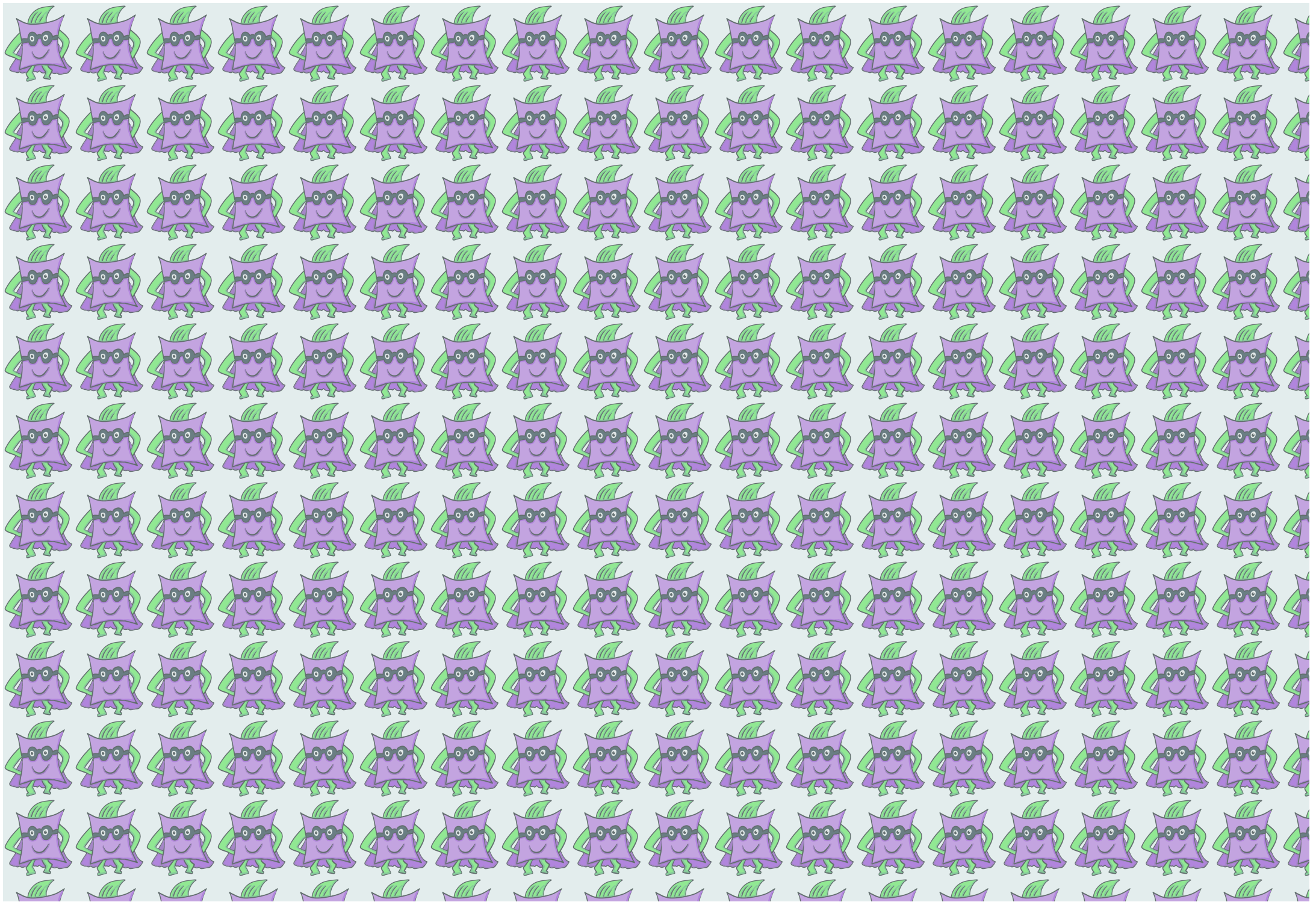
Aide ton cerveau à être efficace en soignant ton travail et la présentation.

CONSEIL

20 Besoins du cerveau

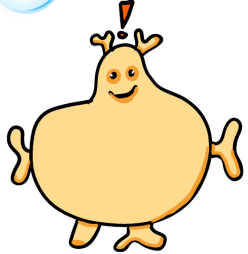


Demande à la maîtresse ou à un camarade de te donner un retour.



AVANTAGE

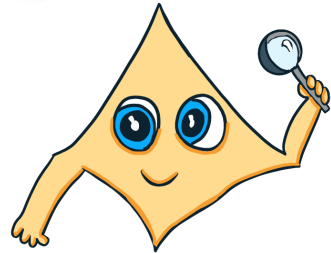
1 Concentration



Quand je choisis de rester concentré, je deviens un élève attentif.

AVANTAGE

3 Concentration



Comme je sais repérer les éléments perturbateurs, je suis un élève confiant.

AVANTAGE

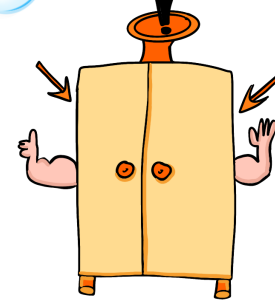
5 Mémoire



Quand je me donne une mission, je deviens le maître de mes apprentissages.

AVANTAGE

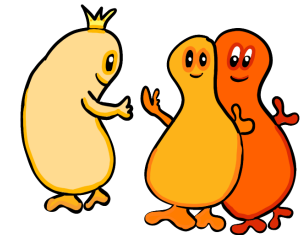
7 Mémoire



Quand je fais l'effort de me concentrer, j'aide mon cerveau à rester attentif.

AVANTAGE

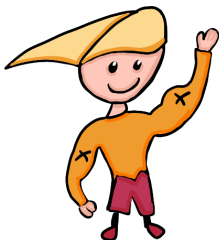
9 Bruit



En restant calme et silencieux, je permets à chacun d'apprendre.

AVANTAGE

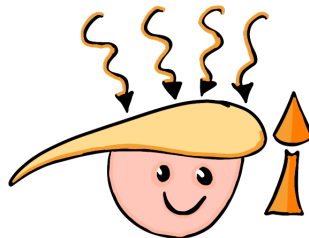
2 Concentration



Quand je mets des stratégies en place, je deviens un élève efficace.

AVANTAGE

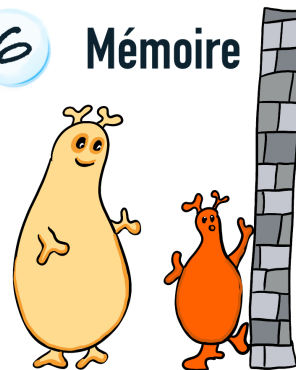
4 Concentration



Je suis un élève, mon métier est d'apprendre et de grandir.

AVANTAGE

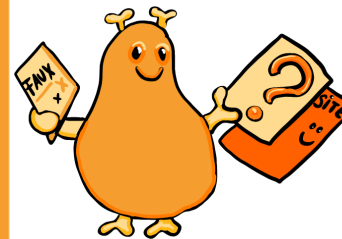
6 Mémoire



En demandant de l'aide, je ne freine pas la progression de mes apprentissages.

AVANTAGE

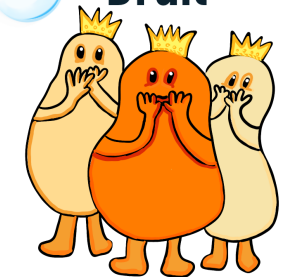
8 Mémoire



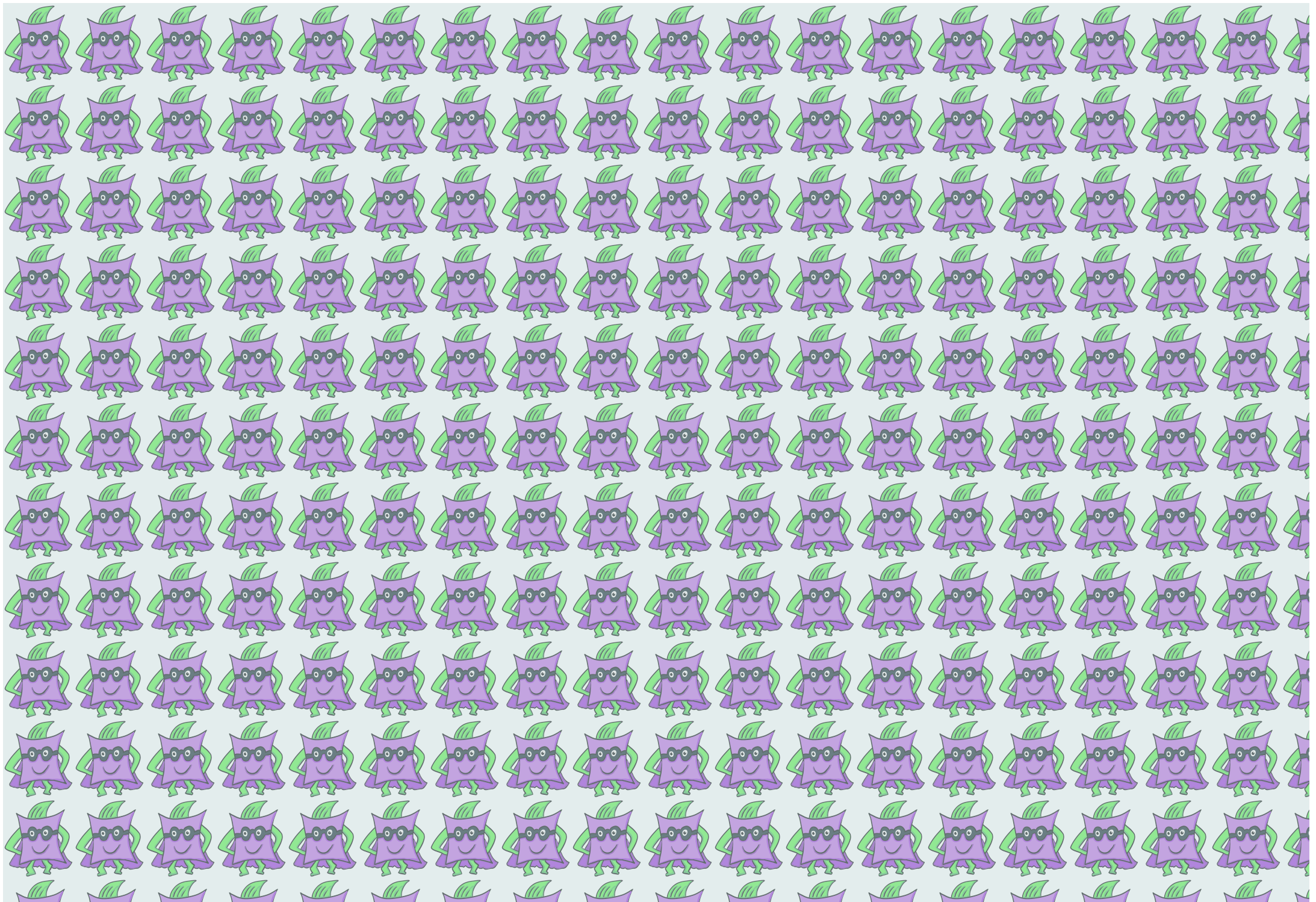
Quand je fais une erreur, j'apprends à me poser des questions.

AVANTAGE

10 Bruit

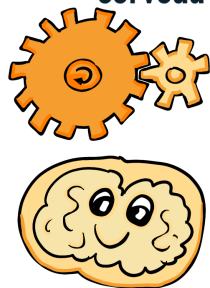


Quand nous sommes les rois du silence, nous sommes des élèves sérieux.



AVANTAGE

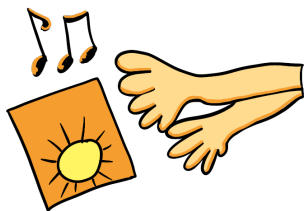
11 Fonctionnement du cerveau



Quand j'active mes connaissances, je deviens un élève motivé qui réfléchit.

AVANTAGE

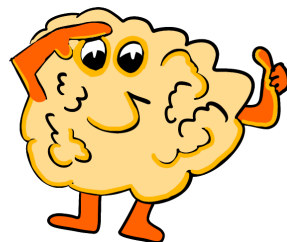
13 Fonctionnement du cerveau



J'apprends mieux quand mon cerveau se fabrique des images, des sons et des mouvements.

AVANTAGE

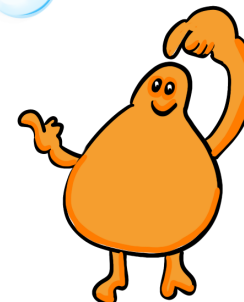
15 Fonctionnement du cerveau



Quand mon cerveau voit loin, je deviens un élève confiant et organisé.

AVANTAGE

17 Besoins du cerveau



Je suis le maître de mon cerveau et de mes décisions.

AVANTAGE

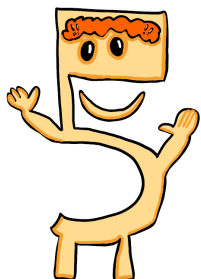
19 Besoins du cerveau



En me posant des questions j'aide mon cerveau à connaître les grandes lignes.

AVANTAGE

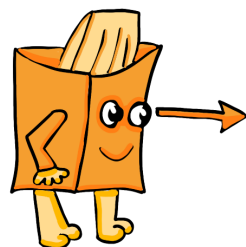
12 Fonctionnement du cerveau



Quand je mobilise diverses habiletés de pensée, mon cerveau devient très performant.

AVANTAGE

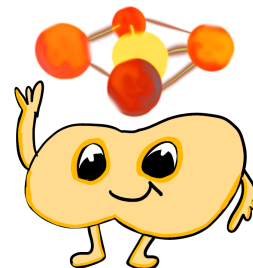
14 Fonctionnement du cerveau



Quand mon cerveau sait identifier les stimulations extérieures, je sais focaliser mon attention.

AVANTAGE

16 Besoins du cerveau



Quand j'active mes connaissances, je deviens un élève qui sait.

AVANTAGE

18 Besoins du cerveau



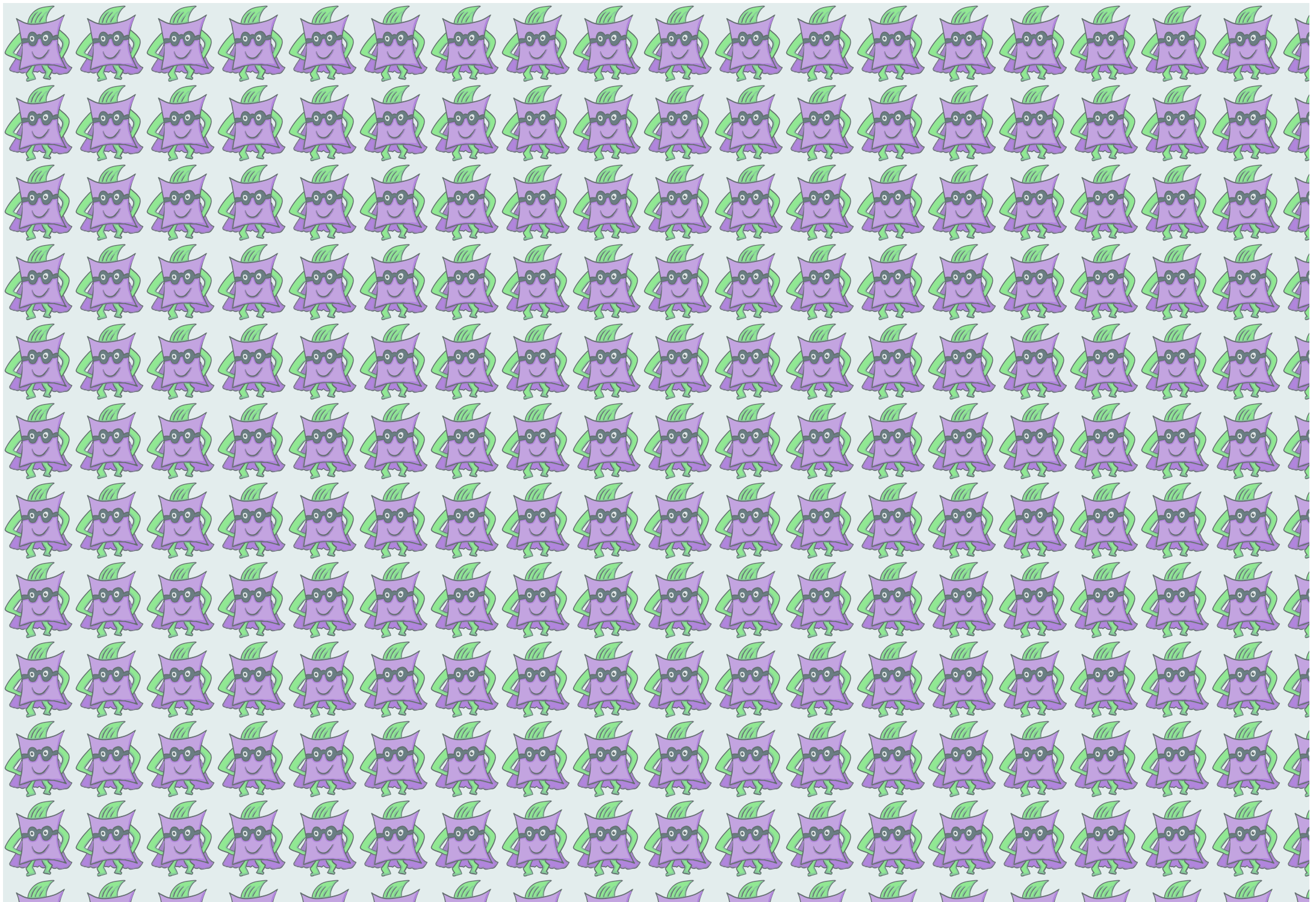
Quand mon cerveau est performant, je suis heureux et récompensé.

AVANTAGE

20 Besoins du cerveau



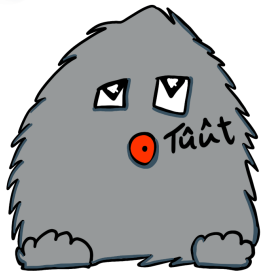
Quand je reçois un retour immédiat, j'ai confiance et une bonne estime de moi.



PERTURBO

+4

Tûût



Tûût adore faire du bruit avec n'importe quoi. Impossible de réfléchir.

PERTURBO

+2

Beurk

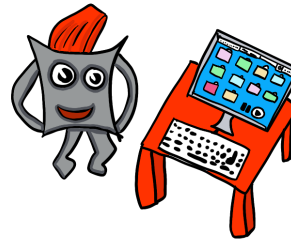


Beurk a laissé le bureau en désordre. Impossible de te mettre au travail.

PERTURBO

+4

Zap



Zap est totalement fasciné par les écrans. Impossible de te détourner des images.

PERTURBO



Youhou



Youhou est sans arrêt en train de t'appeler. Impossible de savoir où tu en es.

PERTURBO



Hein

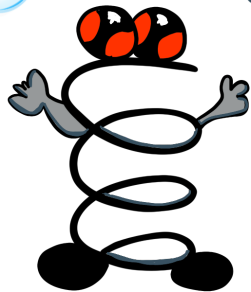


Hein préfère rêvasser. Impossible de te concentrer.

PERTURBO



Boïng

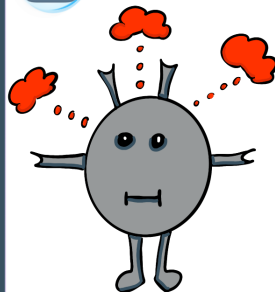


Boïng saute et s'agite dans tous les sens. Impossible de focaliser ton attention.

PERTURBO



HoHé

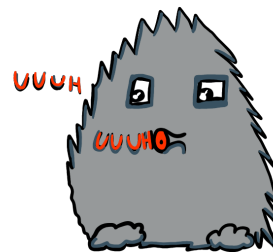


HoHé pense à plein de choses en même temps. Impossible de rester attentif.

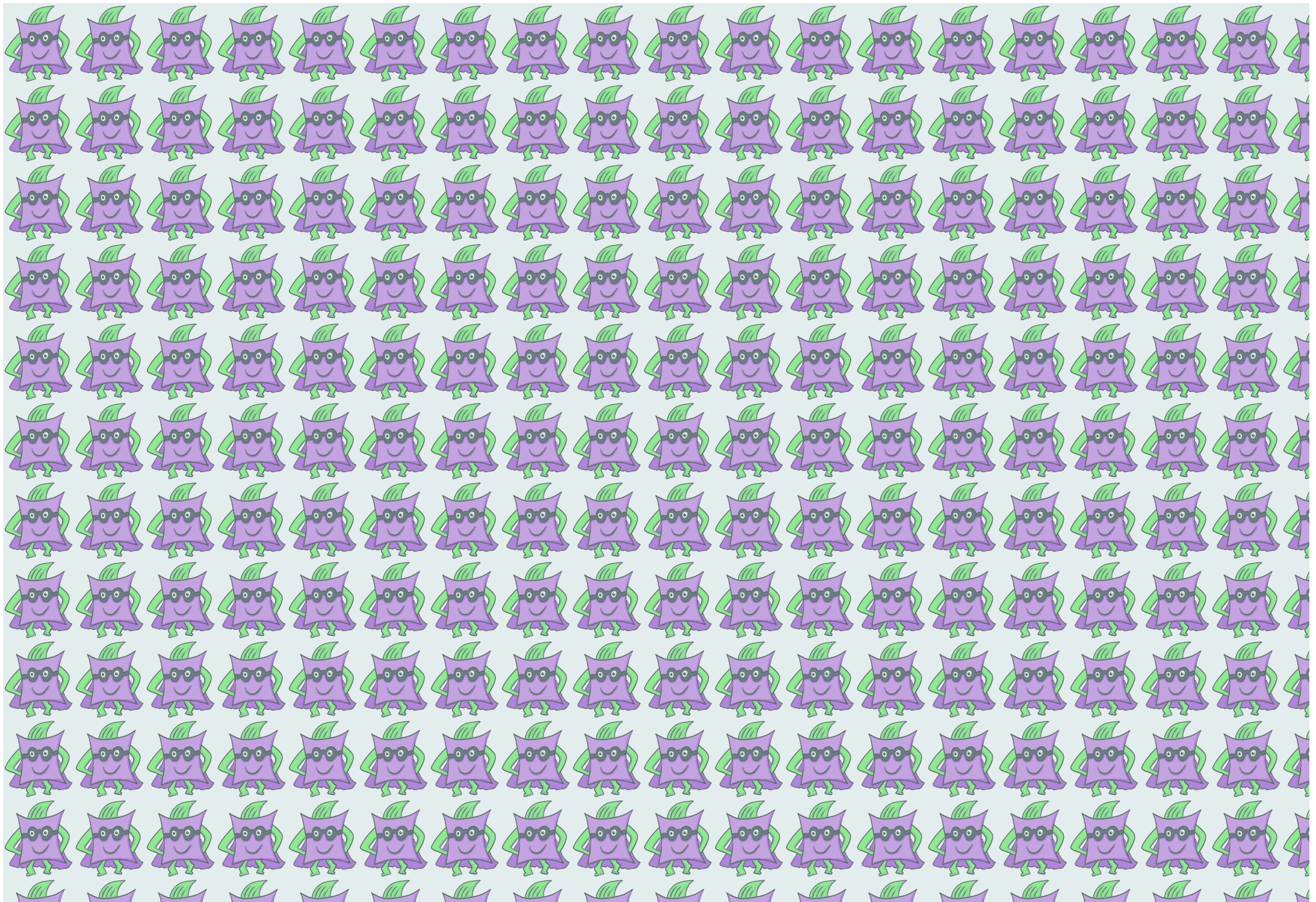
PERTURBO

+2

Bof

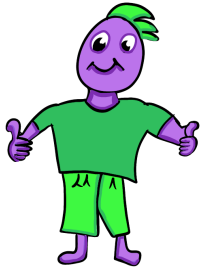


Bof a oublié ses devoirs, impossible de réviser.



SUPERMETA

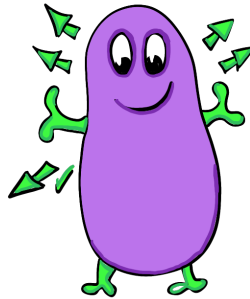
SuperCompri



SuperCompri sait que sa pensée peut s'exprimer par des images, des sons ou des mouvements.

SUPERMETA

SuperAtt



SuperAtt sait maintenir son attention sur un seul sujet.

SUPERMETA

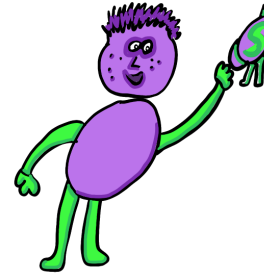
SuperBut



SuperBut sait que son cerveau aime les missions, il est le maître de ses apprentissages.

SUPERMETA

SuperCervo



SuperCervo sait percevoir et décide d'agir de la bonne manière.

SUPERMETA

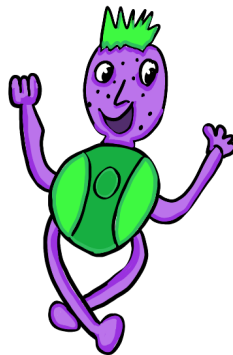
SuperElève



SuperElève sait que son cerveau a besoin d'apprendre pour se construire.

SUPERMETA

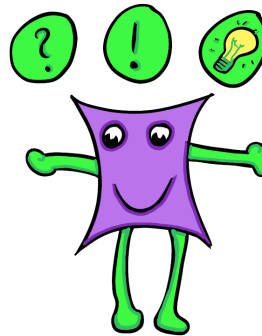
SuperZen



SuperZen sait que le bruit et l'agitation perturbent son cerveau.

SUPERMETA

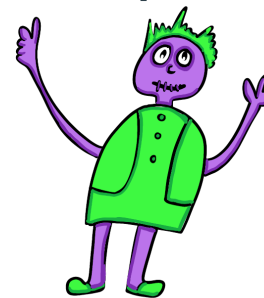
SuperMemo



SuperMemo sait qu'il doit comprendre pour apprendre.

SUPERMETA

SuperChut



SuperChut sait repérer le bruit et reste calme pour permettre à chacun d'apprendre.

