

- Préface
- Avant-propos
- Introduction

Partie scientifique

- Contrôle cognitif et apprentissages
- Le développement cognitif de l'enfant
- Le développement cérébral
- L'éducation au contrôle cognitif

Séquences pédagogiques

Mode d'emploi des séquences pédagogiques

Mon cerveau : ma boîte à trésors

- Séance 1. Dessine-moi ce qu'il y a dans ta tête
- Séance 2. A quoi ressemble un cerveau ? Peut-on voir le cerveau ? Comment ?
- Séance 3. Avons-nous tous un cerveau ?
- Séance 4. Est-ce que mon cerveau grandit ?
- Séance 5. A quoi ça sert un cerveau ?
- Séance 6. Qu'est-ce qui se passe dans mon cerveau quand je fais quelque chose ?
- Séance 7. Est-ce que je peux aider mon cerveau à mieux apprendre ?

Se concentrer, c'est réussir

- Prise de conscience de l'attention. Qu'est-ce que l'attention ?
- Séance 1. Ecoute instrumentale
- Séance 2. Recherche visuelle
- Séance 3. Jeu de tri par le toucher
- Résumé des séances sur l'attention

Stop ! Réfléchis avant d'agir

- Prise de conscience de l'inhibition
- Séance 1. Mime les animaux !
- Séance 2. Le jeu des instruments
- Séance 3. Chameau/chamois
- Résumé des séances sur l'inhibition

Change de chemin

- Prise de conscience de la flexibilité
- Séance 1. Trace ton chemin
- Séance 2. Le jeu des prénoms
- Séance 3. Joue avec les cartes
- Résumé des séances sur la flexibilité

L'attrape-piège

- Présentation de l'attrape-pièce
- Séance 1. Respect d'une consigne
- Séance 2. Le nombre et l'espace
- Séance 3. Jour avec les syllabes et les sons

Conclusion