

Recueil des méthodes pédagogiques

Avant, pendant et après la formation

Avant le début de la session de formation

- Questionnaires de recueil des besoins et attentes,
- Questionnaires ou test de connaissances sur le thème,
- Entretien individuel ou collectif

Pour rappel, il est important de préciser que pour chaque session nous nous efforçons de :

- Centrer la pédagogie sur l'apprenant,
- Lever les freins avant d'avancer et éveiller le désir,
- Procurer ou retrouver du plaisir,
- Focaliser l'attention des participants,
- Jouer avec les émotions,
- Renforcer la mémorisation,
- Connecter la tête et le corps,

Pendant la session de formation

Les méthodes classiques :

Méthodes de **l'exposé et de la démonstration**. Ces deux méthodes consistent à injecter un savoir tout prêt, "prédigéré". Elles sont utilisées en réponse à des objectifs de savoir et ébauche de savoir-faire.

Les plus	Les moins
Méthode rapide et qui permet de maîtriser le temps, les conditions matérielles	Atomisation des connaissances
Méthode parfois indispensable (apprentissage de codes, règles etc.)	Caractère abstrait des apprentissages qui ne font pas appel à la résolution de problème, ou à la réalité du contexte professionnel
	Ne favorise pas l'autonomie de l'apprenant

Les méthodes actives :

- **Méthode interrogative** : questions, questionnaires, quizz, réponses
- **Témoignage**
- **Exercices de discussion** : groupes, débats, plénières
- **Création** : méta plan, post-it, chansons, posters, poèmes, carte heuristique
- **Synthèse** : listing, schéma, data, dessin
- **Liste de contrôle** : repères, références, objectifs, éléments clés
- **Tour de table** : avec ou sans support
- **Temps de réflexion** : individuel et personnel, cahier de bord
- **Formation en situation réelle**
- **Études de cas** : situation vécue, fiction, projection
- **Jeux de rôle**
- **Simulation** : jeux de mimes, miroir, mémorisation
- **Utilisation de représentations visuelles et graphiques** : diagrammes, photos, vidéos
- **Travail en groupes** : petit groupes, sous-groupes, retransmission en plénière
- **Résolution de problèmes** : analyse, évaluation, S.W.O.T
- **La formation individualisée**, à distance ou non, avec un suivi individualisé et des étapes de regroupements.

En réponse à des objectifs de savoir-faire plus complexes, en ébauche de savoir être.

Les méthodes actives sont centrées sur l'apprenant et son auto-développement. Elles partent du principe que nous apprenons mieux lorsque nous sommes engagés personnellement dans l'action. Les méthodes actives s'appuient sur la pédagogie de la découverte. A partir d'une expérience, d'une situation donnée, l'apprenant fait un travail d'analyse qui lui permet de lui-même d'abstraire et de découvrir les principes, les règles. Il procède par tâtonnement et l'erreur est source de progrès.

Les plus	Les moins
Motivation Meilleure mémorisation Accroît la confiance en soi Favorise l'autonomie et la créativité	Demande beaucoup de temps N'est pas applicable pour tout Risque de confusion de l'essentiel avec l'accessoire Difficulté à formuler les principes généraux applicables systématiquement dans les mêmes situations

En fin de formation

- **L'évaluation intermédiaire à la fin de chaque séquence ou atelier** : Évaluation des réactions, des performances, de l'impact et de l'appropriation des techniques
- **L'évaluation finale des connaissances** : auto-évaluation, grille d'objectifs à atteindre, quizz final, tour de table, bilan à chaud
- **La mise en place de plan et de suivi post formation** : plan individuel ou collectif, axe de progression, bilan à froid, retour sur expérience
- **La documentation et les exercices sont disponibles pour les formateurs via l'outil DIGIFORMA.** Les éléments sont envoyés par mail par l'équipe SOSWEETLIFE aux formateurs à leur demande.
- **La documentation pour les apprenants est :**
 - Envoyé par DIGIFORMA