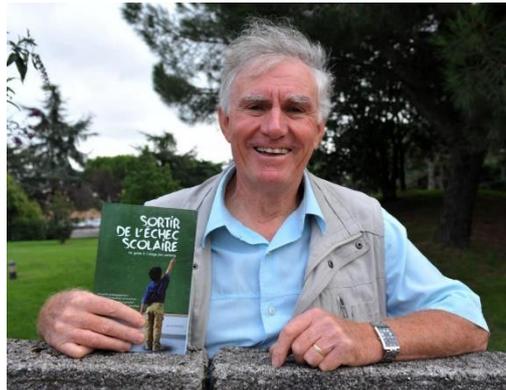


COMPTE RENDU DE LA CONFERENCE DU 18 OCTOBRE AU LYCEE FAURIEL

INTERVENANT :

LOUIS MUSSO, ancien professeur d'EPS au lycée Bellevue à Toulouse, formateur à l'Université Paul Sabatier à L' UFR du Sport, Master Spécialiste Caycédien en sophrologie et kinésiologue, formateur à la méthode « apprendre à apprendre », auteur des livres « sortir de l'échec scolaire » et « Pour une formation différente des enseignants »



15 Personnels du lycée présents :

Catégories					
Prof EPS	Bertail	Gomez	Valère	Mathieu	
Prof Physique	Vray	Pichon			
Prof SVT	Caruana	Reynaud	Phalippon		
Prof Langues	Peyron				
Prof Histoire	Badol	Courbon			
Administration	Mignon	Karulak			
Assistante sociale	Bonnet				

Des enseignants d'EPS adhérents à l'AE-EPS de Lyon organisatrice de l'évènement et des enseignants du Lycée professionnel Desgranges à Andrézieux.

LOUIS MUSSO :

Tout enfant peut progresser à condition que l'environnement soit favorable à son développement et qu'il accepte de travailler sur lui-même pour s'améliorer.

L'enfant doit se sentir reconnu et respecté dans sa différence mais aussi être mis en face de ses propres responsabilités.

Il est très choquant t'entendre « il est nul, il n'y arrivera jamais... » On enlève tout espoir de réussite et même souvent sa dignité ! On le condamne à l'échec. Tout enfant s'il le décide peut à tout moment se ressaisir et progresser à condition que le regard des enseignants et des parents soit toujours positif en même temps qu'exigeant.

Nous sommes des éveilleurs de conscience, nous avons une mission d'élever les élèves, les faire évoluer.

Les enseignants doivent prendre conscience que l'élève est un être humain ayant des émotions → Respecter l'élève. Le responsabiliser. Rigueur mais empathie : dire « je suis là pour vous aider ». Allons à la rencontre des élèves pour leur redonner confiance « Si tu le veux, tu peux »

Refuser l'autoritarisme et le laxisme. Eduquer c'est mettre des limites mais il faut aussi s'adapter à l'élève. Partir du niveau initial pour le faire progresser.

Accepter la réalité de la baisse de niveau. Arrêter de pleurer mais se demander quelle solution apporter.

Les élèves en échec scolaire sont en grand mal être, mal à l'école, impression d'être non reconnus par l'école ==> Les insultes ou les incivilités sont des cris de souffrance, des appels à l'aide.

Les enseignants devraient les aider à :

- Mieux se connaître
 - A se réconcilier avec eux-mêmes
 - Mieux gérer leurs émotions
 - Mieux gérer l'image d'eux
- ...Afin qu'ils deviennent responsables et autonomes.

Marc Criber : parler de croissance émotionnelle, travailler avec les émotions.

L'émotion négative ne peut pas réfléchir=apprendre à gérer les émotions comme élève et comme enseignants.

Etat de l'école en France classement PISA

En français juste la moyenne, recul en science, 25% n'ont pas de diplôme ...50% des élèves français sont tendus et stressés. Les maths sont facteurs de stress alors que c'est une matière qui plait à une majorité de français.

Les élèves précoces n'arrivent pas à réussir.

La France dépense pourtant le plus d'argent pour l'éducation.

Pour une autre formation des enseignants. Seuls les profs d'EPS ont une formation appropriée.

Un outil formidable : la sophrologie.

Accepter le problème (réalité objective) et trouver une solution. Travail sur soi.

Pourquoi les élèves sont en échec scolaire ?

- Relations parents
 - Problèmes de concentration
 - Stress
-etc...

Conséquences :

- Colère
 - blocage
- } Emotions négatives non maîtrisées.

Fonctionnement du cerveau :

2 lobes frontaux = siège de l'intelligence et la maîtrise des émotions

En cas de stress → dysfonctionnement

Stress → adrénaline

Détente → acétylcholine

Développer les émotions positives → diminuer le stress.

Donner du sens

Fixer un objectif réaliste

Faire preuve de gratitude ++++

Il faut diminuer les émotions négatives des élèves.

Reconnaître ses torts. Prof juste. Pas de manque d'empathie.

Le stress a 3 conséquences sur l'élève : élève agressif, élève fugueur, élève inhibé
 Une solution : la démarche des 3 G pour les rendre plus efficaces, les faire progresser, les remotiver.

Ocytocine → diminution du stress et augmentation de la créativité

Endorphine → Augmentation de la dopamine dans les lobes frontaux du cerveau.

Méthode 3G

Débloquer, Concentrer, efficacité, remotivation.

- 1) Gestion apaisée. Déblocage scolaire, confiance, relations positives élèves/enseignants
- 2) Gestion positives des émotions. Sophrologie.
- 3) Gestion efficace du fonctionnement du cerveau. Prise de conscience de ses capacités (potentiel)
- 4) Méthode apprendre à apprendre

1) GESTION APAISEE

Commencer par un diagnostic grâce à un entretien personnel pour mettre en évidence le potentiel, le comportement face à l'apprentissage, le fonctionnement du cerveau : visuel, auditif ou kinesthésique.

Test

Confiance à établir.

Relations de confiance avec les élèves.

Déblocage scolaire, établir une vraie communication, reconnaître en lui un être humain.

Les élèves ont besoin d'être soutenu par les enseignants et les parents.

Changer l'image des enseignants face aux élèves

Expliquer les décisions prises

Gérer les émotions grâce à la sophrologie

Gestion efficace de notre cerveau, prendre conscience que tout élève a le potentiel pour réussir.

Méthode de travail : apprendre à apprendre.

Méthode

1^{er} test : comprendre l'esprit de l'élève

2^{ème} test de capacités exploitées ou non exploitées

3^{ème} test de comportement travail par peur d'être puni ou plaisir de travailler

4^{ème} fonctionnement du cerveau, visuel, kinesthésique, auditive.

L'entretien individuel permet de rentrer en confiance avec les élèves.

Récompenser l'élève quand il fait quelque chose de positif et non le sanctionner.

Une action positive entraîne un point qui compte dans la moyenne.

L'attitude bienveillante des enseignants a incité les élèves à travailler davantage.

Accepter le niveau bas des élèves.

Copie blanche= « faire au moins ça », des choses facile même du niveau de collègue en lycée.

Un professeur médiateur pour que les élèves puisse parler et faire un compte rendu aux autres enseignants.

Un enseignant tuteur que l'élève puisse rencontrer quand il en a besoin.

2) GESTION DES EMOTIONS grâce à la sophrologie

Apprendre à gérer le stress, développer la confiance en eux, aller vers une vie plus positive, développer le sentiment d'existence...

L'école de la conscience humaine en harmonie, transformation positive individuelle.

Par la voie propose à la personne de détendre tous les muscles.et par contamination la détente du cerveau.

Se détendre pour être le plus performant et concentré.

5 minutes de sophrologie tous les matins : préparer le cerveau à accueillir les informations de la journée.

Lobe frontal gauche : siège des émotions positives, c'est celui que l'on développe par la sophrologie.

Projeter les élèves vers un avenir positif.

Séance de 5 minutes : fermer les yeux, penser à un endroit où l'on a été bien puis par la voix

descendre dans les différentes parties du corps : détente, la face, le cou, la colonne tous les muscles, les bras jusqu'aux mains les cuisses jusqu'aux pieds.

Puis se centrer sur la respiration : gonfler le ventre en inspirant plusieurs fois.

Pour revenir à la conscience respiration par 3 inspirations de plus en plus grandes, étirer les bras et les jambes puis ouvrir tranquillement les yeux.

3) GESTION MENTALE Motivation si espoir de réussite ou de récompense.

Effet pygmalion : regard positif permet le progrès des élèves et l'inverse les conduit à l'échec.

Cycle positif, spirale de la réussite sui le regard est positif au départ.

La motivation ne fonctionne que si j'ai un espoir de réussir.

Les objectifs à atteindre doivent être réalisables. Se mettre à la portée des élèves.

4) Apprendre à apprendre

2 hémisphères :

Droit : intuition, globalité, image, ressenti

Gauche : logique, analyse, parole, détail

En cas de stress blocage du corps calleux. Le cerveau ne fonctionne plus en complémentarité mais un côté uniquement. → Problème de compréhension, mémorisation....

Exercice pour débloquer : main opposée avec jambe opposée : sauter d'une jambe sur l'autre en touchant les genoux

5 minutes par jour.

Le cerveau reptilien est le cerveau réflexe, si je contracte tous les muscles postérieurs je suis en réaction de défense.

Aider les élèves à détendre les muscles postérieurs.

3 catégories : les sensitifs, les auditifs, les visuels. Mettre des images, des commentaires, et une relation de confiance.

Les sensitifs ont besoin de ressentir dans leur corps. Les auditifs doivent se parler pour apprendre, les visuels lire leur cours.