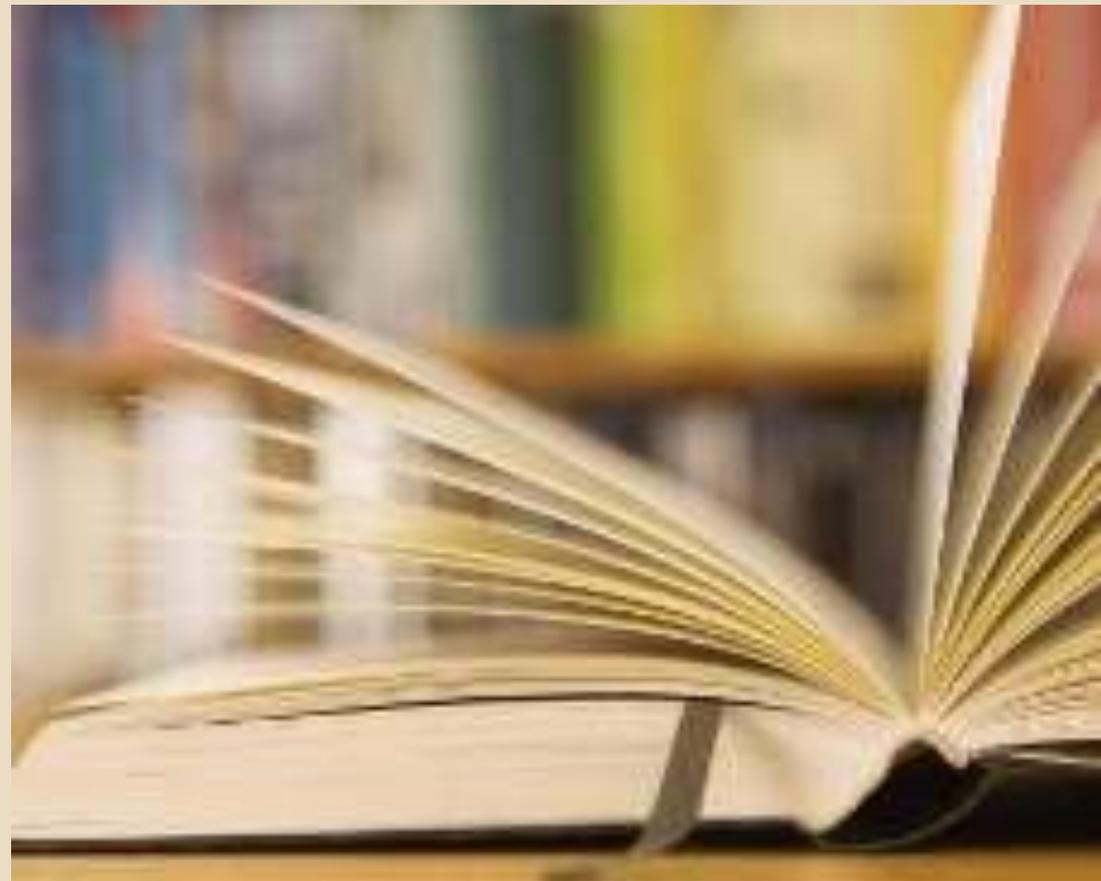




# **APPRENDRE À APPRENDRE**

**Un outil pour la réussite!**



# D'où vient cette formation?

---



- A vu le jour à l'automne 2016
- Buts : Favoriser la réussite de nos élèves et lutter contre le décrochage scolaire
- Élaboré selon les difficultés principales des élèves identifiées au fil des ans
- Trucs pour clientèles suivantes :
  - Retour aux études
  - Difficultés d'apprentissage
  - Aidant pour tous!

# Une équipe passionnée et engagée!

---

Instigatrice du projet :  
Mme Renée Blais,  
Directrice adjointe (et  
CP à l'époque  
également).

Travaillons depuis  
2016 pour améliorer  
sans cesse cette  
formation.

Durée de 12h, début  
d'année scolaire.





---

# LES OBJECTIFS DE LA FORMATION

---

# Sujets traités

---

- Faire connaître les **particularités de la FP** ;
- Prendre conscience de l'importance d'avoir un **objectif clair & réaliste** (réflexion professionnelle & personnelle) ;
- Identifier l'importance d'avoir un bon **sentiment d'efficacité personnel** ;
- Identifier des moyens pour faire une **lecture efficace**.



# Sujets traités (suite)

---

- Prendre des **notes** de façon **efficace** ;
- Apprendre **différentes méthodes pédagogiques** : Alphanumérique, Carte d'organisation d'idées, Procédurier, Tableaux et Schémas ;
- Connaître leur **style d'apprentissage** dominant & suggérer des **stratégies** ;
- Démystifier le fonctionnement de la **mémoire** et comment **l'améliorer**.



# Sujets traités (suite)

---

- Réfléchir sur sa **gestion du temps** ;
- Apprendre comment **mieux gérer le stress** ;
- Identifier des moyens intéressants pour **améliorer la concentration** ;
- Apprendre des **techniques** pour mieux **gérer les conflits** ;
- Se **préparer** adéquatement aux **examens** théoriques et pratiques.





---

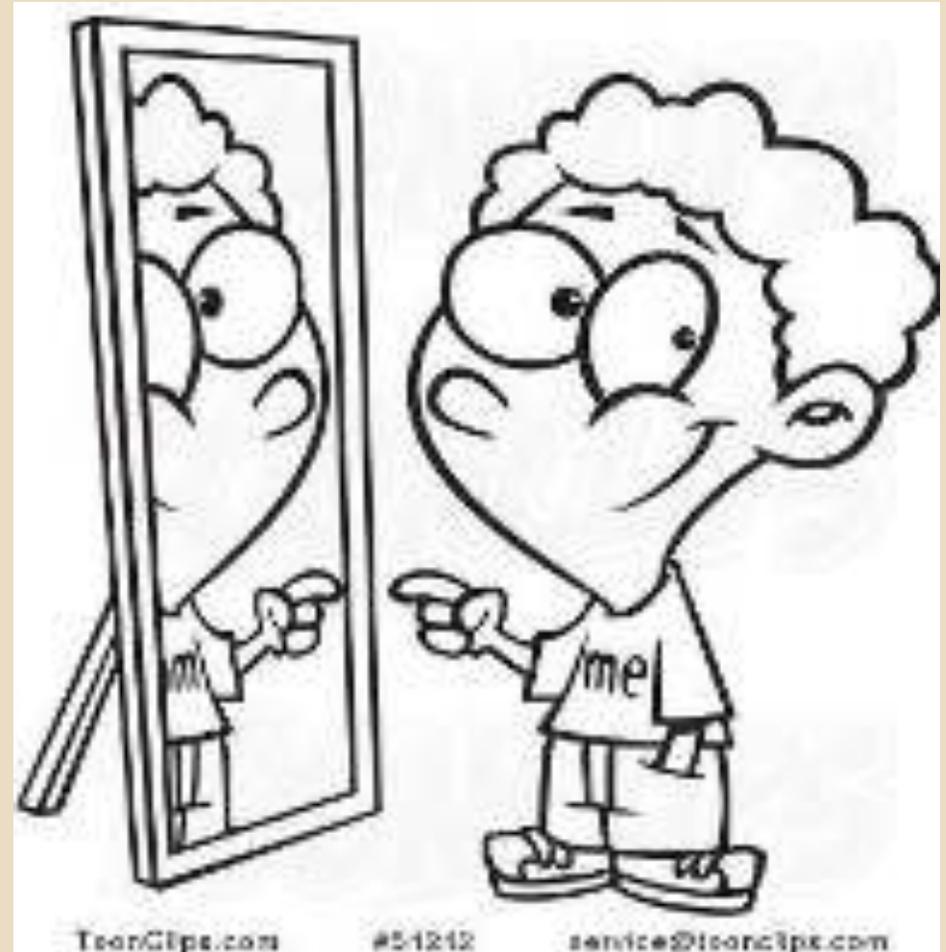
**PLUS  
SPÉCIFIQUEMENT...**

---

# On commence d'abord par une réflexion...

---

- Projet de vie **professionnelle**,
- Objectifs, conditions de travail, etc.
  
- Projet de vie **personnelle**,
- Rêves, qualités, aptitudes, passions et réussites qui bâtissent leur **SEP** !



# La philosophie du SEP

---

## Élevé :

- **Buts clairs et stimulants,**
- **Anticipe le succès,**
- **Croyance en soi,**
- **Croit en l'amélioration,**
- **Gère bien le stress,**
- **Surmonte difficultés,**
- **S'engage !!!**

## Faible :

- **Se fixe des buts faciles,**
- **Anticipe l'échec,**
- **Évite l'erreur,**
- **Se déprécie facilement,**
- **Abandonne facilement,**
- **Se sent impuissant,**
- **« Ne l'a pas, ne l'aura jamais ».**

# Aider l'élève avec un faible SEP ?

---

- 1) Faire une introspection !
- 2) **Re-**trouver ses réussites,
- 3) Trouver ses forces personnelles,
- 4) Accepter les compliments & y croire !
- 5) Voir les choses de façon positive et sourire



# Alors, si on veut la réussite :

---

- 1) D'abord, avoir un SEP suffisamment élevé !
- 2) Cette motivation guide nos objectifs ;
- 3) On entreprend nos objectifs selon un plan d'action mesurable (études, petits pas) ;
- 4) VIVRE chaque réussite, être fier !!
- 5) Réussites = ↑ du SEP... motive des nouveaux objectifs, **et la roue recommence !**



# LES OUTILS PÉDAGOGIQUES



# Pour mieux se connaître et mieux s'outiller !

---



- **Test sur les styles d'apprentissages**
- **Visuel, auditif, kinesthésique**
- **Conseils pour l'étude selon les styles**

# RAPPEL IMPORTANT !

**Ne pas négliger les autres sens!**

## La Pyramide de l'apprentissage

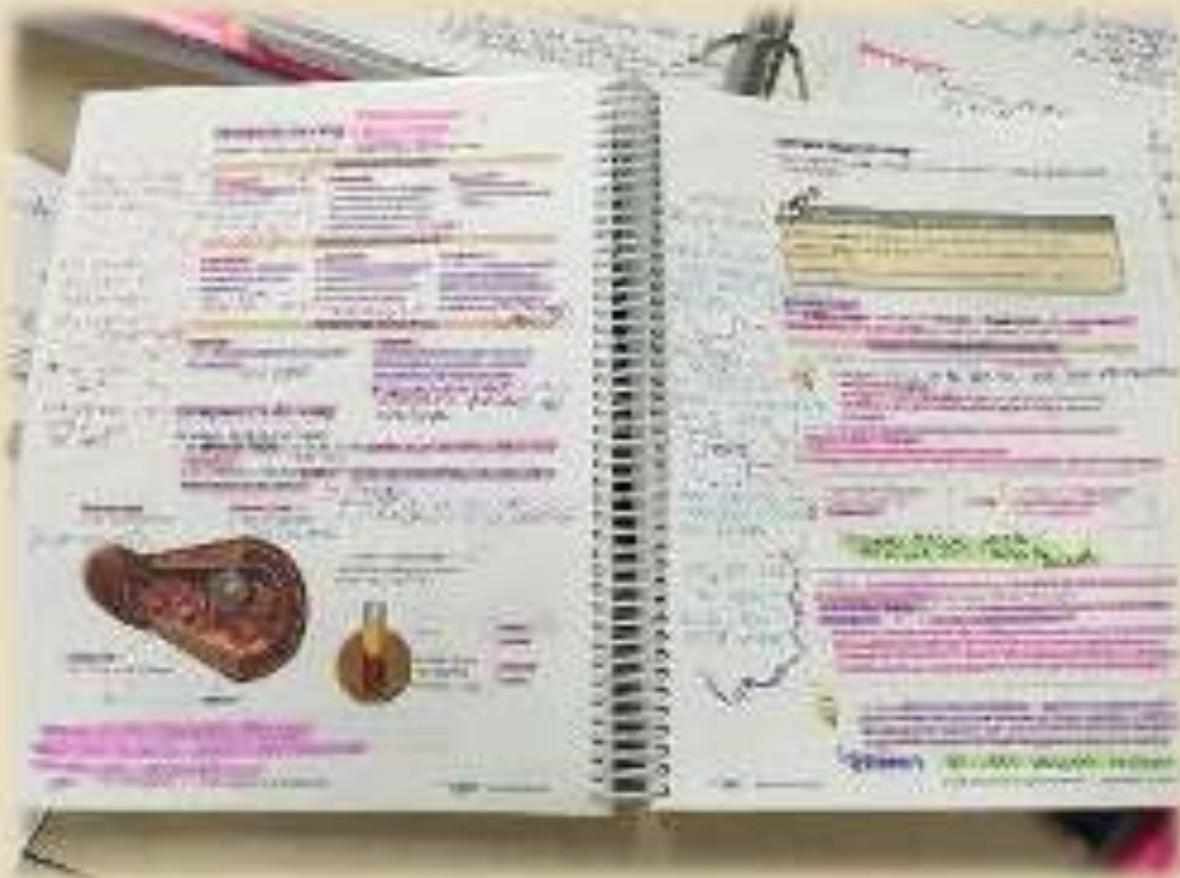
Source : National Training Laboratories, Bethel, Maine



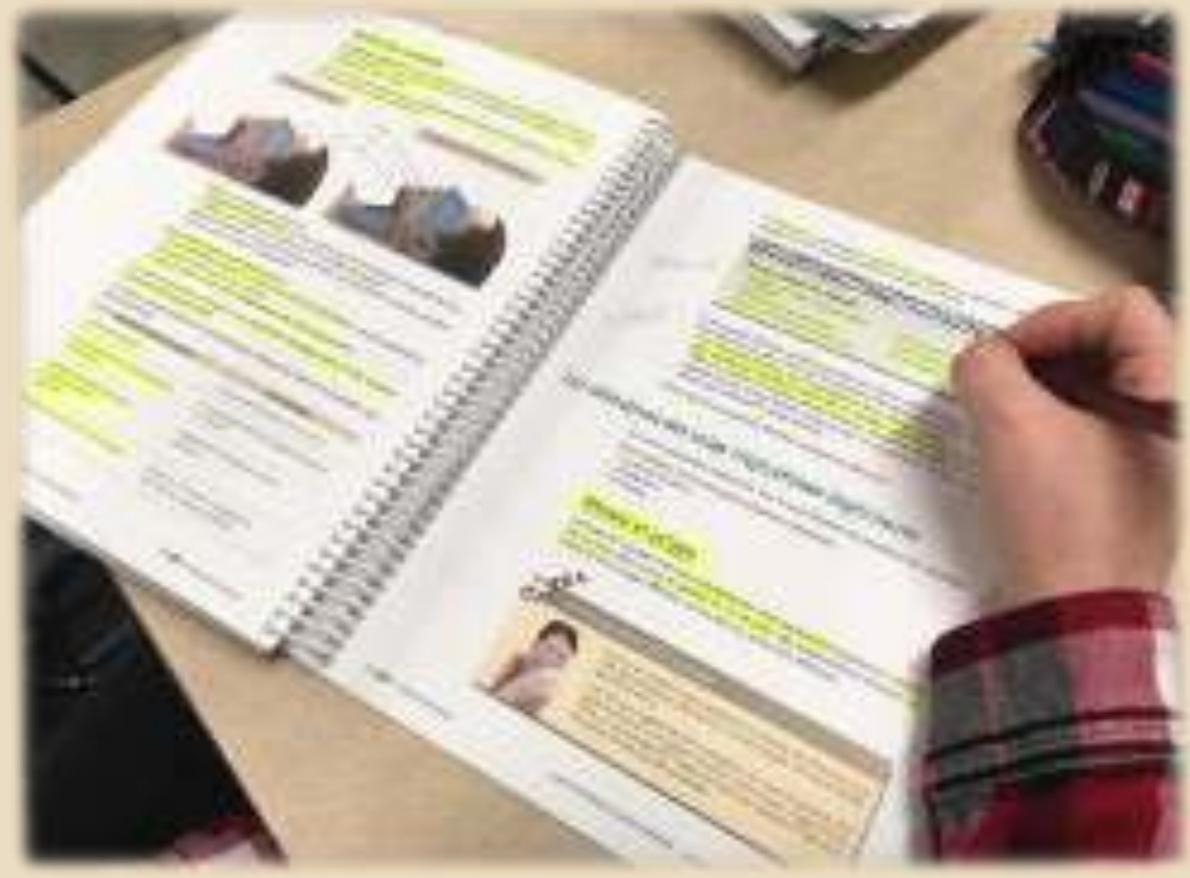
# Trucs pour lecture et prise de notes efficaces

---

**Non**



**Oui**



# La Lecture

---

- Méthode « active » du S2LR2
  - Survoler la lecture
  - Se poser des questions (3QOPC)
  - Lire (surlignage de max 30%, annoter brièvement les marges)
  - Réciter à haute voix (2 sens!)
  - Réviser/Résumer
- Favorise la **retenue** jusqu'à **80%**



# La Prise de notes

---



- Quand doit-on en prendre ?
- 1 note = 5 mots maximum ;
- Garde l'élève actif ;
- Rejoint 3 styles : VAK ;
- Important: Bien aérer, paginer et structurer ;
- Écrire dans leurs mots, abrégé.
- **Attention ! Ne doit pas nuire à l'écoute !**



# PRISE DE NOTES/RÉSUMÉS

## ALPHANUMÉRIQUE

### Les Fruits

#### 1. Les Pommes

##### 1.1 Recettes

-Tartes

-Compote

##### 1.2 Les Variétés

-McIntosh

-Lobo

#### 2. Les Bleuets

##### 2.1 Recettes

-Muffins

# CARTE D'ORGANISATION D'IDÉES



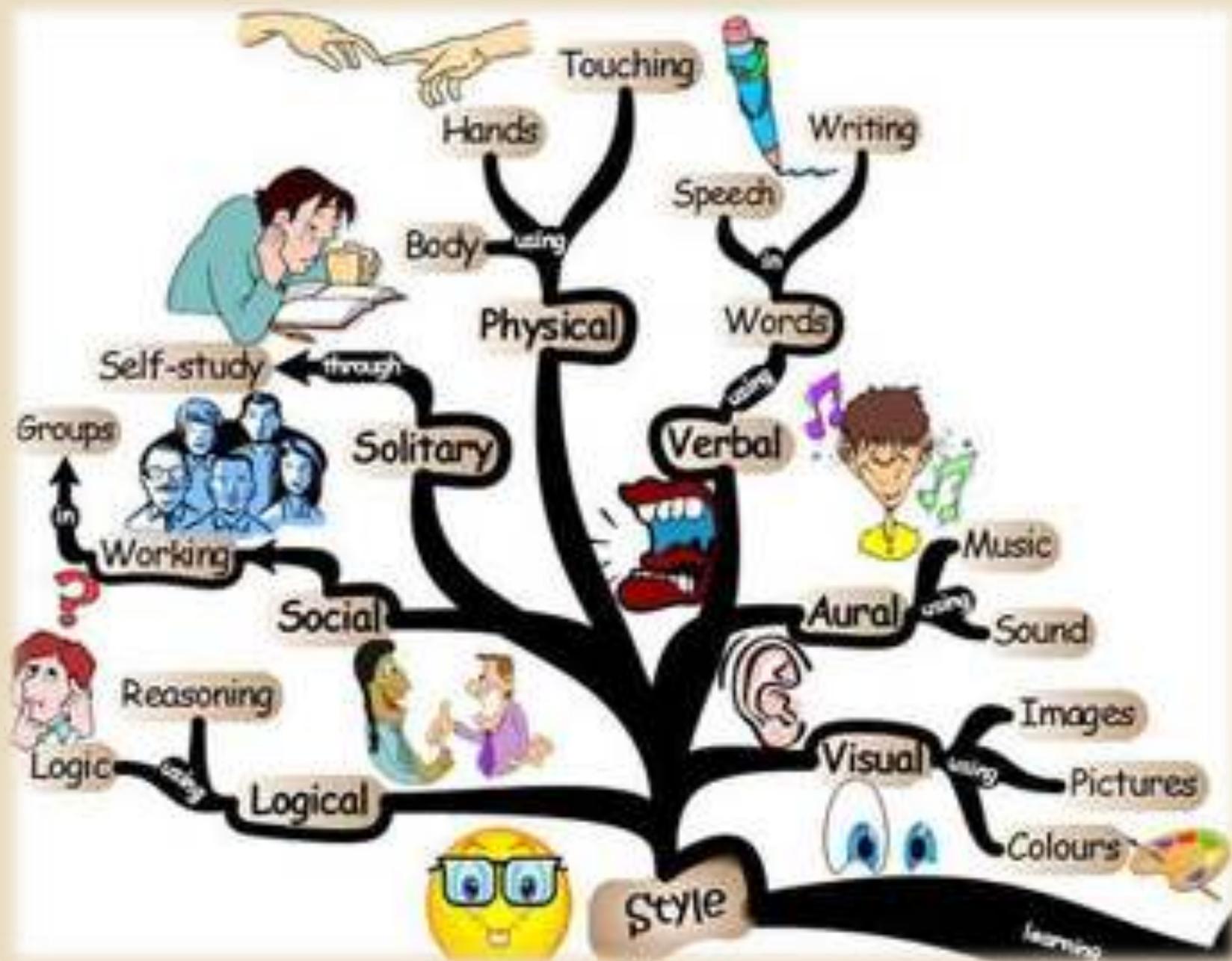
# La carte d'organisation d'idées

---



La **Carte d'organisation d'idées** est enseignée comme résumé de notes concis pour éviter le chaos de nombreuses feuilles de notes....!

**Facilite les liens d'apprentissage** 😊







# Pourquoi l'utiliser?

---

- Utile dans l'apprentissage...c'est prouvé!
- On ne cesse d'en apprendre sur ses bienfaits ;
- Beaucoup moins d'écriture vs résumés traditionnels.
- Permet de synthétiser l'information sur **une seule page.**
- Sauve beaucoup de temps (d'écriture ET d'étude) ;
- On peut y incorporer des choses qui nous

# On l'utilise quand ??

---

## N'importe quand!

- Pendant une leçon,
- Pour résumer une leçon/compétence,
- Pour compléter une carte de compétence entière,
- Comme outil d'étude avant une épreuve.



# LE PROCÉDURIER

Pour les étapes/techniques!



# On l'utilise quand ??

---

- Peut être créée en groupe pour énumérer les étapes d'une tâche ensemble,
- Pour la pratique en atelier/laboratoire,
- Pour l'évaluation par les paires,
- Pour étudier avant une épreuve.



# Procédurier : outil en atelier/laboratoire

---



**Voici un exemple d'élèves utilisant le procédurier pour l'évaluation par les paires en atelier...**

**Après tout, il est toujours plus facile de trouver les erreurs des autres !**

# LES TABLEAUX

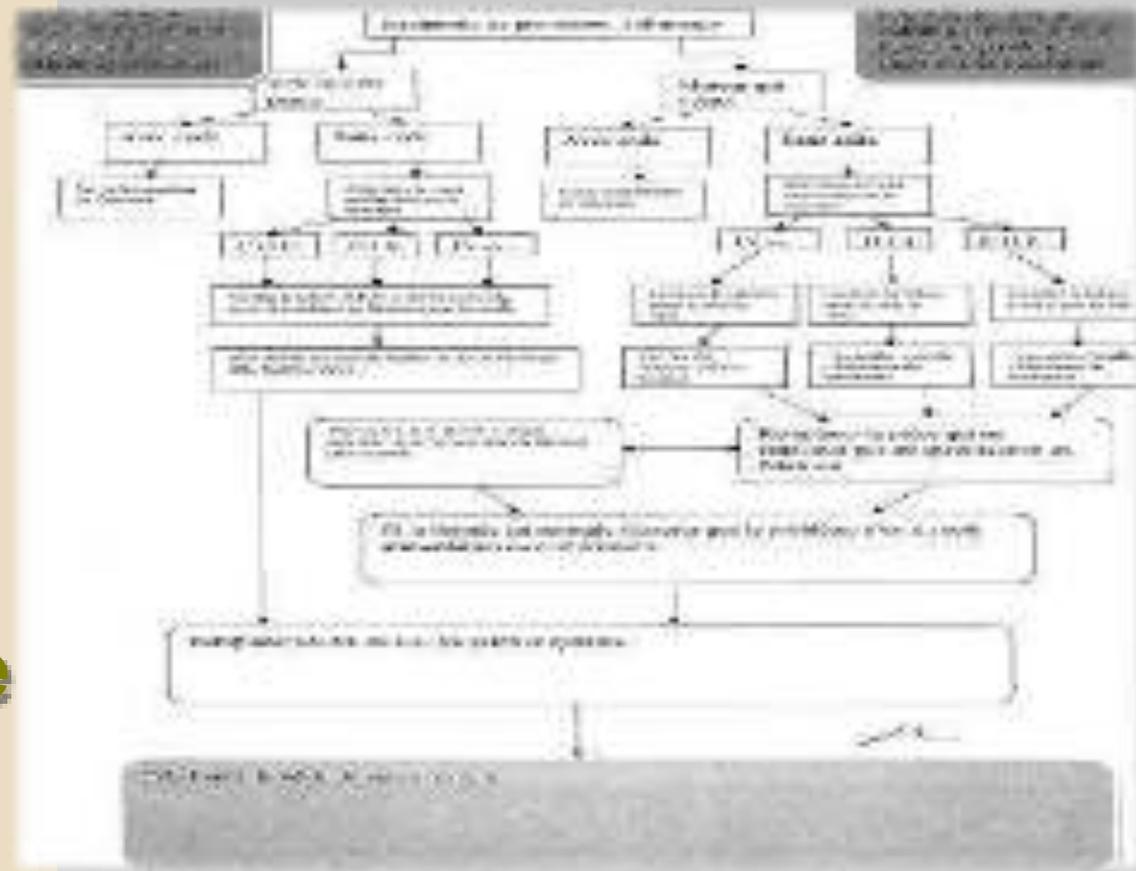
Pour classer, résumer ou comparer selon certains critères.

Il faut, dès le début, les symptômes du rhume ou de la grippe

	RHUME	GRIPPE
Fièvre	Non	Très élevée, souvent supérieure à 38,5°C, dure 3 à 4 jours
Nous de tête	Non	Lourde, parfois
Couleurs jaunes/vertes	Très fréquent	Couleurs jaunes/vertes
Fatigue et faiblesse	Peu évidente	Couche forcée
Faiblesse extrême	Non	Le plus souvent dès le début, couche forcée
Méningites du nez courants	Courants	Courants
Écoulements	Courants	Peu
Plaques de gorge	Courants	Courants

# LES SCHÉMAS

Pour suivre une ligne conductrice  
ou résoudre un problème.





**DANS LE CADRE DE AAA,  
ON ABORDE ÉGALEMENT...**

# La Mémoire

---

- **But: Déplacer les nouvelles notions (court terme) vers le long terme ;**
- **Être en forme physiquement et mentalement ;**
- **Répéter! Répéter! Répéter !**
- **Incorporer le plus de sens possible ;**
- **Étudier plus souvent, moins longtemps ;**
- **Être ouvert d'esprit & intéressé !**



# La Gestion du temps

---

- **L'importance de se faire un horaire/agenda ;**
- **Activité: Prendre conscience des facteurs contrôlables et incontrôlables dans notre horaire et y trouver des solutions ;**
- **Volet TDAH: Trucs pour mieux s'organiser & réussir ;**



# Gestion du stress

---

- **Prise de conscience du niveau de stress ;**
- **Activité: SPIN TON STRESS**  
(Sources de stress & solutions possibles... Solutions = stress diminué même si non-utilisées)  
;
- **Complication : l'anxiété ;**
- **Trucs pour mieux gérer le stress : Méthode Rationnelle-**



# La Concentration

---



- **Bonne forme physique et mentale,**
- **Sommeil,**
- **Alimentation (carburant!),**
- **Exercice,**
- **LÉGER stress (motivation),**
- **Air frais, pauses dehors,**
- **Hydratation,**
- **Prendre du temps pour soi (Recharger nos batteries).**

# Les Examen

---

- Leur utilité ;
- Comment se préparer :
  - Au cours de la compétence,
  - La veille de l'examen,
  - Le matin de l'examen,
  - Pendant l'épreuve,
  - Après l'examen.



# La plateforme Moodle

---



Pour servir les élèves en programmes individualisés en entrée continue débutant plus tard :

Formation **en mode virtuel** offerte sur plateforme Moodle avec animation et travaux intégrés.

De plus: **enseignant disponible au besoin.**



---

**QU'EN PENSENT LES  
ENSEIGNANTS ?**

---

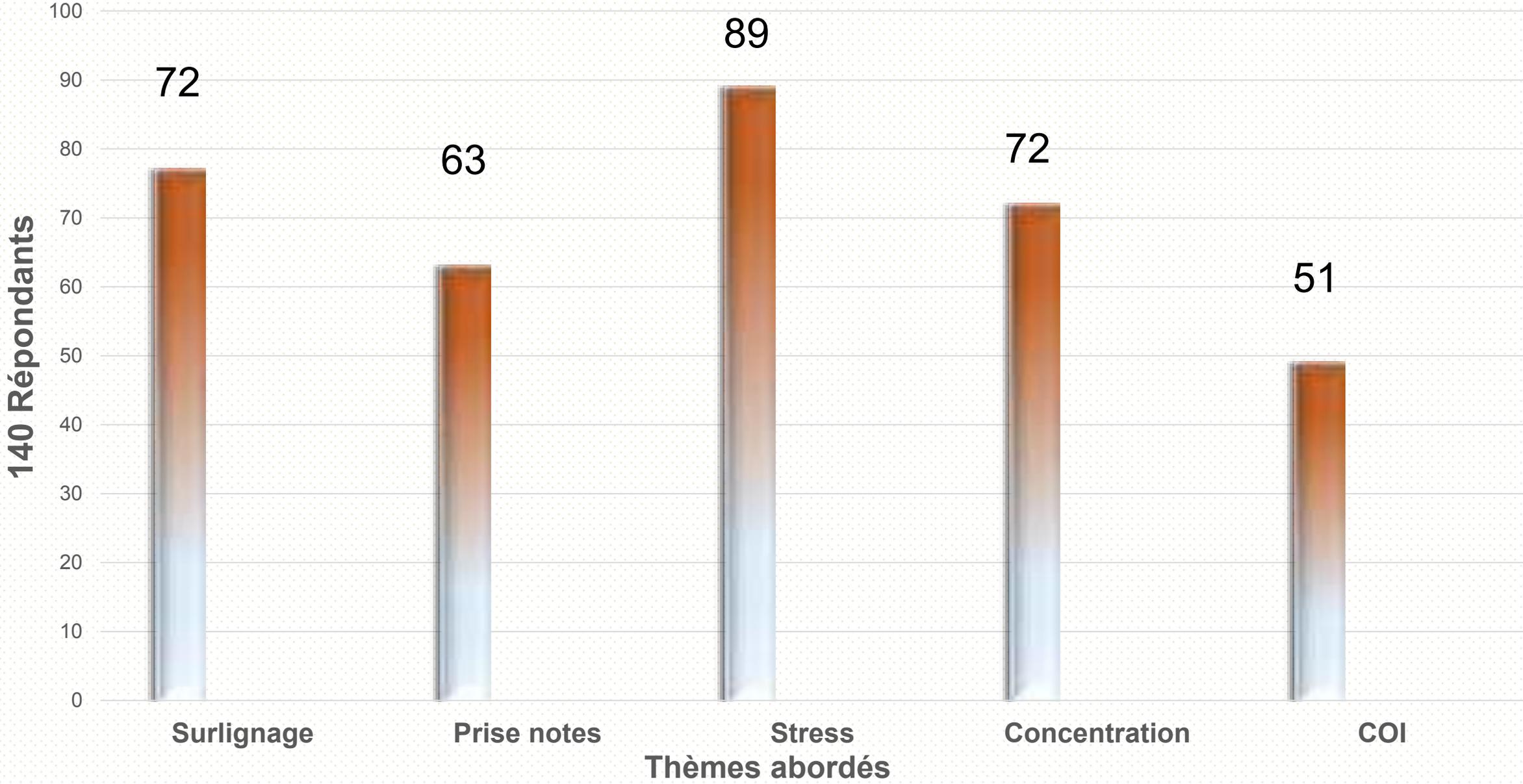




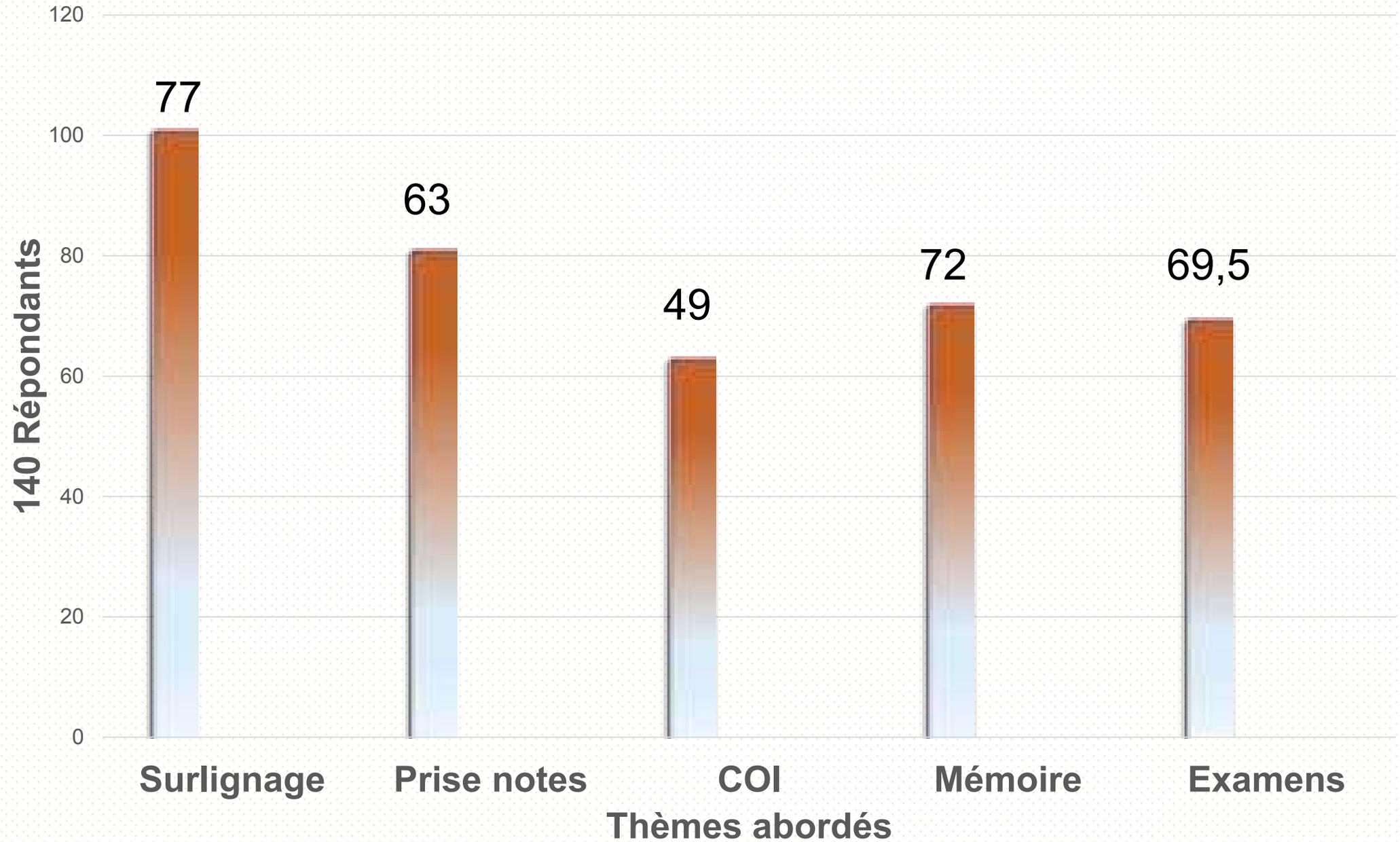
**ET LES ÉLÈVES ?**



# Top 5 plus utiles



# Intentions de mise en pratique



# APPRENDRE À APPRENDRE...

- Formation appréciée par les élèves
- Lauréat du prix de la Francofête 2018 en FP
- Lauréat Fête des succès CSA
- Favorise la réussite de nos élèves ☺



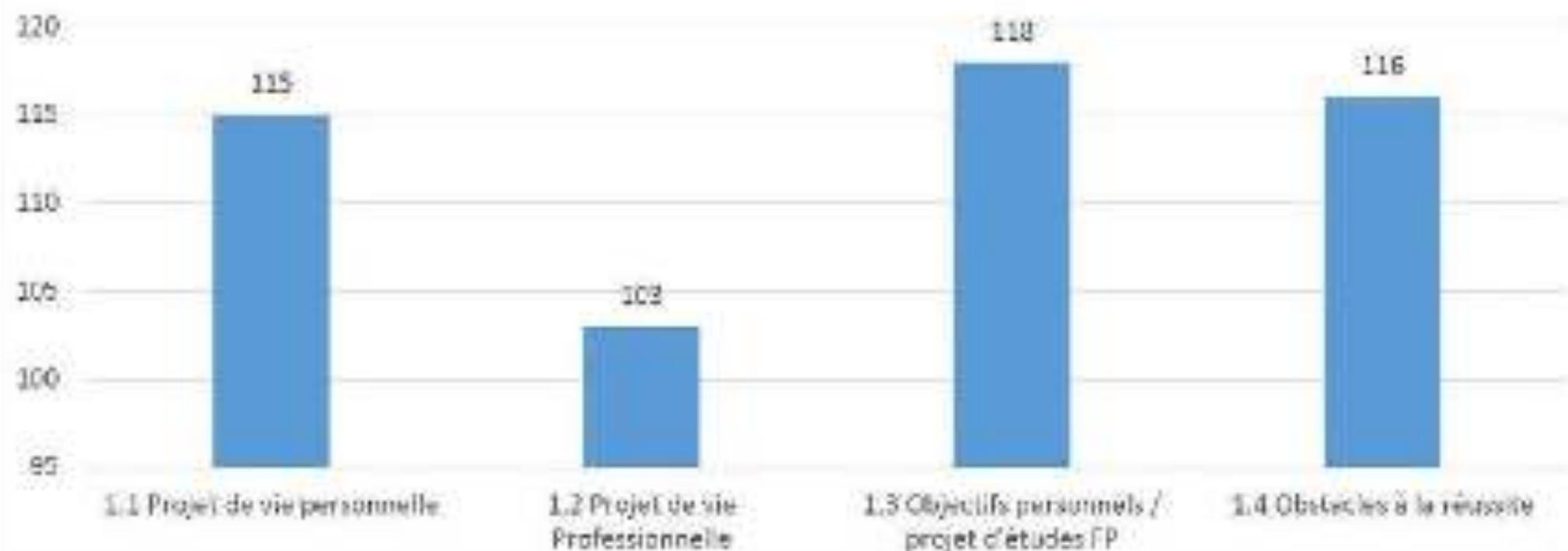


# QUESTIONS ?

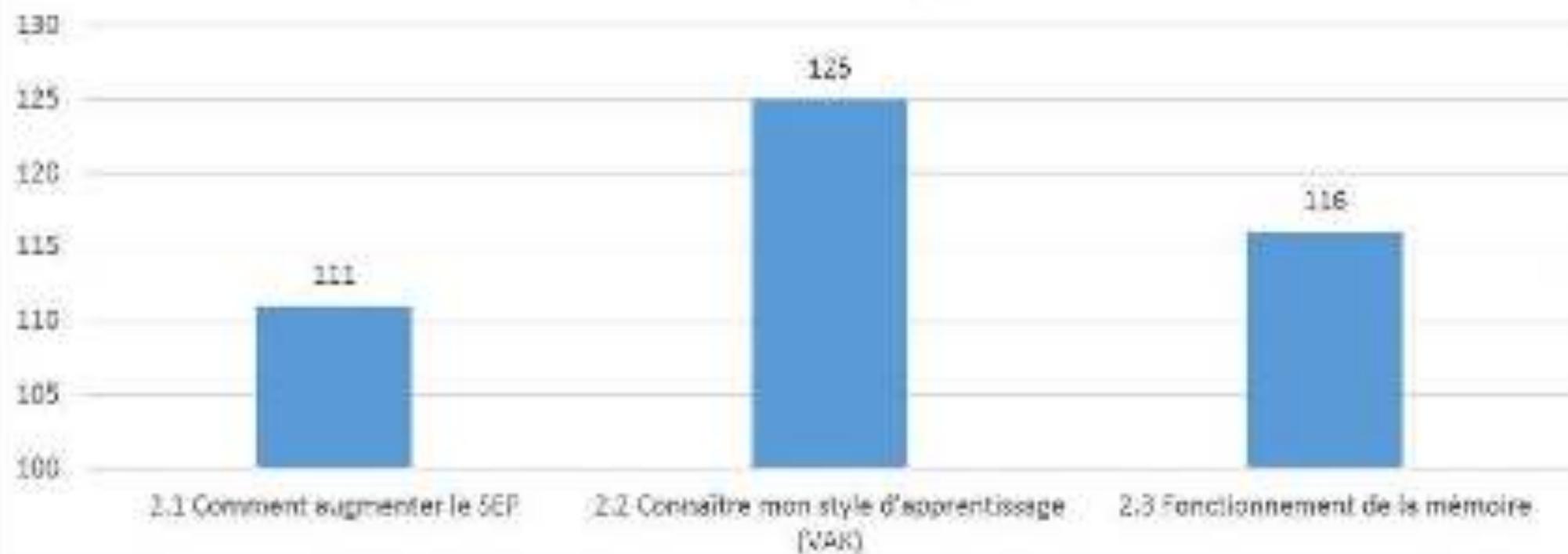
**Merci!**

Renée Blais, Nancy Burgey et Johanne Tardif  
CFP Le Tremplin, CS des Appalaches

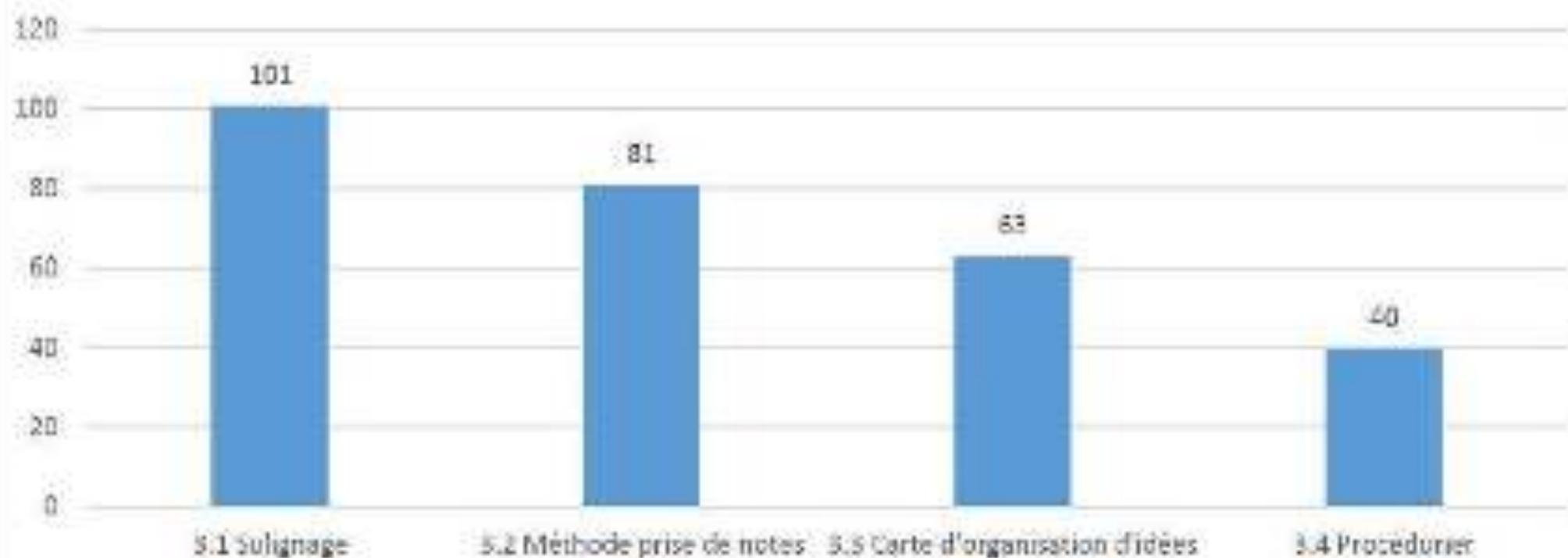
### Avez-vous identifié...



### Avez-vous trouvé utile d'apprendre...



### Avez-vous l'intention d'utiliser les techniques,...



Avez-vous trouvé utile d'apprendre des moyens pour aider à la réussite?

