

# KICK LEARNING CAMP



**MISS FIXED**

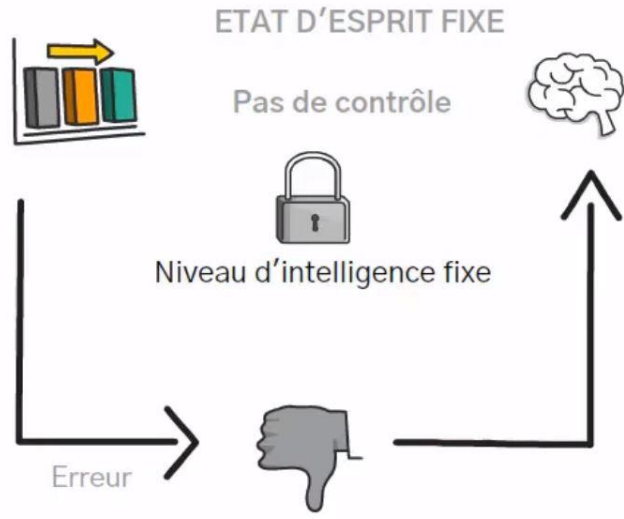
**MISS GROWTH**



**VS**

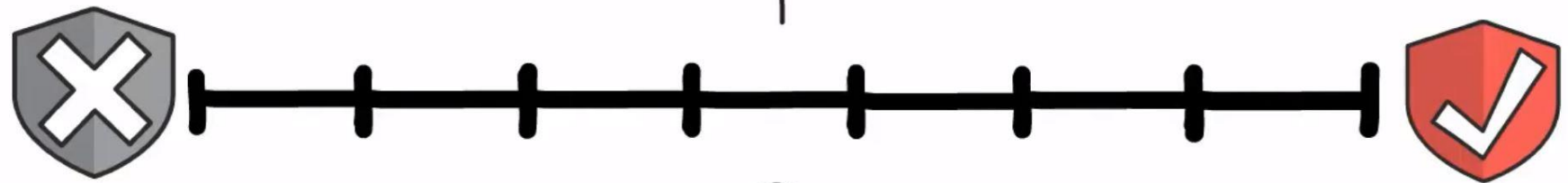
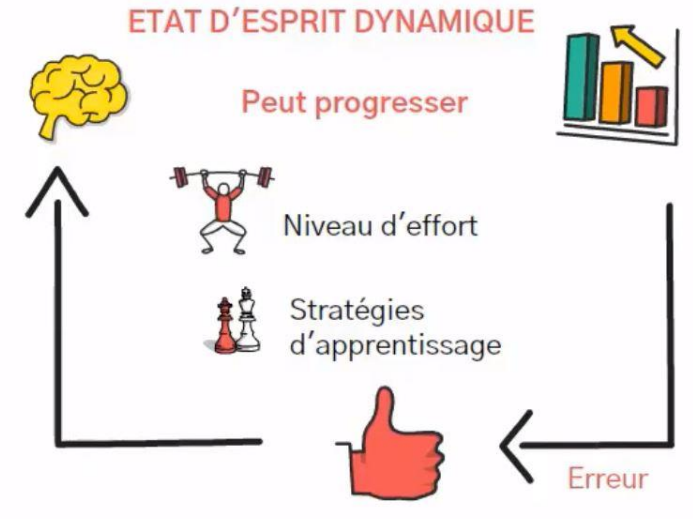


# Développer un état d'esprit dynamique Miss Fixed VS Miss Growth



Notre cerveau a la capacité d'apprendre tout au long de sa vie

Neuroplasticité



Peut bloquer l'apprentissage et la motivation

Favorise l'apprentissage et la motivation

# Développer un état d'esprit dynamique

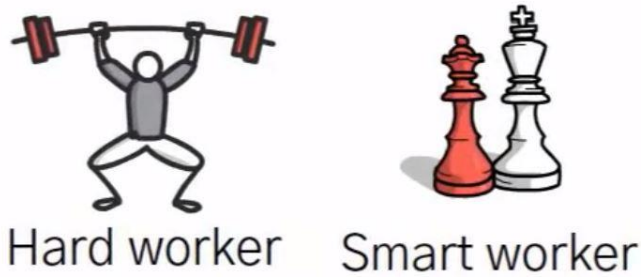
## Des techniques

Faites des erreurs



Source d'apprentissage

Attribuez votre réussite  
à ce que vous contrôlez



Vous êtes un apprenant  
tout au long de votre vie



**MISTER MASS**

**SPACER**



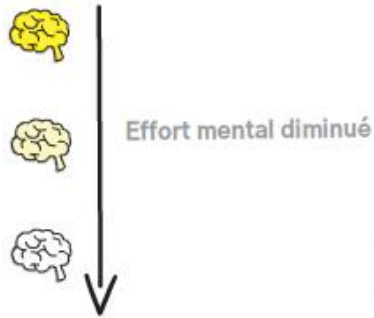
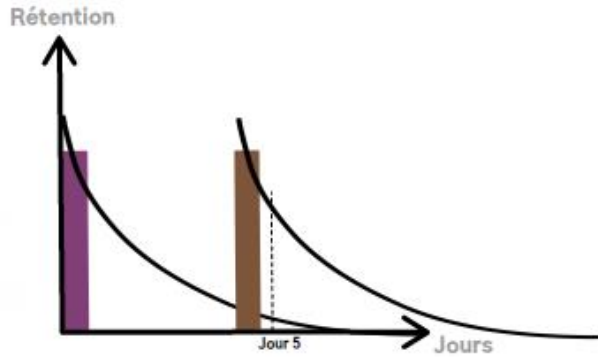
**VS**



# Distribuer ses apprentissages Mister Mass VS Spacer



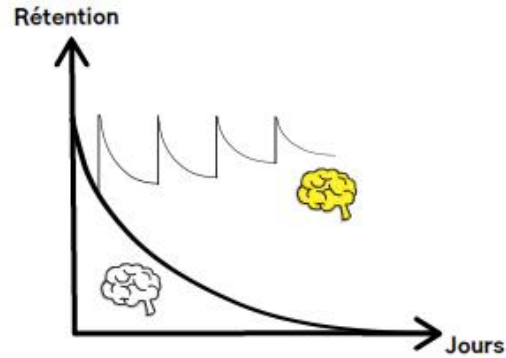
## Apprentissage groupé



Illusion d'avoir appris



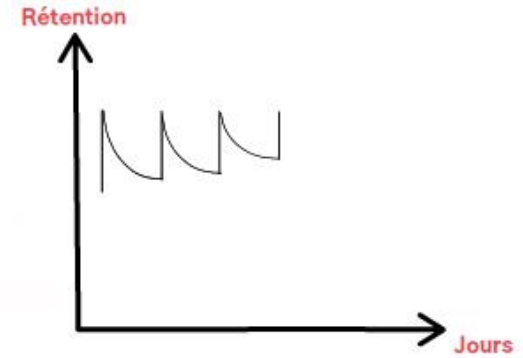
Bachtage



L'oubli  
La courbe d'Ebbinghaus



## Apprentissage espacé



Effort mental maintenu



Effort mental répété conscient



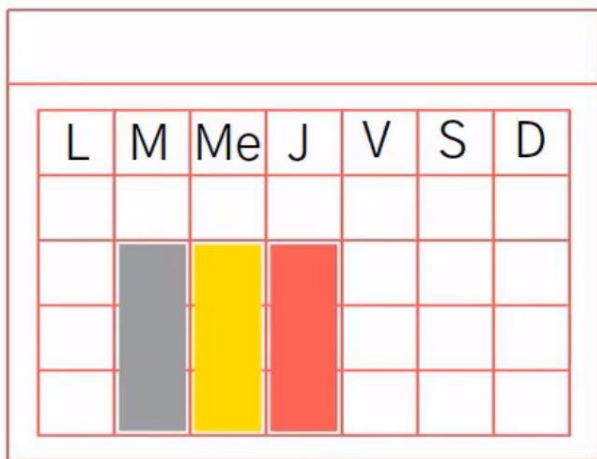
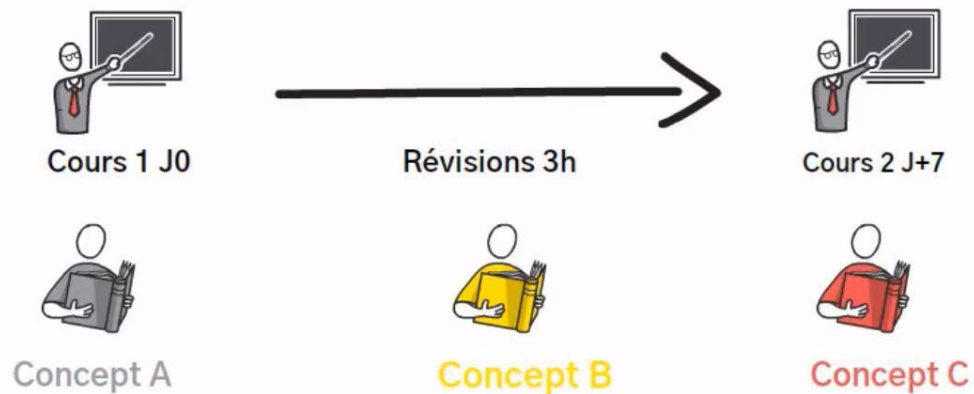
Entraînement inconscient pendant le sommeil



Paquet Unique  
Tous les jours  
x2



# Distribuer ses apprentissages Des techniques



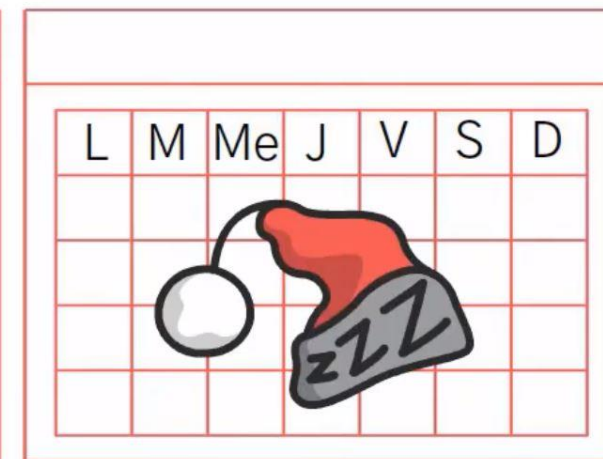
Regroupez ses apprentissages



Distribuez vos apprentissages



Entrelacez vos apprentissages



Prenez soin de votre sommeil

**MISS  
FOCUS**



**VS**



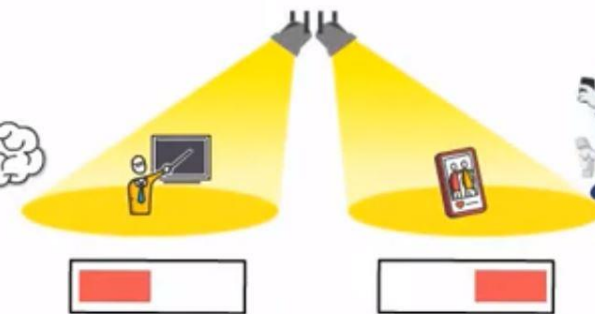
**MISS  
INFLUENCER**



# Gérer son attention Miss Focus VS Miss Influencer



L'attention c'est la capacité à se focaliser sur 1 stimuli spécifique



1 seule tâche = Attention maximale

alternance de tâches = Attention dégradée

## Capacités attentionnelles limitées

**1** Faites une seule tâche à la fois

Mythe du Multi-tâches

Prenez conscience de vos distracteurs

Internes Externes

Eloignez vos smartphones (même éteints)

Essayez la méditation

**REREADER**

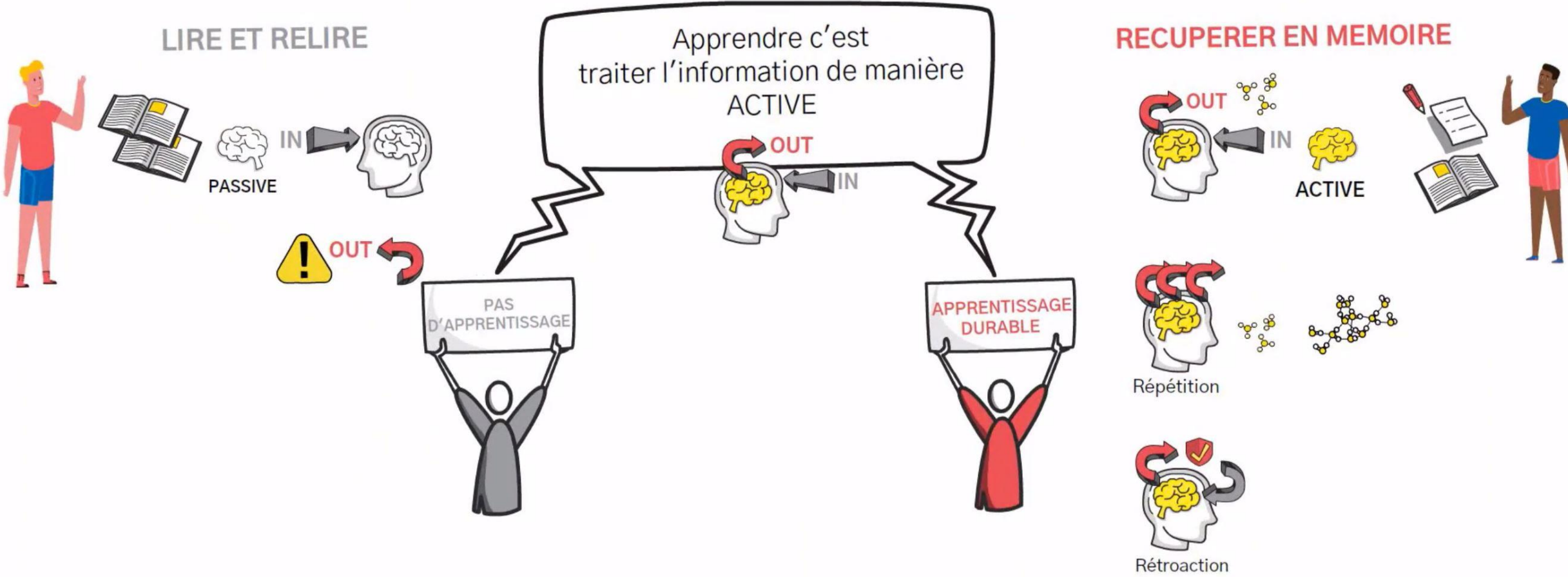
**MISTER  
RETRIEVAL**



**VS**



# Récupérer en mémoire Rereader VS Mister Retrieval



# Récupérer en mémoire Des techniques

## Parlez à voix haute



Expliquez-vous



Racontez



Reformulez

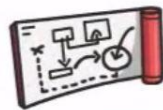
## Cachez vos notes



Interrogez-vous



Resolvez



Dessinez



Utilisez des  
flashcards

## Questionnez-vous



Ecrivez  
des questions



Marquez les  
points essentiels



Faites des Quiz

**SCRIBER**

**TYPER**



**VS**



# Prendre des notes efficacement Scriber VS Typer

## PRISE DE NOTE A LA MAIN

## PRISE DE NOTE A L'ORDINATEUR



Plutôt ACTIVE



Sélectionne  
Reformule  
Organise

Prendre des notes  
de manière ACTIVE

APPRENTISSAGE  
DURABLE

Apprendre  
c'est traiter l'information  
de manière ACTIVE



Plutôt PASSIVE



Tendance à tout écrire



Avec les distracteurs



✓ Structurée



✓ Synthétique



✓ Personnalisée



✓ Manuscrite  
(si possible)

# Prendre des notes efficacement

## La méthode Cornell

### Sur une feuille A4

#### Pendant le cours

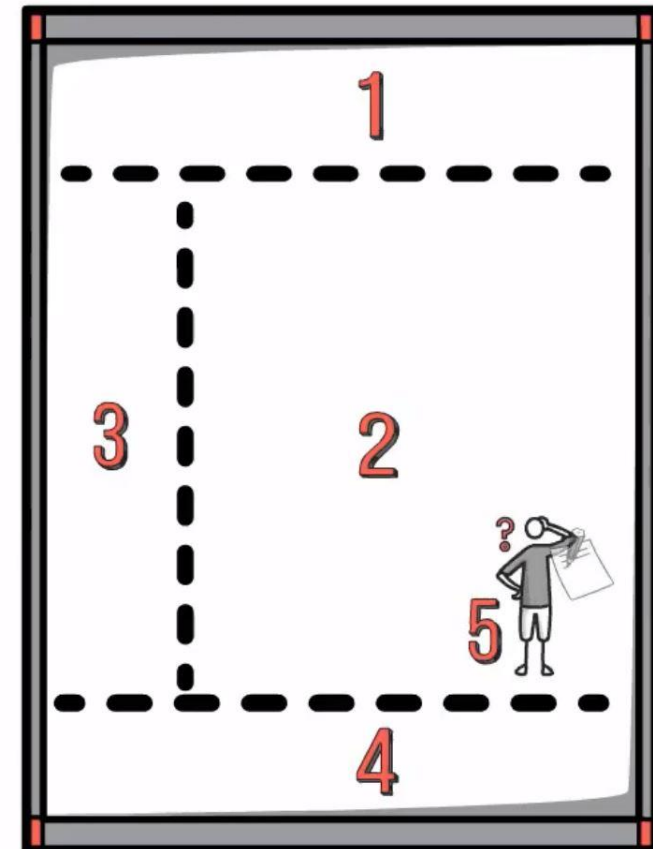
1. Ecrivez le titre
2. Prenez des notes structurées et synthétiques

#### Après le cours

3. Dans la marge, écrivez des question clés
4. En bas de page, écrivez un résumé du cours

#### Pour réviser

5. Cachez une partie de votre prise de note et interrogez-vous



**EXPLAINERS**

**READERS**

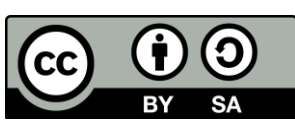


**VS**



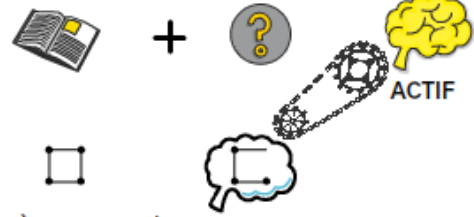


# Pratiquer l'auto-explication Readers VS Explainers



## LIRE ET SE QUESTIONNER

## LIRE ET RELIRE



Apprendre c'est traiter l'information de manière ACTIVE

Sélection  
Organisation  
Intégration



Contenu à comprendre

Contenu compris

Contenu à comprendre

COMPREHENSION & APPRENTISSAGE DURABLE

PAS D'APPRENTISSAGE

Incohérences



Pas de vérification de la compréhension



Pas de correction des incohérences



Compréhension erronée

Correction avec infos supplémentaires

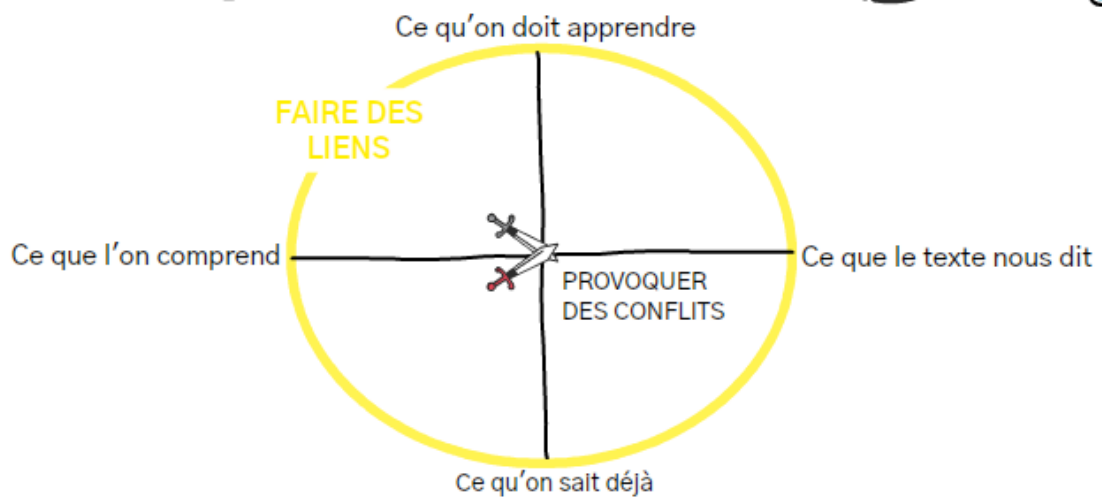
LOW

Compréhension correcte

Liens avec d'autres domaines

HIGH

Compréhension élargie



# Pratiquer l'auto-explication Des techniques

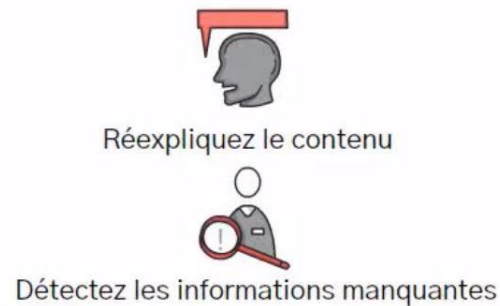
## Définissez les mots & concepts obscurs



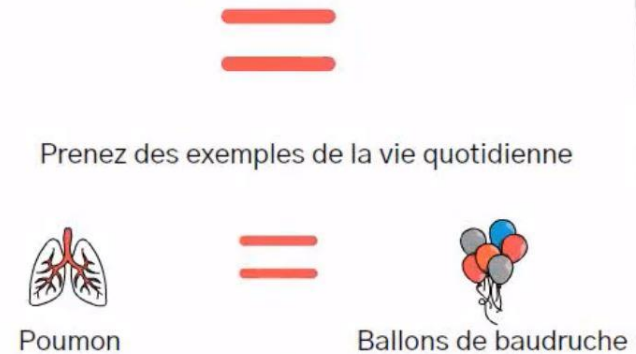
## Faites des liens de causes à effets



## Vérifiez que votre compréhension globale est correcte



## Faites des analogies



# SUMMARIZERS

# READERS



VS



# Faire un résumé Summarizers VS Readers

## LIRE ET FAIRE UN RÉSUMÉ



 Recherche de sens

 Mise en lien

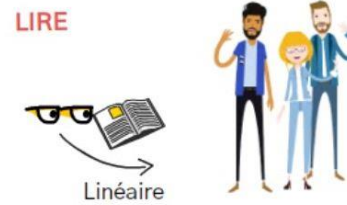


Connaissances plus facilement transférables



## LIRE

 PASSIF



 Moins de sens

 Pas de lien



Connaissances plus difficiles à restituer

FREQUENT

→ Mini résumés au cours de la lecture



+



Résumé partie 1



Résumé partie 2



Résumé partie 3

Vision plus partielle

Pas d'aller-retour entre les parties



FULL

→ Résumé final après lecture globale



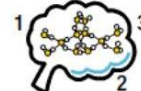
+



Résumé global

Vision plus globale

Allers-retours entre les parties



1. Les suppressions



2. Les paraphrases



3. Les généralisations



4. Les constructions

# Faire un résumé Les techniques



Prenez un  
crayon & un papier



Notez les  
passages & mots-clés



Annotez et surlignez



Repérez la structure  
avec une lecture active



Quels éléments importants



Quelle chronologie ?



Appliquez la  
stratégie PSG



Paraphrases



Suppressions



Généralisations

# L'équipe

Le Kick Learning Camp est une création des équipes d'ingénierie et d'accompagnement pédagogique de l'Ecole de management TBS Education et de Toulouse INP qui fédère six écoles d'ingénieurs.

## **Coach Toulouse INP**

[Florence Alincourt](#)

[Naila Even](#)

[Daphné Lasance](#)

[Jean-François Parmentier](#)

[Camille Cassaigne](#)

## **Coach TBS Education**

[Virginie Bon](#)

[Guilain Praseuth](#)

[Katia Santrisse](#)

[Dorothee Thibaut](#)

# KICK LEARNING CAMP

