



Arrête, observe et agis

**Stratégies et outils
pour développer
les compétences exécutives
et méthodologiques des élèves**

Alain Caron



DOCUMENTS
REPRODUCTIBLES
OFFERTS SUR
LA PLATEFORME

i+ Interactif

Introduction

Sur quoi désirons-nous intervenir ?

La réalité de la classe au quotidien est souvent bien différente de ce que les livres sur l'enseignement, la pédagogie ou le développement nous présentent. Certains élèves plus autonomes sont en avance sur tous les autres et poursuivent leurs apprentissages par eux-mêmes; d'autres ont besoin d'un coup de main pour débloquer devant une difficulté spécifique; d'autres encore ont une attention tellement fragile qu'il faut les ramener constamment à la tâche; certains sont totalement désorganisés dans leur fonctionnement; plusieurs manquent de méthodes de travail; enfin, certains éprouvent de la difficulté à contrôler leurs émotions ou, tout simplement, sont peu motivés à réaliser la tâche.

Bref, les besoins des élèves d'une classe sont multiples, et vouloir répondre à tous ces besoins peut représenter un casse-tête, voire une impossibilité bien réelle. La question demeure alors bien simple : par quoi commencer et comment s'y prendre ? C'est la question à laquelle nous allons tenter de répondre dans le présent livre.

Pour les besoins de notre démarche, nous tiendrons pour acquis que les besoins de base de l'élève, soit l'alimentation, le sommeil ainsi que l'intégrité physique et affective, sont suffisamment comblés pour faire en sorte que l'élève assis en classe soit minimalement disposé à apprendre. Une fois cette base bien définie, quels sont les besoins sur lesquels nous pouvons nous pencher (l'intégration des contenus pédagogiques, le développement de l'attention, la capacité d'organisation, etc.) ? Tenter de répondre à cette question nous force à réfléchir à nos approches pédagogiques et éducatives, ainsi qu'à positionner le bien-fondé de ce que nous voulons proposer dans le présent ouvrage.

Notre prémisse de départ est simple : si nous voulons favoriser la réussite des élèves, il importe de les aider à développer des habiletés cognitives qui leur permettront de devenir de plus en plus autonomes dans leur fonctionnement au fur et à mesure qu'ils vieilliront. Nous parlons ici de construire des habiletés métacognitives, c'est-à-dire d'apprendre à connaître sa façon de penser et sa capacité à traiter efficacement les apprentissages à réaliser. En fait, de façon plus spécifique, ce que nous vous proposerons ici est une démarche visant à construire des habiletés exécutives et méthodologiques chez les élèves tout au long de leur cheminement scolaire, particulièrement durant la période cruciale qu'est la préparation de la transition du primaire vers le secondaire. Selon la maturité des élèves, cette transition peut commencer à se préparer aussitôt qu'en quatrième année et se poursuivre de façon de plus en plus intense de la cinquième année du primaire jusque vers la fin du deuxième secondaire.

Une très grande quantité d'habiletés sont incluses dans cet ambitieux projet : être attentif, s'organiser efficacement, se contrôler au bon moment, s'adapter aux changements, développer des méthodes de travail efficaces, savoir résoudre des problèmes, développer un esprit critique, etc. La liste des habiletés requises pour la réussite scolaire s'avère très longue et elle fait partie du quotidien de l'enseignant qui doit les montrer dans les contenus pédagogiques qu'il enseigne. En fait, ce que

nous proposons ici est une pédagogie de la métacognition qui ajoute une plus-value à la pédagogie traditionnelle. Notre proposition n'est pas que l'enseignant change sa façon de faire pour adopter une approche métacognitive nouvelle, mais plutôt qu'il parte de ce qu'il fait déjà et de voir de quelle façon le modèle proposé peut bonifier ses approches pédagogiques actuelles.

« Arrête, observe et agis » : une construction de la métacognition en classe

L'approche que cet ouvrage présente est un ensemble de stratégies pédagogiques et d'outils visant à soutenir le développement des habiletés liées aux fonctions exécutives ainsi qu'aux compétences méthodologiques chez les élèves. L'approche « Arrête, observe et agis » part du principe, bien documenté par la recherche, que la métacognition constitue une clé essentielle dans le développement de l'autonomie cognitive chez l'élève, et que la stimulation des compétences exécutives et méthodologiques permettra d'atteindre ce but. Le cadre de référence et les outils proposés dans cette approche visent à intégrer, dans les activités pédagogiques quotidiennes, des façons de faire qui, en plus de bonifier les interventions pédagogiques de base, favorisent la construction d'habiletés métacognitives.

Pour illustrer cela, nous pourrions dire que de mémoriser des mots de vocabulaire est une tâche pédagogique qui consiste à apprendre un contenu, et que d'enseigner en même temps une technique de mémorisation est une tâche métacognitive qui vise à soutenir la tâche pédagogique elle-même. Non seulement l'élève apprend de nouveaux mots de vocabulaire, mais il apprend aussi des stratégies cognitives pour le faire, par exemple en se faisant une image du mot qu'il doit retenir. Nous pourrions dire que cette approche propose finalement de réaliser une tâche (utiliser une technique de mémorisation) dans la tâche (apprendre des mots nouveaux) afin de soutenir l'apprentissage. Cette tâche dans la tâche, que l'élève apprendra à maîtriser par la pratique, développera progressivement ses compétences cognitives et son autonomie.

L'approche « Arrête, observe et agis » s'adresse aux enseignants qui accompagnent les élèves dans leurs apprentissages, de la quatrième année du primaire à la deuxième secondaire. Les principes derrière la construction de telles habiletés s'appliquent évidemment à tout âge, mais prennent une importance particulière dans cette longue transition qu'est le passage de l'enfance vers l'adolescence et qui s'étend bien souvent de la deuxième moitié du primaire jusqu'à la deuxième secondaire, et même plus.

La structure du présent ouvrage

Comme toute nouvelle approche proposée, il faut d'abord bien positionner les bases théoriques sur lesquelles les moyens d'intervention reposent. Une bonne compréhension des fonctions exécutives et du rôle de la mémoire dans l'apprentissage permet de mieux introduire le contexte d'enseignement par la pédagogie explicite des habiletés exécutives et des compétences méthodologiques proposées. Par la suite, nous verrons comment les outils proposés s'intégreront à l'enseignement au quotidien. Regroupés sous un grand chapeau appelé le Transversalier, ces différents outils seront ensuite présentés en détail. Finalement, parce que le travail d'équipe autour des élèves multiplie les interventions individuelles auprès d'eux, nous explorerons

la notion de communauté d'apprentissage professionnelle mise au service du développement des habiletés exécutives et méthodologiques. Les prochains paragraphes décrivent de façon plus précise comment tous ces éléments se déclineront dans le présent ouvrage.

Les bases théoriques de l'approche « Arrête, observe et agis »

À l'ère de la technologie dans laquelle nous évoluons, toute réflexion sur la façon d'intervenir auprès des élèves doit tenir compte des progrès de la neuroéducation. Cette science, qui aide à mieux comprendre les processus neurologiques liés à l'apprentissage, permet de faire des liens entre le fonctionnement du cerveau et les approches pédagogiques. Forts de données probantes, nous pouvons explorer de nouvelles pistes pédagogiques.

Dans le chapitre 1 de cet ouvrage, nous verrons entre autres quel est le rôle de l'inhibition dans le développement de l'intelligence, ce qui nous fera réaliser l'importance du développement de ce que nous appelons le contrôle cognitif dans l'apprentissage. En fait, comprendre l'importance du contrôle et de la prise de conscience dans les processus cognitifs favorisera le développement des habiletés exécutives et méthodologiques si essentielles à l'efficacité scolaire. En comprenant mieux les processus de la pensée, lesquels passent autant par les automatismes que par les gestes cognitifs conscients, nous favorisons la construction d'un contrôle cognitif plus efficace, ce qui fait de nous, intervenants, des accompagnateurs dans la formation des capacités métacognitives du jeune.

Les fonctions exécutives

Le chapitre 2 de cet ouvrage traitera des fonctions exécutives. Depuis plus d'une dizaine d'années, la recherche confirme un peu plus tous les jours que les fonctions exécutives sont en fait les composantes les plus importantes de notre fonctionnement cognitif. L'efficacité de ces fonctions, qui sont les plus complexes de notre cerveau, est d'ailleurs un meilleur prédicteur de la réussite scolaire que le quotient intellectuel lui-même.

Bien que les modèles varient, nous retrouvons généralement six fonctions exécutives : l'activation, la planification, l'inhibition, la flexibilité cognitive, la régulation émotionnelle et la mémoire de travail. Connaître leur description, la façon dont elles se développent, leurs composantes, la manifestation de leurs forces et de leurs faiblesses, ainsi que certaines mises en garde spécifiques positionnent bien les objectifs du présent ouvrage, c'est-à-dire favoriser le développement de ces fonctions.

Les différents outils que nous proposerons viseront donc à développer les habiletés exécutives essentielles à la réussite de l'élève et à soutenir son organisation méthodologique. En effet, comme nous le verrons ultérieurement, il est difficile de dissocier l'efficacité exécutive de l'organisation méthodologique. Les fonctions exécutives amorcent l'organisation cognitive, tandis que la méthodologie en est la traduction en outils concrets visant à être automatisés pour leur réutilisation régulière.

La mémoire et l'apprentissage

Les processus de mémorisation et l'apprentissage étant intimement liés, comprendre l'organisation générale de la mémoire, que ce soit la mémoire sensorielle, la mémoire de travail ou la mémoire à long terme, devient essentiel pour soutenir les

processus cognitifs des élèves. Ce sera le sujet du chapitre 3. Les processus associatifs, l'encodage, la consolidation et la récupération sont des étapes essentielles dans la mémorisation, et le rôle des fonctions exécutives dans leur efficacité est essentiel.

Si nous ajoutons à cette compréhension le rôle capital des schémas de connaissances, qui permettent de passer progressivement d'apprentissages simples à des apprentissages de plus en plus complexes, nous pouvons aisément constater comment une interaction efficace des fonctions exécutives, des processus de mémorisation et des schémas de connaissances – le tout soutenu par une méthodologie structurante – fait en sorte que l'élève peut poursuivre ses apprentissages à la hauteur de son potentiel, sans aucune embûche particulière.

La préparation pour un enseignement explicite des habiletés exécutives et des compétences méthodologiques

Pour commencer le chapitre 4, nous positionnerons le Transversalier, qui est le cœur des outils qui seront proposés dans le chapitre suivant. Ensuite, nous utiliserons le test du *marshmallow* pour bien illustrer pourquoi il est essentiel de développer les fonctions exécutives chez les élèves pendant qu'ils sont jeunes. Pour accompagner le tout, la présentation d'un outil d'évaluation, le profil exécutif, permettra de faire ressortir les forces et les faiblesses du fonctionnement exécutif d'un élève.

Puisque, à cette étape du livre, le cadre de référence aura été présenté, il reste à bien intégrer l'approche « Arrête, observe et agis » au quotidien pédagogique de la classe. C'est ici que des parallèles entre l'enseignement explicite et l'approche proposée deviendront essentiels, puisque le but ultime est d'enseigner explicitement à l'élève l'efficacité exécutive et méthodologique. En utilisant la relation de confiance établie entre l'enseignant et l'élève, nous amenons ce dernier à prendre conscience de ses capacités cognitives dans le cadre d'une pédagogie exécutive explicite.

Enseigner l'approche « Arrête, observe et agis » aux élèves consiste simplement à leur montrer de façon explicite les différents gestes cognitifs (fonctions exécutives) et les outils méthodologiques (méthodologie) proposés dans le cadre d'activités pédagogiques quotidiennes habituelles. Que ce soit grâce à de petites capsules intercalées dans une leçon ou dans le cadre d'une activité pédagogique préparée spécifiquement dans le but de faire un apprentissage exécutif (par exemple, s'ajuster au changement) ou méthodologique (par exemple, prendre des notes efficacement), toutes les composantes de l'approche proposée ici deviennent des outils pratiques dans le quotidien de la classe qui contribuent à construire une banque de stratégies spécifiques d'intervention.

L'utilisation efficace des outils exécutifs et méthodologiques

Faire en sorte que l'élève poursuive ses apprentissages à la hauteur de son potentiel sans aucune embûche particulière devient ainsi l'objectif que les outils proposés dans l'approche « Arrête, observe et agis » visent à soutenir. Pour ce faire, nous nous devons de proposer un coffre d'outils bien structuré. Il ne peut en être autrement, puisque c'est spécifiquement ce que nous voulons développer chez les élèves : une organisation cognitive structurée.

À ce stade de l'ouvrage, la table sera mise pour présenter, dans le chapitre 5, les fiches du Transversalier. Outil central dans notre approche, le Transversalier est

constitué de fiches qui proposent des stratégies structurées pour maîtriser les gestes exécutifs, pour tirer le maximum de la mémoire et pour utiliser les outils méthodologiques pertinents à la tâche à réaliser. Les fiches du Transversalier s'adressent aux élèves de 9 à 14 ans approximativement. Bien qu'il puisse demeurer un très bon aide-mémoire pour les élèves de plus de 14 ans, il peut s'avérer toutefois un peu lourd d'utilisation pour les moins de 9 ans. En fait, la cible première de ces fiches est de bien préparer le passage de l'élève du primaire vers le secondaire. L'idéal est donc qu'elles soient introduites progressivement vers la quatrième année du primaire, pour que l'apogée de leur utilisation se fasse en sixième année ainsi qu'au cours des deux premières années du secondaire.

C'est parce que tous les outils proposés visent en fin de compte à développer des compétences transversales chez les élèves que nous les avons regroupés sous un grand chapeau appelé Transversalier.

Pour bien soutenir l'utilisation des fiches du Transversalier de façon concrète et pratique, nous proposerons aussi une série d'exemples d'activités intégrant ces outils dans le cadre de la classe. Ces illustrations prendront deux formes différentes. Dans un premier cas, des exemples d'utilisation des fiches du Transversalier dans le cadre d'un cours et intégrés aux contenus pédagogiques seront proposés. Le deuxième type d'exemples proposés correspondra à des activités animées, sous forme de capsules, visant à faire connaître aux élèves différentes facettes de leur fonctionnement cognitif, par exemple leurs fonctions exécutives, les processus de mémorisation ou des stratégies efficaces d'étude.

La communauté d'apprentissage métho-exécutive

La première étape de l'utilisation des outils proposés est évidemment l'appropriation par le ou les enseignants désireux de les utiliser. Comprendre le cadre de travail théorique et maîtriser la structure des outils de l'approche « Arrête, observe et agis » sera donc le point de départ. Toutefois, puisque le développement d'habiletés exécutives et méthodologiques chez les élèves ne repose pas uniquement sur une année ou sur une seule matière enseignée, mais qu'il s'effectue tout au long de leur cheminement scolaire et dans toutes les matières abordées, une communication efficace doit être établie entre les différents intervenants qui ont travaillé, travaillent et travailleront avec ces outils. Nous expliquerons donc ce qu'est la communauté d'apprentissage métho-exécutive (CAMEX) dans le chapitre 6.

Nous verrons que les enseignants doivent s'informer mutuellement les uns les autres du travail fait auprès des élèves afin de maximiser la cohérence de leurs interventions. Il faut donc établir un bon réseau d'échange, faciliter la communication de l'information et, idéalement, utiliser un fichier central d'information pour compiler ces historiques d'intervention. Ainsi coordonnée, l'intervention collective dans l'apprentissage des habiletés cognitives et métacognitives devient vraiment efficace et productive.

La mise en place d'une communication efficace entre les intervenants permettra d'utiliser plus facilement une approche centrée sur la réponse à l'intervention (RAI), qui vise à intervenir auprès des élèves avant que leurs difficultés se cristallisent. Dans le cas du développement des habiletés exécutives et méthodologiques, la première étape d'une approche RAI consiste à enseigner à l'ensemble de la classe les habiletés

visées pour ensuite mesurer avec les outils proposés, en l'occurrence le profil exécutif et les fiches du Transversalier, la progression des élèves afin d'apporter à ceux qui en ont besoin le réinvestissement nécessaire.

Travailler à implanter en équipe les outils proposés dans le présent ouvrage représente un beau défi rempli de retombées positives. La mise en place d'une communauté d'apprentissage professionnelle portant spécifiquement sur le volet des habiletés exécutives et méthodologiques (CAMEX) est l'une des conditions gagnantes à mettre en place. D'autres éléments, comme de dégager du temps et des ressources pour s'approprier les outils et les façons de faire, définir clairement les rôles et les responsabilités des différents intervenants, et offrir une formation de base au départ qui sera suivie d'un processus d'accompagnement en classe et hors de la classe, sont autant de conditions qui favoriseront la réussite de l'implantation des outils de l'approche « Arrête, observe et agis ».

La planification

La présentation de la planification

Les composantes générales

Comme son nom l'indique, la planification correspond à tout ce qui est lié à la planification et à l'organisation d'une tâche à faire dans le but d'atteindre un objectif précis. La planification n'exige pas nécessairement de décision immédiate ; elle constitue plutôt la capacité à s'organiser sur la ligne du temps. Bref, la planification consiste à déterminer ce que nous allons faire dans le futur plus ou moins rapproché et de quelle façon nous allons organiser nos actions pour y arriver. Cette fonction est donc centrée sur la réflexion plutôt que sur l'action.

Dans le cadre du présent ouvrage, le concept d'organisation est intégré à celui de planification. La principale caractéristique de l'organisation est la capacité de classer des éléments de différents ordres (informations, caractéristiques physiques et environnementales, etc.) d'une façon efficace pour un usage actuel ou ultérieur. Pour l'élève en classe, la capacité d'organiser son espace, son matériel scolaire et les informations qu'il maintient en mémoire favorise la réussite scolaire (Daignault, Laurin et Perrault, 2001, p. 41).

L'organisation sur la ligne du temps

Une des composantes essentielles de la planification est la structuration sur la ligne du temps. En fait, la planification nécessite une motivation à agir et implique qu'un individu se fixe un but et détermine les actes nécessaires à l'atteinte de ce but. C'est donc la capacité à conserver des objectifs présents et futurs afin d'atteindre un but.

Dès 1966, Luria avançait que la planification regroupe la programmation, la régulation et l'évaluation du comportement, et inclut également les habiletés qui permettent à l'élève de prendre des décisions et de privilégier des stratégies pour résoudre un problème ou atteindre un but. Benson, pour sa part, associe l'intentionnalité, la formulation d'un but, la capacité à anticiper ainsi que la préparation et la logistique de l'exécution d'une tâche « aux processus orientés vers le futur » en relation étroite avec la fonction de planification (Gagné, Leblanc et Rousseau, 2009, p. 102). Il enchaîne en précisant que les trois composantes principales associées à la planification sont :

- savoir d'où nous partons pour savoir où nous allons ;
- savoir gérer le temps ;
- savoir mettre les connaissances en ordre (Gagné *et al.*, 2009, p. 110).

La planification est l'organisation dans le temps de la réalisation d'objectifs pour un aspect en particulier, avec différents moyens pour y arriver et en suivant des étapes précises. Une planification vise aussi à anticiper les différentes actions liées à un projet. D'ailleurs, plusieurs termes peuvent s'en approcher : préparation, arrangement, procédure, stratégie, proposition, suggestion, projet, programme, système, méthode, etc.

Formulé d'une façon synthétique, l'ensemble de ces aspects nous permet de dire que la planification implique la capacité de structurer les différentes étapes à partir

d'un point de départ (A) vers le but à atteindre, c'est-à-dire le point d'arrivée (B). La planification est donc la fonction exécutive qui permet l'atteinte de son but dans le futur.

Évidemment, cette organisation sur la ligne du temps impliquera plusieurs sous-compétences, comme la capacité de regrouper l'information, le classement des choses en catégories et l'organisation des étapes dans un ordre logique. Toutefois, l'élément rassembleur demeurera la capacité de structurer le tout sur la ligne du temps.

Autant l'activation s'avère une fonction centrée sur la mise en action, c'est-à-dire faire « ici et maintenant », autant la planification implique un moment d'arrêt pour la réflexion. D'une certaine façon, nous pourrions dire que l'activation implique de bouger et d'être en mouvement, tandis que la planification consiste à être immobile et en réflexion pour l'atteinte d'un but futur.

L'autocontrôle, qui est la prochaine fonction exécutive que nous étudierons, est essentiel à la planification. En fait, le développement de l'autocontrôle et celui de la planification sont intimement liés, et en constante interdépendance.

Les différentes facettes de la planification

Une des facettes importantes de la planification est la capacité de prendre des décisions afin d'arriver à atteindre son objectif final. Il s'agit de décisions centrées sur le déroulement dans le temps de la tâche à exécuter. Ce sont des décisions plus générales, et elles ne sont pas nécessairement centrées sur l'action immédiate, mais bien sur la planification de la tâche. Pour l'activation, nous parlions de microdécision, c'est-à-dire d'une décision centrée sur l'instant présent pour que la tâche se poursuive dans les secondes suivantes. Pour la planification, nous parlons de macrodécision, c'est-à-dire une décision centrée sur l'ensemble du processus de la tâche à accomplir. La macrodécision implique donc la mise en place d'une séquence d'actions dans le temps afin d'atteindre un objectif précis à plus long terme.



Un exemple pratique

L'élève qui doit réaliser un projet de recherche doit, après avoir trouvé son sujet, déterminer, par exemple, de quelle façon il se documentera. Il doit explorer les possibilités (Internet, bibliothèque, entretien avec des spécialistes, etc.) et prendre des décisions qui affecteront la suite des choses. Il pourra anticiper des décisions possibles par la suite en fonction de ce que sa collecte d'information lui aura apporté.

Prendre des décisions dans le cadre d'une planification – ce que nous nommons macrodécision – doit tenir compte de l'ensemble des étapes de la tâche à accomplir dans le temps, quelle que soit la longueur de la tâche. La microdécision, propre à l'activation, se distingue par le fait qu'elle ne tient compte que de l'instant immédiat pour poser l'action suivante dans la tâche.

Il va de soi que les décisions prises dans le cadre de la planification correspondent toujours à une série de choix volontaires et réfléchis, et non pas à des décisions basées sur l'impulsivité.

La planification, parce qu'elle est un processus réfléchi centré sur l'atteinte d'un objectif à plus long terme, comporte forcément des actions stratégiques. Toute planification implique une forme de stratégie. Pour atteindre un but, il faut souvent déterminer une ou plusieurs stratégies pour y arriver. L'utilisation efficace des ressources disponibles en est une.

Un exemple pratique

L'élève qui veut réaliser son projet de recherche et qui désire être stratégique pourra rechercher, avant même de planifier sa démarche en tant que telle, l'éventail complet des ressources dont il pourrait disposer. Ainsi, il sera en mesure d'élaborer de façon plus précise et détaillée sa démarche de travail.

La planification, si elle se veut stratégique, implique que l'élève utilise sa capacité d'analyse au maximum pour atteindre ses objectifs, d'où l'importance de l'inhibition pour éviter les décisions impulsives. L'élève doit prévoir l'organisation et la succession d'étapes vers le résultat tout en trouvant et en coordonnant diverses solutions pour atteindre son but. Ce processus de réflexion stratégique dans la planification est évidemment contraire à l'impulsivité. Le contrôle de l'impulsivité est essentiel pour ne pas bloquer le processus du raisonnement stratégique. Nous avons là une illustration typique de l'importance du processus d'inhibition (système 3) du fonctionnement heuristique (système 1) pour permettre l'analyse nécessaire à la planification (système 2) dont nous avons parlé plus tôt dans le chapitre 1.

L'effet d'une planification efficace

Lorsqu'elle est pleinement fonctionnelle, la planification suppose une efficacité dans la gestion des étapes à suivre sur la ligne du temps pour mener à terme un projet ou une action particulière. Cette habileté peut se traduire de différentes façons dans les travaux, les tâches, l'organisation au quotidien, etc.

Des exemples pratiques

- L'élève qui planifie efficacement organise l'information dont il dispose sur un sujet donné. Par exemple, il regroupe ses notes et les documents remis par l'enseignant, ou encore, dans le cadre d'un projet de recherche, il classe au bon endroit au fur et à mesure les nouvelles informations obtenues.
- L'élève qui planifie efficacement comprend bien les objectifs de la tâche demandée ainsi que les points de départ et d'arrivée.
- Généralement, l'élève qui planifie efficacement remet ses travaux bien faits et à temps.
- Bien planifier suppose que l'élève est capable de classer les objets, les faits, les connaissances, etc., en catégories.

Puisque la planification nécessite l'organisation de l'information sur la ligne du temps, cette dernière implique aussi que l'élève parvient à gérer efficacement son temps, que ce soit à court, à moyen ou à long terme.

Des exemples pratiques

- L'élève utilise son agenda de façon efficace.
- L'élève parvient à maintenir une bonne organisation dans le temps même s'il subit de la pression.
- L'élève possède une bonne capacité à estimer le temps en général et à évaluer efficacement la durée des tâches qu'il entreprend, que celles-ci soient à court, à moyen ou à long terme.
- L'élève établit des échéanciers réalistes et atteignables, et, généralement, il les respecte.

D'une façon tout à fait compréhensible, une bonne planification entraîne souvent une vie mieux structurée.

Des exemples pratiques

- L'élève qui planifie bien sa vie sociale et affective entretient de meilleures relations interpersonnelles.
- La capacité à bien planifier favorise chez l'élève une meilleure capacité à définir ses objectifs et ses choix de vie afin de les atteindre.
- Une bonne planification de la part de l'élève favorise une meilleure prise en charge de sa santé : saine alimentation, activité physique régulière, suivi de sa santé, etc.
- Les verbes « planifier », « prévoir », « anticiper », etc., sont plus présents dans le langage des élèves ayant une bonne capacité de planification.

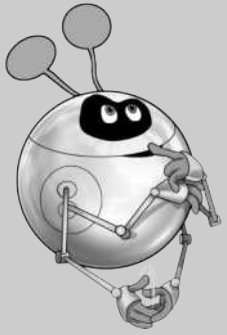
L'effet d'une planification faible

Une planification faible aura beaucoup de répercussions sur le quotidien de l'élève, particulièrement sur son organisation du temps et de l'espace. Par exemple, le manque de planification entraînera une désorganisation sur la ligne du temps (par exemple, oublier des étapes importantes, enchaîner celles-ci dans le mauvais ordre, etc.).

Un exemple pratique

Pour illustrer les conséquences d'une faible planification, nous pourrions dire qu'un voyage mal planifié peut amener le voyageur à une destination imprévue avec des problèmes non anticipés. Pour l'élève en classe, le manque de planification dans la tâche risque de le mener ailleurs que là où il doit aboutir, puisqu'il suivra une route sans balises.

Globalement, l'absence de planification entraîne souvent une désorganisation générale.



CHAPITRE 5

Pour une utilisation efficace des outils exécutifs et méthodologiques

La façon de s'approprier les outils

Comme c'est le cas pour tous les outils didactiques proposés aux enseignants, la première étape consiste à s'approprier les principales composantes. S'il n'est pas nécessaire de maîtriser en profondeur les outils proposés dans l'approche « Arrête, observe et agis » avant de les utiliser, il demeure toutefois important d'en connaître les bases ainsi que le fonctionnement. Par la suite, les expériences vécues sur le terrain permettront de s'approprier plus en profondeur cette approche pour finalement en avoir une complète maîtrise.

Comment comprendre le cadre de travail théorique de l'approche proposée

Un outil sera d'autant plus efficace si son utilisateur comprend le cadre dans lequel il doit être utilisé ainsi que les fonctions qu'il vise à accomplir. S'il n'est pas nécessaire d'avoir une connaissance approfondie des fonctions exécutives et de la méthodologie, il importe toutefois de bien comprendre la nature de celles-ci pour pouvoir tirer le maximum des outils proposés dans cet ouvrage.

Ainsi, comprendre l'importance de développer de telles compétences chez les jeunes (chapitre 1), connaître les éléments de base des fonctions exécutives (chapitre 2), comprendre le fonctionnement de la mémoire et de l'apprentissage (chapitre 3), et avoir un bon aperçu des contenus abordés (chapitre 5) s'avèrent une base incontournable. S'il est possible de commencer à utiliser les outils proposés dans le présent ouvrage sans avoir lu les chapitres précédents, il demeure nettement préférable d'en faire une lecture préalable à leur utilisation ou, du moins, une lecture en parallèle. Dans un même ordre d'idées, comprendre les visées de la pédagogie exécutive explicite (chapitre 4) favorisera une utilisation plus optimale des outils proposés.

La préparation des activités pédagogiques

L'intégration de la méthodologie à la pédagogie du quotidien

La meilleure façon d'introduire les outils méthodologiques et exécutifs auprès des élèves et de favoriser leur intégration est de le faire dans le cadre des activités pédagogiques habituelles. Ainsi, c'est durant la leçon sur les verbes en français, au cours d'une réflexion sur une thématique précise en éthique et culture religieuse ou encore au moment d'une résolution de problème en mathématiques que les fiches reproductibles du Transversalier s'intègrent le mieux.

Téléchargez les fiches reproductibles du Transversalier sur la plateforme *i+ Interactif*. De plus, vous trouverez un tableau de correspondance entre les organigrammes des activités et ceux du MéthoBulles.

Les fiches reproductibles du Transversalier

L'intégration aux leçons habituelles

Les fiches reproductibles du Transversalier permettent deux formes d'utilisation. Comme elles sont facilement accessibles, il devient aisé, avec un minimum de préparation avant une leçon, de télécharger la fiche nécessaire pour illustrer votre point méthodologique dans le cadre de votre cours, par exemple développer une stratégie de mémorisation efficace pour apprendre les différentes parties de la cellule dans le cadre du cours de sciences.

Cette façon de faire est la plus puissante pour favoriser l'intégration de stratégies méthodologiques et exécutives, puisqu'elle se fait en direct et dans des situations d'apprentissages réels. Ce faisant, l'intégration et le transfert de ces habiletés se font beaucoup plus efficacement que si elles sont simplement enseignées d'une manière plus magistrale et hors contexte.

La construction d'activités spécifiques

Une autre façon de favoriser l'intégration des outils méthodologiques proposés dans les fiches reproductibles du Transversalier est évidemment de préparer des activités pédagogiques thématiques afin d'intégrer l'enseignement explicite de stratégies méthodologiques au contenu pédagogique. Il s'agit ici de construire une activité sur mesure pour passer notre message exécutif et méthodologique, alors que ci-dessus, nous parlions plutôt de profiter d'un cours ou d'une activité pédagogique habituelle pour y intégrer une composante méthodologique.

Vous retrouverez en annexe (*voir la page 189*) des exemples d'activités pédagogiques intégrant des contenus méthodologiques. Vous pouvez réaliser ces activités telles quelles, mais vous pouvez surtout vous en inspirer afin de construire vos propres activités. En voici un aperçu.

- **Activité 1 Résoudre des problèmes mathématiques:** En partant de situations-problèmes, l'enseignant vise à développer de bonnes stratégies de résolution de problème en mathématiques.
- **Activité 2 Travailler en équipe pour la fabrication d'un filtre à eau:** En sciences, la construction d'un filtre à eau en équipe sert de prétexte pour introduire les notions entourant le travail coopératif.
- **Activité 3 Planifier et créer un jeu de société sur les grandes religions:** Dans le cadre de l'exploration des grandes religions dans le monde, une activité visant à

créer un jeu de société stimule la créativité des jeunes ainsi que leur capacité de planification du travail.

- **Activité 4 *Apprendre à se connaître en discutant amitié, amour et attirance:*** Dans le cadre du cours d'éducation à la sexualité, cette activité explore le vécu des adolescents par rapport à ces sujets avec, comme objectif méthodologique, d'apprendre à mieux se connaître.
- **Activité 5 *Avoir une attitude gagnante au badminton:*** Dans le cadre d'un cours d'éducation physique, plus particulièrement durant une activité de badminton, les élèves découvrent l'importance d'avoir un dialogue intérieur positif pour améliorer leur jeu.
- **Activité 6 *Découvrir l'Empire romain grâce à de bonnes stratégies de lecture:*** La lecture en grand groupe dans le cadre du cours d'histoire est l'occasion de développer des stratégies de lecture chez les élèves en leur apprenant à réaliser un survol de l'information et à faire des prédictions sur ce qu'ils découvriront afin de trouver l'information qu'ils cherchent.
- **Activité 7 *Apprendre à penser réussite et à croire en soi:*** Grâce à une lecture dirigée intitulée *La journée de Paul*, cette activité se déroulant dans le cadre du cours de français vise à développer la confiance en soi.

Les ateliers d'animation

Les ateliers sont offerts en format PDF sur la plateforme *i+ Interactif*. Pour certains ateliers nécessitant un support plus dynamique pour la présentation, une version PowerPoint est également offerte. Notez qu'un guide d'animation accompagne les ateliers afin de vous proposer des pistes qui vous aideront à tirer le maximum de vos activités et de vos interactions avec les élèves.

Dans le but de vous donner un meilleur aperçu des activités que permet l'approche «Arrête, observe et agis», nous vous proposons aussi des ateliers d'animation sur des sujets spécifiques. Les treize ateliers proposés se divisent en deux catégories. La première, intitulée «Cerveau efficace», vise à présenter aux élèves les fonctions exécutives et ce qu'elles impliquent pour eux. Intitulée «Étude et mémoire», la deuxième catégorie se concentre davantage sur les processus impliqués dans l'étude et la mémorisation. Contrairement aux activités pédagogiques dont nous avons parlé précédemment, qui présentaient des dimensions méthodologiques, mais dans le cadre de la présentation d'un contenu pédagogique, les ateliers d'animation proposés abordent directement les habiletés exécutives et les compétences méthodologiques.

Après vous les être appropriés, vous pourrez animer vous-même ces ateliers. Leur durée est très variable, certains d'entre eux, plus courts, ne prendront qu'une quinzaine de minutes, tandis que d'autres nécessiteront 45 minutes ou même plus. Évidemment, comme c'est le cas pour toutes les activités de ce genre, la participation des élèves et votre implication à développer les idées présentées peuvent allonger la durée des ateliers, pour le plus grand bien des élèves.

Ces ateliers s'adressent à des élèves de la fin du primaire ou du début du secondaire. Les principes qui y sont présentés s'appliquent toutefois à une étendue d'âge beaucoup plus vaste. Selon le groupe d'âge de vos élèves, vous n'avez qu'à modifier le contenu afin de l'adapter à leur niveau de compréhension.

Voici un aperçu du contenu de ces 13 ateliers d'animation.

- **Atelier d'animation 1 *Un cerveau efficace qui planifie (Cerveau efficace):*** Ce premier atelier sur les fonctions exécutives présente la planification aux élèves. Il démontre que cette dernière est essentielle à l'efficacité pour mettre de l'ordre

dans ses choses, pour ne pas perdre son matériel et, évidemment, pour gérer efficacement son temps. Planification et organisation vont donc de pair. Au cours d'une tâche simple, les élèves prennent conscience de l'importance de la planification dans plusieurs facettes de leur vie.

Atelier 1

Qu'est-ce qu'un cerveau qui planifie?



A. Caron, Arrête, observe et agis

Reproduction interdite © TC Média Livres Inc.


Atelier 1

Qu'est-ce qu'un cerveau qui planifie?

Lorsque...

- tu mets de l'ordre dans ta chambre à coucher;
- tu ne perds jamais rien;
- tu gères efficacement ton temps.

Bref, organise-toi!



A. Caron, Arrête, observe et agis

Reproduction interdite © TC Média Livres Inc. 3

- **Atelier d'animation 2 Go, go, go, pour un cerveau efficace (Cerveau efficace):** L'activation est sûrement la fonction exécutive la plus simple à présenter, puisque son appellation est en soi très éloquent: l'activation consiste effectivement à s'activer! Pour l'élève, cela revient à se mettre à la tâche au bon moment. Après avoir exploré différentes facettes de l'activation dans leur vie ainsi que son implication, les élèves prendront conscience de l'importance de s'activer rapidement pour être efficaces dans certaines circonstances, puisqu'ils auront à relever un défi qui implique de ne pas perdre de temps à réfléchir, mais plutôt de passer rapidement à l'action en essayant différentes possibilités.

Atelier 2

Qu'est-ce qu'un cerveau qui s'active?

Lorsque...
tu passes à l'...



Mets-toi à la tâche.

A. Caron, Arrête, observe et agis

Reproduction interdite © TC Média Livres Inc.


Atelier 2

Qu'est-ce qu'un cerveau qui s'active?

Lorsque...

- tu passes à l'action;
- tu prends une décision;
- tu fais preuve d'initiative.

Prends une décision.



A. Caron, Arrête, observe et agis

Reproduction interdite © TC Média Livres Inc. 3

Les prérequis à la réussite

Sous la catégorie « Les prérequis à la réussite », vous trouverez des outils portant sur l'organisation, les stratégies de lecture et d'étude, la résolution de problème en mathématiques, la prise de notes et la façon de travailler efficacement à la maison.

Outil méthodologique 1 (OM 1) *S'organiser efficacement*



Téléchargez les fiches OM 1.1 et 1.2 sur la plateforme i+ Interactif.

Stratégie OM 1.1 Établis tes priorités Pour s'organiser efficacement, établir ses priorités demeure une prémisses essentielle. Lorsque ses priorités sont définies, l'élève peut planifier efficacement ce qu'il a à faire.

L'élève qui désire établir ses priorités doit d'abord trouver le type de support qui lui convient le mieux pour dresser sa liste des tâches : agenda papier, ordinateur, tablette électronique ou téléphone intelligent. Une fois équipé, il définit différentes catégories possibles telles que les activités scolaires et celles qui sont extérieures à l'école, les éléments de sa vie familiale et sociale, ainsi que les autres aspects de sa vie.

Par la suite, il doit se donner des codes qui lui permettent de définir ses priorités ainsi que des critères pour déterminer l'urgence de chaque chose qu'il doit faire. Pour ce faire, il peut partir de ses objectifs personnels, de sa situation immédiate, de l'importance de la tâche à réaliser ou des conséquences possibles de ses actions ou de ses inactions. Il ne lui reste plus, par la suite, qu'à classer sa liste de choses à faire par niveaux de priorité et à se donner une stratégie pour gérer efficacement cette liste.

Stratégie OM 1.2 Organise-toi Une bonne organisation physique s'avère essentielle pour soutenir l'élève dans l'accomplissement des tâches et du travail à réaliser.

Mettre en place un rangement efficace dans son casier, faire preuve de méthode, définir des sections claires et ranger régulièrement ses choses demeurent des bases incontournables. L'élève doit aussi utiliser son casier comme un quartier général d'où il peut organiser sa journée en y trouvant les éléments essentiels, tels son horaire et son sac d'école.

Savoir s'organiser efficacement est un élément essentiel dans le cheminement scolaire de l'élève. Pour y arriver, trois aspects nécessitent une attention particulière : son casier ou son bureau, son sac d'école ainsi que son matériel scolaire. Pour y arriver, l'élève doit mettre en place une méthode efficace tant à l'école qu'à la maison, lorsque nécessaire, pour gérer l'ensemble de ses livres, de ses cahiers, de son matériel scolaire et de tout autre élément nécessaire à sa réussite.

Finalement, une méthode fonctionnelle de rangement de ses différents documents complète une organisation structurée. Utiliser le bon type de classeur à anneaux, déterminer les matières qui nécessitent un classeur unique et celles pouvant être regroupées, insérer immédiatement le matériel reçu aux bons endroits de même qu'utiliser des stratégies efficaces pour bien protéger les feuilles et les documents importants sont toutes des stratégies menant à une organisation efficace.



Outil méthodologique 2 (OM 2) *Développer des stratégies de lecture*

Stratégie OM 2.1 Trouve l'information qu'il te faut Trouver l'information pertinente passe principalement par la qualité du processus de lecture de l'élève. Qu'il

soit capable d'orienter celle-ci pour ensuite valider sa compréhension en cours de route garantit l'atteinte de son objectif.

Lorsqu'il entreprend sa lecture, l'élève active les connaissances qu'il possède sur le sujet abordé. Il explore alors si ces connaissances suffisent et s'avèrent valides; sinon, il cherche de nouvelles connaissances sur le sujet. De retour à sa lecture, il survole l'information disponible en la classant selon les différents types présents. Ainsi, titre, sous-titres, intertitres, première et quatrième de couverture, illustrations, images, photos, tableaux, etc., le guideront en ce sens. De là, il crée des liens avec ses propres connaissances et il se risque même à faire des prédictions sur le texte à lire soit à partir des informations dont il dispose, soit en formulant des hypothèses. En précisant son intention de lecture, par la spécificité de ce qu'il s'efforce de trouver, il se rapproche de l'information recherchée.

En cours de route, il valide sa compréhension par le survol des liens établis précédemment et en vérifiant les hypothèses avancées. En surlignant le texte et en l'annotant stratégiquement dans la marge, il reformule dans ses mots les idées importantes et cerne ce qui est abordé. Il tente de mieux comprendre en établissant des liens, en se construisant des représentations dans sa tête, en comprenant le sens de certains mots plus difficiles, en fouillant dans un dictionnaire, en cernant les éléments de substitution (mots, pronoms ou autres) de même qu'en reconnaissant les liens créés par les marqueurs de relation.

Lorsque ces habiletés s'intègrent dans l'action, l'élève est en mesure de trouver toute l'information dont il a besoin par l'entremise de ses lectures.

Stratégie OM 2.2 Comprends ce que tu lis Pour comprendre la lecture qu'il entreprend, l'élève doit se donner des stratégies pour valider sa démarche en cours de route afin de pouvoir faire une synthèse de celle-ci, lorsqu'elle est terminée.

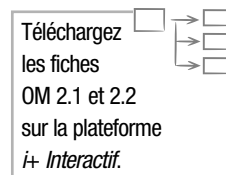
Trois stratégies de base nourrissent sa compréhension du texte à s'approprier. Premièrement, il peut reformuler ce qu'il lit dans ses propres mots en se référant à ses notes prises, en rédigeant un résumé et en se questionnant (qui fait quoi, quand, où et comment). Deuxièmement, il prend conscience des connaissances nouvelles acquises durant sa lecture en s'interrogeant sur ce qu'il a appris et ce qu'il doit en retenir. Finalement, il valide ses intentions de départ en se demandant si ses prédictions se sont avérées justes, s'il a répondu à son intention initiale et s'il a trouvé des réponses à ses questions initiales.

Pour faire la synthèse de sa lecture, il doit regrouper les différentes informations colligées en catégories. Par la suite, il peut établir des liens entre ces différentes catégories et, au besoin, constituer un organisateur graphique qui lui permet de mieux se représenter l'information contenue dans le texte.

Lorsque les différentes stratégies de compréhension sont intégrées, l'élève transforme la lecture en un puissant moyen d'accroître ses connaissances sur différents sujets.

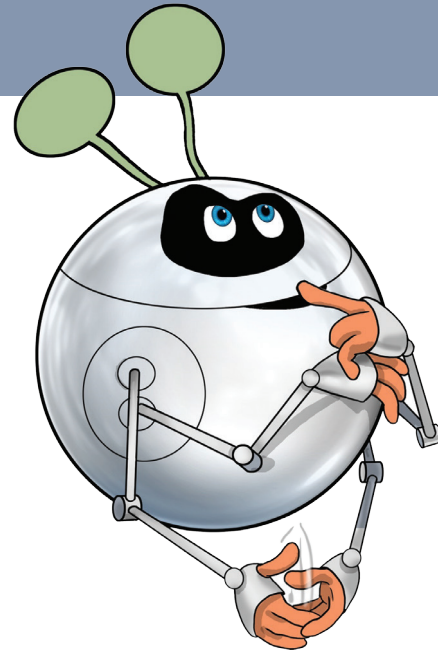
Outil méthodologique 3 (OM 3) Résoudre des problèmes

Stratégie OM 3.1 Comprends le problème La première étape que l'élève doit maîtriser pour résoudre un problème est de le comprendre.



Atelier 1

Un cerveau efficace qui planifie



Qu'est-ce qu'un cerveau qui planifie?



Qu'est-ce qu'un cerveau qui planifie?

Lorsque...

- tu mets de l'ordre dans ta chambre à coucher;
- tu ne perds jamais rien;
- tu gères efficacement ton temps.

 [Bref, organise-toi!](#)



Qu'est-ce qu'un cerveau qui planifie?

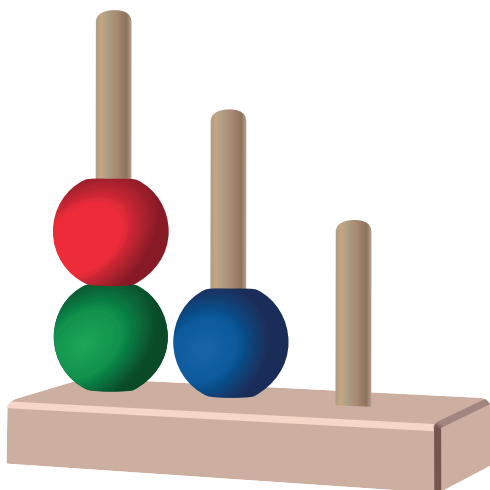
Lorsque...

- tu planifies le travail à faire;
- tu suis les étapes d'un plan de travail;
- tu es capable d'être stratégique.

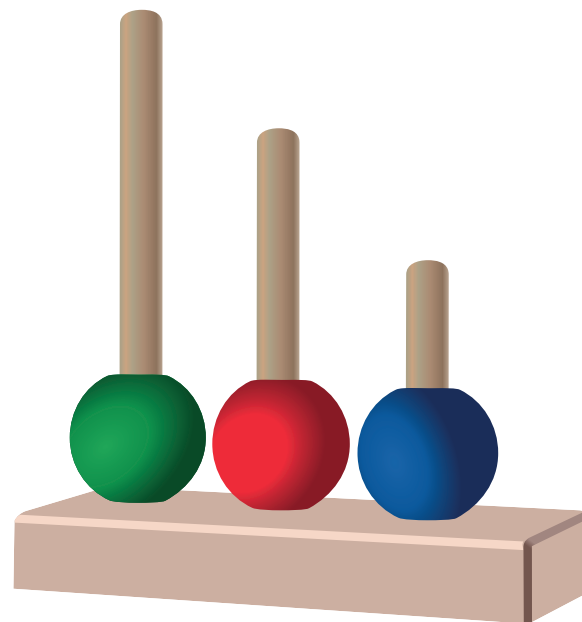


Relève le défi!

Pars d'ici...



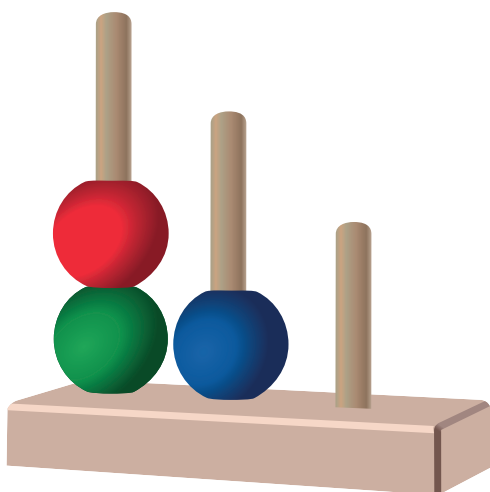
pour arriver à ça...



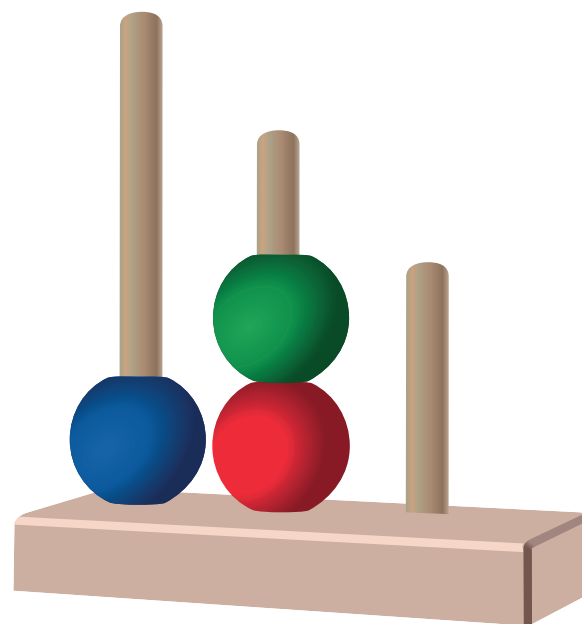
en deux mouvements.

Relève le défi!

Pars d'ici...



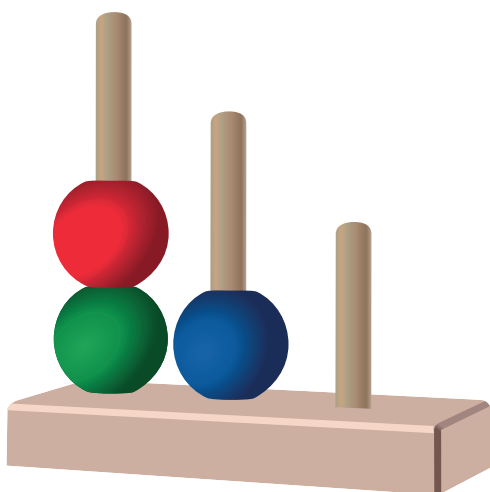
pour arriver à ça...



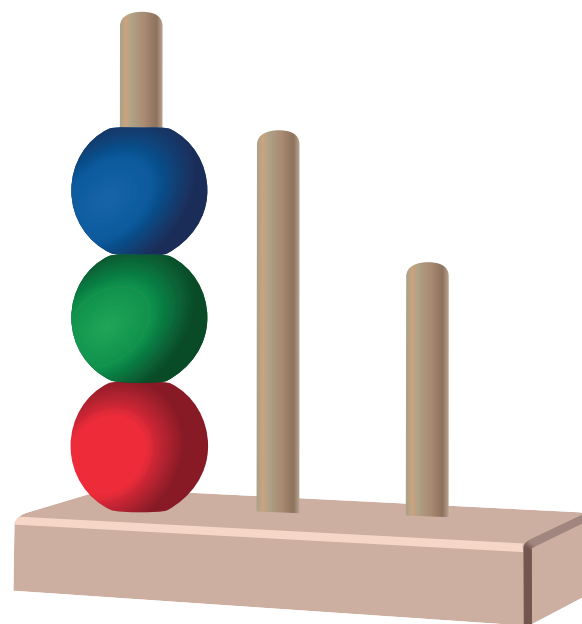
en quatre mouvements.

Relève le défi!

Pars d'ici...



pour arriver à ça...



en cinq mouvements.

 Planifie efficacement!

Qu'est-ce qu'un cerveau qui planifie?

Lorsque...

- tu te fais un horaire de travail ou d'étude;
- tu remets tes travaux à temps;
- tu organises bien tes travaux.



Finalelement, un cerveau efficace...

- utilise les fonctions les plus évoluées du cerveau;
 - Les fonctions exécutives

- fait ce qu'il faut pour atteindre ses buts!



- → □ Fixe-toi des objectifs pour atteindre
- → □ tes buts!
- → □



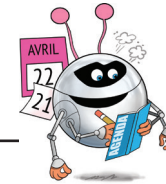
En bref...

Ton cerveau est efficace quand il sait planifier !

Planifier, c'est être dans la réflexion plutôt que dans l'action.



Fiche OM 1.2 | Organise-toi



S'organiser efficacement

Organise bien ton casier.

Utilise une méthode de rangement.

- Donne-toi une stratégie de rangement si tu partages ton casier.
- Range régulièrement tes choses.
- Crée des sections dans ton rangement.
- Regroupe tes cahiers et tes classeurs à anneaux par matière, et fais une pile.

Utilise ton casier pour soutenir ta planification d'horaire.

- Colle ton horaire dans la porte de ton casier.
- Range ton agenda à un endroit facile d'accès.

Organise bien ton sac d'école.

Gère ton sac à la maison.

- Prépare ton sac la veille.

Gère ton sac à l'école.

- Assure-toi d'y mettre tout ce dont tu auras besoin à la maison.
- Effectue une double vérification.

Organise bien ton matériel scolaire.

Détermine les outils dont tu as besoin.

- Détermine les outils les plus courants. → Place-les toujours dans ton étui à crayon.
- Détermine les outils spéciaux. → Place-les dans un endroit précis dans ton casier ou à la maison.

Trouve une méthode de rangement pour tes documents.

- Utilise un classeur à anneaux. → Utilises-en un par matière ou regroupe des matières dans un même classeur à anneaux avec des séparateurs.
- Insère immédiatement les feuilles que tu reçois dans le bon classeur à anneaux.
- Utilise une pochette protectrice pour ranger les feuilles ou les documents importants.