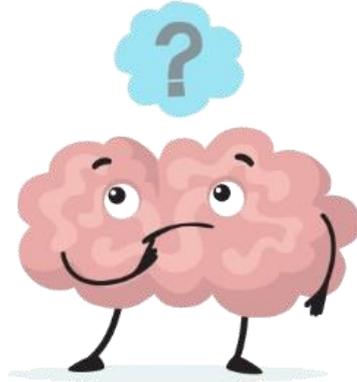


# Quelques notions en plus

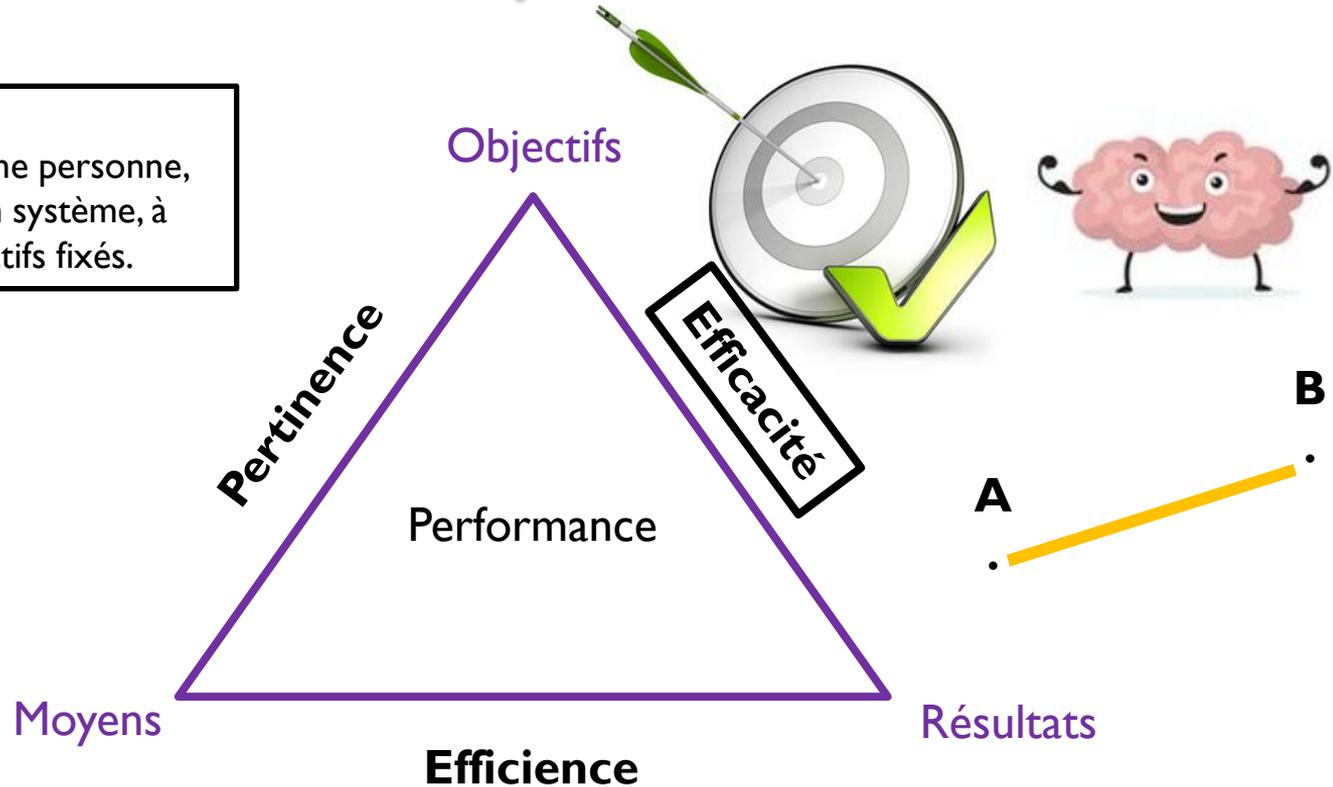


Effizienz /efficacité

Stratégies

# Quelques notions en plus

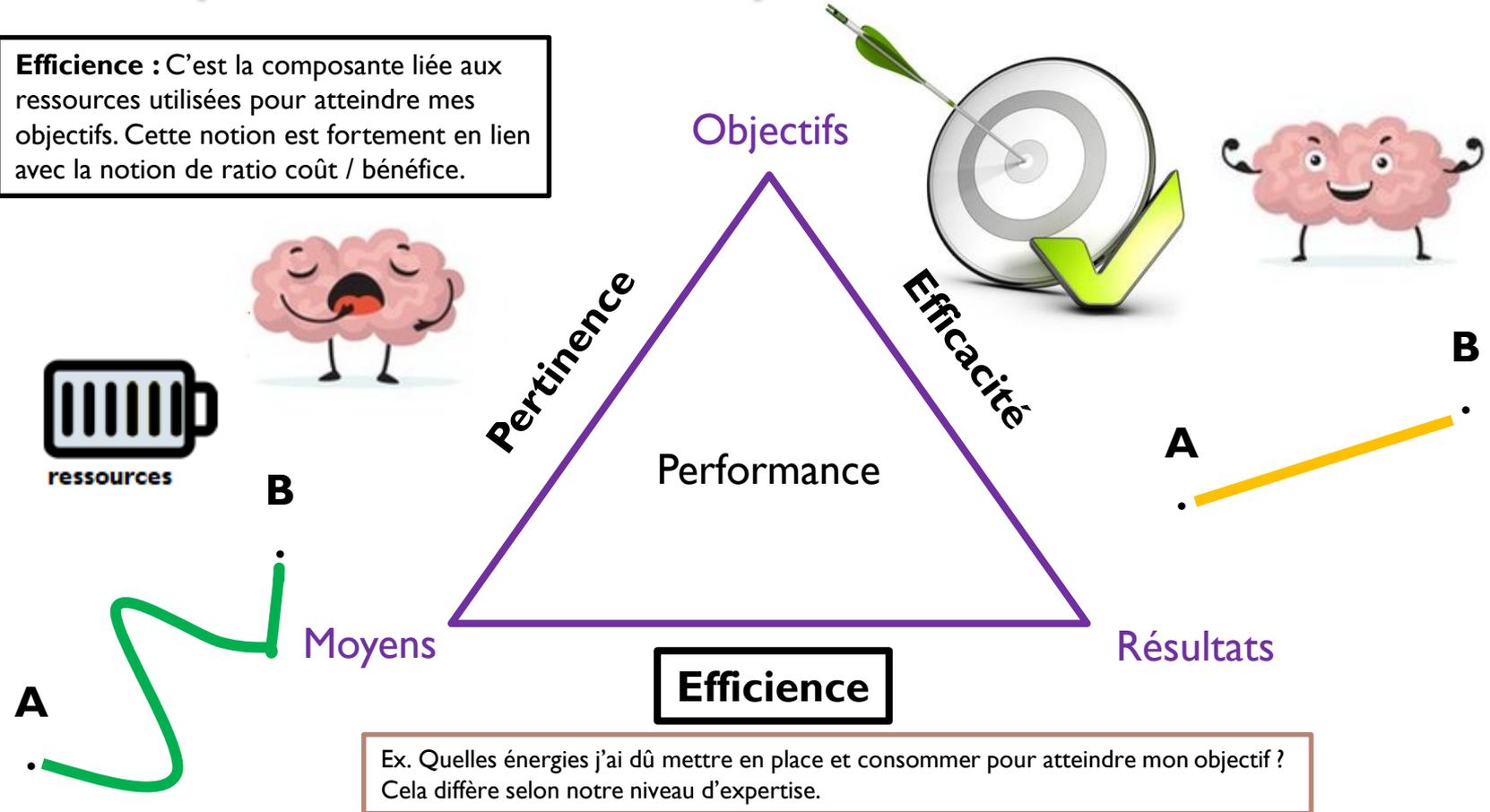
**Efficacité :**  
c'est la capacité d'une personne, d'un groupe ou d'un système, à parvenir à ses objectifs fixés.



Ex. je me fixe l'objectif de gagner mon match avec un bon score. J'ai réussi à atteindre cet objectif : Oui – non ?

# Quelques notions en plus

**Efficience** : C'est la composante liée aux ressources utilisées pour atteindre mes objectifs. Cette notion est fortement en lien avec la notion de ratio coût / bénéfice.

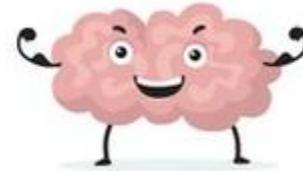


Ex. Quelles énergies j'ai dû mettre en place et consommer pour atteindre mon objectif ?  
Cela diffère selon notre niveau d'expertise.

# Quelques notions en plus

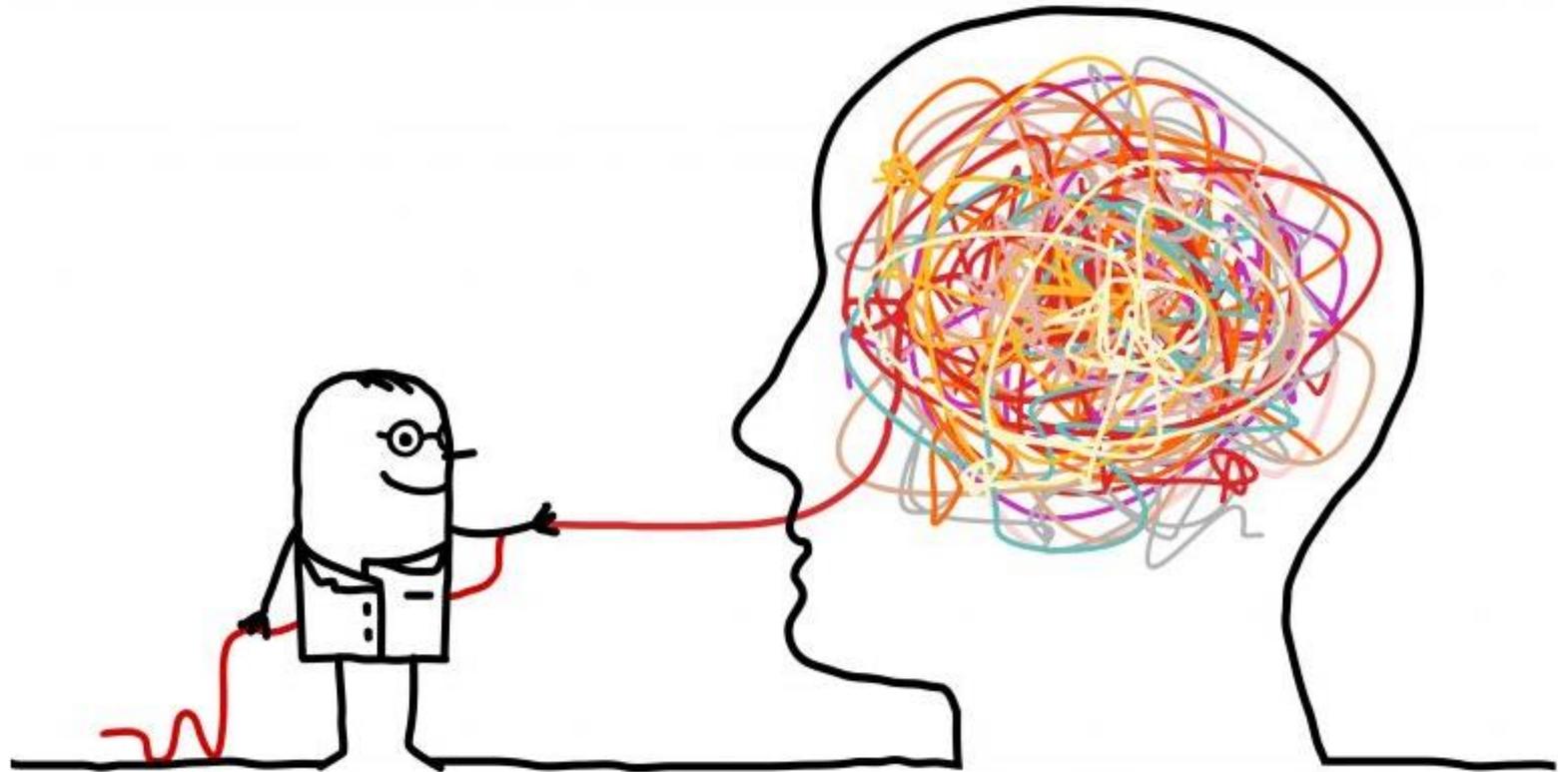


Effcience /efficacité



Être efficient, c'est être également efficace.  
En revanche, être efficace ne veut pas dire que l'on est forcément efficient.

# Quelques neuromythes



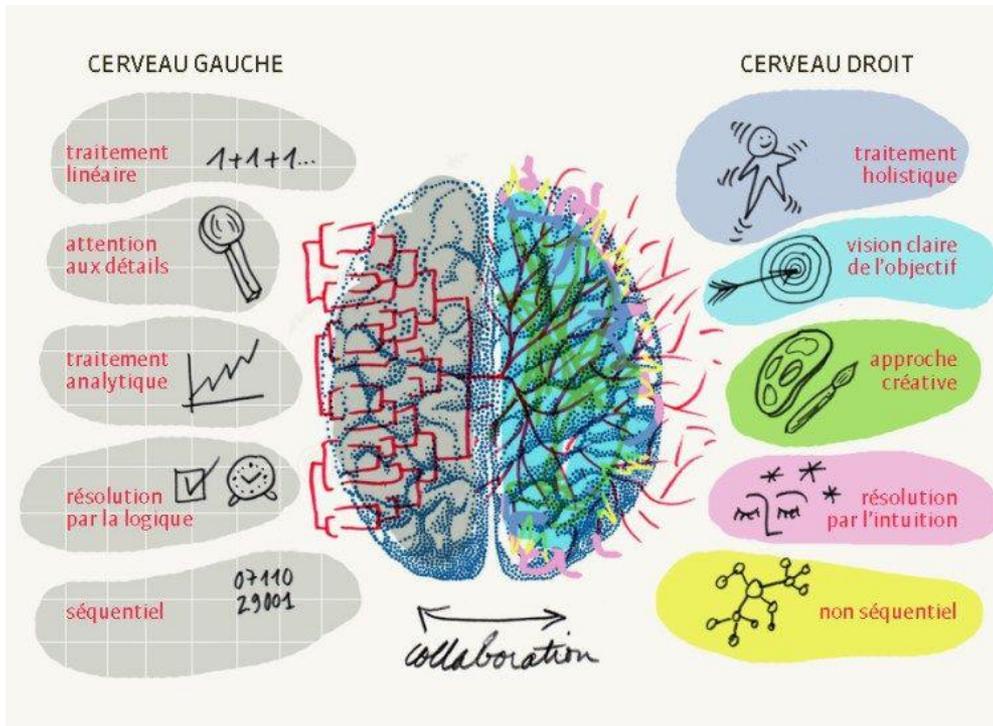
# Quelques neuromythes

- Nous sommes cerveau droit ou cerveau gauche.



# Quelques neuromythes

- Nous sommes cerveau droit ou cerveau gauche.



**FAUX**

# Quelques neuromythes

- Un souvenir est-il fiable ?



# Quelques neuromythes

- Un souvenir est-il fiable ?



**FAUX**

Le souvenir est une **reconstruction**, une sorte de puzzle.

Il est conservé mais surtout **déformé** aux cours des années.

→ jusqu'à devenir parfois des **faux souvenirs**.

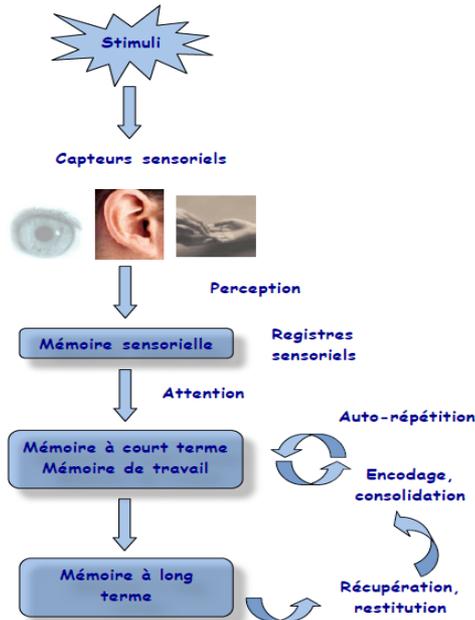
# Quelques neuromythes

- Avoir une bonne ou mauvaise mémoire.



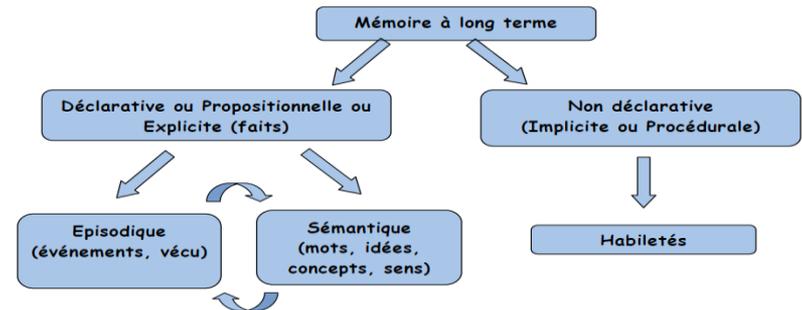
# Quelques neuromythes

- Avoir une bonne ou mauvaise mémoire.



*Cheminement de l'information (du stimulus) dans les différentes mémoires. Ce modèle sériel rappelle le modèle cognitif simplifié proposé par Atkinson & Shiffrin en 1968.*

**FAUX**



*Un modèle d'organisation de la mémoire à long terme*

# Quelques neuromythes

- Avoir une bonne ou mauvaise mémoire.

**FAUX**

Nous avons 150 zones de mémoires dont des excellentes et d'autres médiocres.

Dire : « Je perds la mémoire », c'est donc faux.

➔ Nous perdons une micro-partie d'une mémoire.



# Quelques neuromythes

- Développer sa mémoire sémantique en apprenant par cœur.



# Quelques neuromythes

- Développer sa mémoire sémantique en apprenant par cœur.

Mémorisation

**Le "par cœur" est un apprentissage fragile car il exclut le sens.**



**FAUX**