

# LA SUPER ROUE DE LA RÉFLEXION

## Ton super guide pour apprendre !

**Compétences métacognitives visées :** Tu savais que ta tête est un vrai superordinateur ? Parfois, c'est intéressant de savoir exactement comment ça marche. C'est là que la roue de la super réflexion entre en jeu ! C'est un outil spécial qui t'aidera à découvrir comment tu apprends le mieux.

### Quand utiliser cet outil ?

Tu peux l'utiliser dès que tu as une tâche à faire ! Par exemple :

- quand tu fais tes devoirs ;
- quand tu révises pour un contrôle ;
- quand tu lis un nouveau livre.

Plus tu l'utilises, plus vite tu comprendras comment ton cerveau aime apprendre. C'est comme un jeu : plus tu joues, plus tu t'améliores !

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

Cette roue va t'aider à :

- Voir exactement ce que fait ton cerveau quand tu penses à une tâche ;
- Découvrir ce qui t'aide à apprendre (par exemple, est-ce que tu aimes étudier en écoutant de la musique ou est-ce que tu préfères le silence ?)
- Déterminer ce qui te pose problème et comment tu peux changer cela pour te faciliter la tâche.

Au fil du temps, grâce à la Super Roue de la Réflexion, tu sauras comment planifier ton apprentissage pour le rendre aussi efficace que possible.

## De quoi as-tu besoin ?

- **Une version imprimée de la Super Roue de la Réflexion** : découpe un cercle.
- **Tu auras aussi besoin de** : deux petites épingles et un bout de carton souple. Cela te permettra de faire tourner ta roue ! Utilise une épingle pour fixer le centre de la roue au carton. Colle la deuxième épingle là où se trouve la flèche sur l'affiche. De cette façon, ta roue pourra tourner et la flèche pourra pointer vers différentes sections.
- **De quoi écrire** : un stylo ou un crayon.
- **Du papier ou un cahier** : c'est là que tu noteras tes découvertes sur ta façon de penser et d'apprendre.

## Comment l'utiliser ?

1. **Prépare-toi !** Trouve un endroit tranquille où personne ne te dérangera. Prends ta roue et de quoi écrire.
2. **Fais tourner la roue !** Fais tourner la roue que tu as. Si tu n'en as pas, tu peux fermer les yeux et pointer ton doigt vers n'importe quelle couleur !
3. **Regarde sur quoi tu es tombé(e) !** Quand la roue s'arrête (ou quand tu pointes ton doigt vers le champ sélectionné), regarde la couleur sur laquelle tu es tombé. Chaque couleur correspond à une pensée importante. Lis-la attentivement, c'est ton indice !
4. **Passe à l'action !** Réfléchis à la manière dont cet indice donné par la couleur peut t'aider dans la tâche sur laquelle tu travailles en ce moment. Essaie de le mettre en pratique. Par exemple, si la couleur « orange » apparaît, ce qui signifie « Planifie pour réussir », réfléchis à ce que tu dois faire avant de commencer la tâche.
5. **À l'aide !** Tu trouveras des indices sur la dernière page de ton modèle. Si tu ne sais pas comment t'y prendre, tu y trouveras des questions qui t'aideront à réfléchir et à trouver la meilleure façon de réaliser la tâche demandée. Utilise-les régulièrement et tu découvriras rapidement à quel point ton cerveau fonctionne merveilleusement bien !

## À propos de cet outil

La **Super Roue de la Réflexion** est une affiche qui ressemble à un cadran d'horloge divisé en 6 sections colorées :

- **Rouge** : Super départ!
- **Orange** : Planifie ta réussite !
- **Jaune** : Prépare-toi à passer à l'action !
- **Vert** : C'est le moment de vérifier !
- **Bleu** : Qu'est-ce que je peux améliorer ?
- **Violet** : Une leçon pour le futur !

Chaque section est marquée d'une couleur différente et te donne un indice pour t'aider à comprendre comment apprendre au mieux. Ce modèle simple mais efficace t'aidera dans ton parcours d'apprentissage, en te donnant un outil pour mieux comprendre ton propre esprit.

## Conseils de réutilisation / Conseils pour la suite

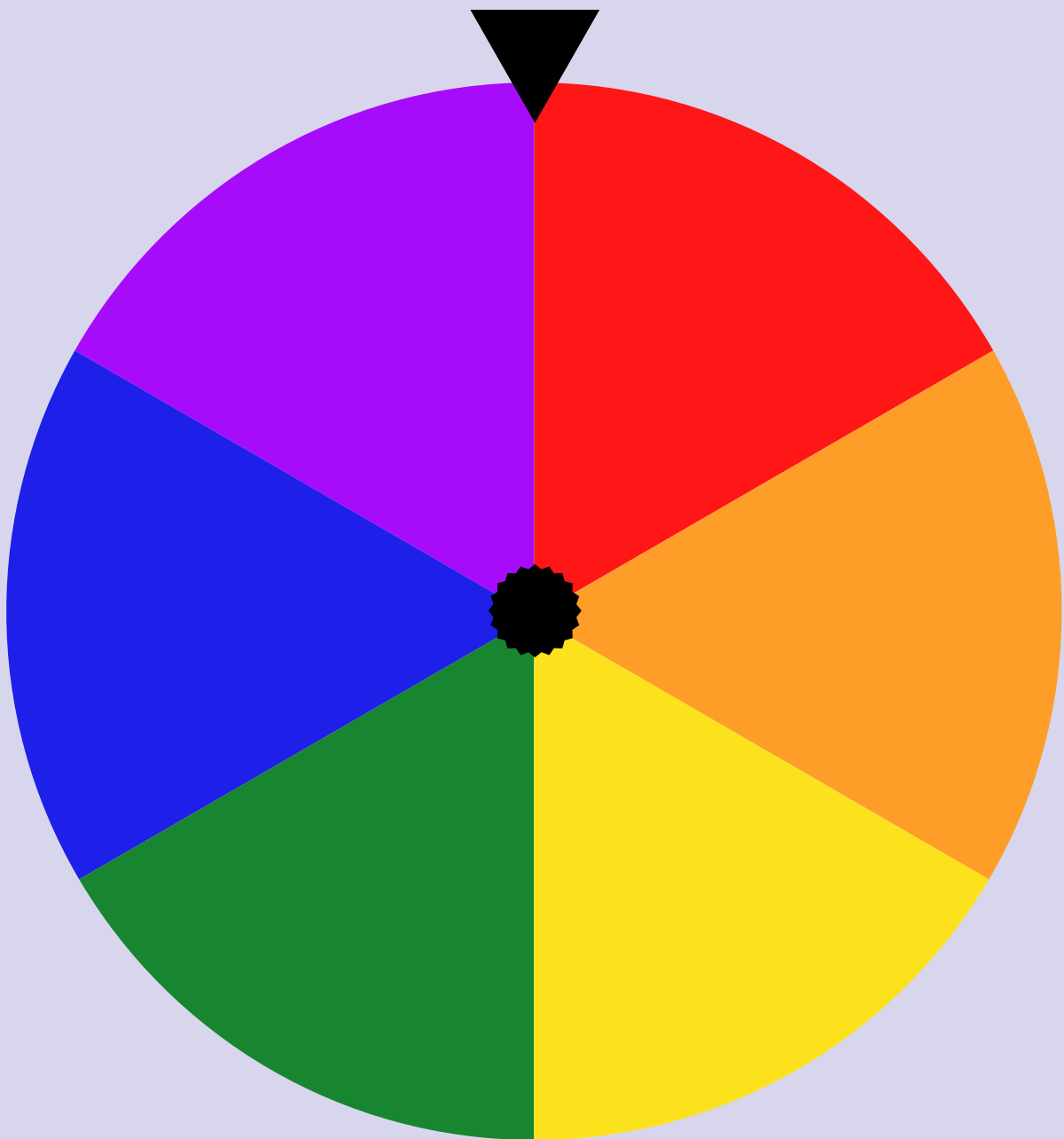
Tu peux l'utiliser chaque fois que tu t'assois pour étudier. C'est comme ton coach personnel en réflexion, toujours prêt à te donner un nouveau conseil. N'oublie pas que plus tu l'utilises, mieux tu comprendras ton propre style d'apprentissage et amélioreras ta façon d'apprendre.

# La Super Roue de la pensée

Envie de t'amuser tout en améliorant ta façon d'apprendre ? C'est vraiment simple ! Découvre la Super Roue de la pensée : ta meilleure amie pour apprendre !

Fais tourner la super roue de la pensée vers la droite ! Tu peux vraiment la fabriquer ou tu peux simplement t'imaginer en train de la faire tourner !


Lorsque la roue s'arrête, regarde bien la couleur qui s'affiche. Chaque couleur est associée à une idée particulière qui peut t'aider à avancer sur ton chemin pour devenir un vrai maître des sciences !



Co-funded by  
the European Union

 CogniQuest


# Que symbolisent les différentes couleurs ?

 Rouge : Super départ !


C'est le bon moment pour se poser la question : « Est-ce que je sais vraiment ce que je dois faire pour cette tâche ? » Il est essentiel de comprendre quel est ton objectif : pense à la raison pour laquelle tu fais cette tâche et à ce qui est vraiment important !

 Orange : Planifie ta réussite !


Prends un instant pour te poser la question : « Quelle est la meilleure manière d'y arriver ? » Pense à toutes les techniques que tu connais et sélectionne celle qui te parle le plus. C'est un peu comme se préparer pour une aventure incroyable !

 Jaune : Prépare-toi à passer à l'action !

Cette couleur signifie : « Je m'y mets ! ». Maintenant, concentre-toi et mets-toi au travail. Bonne chance !

 Vert : c'est le moment de vérifier !

Le travail est fini ? Génial ! Maintenant, pose-toi la question : « Est-ce que j'ai bien fait mon travail ? ». Scrute tout dans le détail, comme un vrai enquêteur !

 Bleu : Qu'est-ce que je peux améliorer ?

Bravo pour ton enquête ! Maintenant, pose-toi la question : « Qu'est-ce que j'aurais pu encore améliorer dans cette tâche ? » Pense à ce qui pourrait être optimisé pour la rendre parfaite. Il y a toujours quelque chose de nouveau à apprendre !

 Violet : Une leçon pour le futur !

Et enfin ! Pose-toi la question : « Qu'est-ce que je peux faire la prochaine fois pour rendre les choses encore plus simples et plus agréables ? » C'est un peu comme rassembler des super pouvoirs pour ta prochaine aventure !

*Essaye la Super Roue de la Pensée dès que tu as un sujet à explorer. C'est une manière ludique d'améliorer ton apprentissage et de devenir un vrai pro de la réflexion par toi-même !*



Co-funded by  
the European Union



# Réfléchis à toutes les options et idées

1. Est-ce que j'ai bien compris l'idée de la tâche ?
2. Est-ce que je sais quoi faire ?
3. Est-ce que j'ai assez d'informations pour finir la tâche ?

1. Quelles sont les étapes que je dois suivre ?
2. Comment est-ce que je peux commencer à travailler sur la tâche ?
3. Qu'est-ce que je peux utiliser pour obtenir plus d'informations ?

1. Je dois vraiment me concentrer sur mon projet.
2. Je fais les choses que j'avais planifiées avant..
3. Je suis patient( e ), je garde le moral et je poursuis mes efforts.

1. Est-ce que j'ai atteint mon but ?
2. Est-ce que j'ai tout bien compris ?
3. Est-ce qu'il y a quelque chose qui peut être amélioré ?
4. Qu'est-ce que je devrais modifier ?

1. Qu'est-ce que j'aurais pu améliorer ?
2. Est-ce qu'il y a des erreurs ?
3. Qu'est-ce qui a rendu cette tâche compliquée pour moi ?

1. Qu'est-ce que j'ai découvert ?
2. Quelle est la meilleure manière pour moi d'aborder des tâches similaires à l'avenir ?
3. Qu'est-ce que je peux améliorer pour les prochaines tâches ?

Utiliser la Super Roue de la Pensée te permet d'avoir une vision plus précise de ta manière d'apprendre et de réfléchir !

N'oublie pas que chaque étape a son importance.  
Réfléchir à ce que tu as accompli t'aidera à devenir un meilleur élève !



Co-funded by  
the European Union

