

## Annexe 1

### Progression en méthodologie généraliste (collège)

#### Objectif

Ce module permet d'acquérir des méthodes de travail et de construire un savoir-faire durable en travaillant les cinq gestes mentaux, ce qui permet de progresser plus rapidement dans les matières scolaires.

Les travaux portent sur l'attention, le projet et l'évocation (provocation d'une image mentale de l'information à retenir), la mémorisation, la compréhension, la réflexion et l'imagination, chaque geste étant abordé lors d'une des cinq séances.

Durant ce stage, les participants sont conduits à remplir deux pense-bêtes : "mes attitudes à avoir" et « fiches de révision ».

#### Programme

##### **JOUR 1 : compréhension des objectifs, des notions et des outils ; comment soutenir son attention.**

- présentation des méthodes de travail et des 5 gestes mentaux ;
- définition des notions : projet, évocation ;
- exercices d'application :
  - premier geste, le geste d'attention : comment faire attention (chercher le bon mot-clé, par exemple) ;
  - le projet : comment décomposer une leçon à mémoriser, par exemple ;
  - l'évocation : comment se représenter mentalement le savoir ;
- mise en commun entre les stagiaires et déduction.

##### **JOUR 2 : apprentissage de l'attention et de la mémoire ; se rappeler de la séance précédente et travailler les outils pour apprendre à mémoriser.**

- réactivation des connaissances (rappel des notions exposées lors de la séance précédente) ;
- exercices d'application : 2ème geste, le geste de mémorisation ;
- mise en commun et déduction des stratégies de mémorisation.

##### **JOUR 3 : poursuivre l'apprentissage de l'attention et de la mémoire ; se rappeler des séances précédentes et travailler les outils pour la compréhension d'un sujet ; identifier ses points forts et ses points faibles.**

- réactivation des connaissances (rappel des notions exposées lors des deux séances précédentes) ;
- poursuite des travaux sur le geste de mémorisation et ses différentes stratégies abordés lors de la séance précédente ;
- exercices d'application : 3ème geste, le geste de compréhension ;
- mise en commun et déduction des stratégies de compréhension ;
- les intelligences multiples : permettre aux stagiaires de détecter ses points forts et ses points faibles (intelligence visuelle, intelligence auditive, intelligence kinesthésique, intelligence linguistique, intelligence musicale, intelligence naturaliste, intelligence intra-personnelle et intelligence interpersonnelle) pour mieux s'appuyer sur ceux qui le concernent.

##### **JOUR 4 : renforcer l'apprentissage des séances précédentes et travailler les outils pour conduire une réflexion.**

- réactivation des connaissances ;
- poursuite des travaux sur le geste de compréhension et ses différentes stratégies abordés lors de la séance précédente ;
- mise en commun et déduction des stratégies ;
- exercices d'application : 4ème geste, le geste de réflexion ;
- mise en commun et déduction des stratégies.

##### **JOUR 5 : finaliser l'apprentissage des séances précédentes et travailler les outils pour développer son imagination.**

- réactivation des connaissances ;
- poursuite des travaux sur le geste de réflexion et ses différentes stratégies ;
- mise en commun et déduction des stratégies ;
- exercices d'application : 5ème geste, le geste d'imagination ;
- mise en commun et déduction des stratégies.