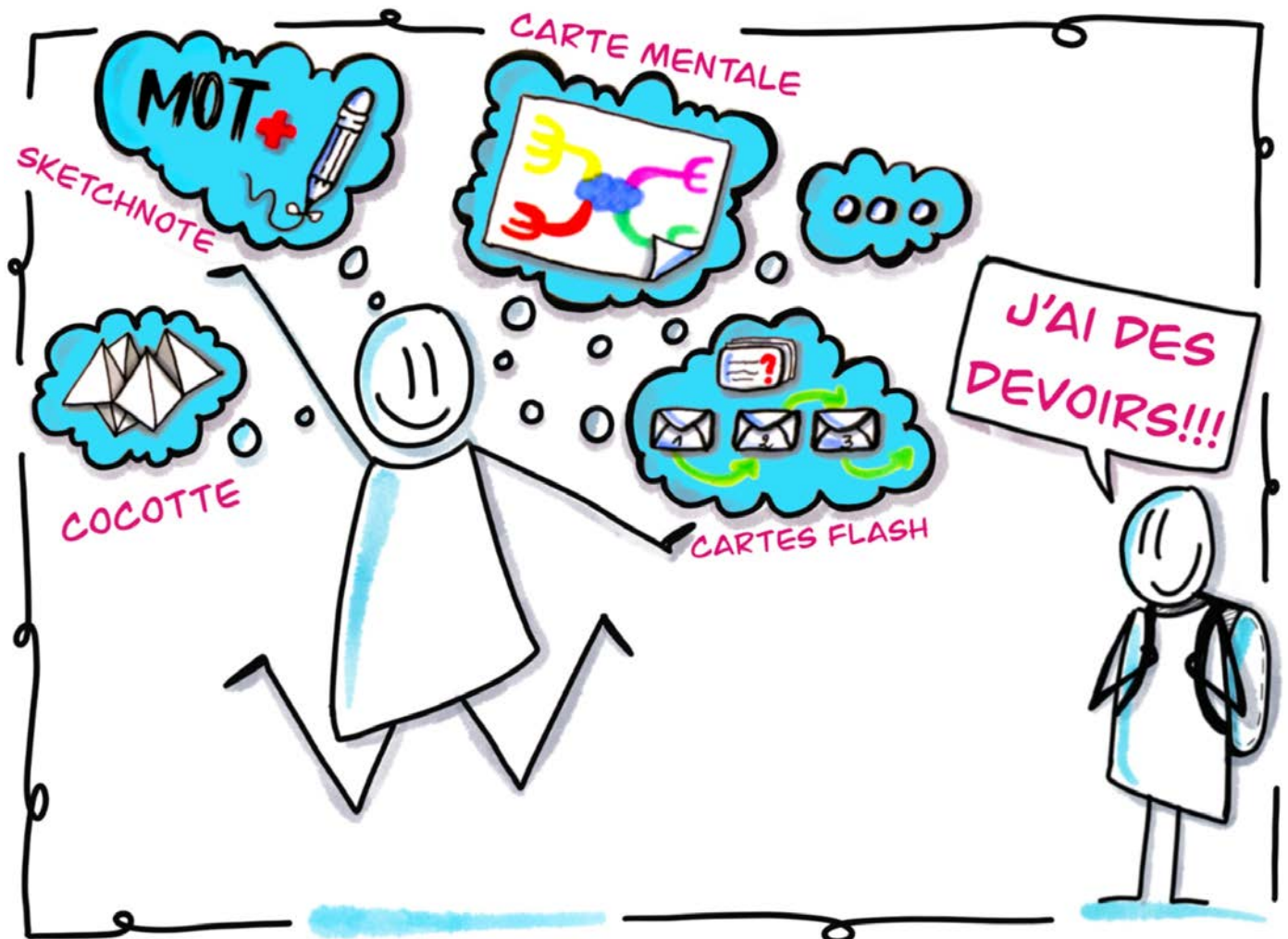


Virginie Graux

Des devoirs, des leçons... pas de PANIQUE !!!

La boîte à outils des parents investis...

Les outils téléchargeables



Responsable d'édition : Sophie Cordier

GAI SAVOIR®

Le test VAK(OG)

Tu peux comprendre les informations de trois manières différentes : visuelle, auditive ou kinesthésique. Afin de découvrir comment toi, tu fonctionnes, donne une cote pour chacune des situations et note-la dans la colonne correspondante. Tu définiras ainsi ta tendance prioritaire.

0 = Cela ne me ressemble pas du tout.

1 = Cela me ressemble moyennement.

3 = Cela me ressemble tout à fait.

Énoncés	Résultats		
	0	1	3
1. J'écoute souvent de la musique.			
2. J'ai besoin de pratiquer des activités physiques.			
3. J'adore lire.			
4. Pour mieux comprendre un problème, j'ai besoin de dessiner la situation.			
5. En voiture, j'aime regarder défiler le paysage.			
6. J'ai besoin de bouger, d'être actif(ve) pour rester concentré(e).			
7. Je repère vite les bruits anormaux, inhabituels.			
8. J'aime observer les choses autour de moi.			
9. Pour moi, la meilleure façon d'apprendre est d'expérimenter soi-même.			
10. Lorsque je réfléchis, je me parle.			
11. Je visualise mieux le chemin lorsque l'on me le dessine.			
12. Rester assis(e) durant des heures est une catastrophe. J'ai envie de bouger !			
13. Lorsque je pense à quelque chose, je vois clairement des images dans ma tête.			
14. J'étudie à haute voix ou dans ma tête.			
15. J'ai besoin que les consignes soient écrites. Les entendre ne me suffit pas !			
16. Pour mémoriser une poésie, j'aime chanter ou la répéter à voix haute.			
17. En vacances, je ne sais pas rester à ne rien faire.			

18. J'aime les savoir écouter. Je repère facilement les informations demandées.			
19. En classe, je manipule, je chipote toujours un objet.			
20. J'aime écrire en étudiant. Cela m'aide à mémoriser.			
21. Je repère facilement l'humeur d'une personne sur son visage.			
22. Je retiens bien tout ce que l'instituteur(trice) dit en classe.			
23. J'étudie plus facilement en bougeant (gestes, prise de notes, dessins...).			
24. Si quelqu'un m'explique le chemin, je n'ai pas besoin de plan ; je retiens les explications.			

Reporte tes points en dessous de chaque situation, puis fais le total de tes points.

Tendance visuelle

3	4	5	8	11	13	15	21	Total

Tendance auditive

1	7	10	14	16	18	22	24	Total

Tendance kinesthésique

2	6	9	12	17	19	20	23	Total

La ligne dont le total est le plus élevé te donne une idée de ton profil d'apprentissage.

- Ma tendance prioritaire est donc visuelle.
 auditive.
 kinesthésique.

Mes intelligences multiples

Tu n'as pas UNE intelligence mais HUIT ! Certaines sont plus dominantes que d'autres... Réalise ce test pour découvrir tes trois intelligences dominantes. Lis chaque énoncé, puis entoure le chiffre qui te correspond le mieux.

Énoncés	Résultats		
	beaucoup	un peu	pas du tout
1° J'aime raconter et/ou écrire des histoires.	3	2	1
2° J'ai un bon sens de l'orientation, je me perds rarement.	3	2	1
3° J'apprends facilement un nouveau sport ou un nouvel exercice.	3	2	1
4° Je comprends rapidement les procédés de calcul et je les applique assez facilement.	3	2	1
5° Je me connais bien (mes forces, mes qualités, mes faiblesses, mes défauts).	3	2	1
6° J'ai une bonne oreille musicale. Je sais dire si quelqu'un chante faux ou joue mal d'un instrument.	3	2	1
7° J'aime parler, m'exprimer en public.	3	2	1
8° Je préfère être en action que rester assis(e).	3	2	1
9° J'aime passer du temps dans la nature à observer les animaux, les insectes, les plantes ou les arbres.	3	2	1
10° J'aime aider les autres quand ils ne se sentent pas bien ou éprouvent des difficultés.	3	2	1
11° J'aime faire des recherches, des expériences, comprendre le fonctionnement des choses.	3	2	1
12° La musique occupe une grande place dans mes loisirs.	3	2	1
13° Je me préoccupe du bien-être des animaux.	3	2	1
14° Je comprends facilement les sentiments, les émotions des autres.	3	2	1
15° Je calcule assez rapidement dans ma tête.	3	2	1
16° Avant de dessiner ou bricoler, je peux facilement imaginer le résultat.	3	2	1
17° J'aime faire du sport.	3	2	1
18° J'aime lire et je me débrouille bien.	3	2	1
19° J'aime ou j'aimerais jouer d'un instrument de musique.	3	2	1
20° J'aime me perdre dans mes pensées, rêver.	3	2	1
21° J'aime la compagnie des autres, être en groupe.	3	2	1
22° J'aime collectionner les choses se rapportant à la nature (coquillages, pierres, feuilles, fleurs...).	3	2	1

23° J'aime être seul(e) et au calme pour travailler.	3	2	1
24° En général, je m'entends bien avec tout le monde.	3	2	1
25° J'aime chanter, fredonner des mélodies.	3	2	1
26° J'aime les jeux de mots : devinettes, blagues, mots croisés...	3	2	1
27° J'aime résoudre des énigmes, des problèmes.	3	2	1
28° J'observe énormément et je vois parfois des détails que les autres ne voient pas.	3	2	1
29° Je suis très actif(ve), j'ai toujours besoin de bouger, de faire quelque chose.	3	2	1
30° J'aime regarder les émissions parlant de nature.	3	2	1
31° J'identifie facilement les émotions que je ressens.	3	2	1
32° J'aime construire, démonter et remonter des objets.	3	2	1
33° J'aime raconter des blagues, des histoires.	3	2	1
34° Je suis habile de mes mains (jeux de cubes, maquettes, bricolages...).	3	2	1
35° J'aime le cours de mathématique.	3	2	1
36° J'aime les sports d'équipe.	3	2	1
37° Je reconnais et nomme facilement les animaux, les insectes.	3	2	1
38° J'ai beaucoup de mal à rester assis(e) sans rien faire.	3	2	1
39° Je peux me décrire en détails (mes émotions, mon caractère...).	3	2	1
40° J'aime que l'on me raconte des histoires.	3	2	1
41° Quand on me décrit quelque chose, je me le représente facilement.	3	2	1
42° En général, je comprends vite les choses.	3	2	1
43° Je reconnais facilement les chansons que j'ai déjà entendues.	3	2	1
44° J'aime organiser, mener des activités, des jeux d'équipe.	3	2	1
45° J'aime avoir mes petits secrets et y penser.	3	2	1
46° J'aime me promener en pleine nature.	3	2	1
47° J'ai besoin de bouger, d'être actif(ve) pour être attentif(ve).	3	2	1
48° Je fredonne souvent des mélodies, j'aime chanter.	3	2	1

Compilation des résultats

Intelligence visuo-spatiale	
Situations	Scores
2	
16	
28	
32	
34	
41	
Total	

Intelligence linguistique	
Situations	Scores
1	
7	
18	
26	
33	
40	
Total	

Intelligence kinesthésique	
Situations	Scores
3	
8	
17	
29	
38	
47	
Total	

Intelligence logico-mathématique	
Situations	Scores
4	
11	
15	
27	
35	
42	
Total	

Intelligence intrapersonnelle	
Situations	Scores
5	
20	
23	
31	
39	
45	
Total	

Intelligence musicale	
Situations	Scores
6	
12	
19	
25	
43	
48	
Total	

Intelligence naturaliste	
Situations	Scores
9	
13	
22	
30	
37	
46	
Total	

Intelligence interpersonnelle	
Situations	Scores
10	
14	
21	
24	
36	
44	
Total	

Mes 3 intelligences dominantes sont _____ ,
 _____ ,
 _____ .

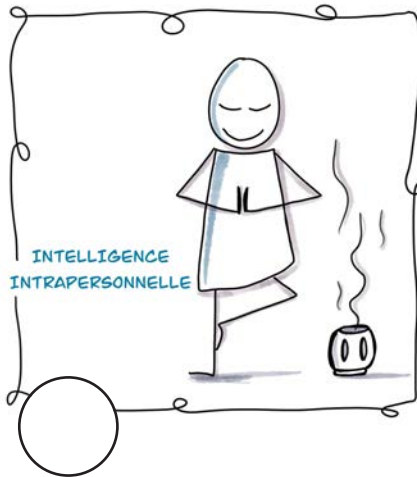
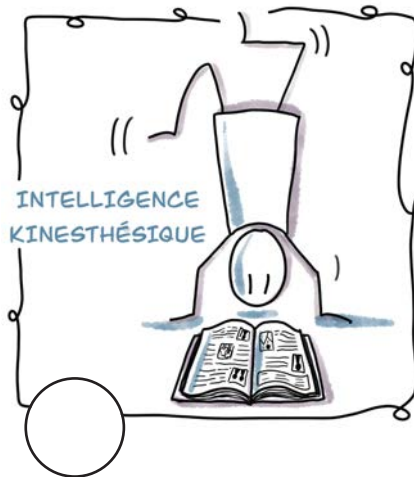
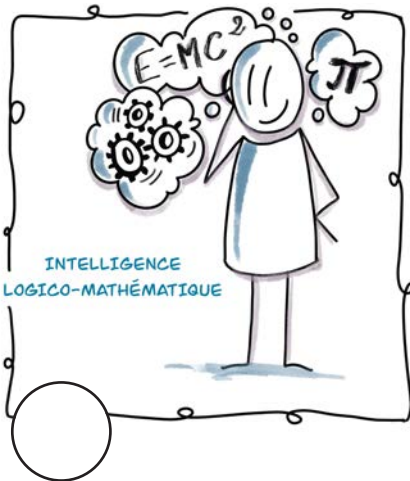
Bon à savoir !

Tes intelligences vont continuer à grandir en fonction des nouvelles situations que tu vas vivre, des gens que tu vas rencontrer, des études que tu vas entreprendre...



JE COLORIE MES INTELLIGENCES... 

DOMINANTES À FAIRE GRANDIR...



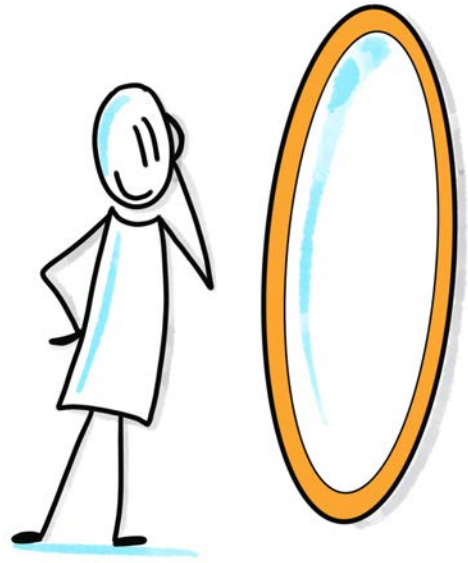
MES INTELLIGENCES VONT CONTINUER À GRANDIR EN FONCTION DES NOUVELLES SITUATIONS QUE JE VAIS VIVRE, DES PERSONNES QUE JE VAIS RENCONTRER...

À la découverte de mes qualités !

Sais-tu que tu es génial(e) ? Si, si...

Peut-être l'ignores-tu encore...

Pour commencer,
écris ici spontanément
les qualités que tu te donnes.



 *Mes qualités...*

<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____

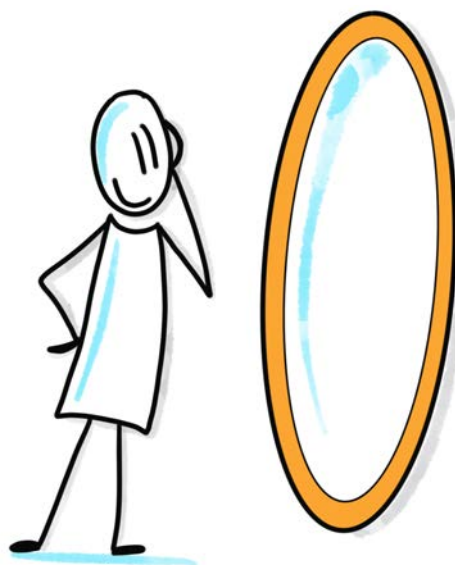
A simple line drawing of a stick figure with a blue face and a white body, standing with one arm raised in a celebratory gesture, as if celebrating a success.

À la découverte de mes qualités !

Besoin d'un coup de pouce ?

Voici une liste qui pourrait t'aider
à les identifier...

Entoure celles qui te caractérisent
le mieux.



Gentil(le)

Positif(ve)

Attentif(ve) aux autres

Dynamique

Discret(e)

Respectueux(se)

Amusant(e)

Honnête

Courageux(se)

Créatif(ve)

Original(e)

Généreux(se)

Jovial(e)

Patient(e)

Souriant(e)

Observateur(trice)

Serviable

Ordonné(e)

Appliqué(e)

Autonome

Studieux(se)

Tolérant(e)

Sociable

Sensible

Sincère

Passionné(e)

Zen

Fidèle

Persévérant(e)

Débrouillard(e)

Bienveillant(e)

Encourageant(e)

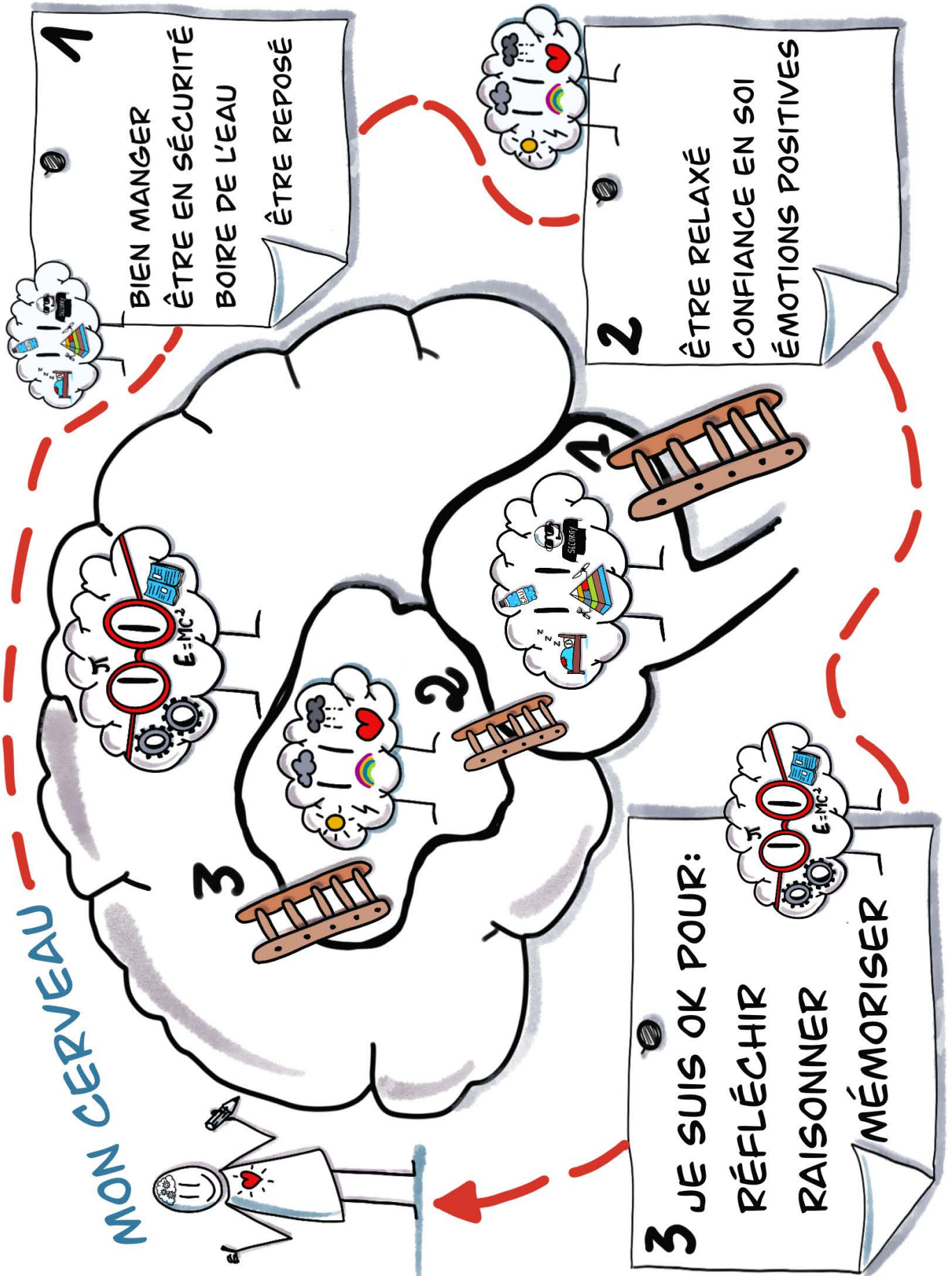
Humble

Prudent(e)

Réfléchi(e)

Talentueux(se)...

Mon cerveau



Je me branche avec le Brain Gym.

E.C.A.P. c'est parti !

E comme énergique

→ Pour faire le plein d'énergie.
Je bois quelques gorgées d'eau pure.



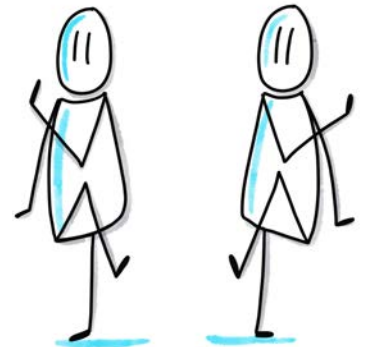
C comme clair (les points du cerveau)

→ Pour me brancher et penser clairement.
Je place une main sur mon nombril et avec l'autre main, je masse les points (creux) sous la clavicule de chaque côté du sternum. Après 30 secondes, je change de main.



A comme actif (les mouvements croisés)

→ Pour me mettre en action, pour me motiver à travailler.
En alternance, mon coude gauche touche mon genou droit et puis mon coude droit touche mon genou gauche, ce qui permet d'activer les deux hémisphères de mon cerveau. Je recommence cet exercice une dizaine de fois.



P comme positif (les contacts croisés)

→ Pour me calmer, pour me recentrer et libérer mes tensions.

- Exercice 1

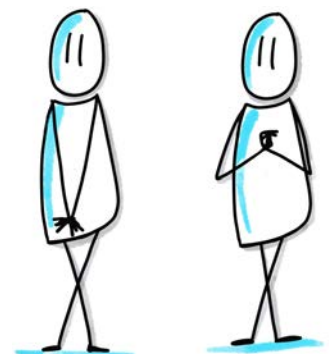
Je croise les chevilles.

Je tends les bras devant moi. Je croise ensuite mes poignets, paumes l'une contre l'autre, j'entrelace mes doigts et je ramène mes mains contre ma poitrine.

Je détends bien les épaules et je respire profondément trois fois.

- Exercice 2

Je décroise les jambes et je joins le bout de mes doigts devant ma poitrine.



Comment réaliser un planning ?

JE M'ORGANISE ...



A hand-drawn illustration of a vertical string with three paper clips. Three sheets of paper are attached to the string, each with a title and four horizontal lines, each line starting with a small square box. The top sheet is titled "NE PAS OUBLIER!" (Don't forget!). The middle sheet is titled "LEÇONS" (Lessons). The bottom sheet is titled "DEVOIRS" (Homework). A small figure of a person is standing at the bottom right, holding a pen and writing on the bottom sheet.

SEMAINE DU AU.....

Comment réaliser un planning ?



SEM AINE DU AU



DEVOIRS
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>








LEÇONS
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8 H							
9 H							
10 H							
11 H							
12 H							
13 H							
14 H							
15 H							
16 H							
17 H							
18 H							
19 H							

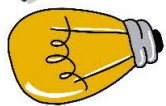
Comment réaliser un planning ?

Organisation du planning.



 MATIÈRES 	 TEMPS estimé  	FAIT  
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>

Comment réaliser un planning ?



Semaine du au



Lundi ... / ...

Mardi ... / ...

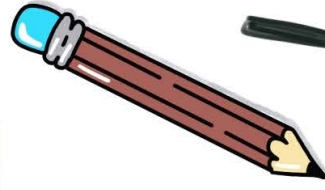
Mercredi ... / ...

Jeudi ... / ...

Vendredi ... / ...

Samedi ... / ...

Dimanche ... / ...



JE M'
ORGANISE!



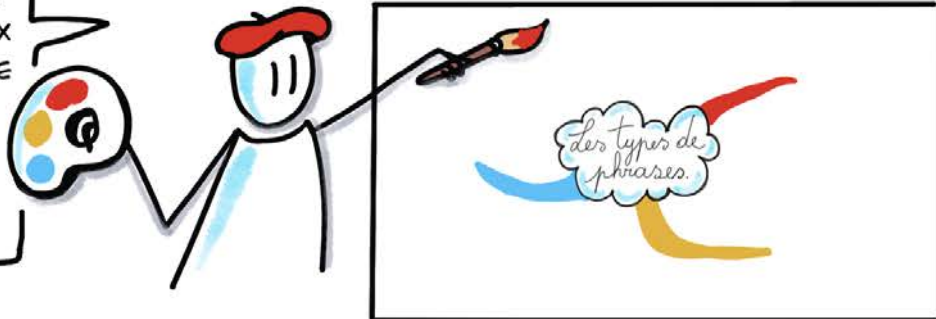
Comment réaliser une carte mentale ?

1. PLACEZ VOTRE FEUILLE VIERGE SANS LIGNE EN FORMAT PAYSAGE.

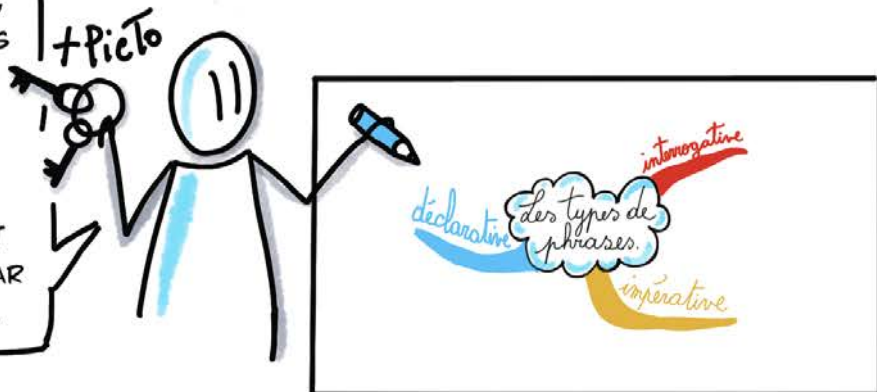
2. NOTEZ LE SUJET PRINCIPAL AU CENTRE DE LA FEUILLE ET ENTOUREZ-LE D'UNE PETITE ILLUSTRATION.



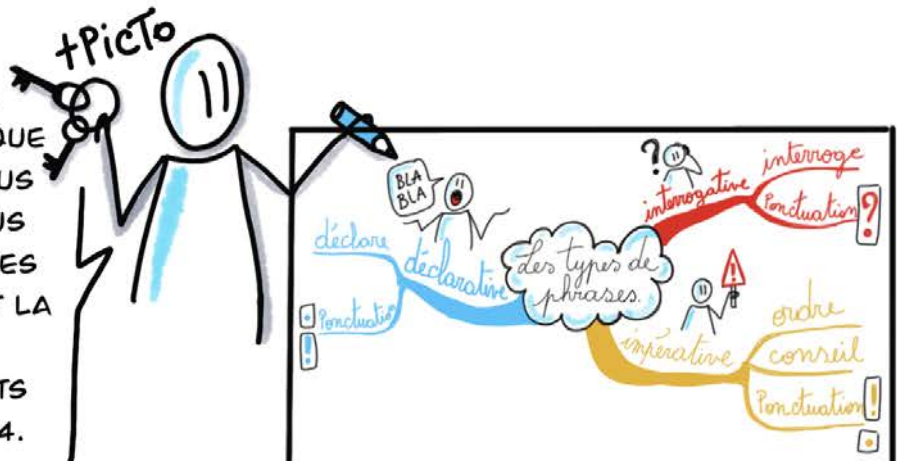
3. POUR CHAQUE GRANDE IDÉE, TRACEZ DANS UNE COULEUR DE VOTRE CHOIX UNE BRANCHE PRINCIPALE LÉGÈREMENT COURBE. CHAQUE BRANCHE PRINCIPALE AURA UNE COULEUR DIFFÉRENTE.



4. SUR CHAQUE BRANCHE, ÉCRIVEZ UN OU DEUX MOTS CLÉS (PAS DE LONGUES PHRASES). LE MOT NE PEUT PAS DÉPASSER LA BRANCHE! VOUS POUVEZ ÉGALEMENT ILLUSTRER CHAQUE IDÉE PAR UN DESSIN, UN SYMBOLE...



5. À L'EXTRÉMITÉ DE CHAQUE BRANCHE PRINCIPALE, VOUS POUVEZ AJOUTER DE PLUS FINES APPELÉES BRANCHES SECONDAIRES EN GARDANT LA MÊME COULEUR. ÉCRIVEZ UN OU DEUX MOTS CLÉS COMME À L'ÉTAPE 4.



Les "flash" cartes - Recto

Que veut dire :
« illimité » ?

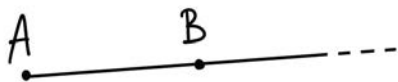
Quel est son nom ?



Que veut dire :
« limité » ?

Comment nomme-t-on
les demi-droites ?

Quel est son nom ?



Comment nomme-t-on
les droites ?

Quel est son nom ?

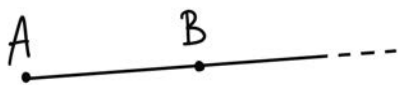


Comment nomme-t-on
les segments ?

Les "flash" cartes - Verso

Un segment de droite

Pas de début ni de fin.



Avec des lettres
imprimées



Un début et une fin.



Avec une lettre minuscule



Une demi-droite

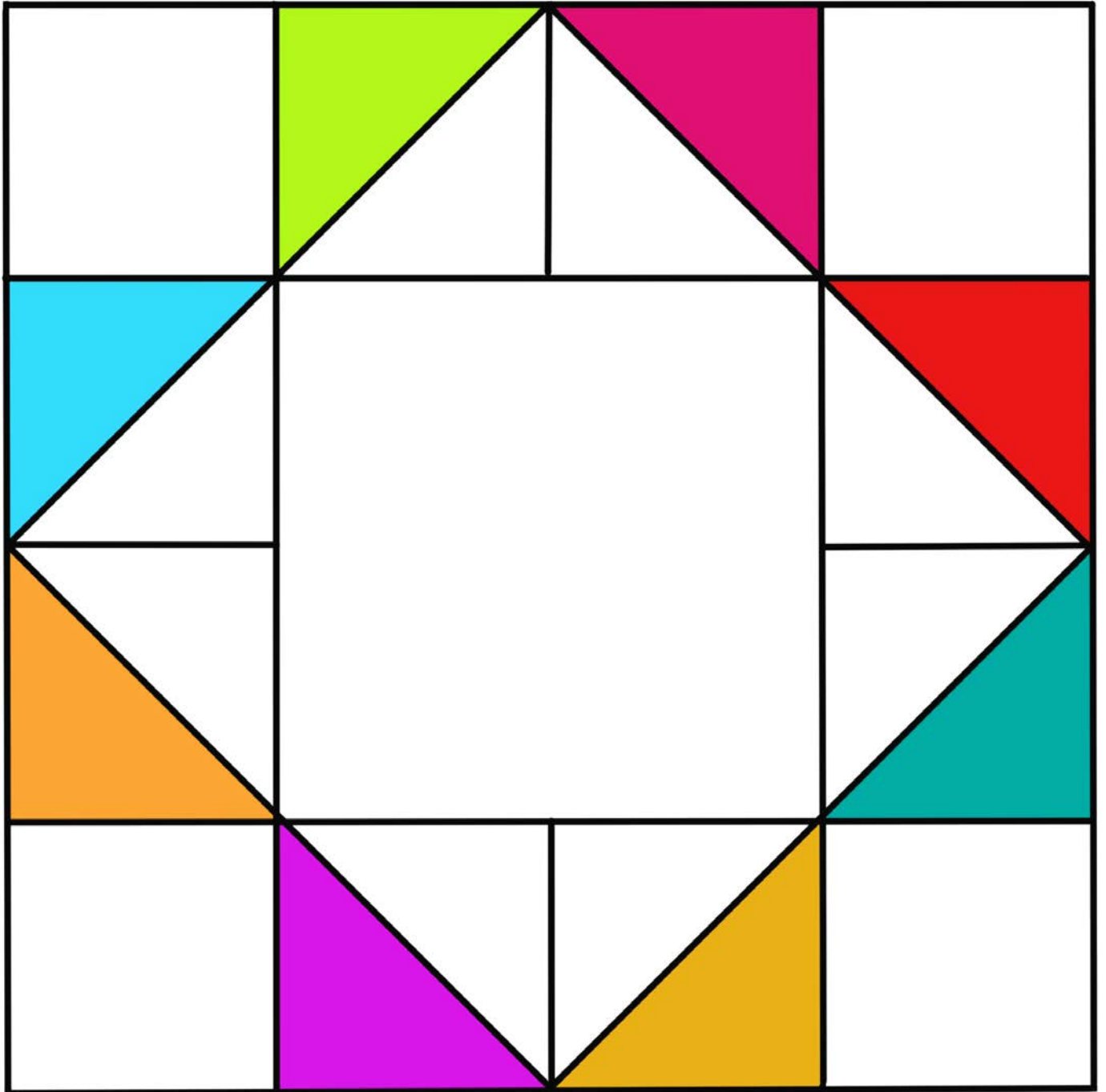


Avec des lettres
imprimées




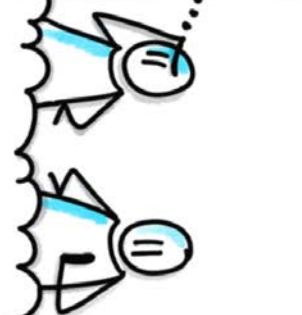
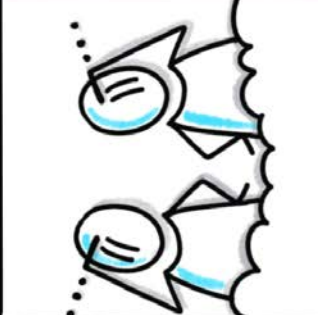


Une droite

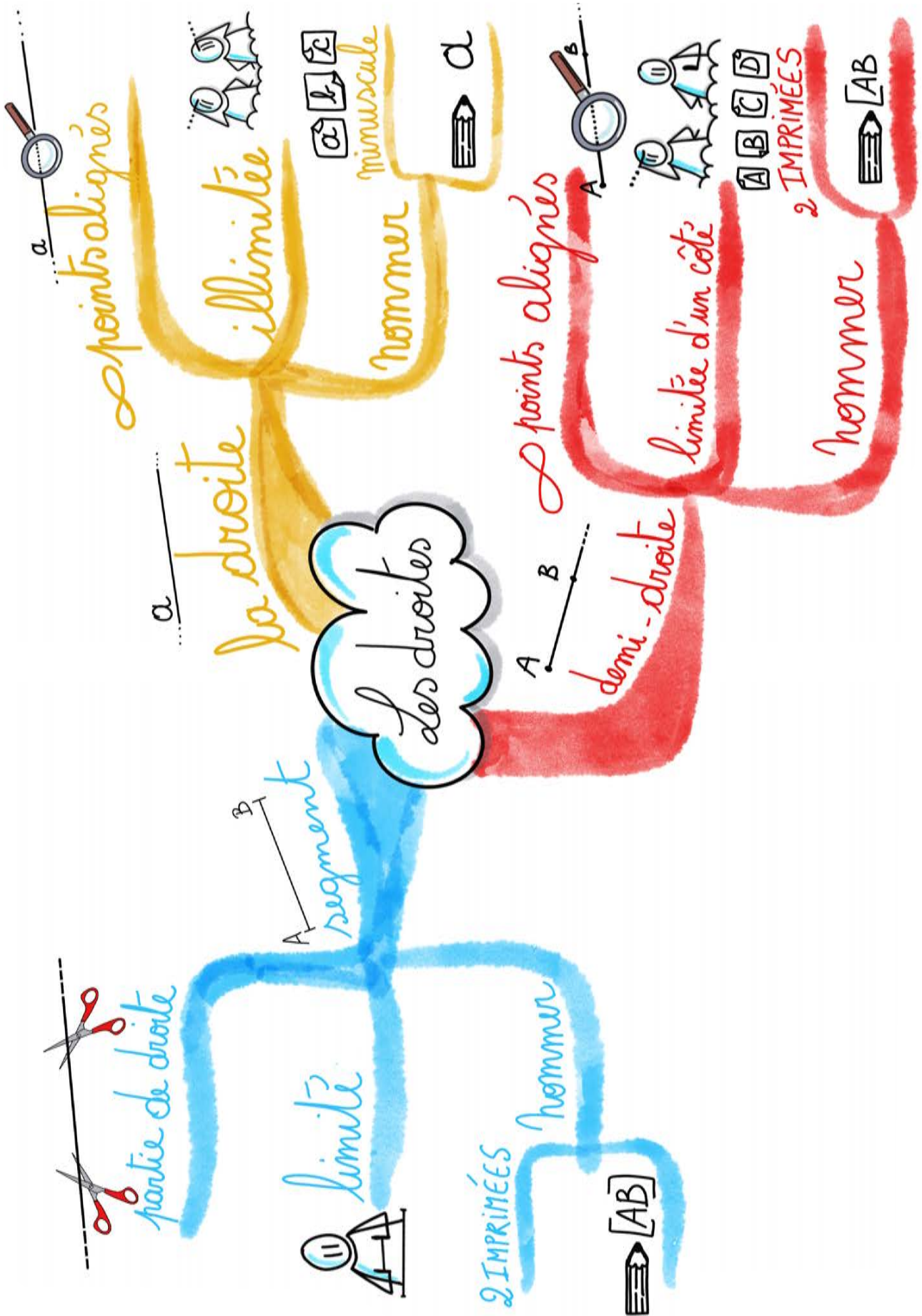
La cocotte



La cocotte

	<p>Comment nomme-t-on un segment? 2 lettres imprimées [AB]</p>	<p>Que veut dire: limité? Un début et une fin</p>	
<p>Comment nomme-t-on une droite? Une lettre minuscule d</p>		<p>Quel est son nom? Un segment</p>	
<p>Comment nomme-t-on une demi-droite? 2 lettres imprimées [AB</p>		<p>Quel est son nom? Une droite</p>	
	<p>Quel est son nom? demi-droite</p>	<p>Que veut dire: illimité? Pas de début ni de fin</p>	

Le carte mentale



LES DROITES



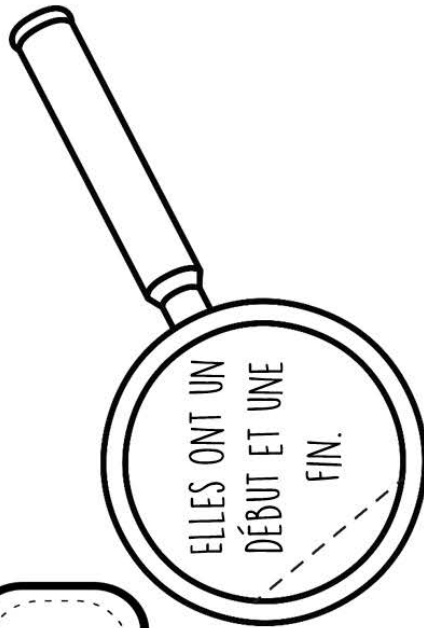
LA DROITE

C'est un ensemble **infini** de points qui sont **alignés**.

Elle est illimitée.

AVEC UNE LETTRE MINUSCULE

a



LE SEGMENT DE DROITE

C'est une **partie de la droite**.

Elle est limitée par deux points.

AVEC DES LETTRES IMPRIMÉES

[AB]

LA DEMI-DROITE

C'est un ensemble **infini** de points qui sont **alignés**.

Elle est limitée d'un côté et illimitée de l'autre côté.

AVEC DES LETTRES IMPRIMÉES

[AB]

La synthèse animée - Éléments à coller

