

Les fondements de la méthode SequoiaEducation

Partie 1 : Modes de fonctionnement du cerveau



Systeme 1 : automatique

- Il fonctionne de manière automatique et intuitive
- Il ne permet pas d'avoir de certitude
- Rapide ! Mais approximatif...



Systeme 2 : logique

- Il fonctionne de manière logique et rationnelle
- Si on a toutes les données, il permet d'avoir des certitudes
- Il nécessite de prendre son temps... mais il est fiable !



Systeme 3 : inhibiteur

- Il permet de passer du système 1 au système 2
- Il permet d'éviter les pièges



Les exercices que nous vous proposons permettent de développer et **renforcer le système 2 et le système inhibiteur**, qui sont bien souvent négligés dans les apprentissages, ce qui peut être une cause de difficultés scolaires.

L'objectif n'est pas d'arrêter d'utiliser le système 1, mais plutôt de **restaurer l'équilibre entre ces trois systèmes**, car très souvent, le système automatique est bien plus utilisé que les autres.

Nos exercices visent donc à développer les systèmes qui sont généralement en retard afin que le cerveau puisse **fonctionner de manière harmonieuse**.

Partie 2 : Fonctions exécutives

Les fonctions exécutives peuvent être considérées comme les "compétences du cerveau". Il est donc très important de les maîtriser le mieux possible, puisqu'elles sont à **la base de la plupart des apprentissages**.

On a, par exemple, la mémoire de travail, l'attention, la planification, etc.



Fondements de la méthode SequoiaEducation

Le fait d'entraîner et de faire progresser ces fonctions exécutives **va produire des améliorations** dans la plupart des autres apprentissages.

Les fonctions exécutives étant des compétences cérébrales, et non des compétences scolaires, elles peuvent **aisément être travaillées avec des jeux**, sans que l'enfant ait l'impression de travailler. C'est notamment sur cela que repose la méthode de Sequoia Education.

Partie 3 : Approches multi-sensorielles et parole 🦻

Les approches multi-sensorielles sont de plus en plus utilisées dans le monde. Elle consiste à solliciter plusieurs sens de manière synchronisée pour **stimuler plusieurs zones du cerveau en même temps**, et ainsi créer de meilleures connexions et consolider les apprentissages.

On essaiera donc d'impliquer au maximum la vue, le geste, l'ouïe et la parole dans les apprentissages.

En plus de l'ouïe, nous précisons **le rôle important de la parole** car elle est au cœur de notre méthode. Il est essentiel qu'elle soit utilisée le plus possible durant les apprentissages, de préférence en même temps que la vue ou le geste.