

La chasse aux infos Liste N°1

5 minutes. Un point par concept. Deux points par définition correcte.

1. **Carte conceptuelle** : Une carte conceptuelle est un outil graphique qui représente visuellement les liens entre des concepts ou des idées.
2. **Concentration** : La concentration est un processus mental qui permet de focaliser son attention sur un objet précis.
3. **Contrôle inhibiteur** : Capacité à éviter d'être distrait par des stimuli non pertinents afin de poursuivre la réalisation d'une tâche et empêcher la production d'une réponse réflexe. Le contrôle inhibiteur permet de ne pas laisser les distractions nous déconcentrer, d'attendre notre tour pour parler ou pour agir, de gérer nos émotions et de faire preuve de persévérance.
4. **Double-tâche** : Lorsqu'une tâche demande beaucoup d'énergie attentionnelle, il est très difficile de l'exécuter en même temps qu'une autre (= double-tâche). Notre niveau d'énergie étant constant à un moment donné, l'attention sera divisée entre les différentes tâches.
5. **Elagage synaptique** : lorsque nous ne réactivons pas une information, les connexions synaptiques qui permettent d'en garder une trace dans le cerveau s'affaiblissent jusqu'à être éliminées : il s'agit du processus d'élagage synaptique.
6. **Fiche contenu** : Carte conceptuelle qui permet d'avoir une vue d'ensemble d'un contenu d'information.
7. **Mémoire à long terme** : la mémoire à long terme correspond à celle qui permet de garder une information sur une période de temps très longue.
8. **Mémoire épisodique** : souvenir des événements vécus dans leur contexte (date, lieu, météo, etc.)
9. **Mémoire sémantique** : souvenir des concepts et des informations générales sur le monde.
10. **Neuf enjeux du travail en équipe** : 1) Créer une dynamique d'équipe 2) Concevoir un projet commun 3) Prendre des décisions 4) Définir et attribuer les rôles 5) Travailler en mode collaboratif 6) Réguler les conflits 7) Accueillir un nouveau membre 8) Partager les informations 9) Evaluer et célébrer le travail accompli
11. **Neurone** : nom spécifique des cellules qui composent notre cerveau.
12. **Procrastination** : Propension à toujours remettre à plus tard.
13. **Pyramide de Maslow (6 ensembles de besoins)** : 1) Besoins physiologiques 2) Besoin de sécurité 3) Besoin d'appartenance 4) Besoin d'estime 5) Besoin d'accomplissement 6) Besoin de sens.
14. **Surcharge cognitive** : La surcharge cognitive correspond à un état mental où un individu ne dispose pas des ressources cognitives (= connaissances et compétences) suffisantes pour effectuer une tâche de manière aisée. Trop d'opérations mentales sont nécessaires. C'est trop compliqué.
15. **Taxonomie de Bloom** : classification en 6 niveaux du processus d'acquisition des connaissances : 1) connaître 2) comprendre 3) appliquer 4) analyser 5) synthétiser 6) évaluer.