



**UNIVERSITÉ
Grenoble
Alpes**

Apprendre ; Oui!... et comment?!

Isabelle Le Brun
UFR Chimie-Biologie
isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr

Pour cette
séance il vous
faut de quoi
ECRIRE ☺...



**RÉALISER
INDIVIDUELLEMENT
CE QUE VOUS POUVEZ
FAIRE POUR RÉUSSIR
VOS ÉTUDES
À L'UNIVERSITÉ**

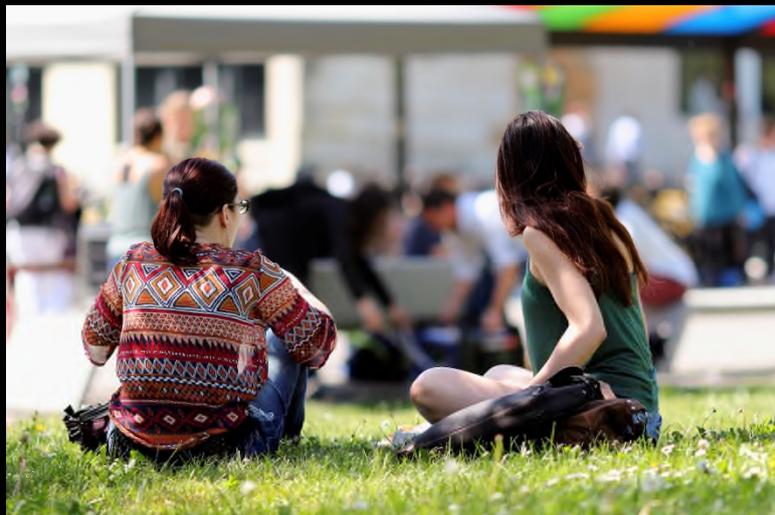
Objectif
du cours

Le plan d'ensemble

1: Réussir sa transition lycée-Université...
Pour aller plus loin.

2: L'essentiel!
Mieux connaître le fonctionnement du cerveau
pour gagner en efficacité pour apprendre
et mémoriser.

1: Réussir sa transition lycée-Université ...





Lycée

- 3 trimestres
- Conseil Classe
- Parents
- 1 équipe enseignante / 1 an
- Contrôles et Devoirs
- Répétitions
- Bulletin de notes et appréciations
- Préparer le bac

Université

- 2 semestres
- Jury
- Vie en autonomie
- Equipes multiples
- Examens, partiels, contrôles continus
- Peu de redite
- Pas de bulletin
- Valider un diplôme
- Apprendre un futur métier

isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr

Stratégies Apprentissages 2020-21



Etre stratégique

- Avoir une vision d'ensemble de votre année :
Quoi? Quand? Comment?
- Pour chaque UE ; il faut connaître les exigences de vos enseignant.es :
 - Objectif du cours
 - Plan du cours
 - Type d'examen
 - Niveau attendu
 - Exigences particulières
 - ...

isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr

Stratégies Apprentissages 2020-21

Pour aller plus loin...

Plateforme chamilo UGA

→ cours « Développer ses stratégies d'apprentissages »

Espace de travail étudiant - salle B013 - **L'R**

→ Livres sur les stratégies d'apprentissages



isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr

ETC « **Affûter ses neurones** »

(2 sessions par an)

FORUM des ETC

mercredi 5 septembre, galerie des amphis PMF

INSCRIPTION EN LIGNE



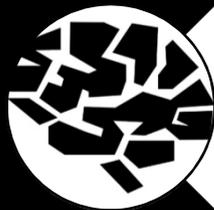
- du 7 au 24 septembre 2020 pr le 1er semestre

- du 5 au 21 janvier 2021 pour le 2e semestre

DEBUT des COURS

- Semaine du 14 septembre pour le 1^{er} semestre

2: L'essentiel !



apprendre

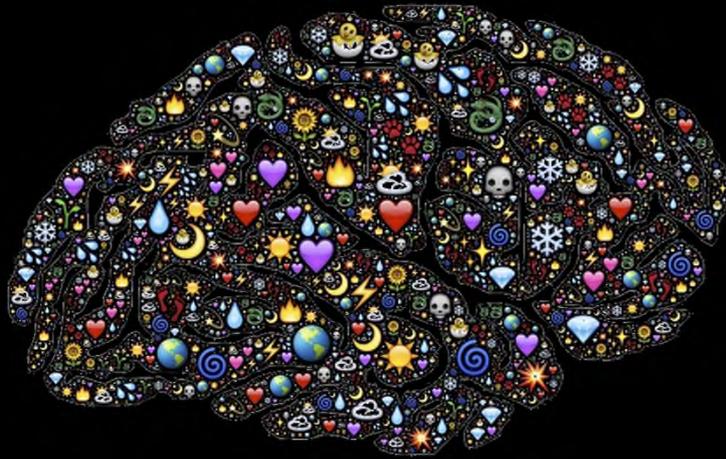


se concentrer

isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr

Stratégies Apprentissages_2020-21

2.1: Le cerveau ; comment apprend-il?

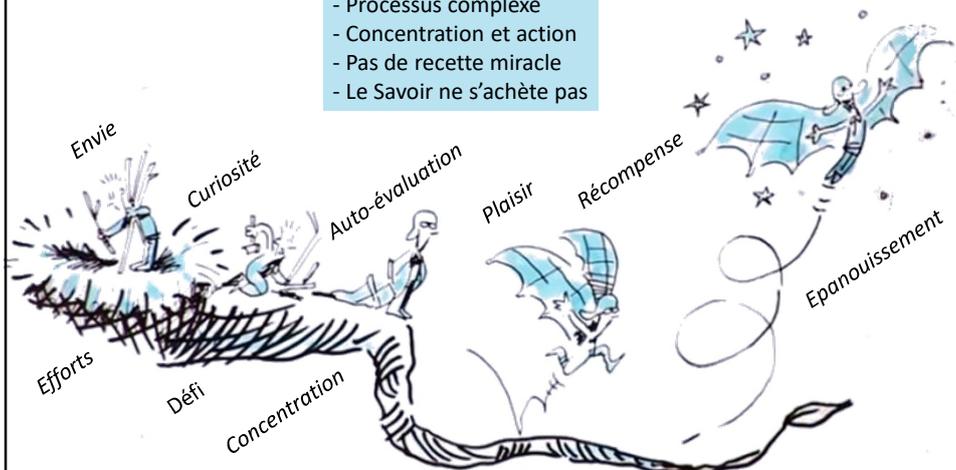


isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr

Stratégies Apprentissage_2020-21

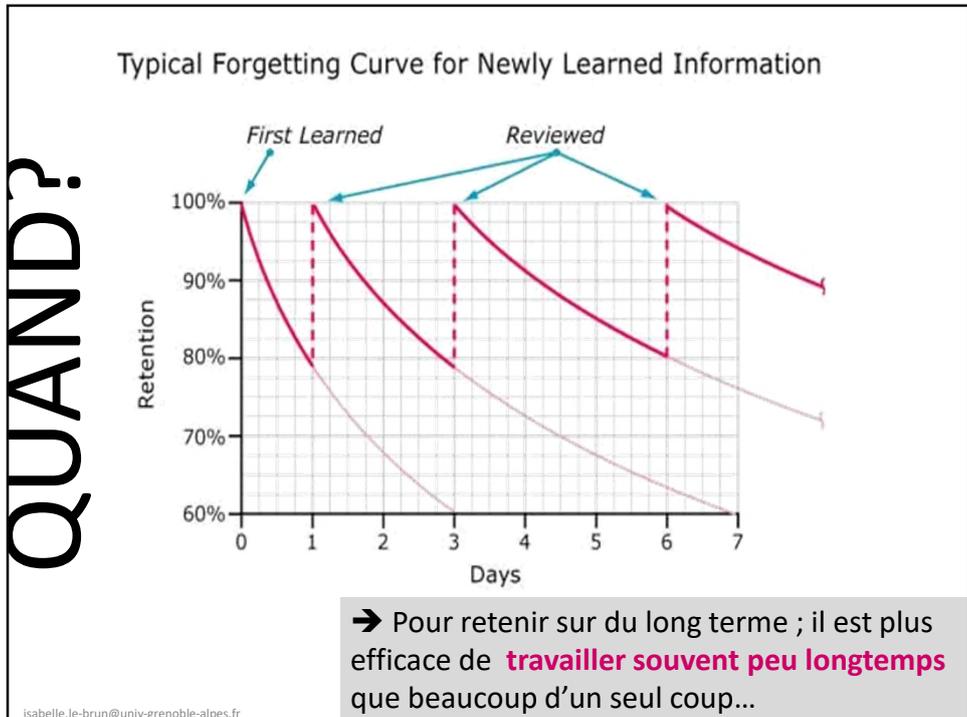
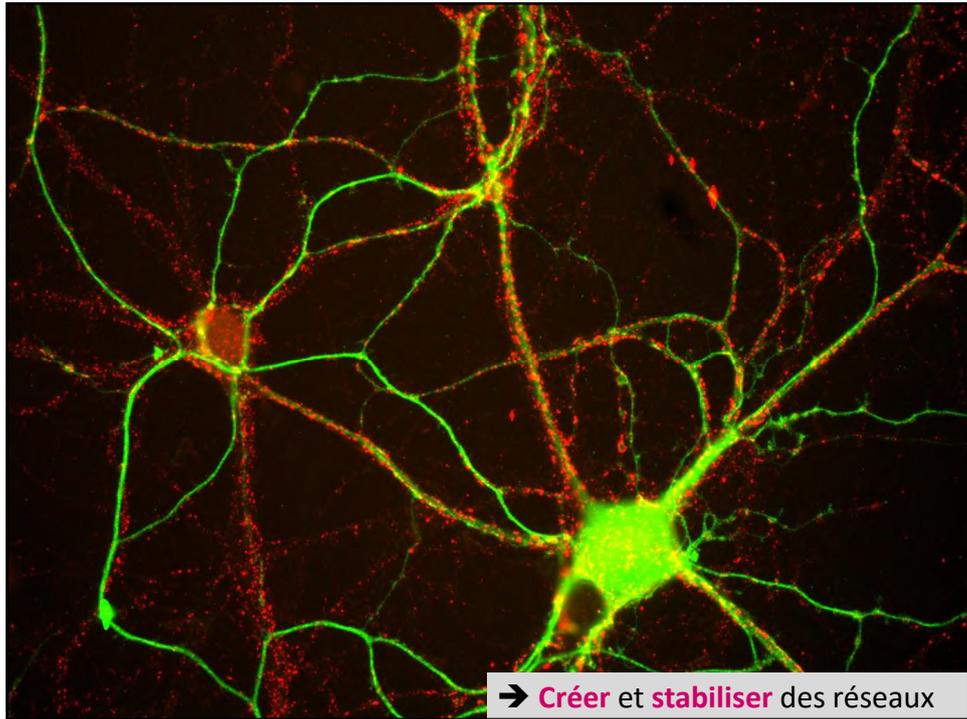
Qu'est-ce qu'apprendre?

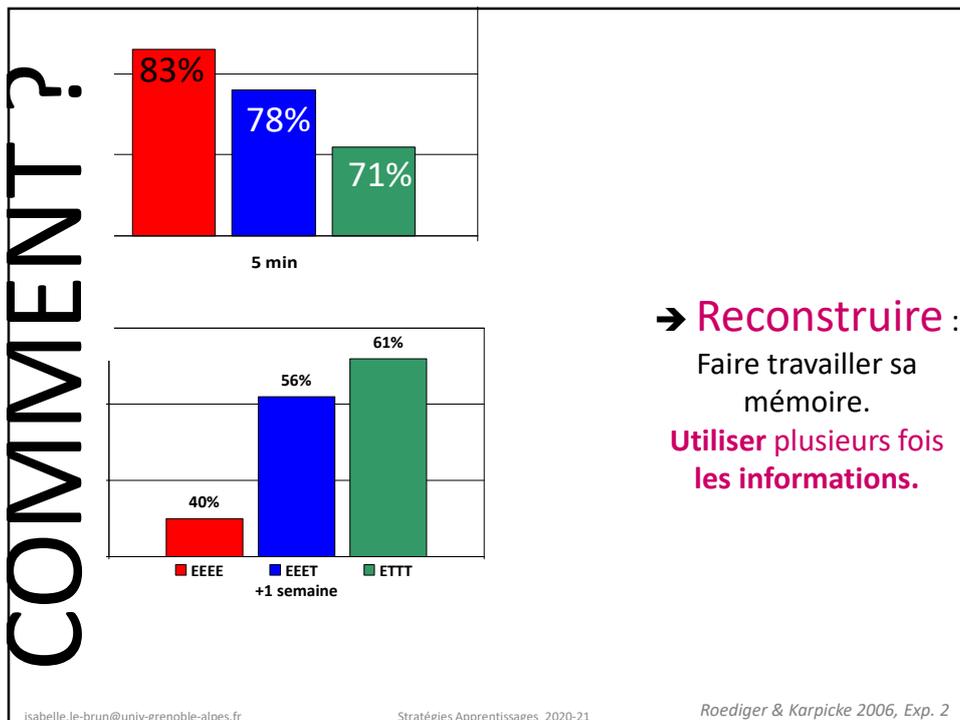
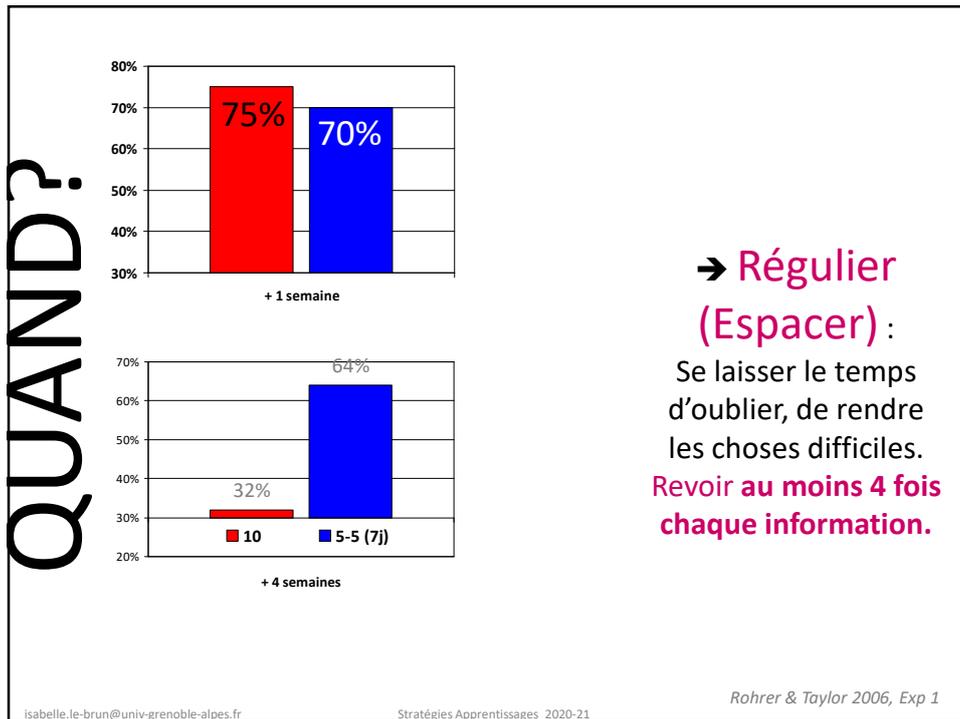
- Processus complexe
- Concentration et action
- Pas de recette miracle
- Le Savoir ne s'achète pas



isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr

Stratégies Apprentissages_2020-21





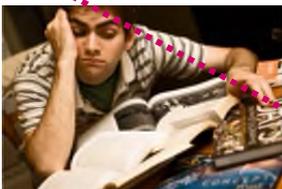
Apprendre
=
s'entraîner à reconstruire les informations

plusieurs fois

→ Régulier, reconstruire, varier

isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr

... oui mais comment faire?!...

Relire? Surligner? Recopier?

... « jusqu'à ce que cela me rentre dans la tête »

Familiarité ≠ Compréhension

isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr Stratégies Apprentissages 2020-21

Une proposition pour étudier

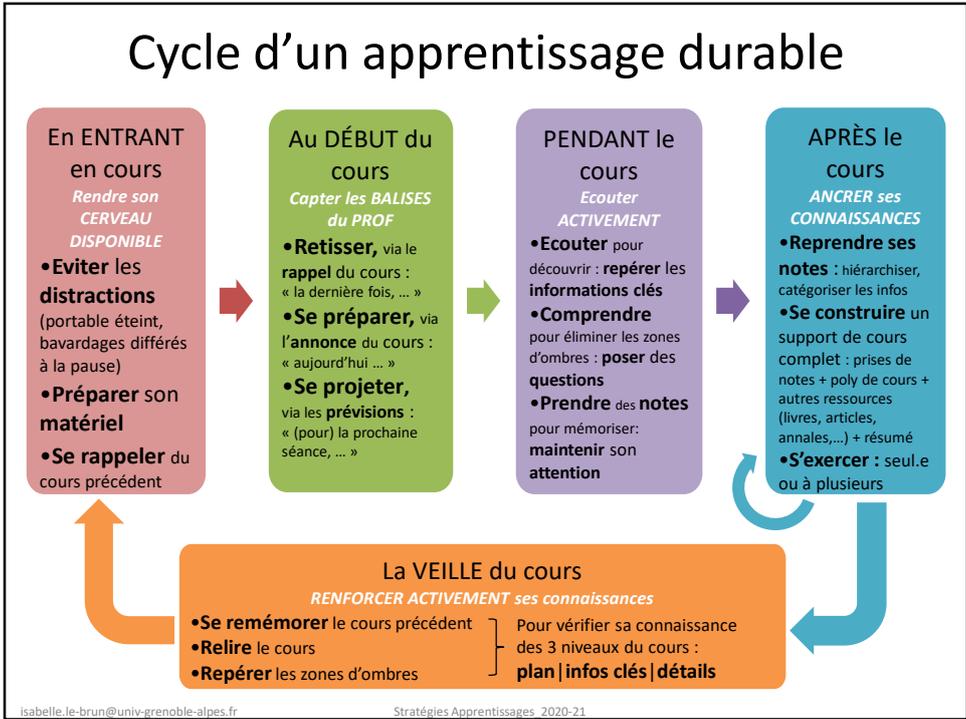
A. Valider sa compréhension

1. **Rassembler et Organiser les infos**
2. **Evaluer VOTRE compréhension**
3. **Comparer avec VOTRE PDN => feuilles d'indices**
4. **Ré-évaluer VOTRE compréhension**

B. S'entraîner à reconstruire

- ✓ Utiliser VOS indices
- ✓ Construire des « flash-cards »
- ✓ Faire des exercices variés (QCM, problèmes, QROC, annales...)
- ✓ Produire VOS cartes concept SANS PDN
- ✓ Se poser des questions à plusieurs
- ✓ Reformuler (produire VOS propres définitions, faire VOS schémas...)
- ✓ ...

isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr
Stratégies Apprentissages 2020-21



Prendre des notes...

Pourquoi? Comment?

CONSIGNES :

POSEZ vos stylos
 REGARDEZ la vidéo (4'), sans RIEN NOTER
 Une fois la vidéo terminée ;
 ECRIVEZ pendant 1 minute les 2-3 idées clés.

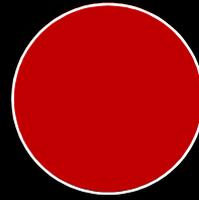
Acceptez de ne pas avoir tout mémorisé, concentrez vous à **COMPRENDRE**.

Si c'est **IMPORTANT**, cela reviendra!

Episode #25 de la websérie « Et tout le monde s'en fout »
 Fabrice de Boni et Axel Lattuada
<https://www.youtube.com/c/Ettoutlemondesenfout/search?query=l%27echech>

isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr Stratégies Apprentissages 2020-21

ECRIVEZ les 2-3 idées clés. Vous avez 1 minute :



Le cerveau fonctionne par PREDICTIONS.

Le priver de la possibilité de commettre des erreurs, c'est bloquer ses processus d'apprentissage.*

*E. Procyk & M. Meunier, CRNL.
« Cerveau & psycho » N°87, Avril 2017
« La tête au carré », France Inter, 22 Mars 2017

isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr

Stratégies Apprentissages_2020-21



Prise de notes : « Bic » ou clic?



The Pen Is Mightier Than the Keyboard: Advantages of Longhand Over Laptop Note Taking

Pam A. Mueller¹ and Daniel M. Oppenheimer²
¹University of California, Los Angeles

Psychological Science 1-10
© The Author(s) 2014 Reprints and permission:
sagepub.com/journalsPermissions.nav DOI: 10.1177/0956797614524581
ps.sagepub.com

Abstract

Taking notes on laptops rather than in longhand is increasingly common. Many researchers have suggested that laptop note taking is less effective than longhand note taking for learning. Prior studies have primarily focused on students' capacity for multitasking and distraction when using laptops. The present research suggests that even when laptops are used solely to take notes, they may still be impairing learning because their use results in shallower processing. In three studies, we found that students who took notes on laptops performed worse on conceptual questions than students who took notes longhand. We show that whereas taking more notes can be beneficial, laptop note takers' tendency to transcribe lectures verbatim rather than processing information and reframing it in their own words is detrimental to learning.

isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr

Stratégies Apprentissages_2020-21

Prise de notes active



Au-delà de l'outil; un état d'esprit.

Essayez le plus possible !

A TÉLÉCHARGER sur la plateforme chamilo UGA
→ cours « Développer ses stratégies d'apprentissages »



isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr
Stratégies Apprentissages 2020-21

« Pourquoi mémoriser puisque tout est sur Internet?? »



Données



+



Connaissances

~~→~~
Pensée

« Les connaissances, c'est ce qui naît quand on utilise des informations pour modifier sa pensée. »

H. Beck, « Les erreurs du cerveau, un super pouvoir . » Ed. M. Lafon 2018

isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr
Stratégies Apprentissages 2020-21



2.1: Le cerveau ; comment apprend-il?



2.2: Se concentrer pour capter l'essentiel!



isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr

Stratégies Apprentissage_2020-21

Vous savez maintenir votre attention



Quand vous travaillez et en cours ; c'est la même chose



isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr

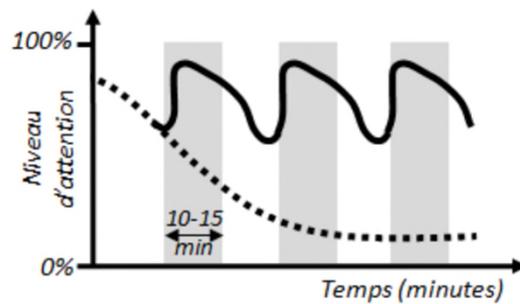
Stratégies Apprentissage_2020-21

Le cerveau n'est pas multitâches,
il est SERIEL...

isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr

Stratégies Apprentissage_2020-21

... et ses capacités attentionnelles
sont instables



Courbe de l'attention

isabelle.le-brun@univ-grenoble-alpes.fr

Stratégies Apprentissage_2020-21



2.2: Se concentrer pour capter l'essentiel!

Pour être efficace, le cerveau fait **UNE SEULE CHOSE À LA FOIS**

L'attention permet de **FILTRE** les informations

CONCENTRATION
= Attention + BUT + ACTION

ELIMINER les sources de distraction

Se créer ses « **BULLES** » ATTENTIONNELLES