

Date de mise à jour : 02/01/2023

Fiche Programme

Apprendre à apprendre

Résumé du programme

Comprendre le fonctionnement du cerveau et de la mémoire pour apprendre plus rapidement et plus efficacement.

Profil des stagiaires

Tout public.

Si vous avez des besoins spécifiques nous sommes à votre écoute, contactez-nous au 09.54.80.92.13 afin de connaître les conditions d'accessibilité à cette formation.

Prérequis :

Aucun.

Modalités pédagogiques :

Formation en présentiel pouvant faire l'objet d'une adaptation en distanciel pour tout ou partie du programme.

Délais d'accès :

La durée estimée entre la demande et le début de la formation est variable entre 1 et 2 mois en fonction de la demande et des modalités de prises en charge.

Méthodes mobilisées :

Méthode de formation active avec apports de connaissances et mises en situation, exercices.

Nombre de participants : maximum 10

Durée : 1 jour

Objectifs pédagogiques :

- Découvrir le fonctionnement du cerveau
- Identifier les facteurs-clés de réussite de l'apprentissage
- Mémoriser rapidement et efficacement
- Appréhender les différentes stratégies d'apprentissage

Contenu de la formation :

Un questionnaire en amont de la formation sera envoyé aux participants afin de cibler au mieux leur(s) besoin(s) sur la thématique abordée.

Comprendre le fonctionnement du cerveau

- Appréhender les mécanismes cognitifs
- Distinguer mémoire à court terme et mémoire à long terme
- Identifier les facteurs de motivation
- Les différents profils d'apprentissage

Découvrir les facteurs clés de succès

- Les bénéfices de l'apprentissage collaboratif ou social
- Le poids des émotions pour renforcer l'attention
- Construire son savoir par l'expérience

Mettre en place une stratégie d'apprentissage

- S'approprier les stratégies de mémorisation (moyens mnémotechniques, Méthode du palais, méthode de loci)
- Traiter efficacement l'information et gérer le surplus d'informations
- Méthodes pour consolider les apprentissages

Les participants seront invités à proposer un plan d'action personnel à l'issue de la journée de formation.

Résultats attendus à l'issue de la formation :

Après avoir identifié les facteurs clés de succès et les différentes stratégies d'apprentissage, les apprenants seront capables de construire leur propre stratégie et une boîte à outils correspondant à leurs spécificités.

Modalités d'évaluation :

Les connaissances sont évaluées en fin de stage par un questionnaire QCM, étude de cas etc.

Tarif :

| INTER | INTRA |
|--------------------------|-------------------------------|
| 500 € NET TVA la journée | Nous consulter pour un devis. |

Contact Formation Continue APFSE :

Anne Passelaigue – Chargée de formation
annepasselaigue@apsfe.fr
07.88.18.77.15