L'accompagnement personnalisé en classe de 2nde autour d'un projet: « Cerveau et apprentissage »

Une problématique d'établissement / Education à la santé:

- Le stress au lycée
- Réflexion avec le CESC

Une classe de 2nde / 4 professeurs:

- 32 élèves / MPS, SL et littérature et société
- Classe très hétérogène / Des élèves absentéistes

Des créneaux

- L'AP: 1h élève / semaine sur deux plages horaires
- Des TP de SVT et de SPC: 1h30 x2 le samedi matin

Une inscription du projet dans des objectifs officiels

- **Le plan académique**
- **L’accompagnement personnalisé**
- **Les compétences de SVT et de SPC**

1er axe du plan académique : « Réussite : créer les conditions de la réussite de chaque élève »

- Préparer chaque jeune à une **insertion réussie** dans la société
- Créer les conditions du **vivre bien et ensemble**
- Favoriser la **responsabilité, l'initiative**

BO: Accompagnement personnalisé

- Aide méthodologique
- Doter l'élève de **méthodes** pour tirer profit de ses études et construire un **projet personnel**

Compétences de SVT et de SPC en classe de Seconde

- Autonomie, initiative
- Démarche **d'investigation**
- Responsabilité par rapport à sa **santé**

Des champs disciplinaires: **Thème 3 de SVT** / SPC, Math

Des partenaires

- **Cité des sciences et de l'industrie**
- **CRI (centre de recherche interdisciplinaire)**

- **Professeurs relais de SPC**
- **Des jeunes chercheurs**

les Savanturiers

  - Un même objectif: développer la démarche d'investigation
  - Un thème: les aventuriers du cerveau

- **Des infrastructures**

- Une exposition: « C3RV34U l'expo neuroludique »
- un atelier « mémoires »
- un blog « les aventuriers du cerveau »
- Un espace de présentation des résultats

- **Un enjeu**: **congrès des élèves chercheurs, le 19 mai 2015**

- Présentation des sujets et des recherches
- Stand à animer

Une valorisation du travail

Déroulement du projet

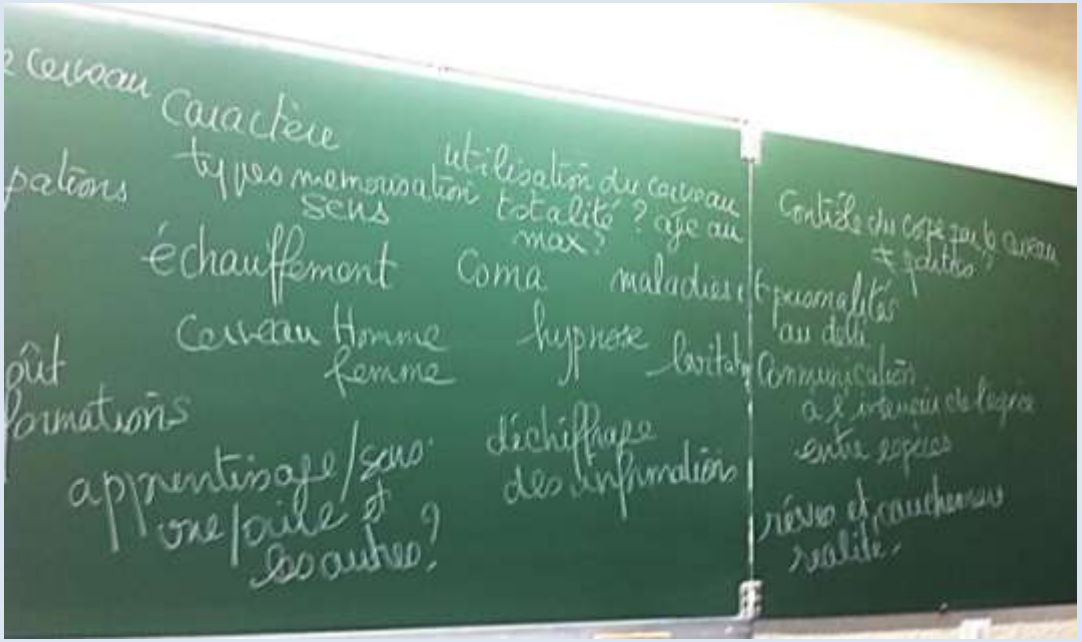
- Calendrier en trois temps

Brainstormings: problématiques de recherche

Recherche et protocoles

Préparation du congrès

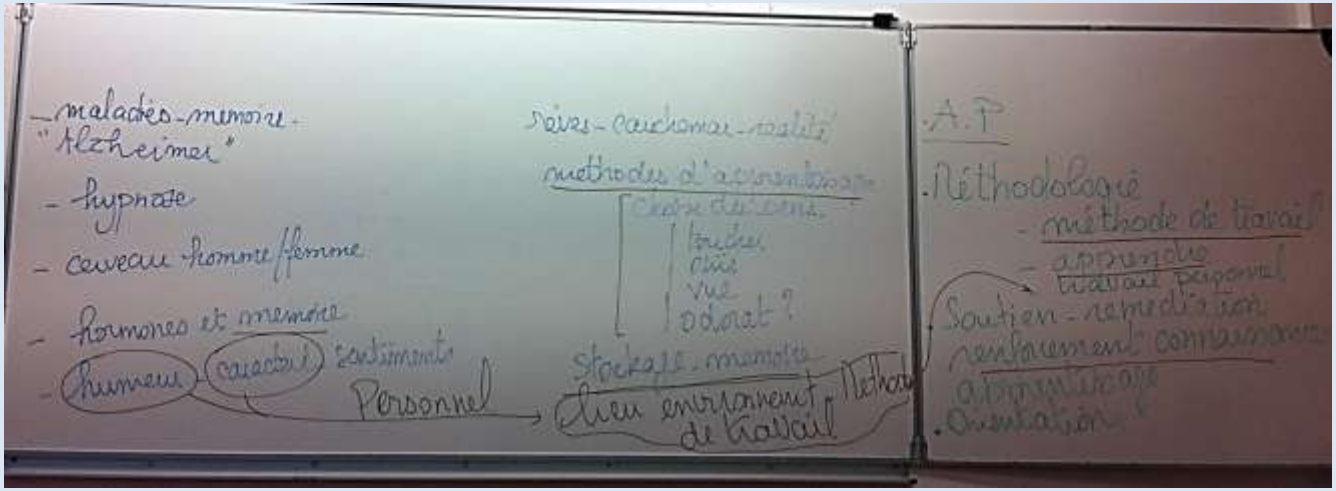
- Des évaluations et des réadaptations permanentes



1er brainstorming

2ème brainstorming

en lien avec le BO sur l'AP



- Cerveau, apprentissage et environnement
- Cerveau apprentissage et stratégies de mémorisation

1ère problématique: Cerveau, apprentissage et environnement

Education à la santé

1er groupe: stress, émotions

- Leur influence sur l'efficacité de l'apprentissage et de l'écoute en classe

- Analyse de leurs ressentis
- Recherche de définitions au stress, lien avec les émotions
- Réactions de l'organisme au stress

- Des fonctions physiologiques impactées:
- Respiration
- Activité cardiaque

- Objectifs de ses modifications:
- Fuite
- Combat

} = activité physique

Lien avec le thème 3 SVT: L'effort physique

2ème groupe: comment gérer le stress

- pour en diminuer les impacts sur l'organisme

  - Analyse de leurs propres méthodes
  - Recherches: méditation, sophrologie, autres méthodes
  - Essai d'un séance de sophrologie

Protocoles

- Questionnaires sur le stress
- Proposition d'exercices
- QCM avant et après la séance de sophrologie

Partage du travail, coopération, écoute

Production élèves

1.Est-ce que vous vous définissez comme une personne stressée?

A. **Oui** B. Moyennement C. Non D. Je ne sais pas

2. Quelles sont les situations où vous stressez le plus?

A. Contrôles B. **Parler en public** C. L 'attente d'un résultat

D. Autre(s:) . .....

3. Utilisez-vous des techniques contre le stress?

A. **Non** B. Non mais j' en connais certaines

C. Oui, précisez . ...

4. Comment réagissez vous à une situation de stress?

- Au niveau physique:

A. Tremblements B. **Taper** du pied (ou autre endroits)

C. Démangeaisons

D. **Différents tics** E. Problèmes digestifs

F. Autre : .....

- Au niveau psychologique

A. Bégaiements

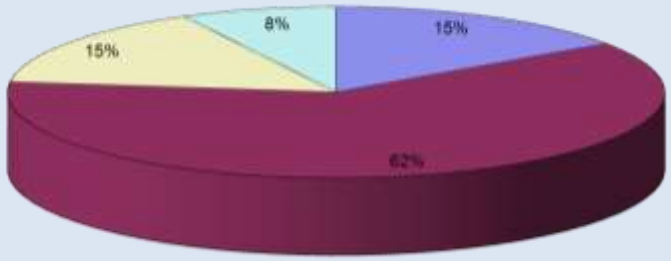
D. Violence

B. Blocage de la parole(aphasie) C. Paralysie

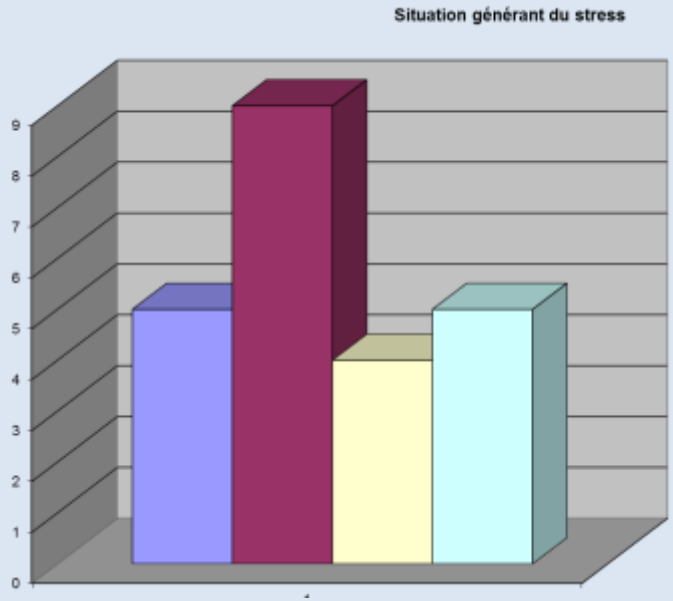
E. **Renfermement sur soi même** F. Dépression

G. Autre(s):

Productions élèves

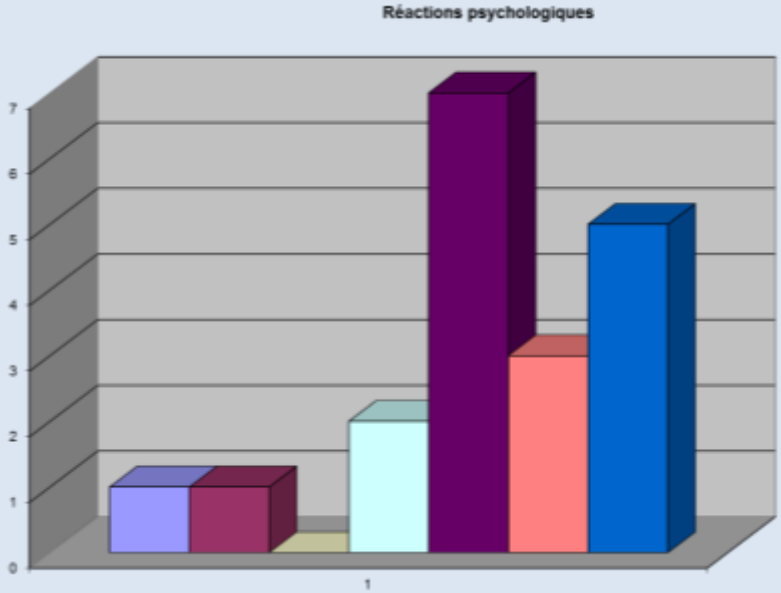


- Personne Stressée
- Personnes Moyennement Stressées
- Personnes pas stressées
- Ne sait pas



- Contrôle
- Parler en public
- Résultat
- Autres : Evenement, chanter, lors d'un evenement générant de la pression

- Bégayements
- Blocages
- Paralysie
- Violence
- Renfermement
- Dépression
- Oublis, questionements …



Préparation du stand

Une fiche de la boite à outils

- Gérer le stress

Production élèves

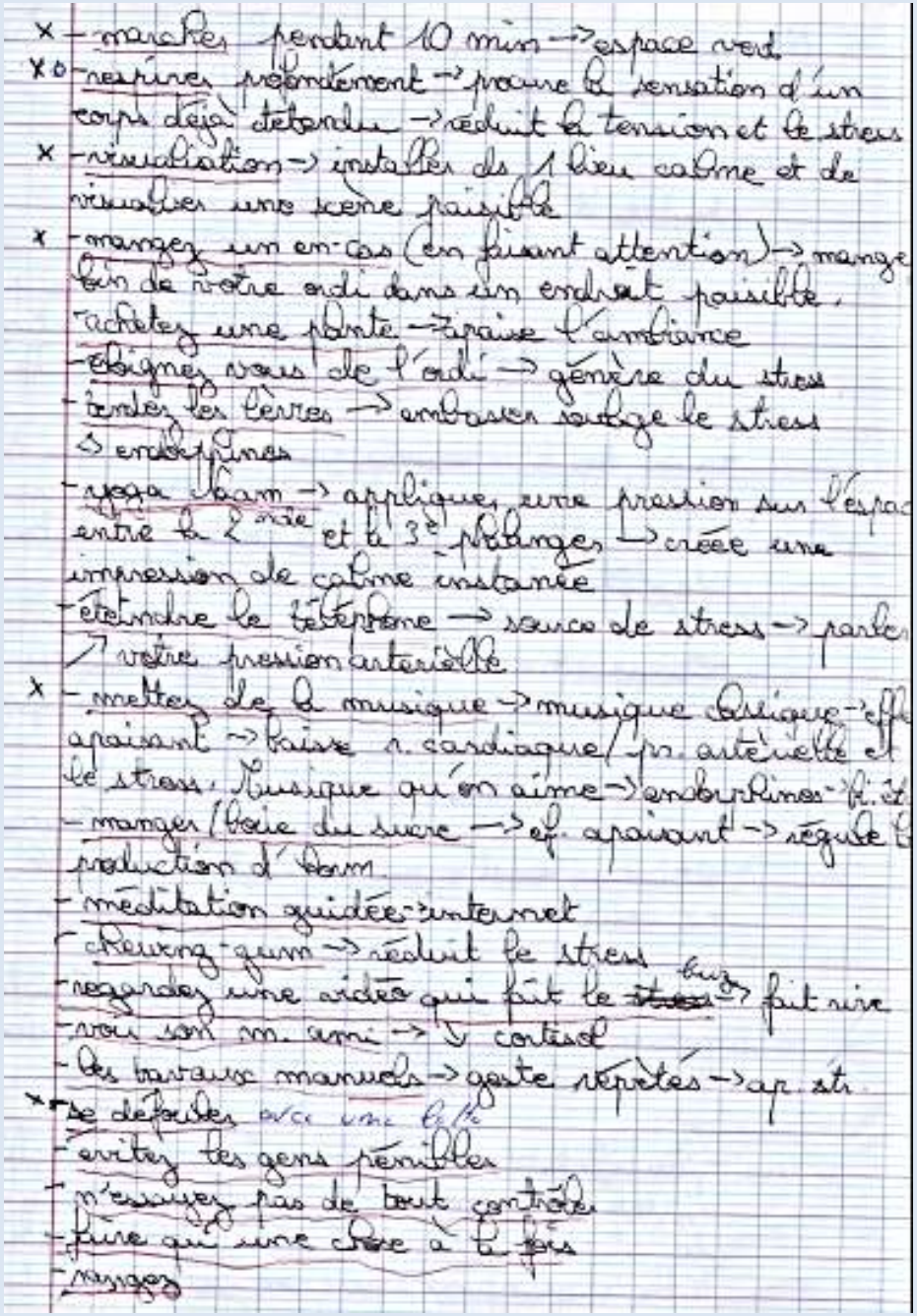
La sophrologie est un ensemble d'exercices visant à acquérir l'harmonie du corps et de l'esprit. Pouvant apaiser le stress ou autres tensions.

Quelques exercices pour vous aider :

Des exercices de respiration : inspiration longue, expiration sur plusieurs temps (selon vous). Permet d'actionner le « frein » de l'organisme.

Imaginer un lieu ressource dans lequel vous vous sentez apaisé,
pour prendre du recul.

Parcourir votre corps avec le scan corporel : visionner, prendre conscience des parties de son corps, partir du haut de la tête jusqu'au pieds.



D’autres méthodes pour libérer l’énergie causée par le stress

- Marche
- Respirer
- Visualisation
- Manger
- Musique
- Se défouler

Le rôle du partenaire

- Une présentation de l’avancée de leur recherche
- Des pistes de recherche
- Une exposition
- Un atelier « mémoires en question»

Evaluation du projet

- **Coté profs**
- **Coté élèves**

Un bilan - Un ressenti prof

Sur le terrain,

- Des frustrations
- Des remises en cause
- Des inquiétudes
- Des évolutions

Une anticipation

- Une construction
- Une équipe
- Des contraintes de services et d'emploi du temps

Un lâcher prise

Une confiance

Des indices

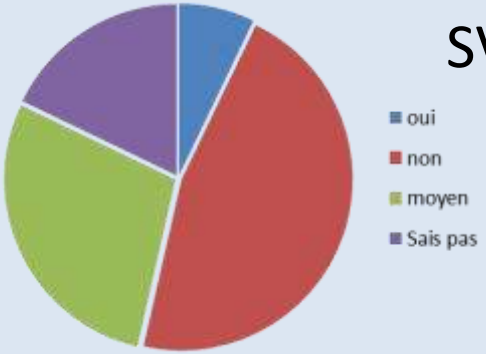
- Une autonomie qui se développe
- Des initiatives
- Un travail collaboratif plus efficace
- Une classe plus attentive, plus calme
- Des absentéistes présents pendant l'AP

Rôle du projet ?

Une évolution coté élèves ?

Des indices: questionnements élèves

- Se repositionner, sortir du projet ?
- Pourquoi ces modalités de travail ?



Une application à venir :

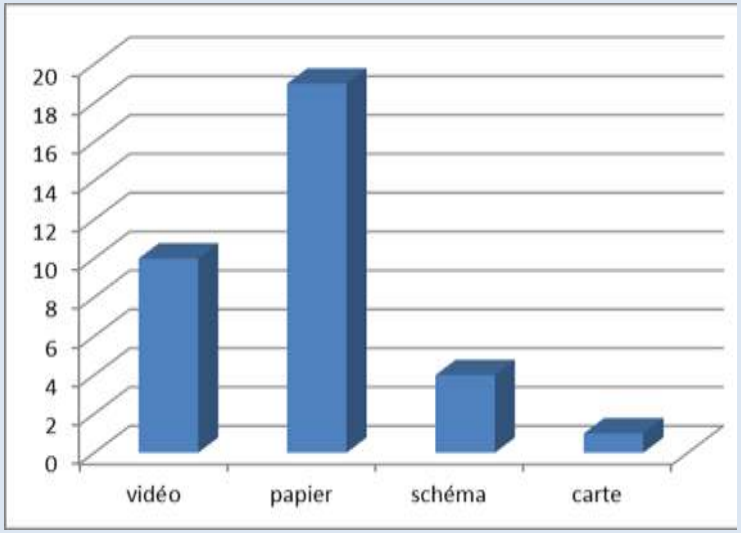
cours de math

Suite de la scolarité…?

- TPE
- Résultats scolaires

Une réflexion sur ses méthodes de travail

- Un essai pour un DST de SVT
- transposables?

Une préparation de DST :

SVT sur le thème 2