**Apprendre à apprendre  
Plan de séquence**

**L1 Pré-requis (5 min)**

On est là pour apprendre

L’école est obligatoire

On n’a pas le choix, autant passer le temps de manière utile et pragmatique

**L1 Importance mise en condition (20 min)**

Chiens et chevaux

**L1 Comment faire pour se mettre en condition (25 min)**

* Se mettre en situation (évoquer une situation de réussite)
* ACTEUR
* Rituel
* Brain gym, piano
* Se détendre, relativiser, baisser la pression (respirer)
* Concentration (pamyres ? seul ?)
* Alimentation, sport, sommeil, écrans
* Faire des pauses intelligentes, changer d’esprit

**L2 Etapes pour apprendre (45 min)**

Structurer son cerveau (ex. Legos) (15 min)

Fonctionnement cerveau

* 3 chaises (10 min par chaise)
  + 1ère chaise
    - Vouloir apprendre (intention, acteur)
    - Se préparer (brain gym, suivre des yeux les câbles)
  + 2ème chaise
    - Comprendre, analyser, faire mijoter
    - Associer
    - Représenter
    - Faire le tri, organiser son espace mental (ex Legos)
  + 3ème chaise
* Révoquer
* Transformer la trace en chemin (113, 116)
* CE docs Fonctionnement du cerveau
  + refaire le sentier plusieurs fois
  + 113 116
  + Rituel fin matinée

**L3 Trucs pour mieux apprendre qui ME correspondent (45 min)**

Les élèves choisissent et testent :

* une fiche de livret
* une liste de voc anglais
* 3 façons d’apprendre une liste de mots par cœur (lire, parler, marcher)
* une façon de comprendre un texte (surlignage, ré-criture, schéma)

Distribution de la liste des possibilités à essayer ces prochaines semaines

Retour des analyses VAK

**Leçon 1**

Pré-requis école (plénum 5’)

Nécessité mise en condition (chiens et chevaux) (plénum 10’)

Comment faire ? (plénum 30’)

**Leçon 2**

Importance de la structuration (plénum 25’)

Fonctionnement du cerveau (plénum 20’)

**Leçon 2 ½**

Explications buts et fonctionnement tests (plénum 10’)

Test mot – évocation, par écrit (FS) (seul 5’)

**Leçon 3** Sections

Tests évocations (seul 40’)

Test raconter (seul + ens. 3’)

**Leçon 4**

Qu’est-ce qui me correspond ? (seul 20’)

Trucs et astuces liés à MA façon (plénum, 20’)