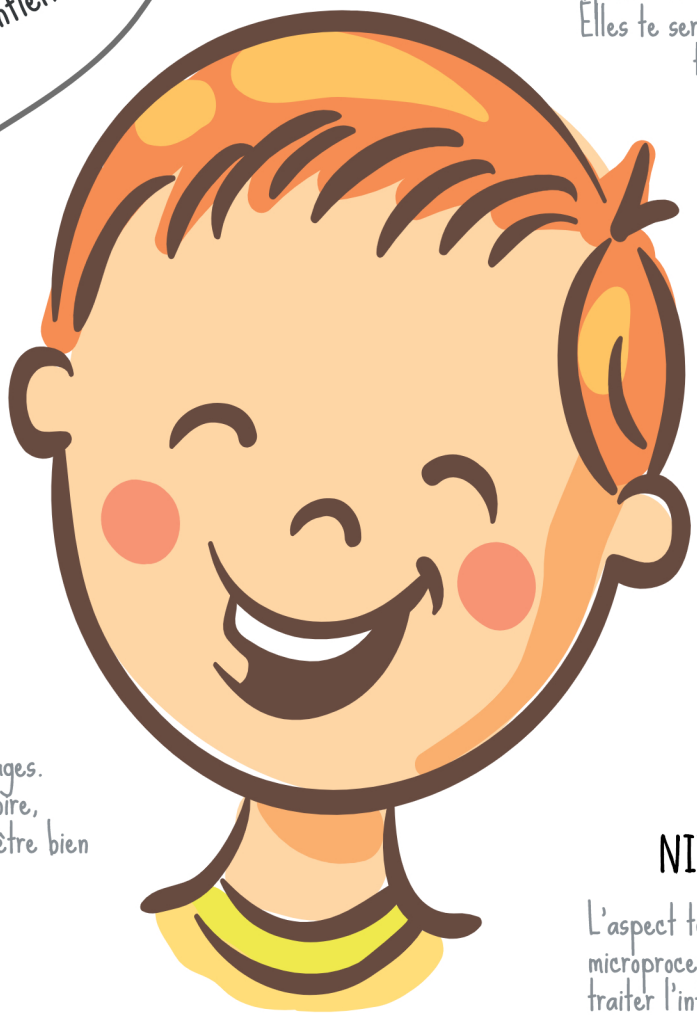
Comment accéder à ton cerveau en entier?

Ton cerveau...est comme un jeu vidéo: il y a plusieurs niveaux à débloquer pour avoir accès à l'ensemble de ses fonctions et actualiser son potentiel.



NIVEAU 1 : L'ESSENTIEL

C'est le niveau de base à avoir pour commencer la «partie» des apprentissages. Il consiste principalement à manger, boire, dormir et recevoir de l'affection afin d'être bien physiquement dans la classe.

NIVEAU 2 : L'AFFECTIF

Pour être disponible aux apprentissages, tu dois être bien dans ton coeur, donc avoir une bonne estime de toi, être motivé, ne pas être anxieux...Tu pourras alors passer aux niveaux supérieurs.

NIVEAU 3 : L'ATTENTION

Ici, tu dois démontrer une attention
- divisée (deux choses à la fois)
- sélective (une seule chose)
- soutenue (plus longue durée)

grâce à tes yeux et tes oreilles. Sans le focus, l'apprentissage n'est pas optimal!

NIVEAU 4 : LE MÉCANIQUE

L'aspect technique! Utilise correctement les microprocessus de ton cerveau, qui te permettent de traiter l'information de façon mécanique. Ex. décoder la lecture, écrire ou calculer. Ainsi, ta mémoire de travail pourra attaquer la compréhension au niveau 5.

NIVEAU 5 : LE RÉFLÉCHI

Tu as maintenant accès à tes macroprocessus pour : inférer, déduire, transférer tes acquis, généraliser, raisonner, te parler...

NIVEAU 6 : L'ULTIME

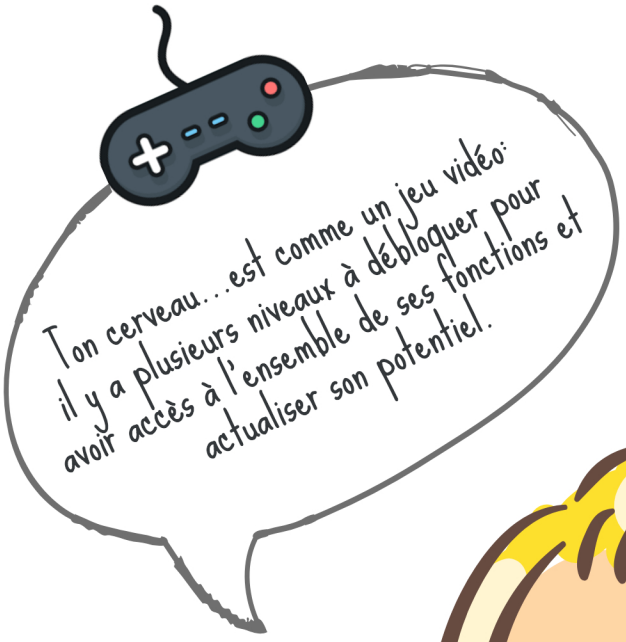
Bravo! Ton cerveau est disponible pour exploiter le top du top: les fonctions exécutives! Elles te servent à planifier, t'autoréguler, t'organiser, gérer tes impulsions/émotions, te mettre à la tâche, et bien plus!

ScolAide

Fait à partir du modèle d'Anick Pelletier, Marina Attié et Diane Jacques

Assistant graphique: edigo.io

Comment accéder à ton cerveau en entier?



Niveau 1 : L'essentiel

C'est le niveau de base à avoir pour commencer la «partie» des apprentissages. Il consiste principalement à manger, boire, dormir et recevoir de l'affection afin d'être bien physiquement dans la classe.

Niveau 2 : L'affectif

Pour être disponible aux apprentissages, tu dois être bien dans ton coeur, donc avoir une bonne estime de toi, être motivé, ne pas être anxieux...Tu pourras alors passer aux niveaux supérieurs.

Niveau 3 : L'attention

Ici, tu dois démontrer une attention
- divisée (deux choses à la fois)
- sélective (une seule chose)
- soutenue (plus longue durée)

grâce à tes yeux et tes oreilles. Sans le focus, l'apprentissage n'est pas optimal!

Niveau 4 : Le mécanique

L'aspect technique! Utilise correctement les microprocessus de ton cerveau, qui te permettent de traiter l'information de façon mécanique. Ex. décoder la lecture, écrire ou calculer. Ainsi, ta mémoire de travail pourra attaquer la compréhension au niveau 5.

Niveau 5 : Le réfléchi

Tu as maintenant accès à tes macroprocessus pour : inférer, déduire, transférer tes acquis, généraliser, raisonner, te parler...

Niveau 6 : L'ultime

Bravo! Ton cerveau est disponible pour exploiter le top du top: les fonctions exécutives! Elles te servent à planifier, t'autoréguler, t'organiser, gérer tes impulsions émotions, te mettre à la tâche et bien plus

ScolAide

Fait à partir du modèle d'Anick Pelletier, Marina Attié et Diane Jacques

Assistant graphique: edigo.io