



# Le cerveau, l'apprentissage, le sommeil, la mémoire...

publié le 16/10/2019 - mis à jour le 17/10/2019

## Pour lever les idées reçues sur les capacités de notre cerveau...

Suite à la réunion présentant les cogni classes mais aussi autour d'une réflexion sur l'apprentissage - forcément- la mémorisation...

Oui nos capacités sont illimitées, non l'école ne peut tout apporter et résoudre puisque l'éducation, l'accès ou l'excès de nouvelles technologies jouent énormément, et que chaque parcours est unique.

Non il n'y a pas de bonne et mauvaise mémoire, ni de cerveau gauche ou droit, et heureusement que nous utilisons 100 % de notre cerveau sinon nous ne serions même pas en train de respirer...

Bref halte aux idées reçues et des pistes pour réfléchir, échanger, et en tant qu'enseignants parfois aborder nos élèves, les "apprenants" comme on lit parfois, différemment, sans pour autant renier ce qui fonctionne, sans être plus laxistes ou moins exigeants, mais en sachant mieux comprendre, pour enseigner, et apprendre...

A quoi sert le cerveau

<https://www.youtube.com/watch?v=8aq5xQsmxRk>

A quoi sert la neuroéducation

<https://www.youtube.com/watch?v=s3xzBkxbNHc>

les 4 piliers de l'apprentissage

<https://www.youtube.com/watch?v=vKrMj8KG9ns>

les conseils de Stanislas Dehaene

<https://www.youtube.com/watch?v=MMvzA5SfBGk>

" il vaut mieux distribuer l'apprentissage" " l'erreur est une part indispensable de l'apprentissage"

Et des tests d'attention pour vous, essayez !

<https://www.youtube.com/watch?v=vJG698U2Mvo>

<https://www.youtube.com/watch?v=Z6Chgd8w2zQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=ubNF9QNEQLA>

[https://www.youtube.com/watch?v=IGQmdoK\\_ZfY](https://www.youtube.com/watch?v=IGQmdoK_ZfY)

Et une série de petits reportages au sujet de l'impact et de la manipulation des réseaux sociaux ...

<https://www.arte.tv/fr/videos/085801-004-A/dopamine-4-8/>

<https://www.arte.tv/fr/videos/085801-002-A/dopamine-2-8/>

<https://www.arte.tv/fr/videos/085801-006-A/dopamine-6-8/>

<https://www.arte.tv/fr/videos/085801-005-A/dopamine-5-8/>