



www.mathssansstress.fr



Formation de praticien Maths Sans Stress

Les maths sont un sujet pour tout le monde, qu'on les aime ou qu'on ne les aime pas. C'est particulièrement sensible pendant la scolarité, et c'est un enjeu fort. Or, un grand nombre d'élèves, de collégiens, de lycéens et même d'étudiants ont des difficultés structurelles avec les maths, qui peuvent devenir des blocages si, l'on n'y prête attention. Structurelles, parce que plus de maths n'y changent rien : les cours particuliers sont inefficaces. Quelque chose s'est noué ou mal emmanché à un moment de la scolarité, que ce soit au niveau méthodologique, au niveau de concepts mal assimilés, ou de croyances autour des maths qui n'aident pas. Parfois le lien avec les maths est brisé.

La formation de *praticien maths sans stress* vise à donner des outils et une approche structurée pour accompagner les élèves et les adultes à réparer les liens brisés avec les maths, à retrouver le plaisir de réussir, et la sensation d'être maître du jeu mathématique. Il ne s'agit pas de rendre les mathématiques faciles, mais accessibles. D'aider l'élève à passer du « je n'y arriverai jamais, je ne comprends rien », à « je sais comment faire pour y arriver ». L'objectif est de rendre l'élève autonome dans son apprentissage, lui donner les outils et les méthodes pour apprendre.

Objectifs pédagogiques

- Découvrir des outils innovants et créatifs dans l'accompagnement en mathématique
- Acquérir la posture de praticien en maths sans stress
- Être capable d'identifier les problématiques de blocages en maths et de proposer des solutions
- Être capable de construire des cartes mentales adaptées pour chaque situation
- Être capable d'apprendre à l'élève à construire et utiliser ses cartes mentales
- Être capable de rendre les maths plus concrètes et de leur donner du sens

Prérequis

Connaître les concepts de bases des mathématiques ; être sensibilisé à la psychopédagogie.

Contenu de la formation

5 jours - 35 heures.

Jour 1 : Donner du sens aux maths

- Matinée 9h-12h30
 - Tour de table, temps d'inclusion.
 - Apport théorique : Comment permettre à l'élève de s'appropriier des concepts (primaire, collège, lycée) par la manipulation, l'histoire des maths, les livres et sites de vulgarisation, matériel.
- Après-midi 14h-17h30
 - Réflexion en sous-groupe sur les qualités utiles pour faire des maths, comment les développer. Restitution en grand groupe.
 - Pratique et évaluation de différents jeux. Travail en sous-groupe : construire sa boîte à outils mathématiques. Présentation au groupe.



www.mathssansstress.fr

- Temps de questions



Jour 2 : Les gestes mentaux en mathématiques

- Matinée 9h-12h30
 - Mémoriser : apport théorique sur l'état des recherches et des découvertes sur la mémorisation. Protocole de mémorisation.
 - En groupe : pratiquer différentes méthodes de mémorisation.
 - En binôme : expliquer et faire expérimenter le protocole de mémorisation Maths Sans Stress.
 - Comprendre un concept : apport théorique sur les cinq questions pour comprendre.
 - Questions
- Après-midi 14h-17h30
 - Réfléchir : apport théorique sur le temps de la réflexion en mathématiques (comment fait-on pour réfléchir ? Les écueils. Apprendre à résister.)
 - En binôme : détailler très précisément les étapes de la réflexion dans la résolution d'un exercice.
 - Rédiger : apport théorique (pour qui rédige-t-on ? Les conventions du langage mathématique. Expliciter l'implicite.)
 - En sous-groupe : construire un protocole de rédaction (par niveau)
 - Restitution et partage des fichiers.

Jour 3 : Les blocages en maths

- Matinée 9h-12h30
 - Temps d'échange collectif : identifier les blocages en maths.
 - Apport théorique : importance des émotions et des croyances limitantes dans les blocages en maths.
 - Partage des expériences des stagiaires sur les blocages
 - En sous-groupe : élaborer une liste des blocages.
 - Restitution.
- Après-midi 14h-17h30
 - Application pratique en sous-groupe : proposer un programme pour aider un jeune à développer sa confiance en maths (par le calcul, l'auto-évaluation « qu'est-ce que je sais faire », la vérification,...)
 - Mise en commun.
 - Travail en sous-groupe : Construire un carnet de calculs par niveau. Partage dans un fichier commun.
 - Présentation et pratique en sous-groupe de l'EFT (Emotional Freedom Technique)

Jour 4 : Les cartes mentales en mathématiques.

- Matinée 9h-12h30
 - Apport théorique : Présentation générale des cartes mentales. Méthodes pour construire une carte mentale en maths.
 - Elaboration individuelle de cartes mentales



www.mathssansstress.fr



- Partage au groupe. Les cartes mentales élaborées seront récupérées (scan ou fichier) et partagées à tous les membres du groupe)
- Après-midi 14h-17h30
 - Comment évaluer une carte mentale ? Apport théorique et échanges entre les stagiaires.
 - Apport théorique et échanges : Les différents usages des cartes mentales.
 - Cas pratique en individuel : utiliser une carte mentale dans la résolution d'un exercice.
 - Présentation d'une bibliographie, sitographie. Echanges
 - Temps de questions et retours sur les 4 jours de formation. Présentation de l'évaluation

Jour 5 : Certification et Evaluation de la formation

- Matin 9h-12h30
 - Certification épreuve théorique (1h30)
 - Certification épreuve pratique en trinôme (1h30)
- Après-midi 14h-17h30
 - Retour sur les évaluations
 - Bilan collectif, questions sur la formation et évaluation de la formation par les stagiaires.
 - Présentation du réseau Maths Sans Stress

Délais et modalités d'accès

Inscriptions jusqu'à 3 jours avant les dates de sessions mentionnées sur le site après envoi du bulletin d'inscription ci-après par mail à : agnes.rigny@mathssansstress.fr
Dans le cas où des informations complémentaires seraient nécessaires à la validation de votre inscription, nous reviendrons vers vous par téléphone.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Si vous êtes en situation de handicap, merci de bien vouloir nous contacter en amont afin que nous définissions ensemble comment répondre au mieux à vos besoins et attentes.

Méthodes mobilisées

Apports théoriques de contenus via des supports de formation. Partage d'expérience. Pratique des outils présentés individuelle et en sous- groupes, avec temps de restitution au groupe. Etude de cas pratiques. Jeux de rôles, mises en situation fictive.

Modalités d'évaluation

La formation sera évaluée par :

- Une épreuve écrite de 1 heure 30, restitution des acquis des jours précédents.



www.mathssansstress.fr



- Une épreuve pratique par groupe : construction une séance d'accompagnement pour un cas spécifique. (1h30 de préparation et présentation de 20 minutes, suivie de questions d'éclaircissement.)

Tarif

1250 euros TTC.

Un acompte de 30% est demandé à la réservation.

Une attestation de formation est délivrée en fin de parcours, avec un dossier regroupant tous les documents utiles. Les participants à la formation ayant validé l'évaluation pourront ensuite s'inscrire au réseau maths sans stress, être référencés sur le site et bénéficier d'accompagnement, de la promotion et de la communication autour du réseau. Ils pourront également utiliser le logo maths sans stress sur leur propre site et outils de communication.

Contact

Agnès RIGNY - 14 place de Bologne, 31000 Toulouse

agnes.rigny@mathssansstress.fr - 07 81 12 47 34

Version 2 du 11 02 2021