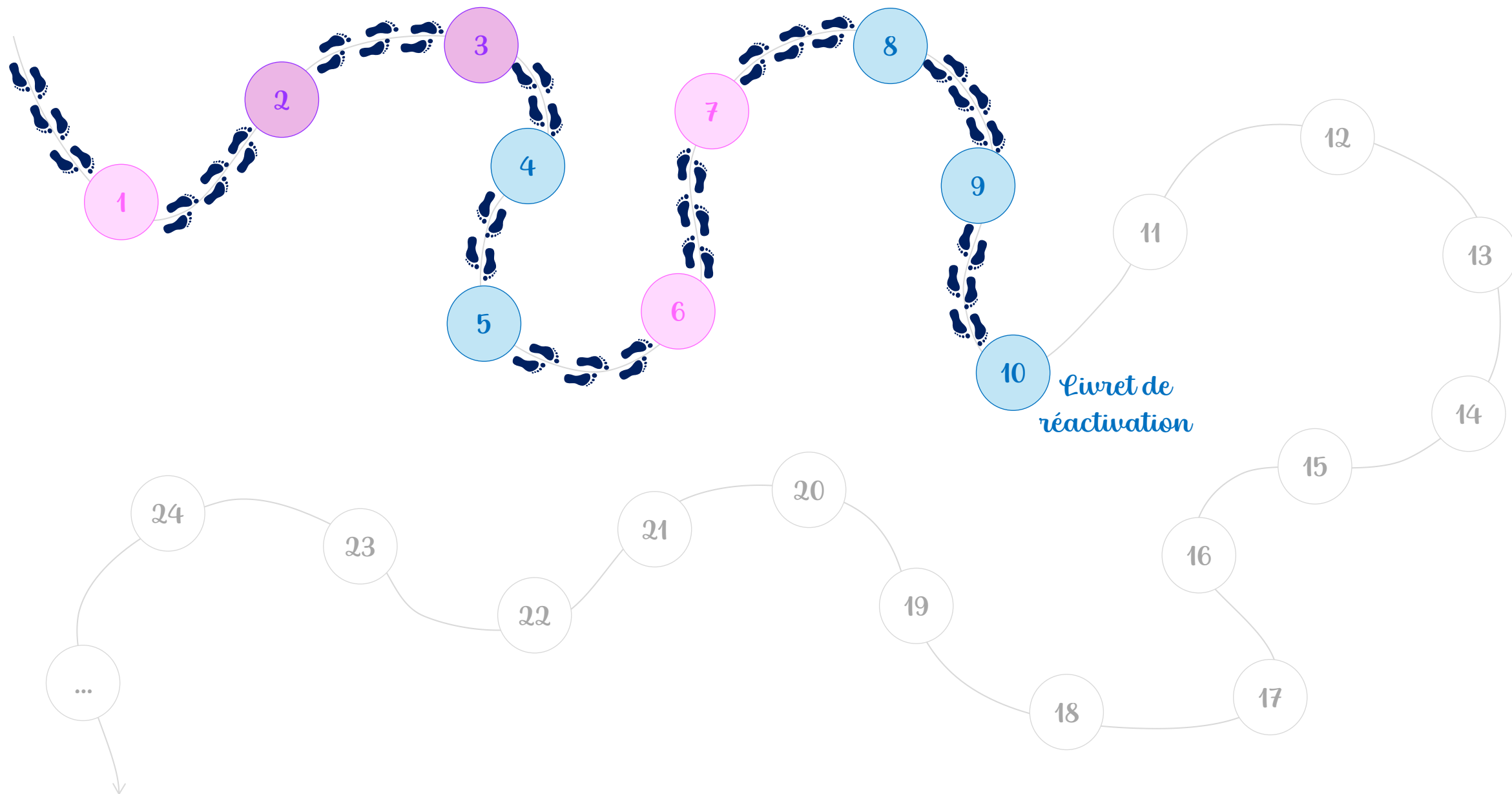





Des petits pas en petit pas sur le chemin des CP5 (année scolaire 2025-26)



CPS Cognitives
COGNITIVES

Renforcer sa conscience de soi
CC1.1 Accroître sa connaissance de soi CC1.2 Savoir penser de façon critique
CC1.3 Connaître ses valeurs, besoins et buts CC1.4 Prendre des décisions constructives
CC1.5 S'auto-évaluer positivement
CC1.6 Renforcer sa pleine attention
Renforcer sa maîtrise de soi et son accomplissement
CC2.1 Atteindre ses buts personnels
CC2.2 Gérer ses impulsions
CC2.3 Résoudre des problèmes de façon créative et efficace CC2.4 Savoir demander de l'aide

CPS émotionnelles
ÉMOTIONNELLES

Renforcer sa conscience des émotions
CE1.1 Comprendre les émotions
CE1.2 Identifier les émotions
Réguler ses émotions et son stress
CE2.1 Exprimer ses émotions de façon constructive
CE2.2a Réguler ses émotions agréables CE2.2b Réguler ses émotions désagréables
CE2.3 Comprendre et gérer son stress

CPS Sociales
SOCIALES

Développer des relations constructives
CS1.1 Communiquer de façon efficace et positive
CS1.2 Communiquer de façon empathique
CS1.3 Développer des liens et des comportements prosociaux
Résoudre des difficultés relationnelles
CS2.1 S'affirmer et résister à la pression sociale par l'assertivité et le refus
CS2.2 Résoudre les conflits de façon constructive

Approche CPS...
<input type="checkbox"/> Décrochée du cours
<input checked="" type="checkbox"/> Intégrée au cours
↓
<input checked="" type="checkbox"/> Mathématiques
Compétences
<input type="checkbox"/> Chercher <input type="checkbox"/> Représenter <input type="checkbox"/> Modéliser <input type="checkbox"/> Raisonner <input type="checkbox"/> Calculer <input type="checkbox"/> Communiquer
Connaissances
Notion ciblée par les fiches de réactivation planifiées
<input checked="" type="checkbox"/> Temps de classe
<input type="checkbox"/> Entrée en classe <input checked="" type="checkbox"/> Début de cours de chaque premier cours de la semaine <input type="checkbox"/> Changement d'activité <input type="checkbox"/> ...

RÉACTIVATION (3) : livret de réactivation

Mode : Rituel INTÉGRÉ à la fin de chaque chapitre et au dé

Durée : 2' à 10' par fiche selon le moment (remplissage ou réactivation)

Quand ? À la fin de chaque chapitre et au début de chaque 1^{er} cours de la semaine.

Déroulement en deux temps :

- **Pour compléter** : à la fin de chaque chapitre, on ouvre d'abord le livret à la page du planning (cf page suivante) pour programmer les réactivations dans l'année à J+1, J+7, J+30, J+60, J+120, J+240. Ensuite, on prend la fiche concernée, et on complète ensemble les réponses aux questions essentielles du chapitre. En parallèle, les élèves se positionnent dans la colonne J+1 avec une coche verte, un OK ou le code de leur choix s'ils avaient la bonne réponse, ou avec une coche rouge, un KO ou le code de leur choix s'ils ne l'avaient pas « encore »*.
- **Pour réactiver** : lors du premier cours de la semaine, la 1^{re} activité consiste à remplir ce livret. On regarde le planning et on repère tous les chapitres à réactiver pour cette semaine. Les élèves prennent les pages correspondantes. Ils cachent les réponses, formulent une réponse, la vérifie et remplit la colonne J+7 ou J+30 etc. avec le code retenu en début d'année.

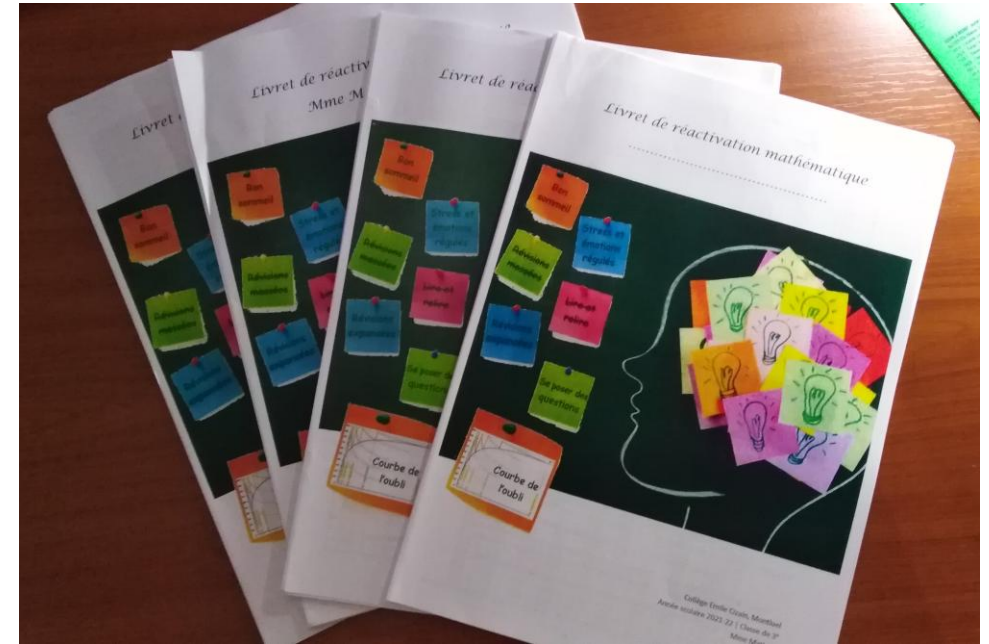
Compétences en jeu :

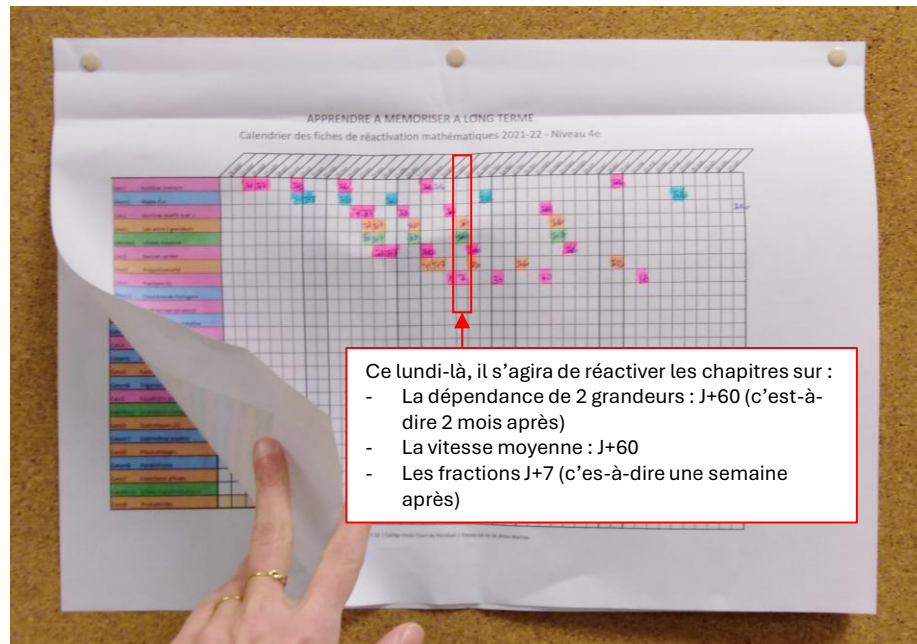
CPS cognitive : « atteindre ses objectifs personnels » (en particulier ici celui de mémoriser à long terme les notions mathématiques) et « s'autoévaluer positivement » (il est rappelé la patience et la bienveillance dont il faut faire preuve dans les apprentissages surtout pour un point pas « encore » approprié. Avec des efforts, de la régularité et de bonnes stratégies l'appropriation des connaissances se fera dans le temps).

Quelques mots :

Les élèves ne voient pas tout de suite les bénéfices de cet outil. Il faut attendre quelques semaines pour qu'ils se l'approprient. On pourrait faire le choix de cette mémorisation à la maison, mais je choisis de consacrer du temps en classe pour ritualiser, accompagner, rappeler les consignes, encourager. Au fil du temps, les élèves gagnent en autonomie et en confiance en voyant concrètement leurs efforts porter leurs fruits. Il n'est pas rare que l'année suivante, les élèves qui ne m'ont plus viennent demander le nouveau livret. De même, lorsque les anciens élèves reviennent donner de leurs nouvelles, ils me reparlent de ce livret qui les a beaucoup aidés.

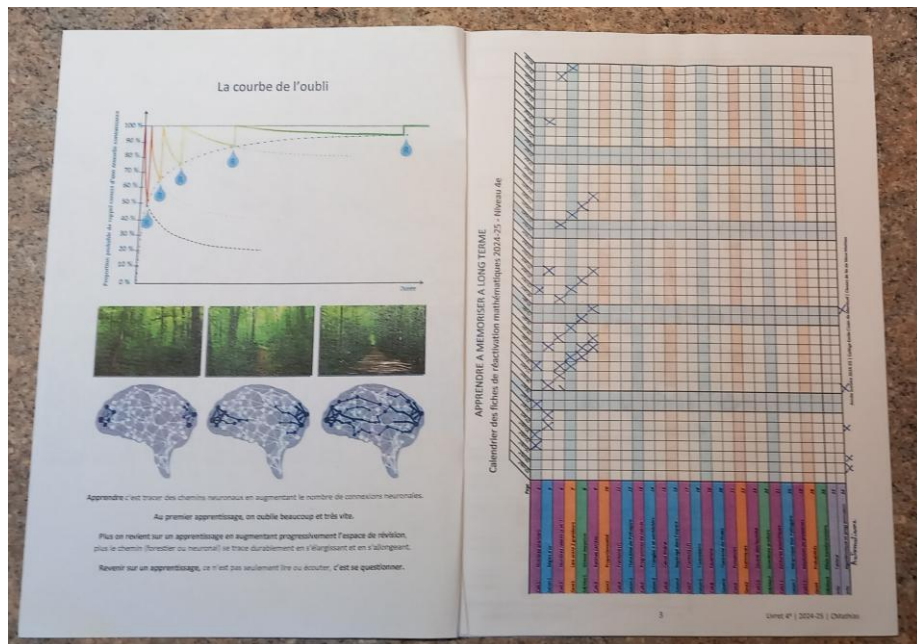
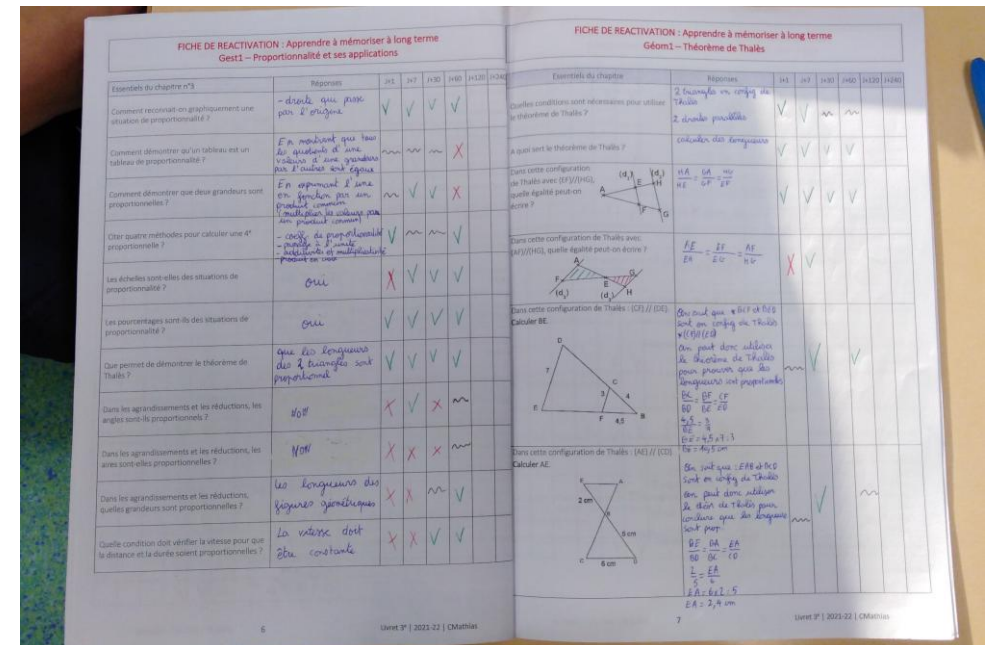
* Clin d'œil au « The power of yet » de Carol Dweck qui a beaucoup travaillé sur les états d'esprits et dont je vous recommande [son TedX à ce sujet](#) et ses ouvrages.





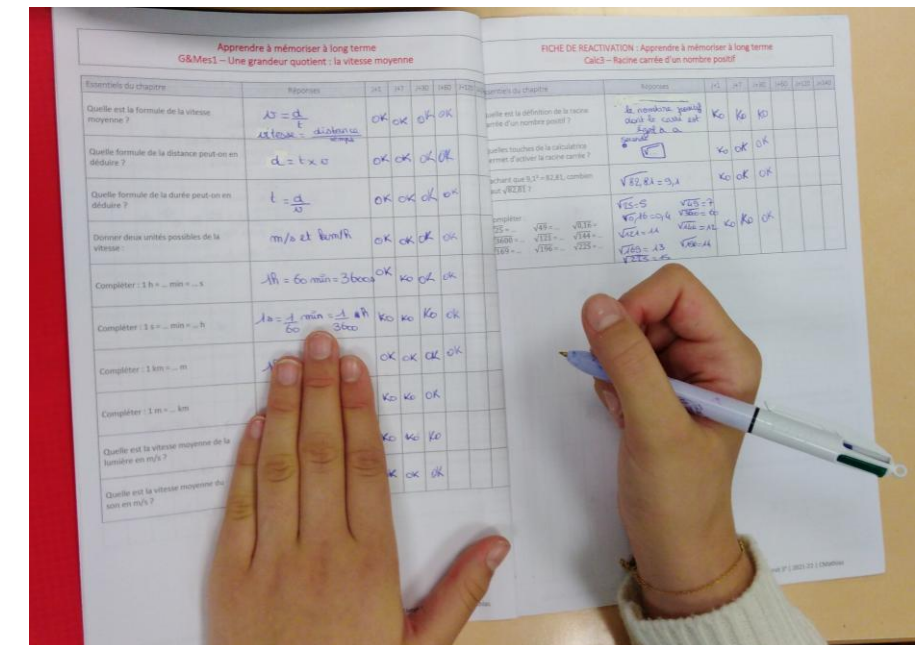
À gauche :

- Le planning annuel de réactivation en A3 affiché en classe, qui sert en début de semaine pour recenser tous les chapitres à réactiver
- Les premières pages du livret de réactivation des élèves avec la courbe de l'oubli, une représentation imagée de la plasticité cérébrale puis le planning de réactivation que les élèves complètent de leur côté au fil des chapitres.



À droite :

- Un extrait de livret avec l'évolution de la mémorisation sur deux mois, qui permet d'une part l'autoévaluation par les élèves, d'autre part de visualiser leur progression et orienter leurs efforts
- Une élève en action, qui cache avec sa main ses réponses pour formuler la sienne mentalement avant de vérifier et se positionner dans la colonne.



FICHE DE RÉACTIVATION : Apprendre à mémoriser à long terme						
Calc1 - Nombres relatifs et leurs différentes écritures						
Essentiels du chapitre n°2	Réponses	J+1	J+7	J+30	J+60	J+120
Que signifie « retrancher » ?	soustraire					
Que revient à faire : « soustraire un nombre relatif » ?	Ajouter son opposé	?				
Que revient à faire : « diviser par un nombre relatif » ?	Multiplier par son inverse	?				
Quel est l'opposé de 7 ?	-7					
Quel est l'inverse de 7 ?	$\frac{1}{7}$					
Quel est l'inverse de 5 en écriture fractionnaire puis décimale ?	$\frac{1}{5} = 0,2$?				
Quel est le double de 10 ?	20					
Quelle est la moitié de 20 ?	10					
Quelle est l'écriture décimale de 10^4 ?	10 000					
Quelle est l'écriture décimale de 10^{-4} ?	0,0001					
Ecrire 10 000 000 avec une puissance :	10^7					
Ecrire 0,000 01 avec une puissance :	10^{-5}					
Que vaut 10^0 ?	1					
Que vaut 10^1 ?	10					
Donner l'écriture scientifique de 7 940 000 :	$7,94 \times 10^6$?				
Donner l'écriture scientifique de 0,000 085 2 :	$8,52 \times 10^{-5}$					
Quelles puissances de 10 représentent les préfixes : Méga / Giga / Tera ?	$10^6 / 10^9 / 10^{12}$					
Quelles puissances de 10 représentent les préfixes : micro / nano / pico ?	$10^{-6} / 10^{-9} / 10^{-12}$					

- Zoom sur une fiche de réactivation avec :
- un code rouge/vert/?
 - une visualisation claire pour l'élève pour sa progression vers son objectif de mémorisation

Exemple d'un élève en action cachant les réponses avec un post'it

FICHE DE RÉACTIVATION : Apprendre à mémoriser à long terme						
Calc1 - Nombres premiers						
Essentiels du chapitre n°1	Réponses	J+1	J+7	J+30	J+60	J+120
Qu'est-ce qu'un nombre premier ?	Un nombre divisible seulement par 1 et lui-même	✓	✓	✓	✓	
Quand est-ce qu'un nombre est divisible par 2 ?	Un nombre entier pair	✓	✓	✓	✓	
Quand est-ce qu'un nombre est divisible par 5 ?	Un nombre entier se terminant par 0 ou 5	✓	✓	✓	✓	
Quand est-ce qu'un nombre est divisible par 3 ?	Un nombre entier dont la somme des chiffres est un multiple de 3	✓	✗	✓	✓	
Quand est-ce qu'un nombre est divisible par 9 ?	Un nombre entier dont la somme des chiffres est un multiple de 9	✓	✓	✓	✓	
41 est-il un nombre premier ? Pourquoi ?		✗	✗			
105 est-il un nombre premier ? Pourquoi ?		✗	✓			
Parmi les décompositions suivantes de 300, quelle est celle qui est la décomposition en produits de facteurs premiers ? a) $300 = 100 \times 200$ b) $300 = 30 \times 10$ c) $300 = 2^3 \times 3 \times 5^2$		✗	✓			
Quelle est la réciproque de la phrase suivante ? Si j'habite dans l'Ain, Alors je suis français.			✓			
Si une proposition est vraie, la réciproque est-elle forcément vraie ?			✓			
Si proposition est vraie, la contraposée est-elle vraie ou fausse ?			✗			

Exemple d'un autre code couleur

FICHE DE RÉACTIVATION : Apprendre à mémoriser à long terme						
Calc1 - Nombres premiers						
Essentiels du chapitre n°1	Réponses	J+1	J+7	J+30	J+60	J+120
Qu'est-ce qu'un nombre premier ?	C'est un nombre divisible seulement par 1 et lui-même					
Quand est-ce qu'un nombre est divisible par 2 ?	Un nombre entier pair					
Quand est-ce qu'un nombre est divisible par 5 ?	Un nombre entier se terminant par 0 ou 5					
Quand est-ce qu'un nombre est divisible par 3 ?	Un nombre entier dont la somme des chiffres est un multiple de 3					
Quand est-ce qu'un nombre est divisible par 9 ?	Un nombre entier dont la somme des chiffres est un multiple de 9					
41 est-il un nombre premier ? Pourquoi ?	Oui car 41 est divisible par 1 et lui-même.					
105 est-il un nombre premier ? Pourquoi ?	Non car 105 a d'autres diviseurs que 1 et 105.					
Parmi les décompositions suivantes de 300, quelle est celle qui est la décomposition en produits de facteurs premiers ? a) $300 = 100 \times 200$ b) $300 = 30 \times 10$ c) $300 = 2^3 \times 3 \times 5^2$	a) Non car c'est une somme. b) Non car on ne peut pas décomposer 300 en produits de facteurs premiers. c) Oui.					
Décomposer 780 en produit de facteurs premiers	$780 = 2^2 \times 3 \times 5 \times 13$					
Quelle méthode permet de déterminer les nombres premiers ?	Le crible d'Ératosthène					
Division euclidienne de 73 par 9	$73 = 9 \times 8 + 1$					