

# Mon aventure d'apprentissage vers la réussite

**Compétences métacognitives visées :** Voici comment devenir un super élève ! Tu vas travailler sur un projet super cool. Considère-le comme ton arme secrète pour apprendre ! Il t'aidera à comprendre comment ton cerveau fonctionne quand tu étudies. Grâce à lui, tu verras ce que tu fais bien et ce que tu peux améliorer pour faciliter ton apprentissage.

## Quand utiliser cet outil ?

Le meilleur moment pour le faire, c'est **juste après avoir terminé une tâche ou appris quelque chose de nouveau**. Tu peux le faire tous les jours ou de temps en temps.

## Qu'est-ce que tu vas faire ?

Cet outil te montrera ce qui se passe dans ta tête quand tu apprends. Tu découvriras ce qui t'aide à apprendre et ce qui te pose problème. Cela t'aidera à apprendre encore mieux ! Avec le temps, tu sauras comment planifier ton travail et comment vérifier si tu as bien travaillé.

## De quoi as-tu besoin ?

Voici ce dont tu auras besoin :

- un modèle de journal d'apprentissage imprimé ou à l'écran
- du papier ou un cahier pour prendre des notes
- un stylo ou un crayon
- du calme, du silence et de la concentration

## Comment l'utiliser ?

1. Une fois que tu as terminé une tâche, par exemple, quand tu as appris un poème ou écrit une histoire, essaie de répondre aux questions de cet outil.
2. Imprime ou affiche cet outil sur ton écran, page par page.
3. Lis les instructions dans l'ordre et réponds honnêtement en donnant ton avis ! Tu peux écrire directement sur l'affiche imprimée ou dans un cahier dédié.
4. Notre journal a 4 pages. Tu vas réfléchir et écrire sur :  
Page 1 : Célèbre tes réussites !  
Page 2 : Mes défis. Comment je peux mieux apprendre ?  
Page 3 : De l'aide. Comment je peux mieux apprendre ?  
Page 4 : Qu'est-ce qui m'inspire ? Mes idées.

**N'oublie pas !** Tout le monde connaît des succès et rencontre des défis. C'est important de continuer à apprendre à grandir, et à demander de l'aide.

## À propos de cet outil

Ton journal d'apprentissage, c'est comme une carte qui te guide vers ton objectif : de meilleures notes et le plaisir d'apprendre ! Il t'aidera à réfléchir à ce qui est difficile et à comment y faire face. Sur chaque page, tu trouveras des questions qui te guideront pour devenir un super élève.

## Conseils de réutilisation / Conseils pour la suite

Le meilleur moment pour utiliser cet outil, c'est quand tu as envie d'apprendre encore plus. Crée ta propre « banque d'idées » en gardant tous tes journaux ou notes. Comme ça, tu verras comment tes idées évoluent et à quel point tu progresses !

# MON AVENTURE D'APPRENTISSAGE VERS LA RÉUSSITE

Écris ton nom ici :

## CÉLÈBRE TES RÉUSSITES !

**PARTAGE TROIS CHOSES VRAIMENT GÉNIALES QUE  
TU AS ACCOMPLIES À L'ÉCOLE OU QUAND TU  
APPRENAIS QUELQUE CHOSE DE NOUVEAU !**

**RÉFLÉCHIS À CE QUI EST IMPORTANT  
POUR TOI DANS CES RÉUSSITES. NOTE  
UNE OU DEUX IDÉES !**



Co-funded by  
the European Union

 **Cogni  
Quest**

## MES DÉFIS

COMMENT TE SENS-TU QUAND TU FAIS FACE À DES DÉFIS DANS TON APPRENTISSAGE ?

COMMENT JE PEUX AMÉLIORER MON APPRENTISSAGE ?

NOMME TROIS TÂCHES OU SITUATIONS SCOLAIRES OU D'APPRENTISSAGE QUI TE POSENT PROBLÈME.

PENSE À TROIS CHOSES QUI POURRAIENT T'AIDER À TRAVERSER LES MOMENTS DIFFICILES. N'OUBLIE PAS, C'EST TOUT À FAIT NORMAL DE DEMANDER DE L'AIDE AUX AUTRES !



Co-funded by  
the European Union

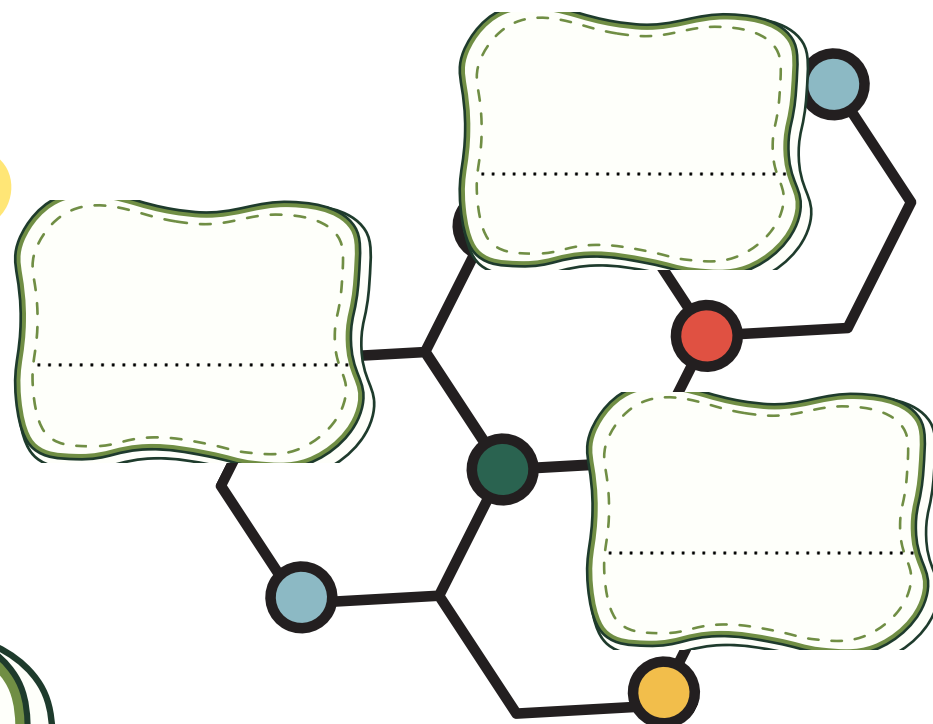
 **Cogni  
Quest**

**AIDE**

**À QUI TU PEUX DEMANDER DE L'AIDE ?  
NOTE LES NOMS DES PERSONNES QUI  
PEUVENT TE SOUTENIR !**

**COMMENT JE PEUX  
MIEUX APPRENDRE ?**

**PENSE À TROIS CHOSES QUE TU VEUX  
VRAIMENT FAIRE POUR MIEUX APPRENDRE.  
ÉCRIS-LES CI-DESSOUS !**



A large, empty rectangular box with a thick green border and a dashed green inner line. Inside the box, there are three horizontal dotted lines to guide writing. An arrow points from the text above towards this box, indicating where to write the three things the user wants to do to learn better.



Co-funded by  
the European Union

 **Cogni  
Quest**

**WHAT INSPIRES ME?**

**MY IDEAS**

**WHAT ARE A FEW THINGS YOU'D LIKE  
TO DO DIFFERENTLY TO LEARN  
BETTER**

**Remember!**  
**Everyone has  
successes and  
challenges.**

**It's important to  
keep learning and  
growing, and to ask  
for help.**



Co-funded by  
the European Union

 **Cogni  
Quest**



QU'EST-CE QUI M'INSPIRE ?

MES IDÉES

QU'EST-CE QUE TU AIMERAIS FAIRE  
DIFFÉREMMENT POUR MIEUX  
APPRENDRE ?

**Souviens-toi!**  
Tout le monde  
rencontre des  
succès et des défis.  
Il est important de  
continuer à  
apprendre,  
à grandir, et de  
demander de l'aide.



Co-funded by  
the European Union

 **Cogni  
Quest**