

# Les doigts dans le cerveau

Bibliographie

[www.hep-bejune.ch](http://www.hep-bejune.ch)

Haute Ecole Pédagogique - BEJUNE



Nous vous proposons ci-dessous une sélection de documents récents, disponibles dans les médiathèques de la HEP-BEJUNE. Vous pourrez les consulter sur place lors de votre visite, ou en emprunter quelques-uns.

# Cerveau

## Livres

---



### **Apprendre par le mouvement : découvrez le Brain gym et ses bienfaits**

*Dennison, Paul Ehrlich*  
Sully, 2014

Présentation de l'éducation kinesthésique et de sa composante, le Brain Gym, fondée sur l'interdépendance entre mouvement, compréhension et développement cérébral.

---



### **Le cerveau**

*Rostène, William*  
*Epelbaum, Jacques*  
Le Pommier, 2015  
(Les minipommes ; 50)

Louis s'endort à la lecture du livre Le Petit Prince. Il rêve qu'il part pour un voyage fantastique à la découverte du cerveau en compagnie de ses amis. M. Neurone les guide à la découverte des sens, de l'émotion, de la faim et de la soif.

---

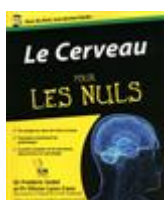


### **Le cerveau de votre enfant : manuel d'éducation positive pour les parents d'aujourd'hui : 12 leçons illustrées**

*Siegel, Daniel J.*  
*Paine-Bryson, Tina*  
Les Arènes, 2015

Propose des éléments de base à la portée des parents pour comprendre et agir. Chaque chapitre présente une connaissance sur le cerveau et les techniques pour intégrer ce savoir au quotidien de l'enfant.

---



### **Le cerveau pour les nuls**

*Sedel, Frédéric*  
*Lyon-Caen, Olivier*  
First Editions, 2010  
(Pour les nuls)

Des éminents neurologues mettent leurs connaissances à portée de tous : fonctionnement du cerveau, anatomie, pathologies liées au cerveau.

---



### **Chapeau, cerveau !**

*Panafieu, Jean-Baptiste de*

Casterman : Cité des sciences & de l'industrie, 2015

Organisé en doubles pages thématiques, cet album explore les différentes fonctions du cerveau humain : bouger, voir, goûter, ressentir, imaginer, rire, parler, etc.

---



### **Des idées plein la tête : exercices axés sur le développement cognitif et moteur**

*Daigneault, Geneviève*

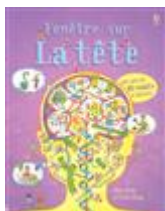
*Leblanc, Josée*

Chenelière-McGraw-Hill, 2003

(Chenelière/Didactique. Apprentissage)

Cet ouvrage offre un support théorique et de nombreux exercices pour soutenir les habiletés cognitives et motrices des enfants âgés de 5 à 12 ans.

---



### **Fenêtre sur la tête**

*Frith, Alex*

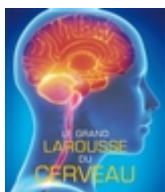
*King, Colin*

Usborne, 2008

(Fenêtre sur...)

Un voyage à l'intérieur du cerveau humain avec des schémas, des illustrations et des explications présentant ses principales fonctions. Avec plus de 80 rabats à soulever pour découvrir des détails supplémentaires.

---



### **Le grand Larousse du cerveau**

Larousse, 2015

Pour comprendre tous les mystères du cerveau humain à travers des imageries médicales, des schémas fonctionnels, etc.

---



### **Peut-on manipuler notre cerveau ?**

*Marendaz, Christian*

Le Pommier, 2015

(Les + grandes petites pommes du savoir ; 10)

Réflexions autour des différentes techniques comme la méditation, la neurostimulation, le neurofeedback, qui s'emploient à agir sur le cerveau mais dont les buts sont plus ou moins avouables : dépasser certains handicaps psychomoteurs, faciliter les apprentissages ou influencer les comportements.

---



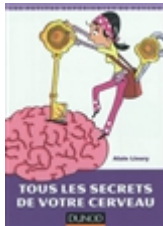
### **Le plaisir d'apprendre en mouvement avec le brain gym**

Erasme, 2014

(A la rescousse. Corps et apprentissage)

Une méthode qui met en lien les mouvements corporels et les fonctions cérébrales impliquées dans l'apprentissage et la perception. Les exercices détaillés comprennent 26 mouvements faciles à réaliser pour développer les facultés cognitives des élèves.

---



### **Tous les secrets de votre cerveau**

Lieury, Alain

Dunod, 2012

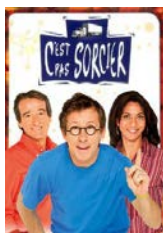
(Les petites expériences de psycho)

100 questions-réponses sur des découvertes récentes de la psychologie cognitive à propos des mécanismes de l'intelligence et de la mémoire, de la perception sensorielle, etc.

---

## ***DVD et vidéos en ligne***

---



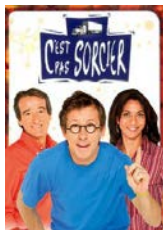
### **Le cerveau : j'ai la mémoire qui flanche**

France 3, 2010, 26 min. 1 DVD ou <https://youtu.be/Wz0lrKSRtmE>

(C'est pas sorcier)

Nos sorciers nous expliquent comment on acquiert un langage, comment fonctionne notre mémoire, ce qu'est l'intelligence et si on peut la mesurer.

---



### **Le cerveau : les sorciers se prennent la tête**

France 3, 2005, 2013, 35 min. 1 DVD ou <https://youtu.be/qWr8yA-ZhBI>

(C'est pas sorcier)

Le cerveau est le siège des émotions, de la pensée, du langage... C'est aussi un centre de commande extrêmement perfectionné qui permet à l'Homme d'agir et de ressentir. C'est cet aspect-là qu'expliquent Fred, Jamy et Sabine.

---



### **Les mystères du cerveau**

France 3, 2013, 110 min. 1 DVD

(Le monde d'après)

Depuis quelques années, la connaissance du cerveau a fait des progrès considérables. Franz-Olivier Giesbert décrypte ces avancées avec des experts.

---



### Poétique du cerveau

Les Films d'ici, 2015, 66 min. [www.hep-bejune.ch/mediatheques/videos-en-ligne](http://www.hep-bejune.ch/mediatheques/videos-en-ligne)

Qu'est-ce que l'esprit humain ? Comment fonctionnent la mémoire, les sens, le langage, l'apprentissage, l'expérience ?

---



### Mon cerveau

L'espace des inventions, 2011, 4 min. <https://youtu.be/s81ccAQI7Nk>

Depuis quelques années, la connaissance du cerveau a fait des progrès considérables. Franz-Olivier Giesbert décrypte ces avancées avec des experts.

---



### Comment fonctionne notre cerveau

Unisciel, 2015, 5 min. <https://youtu.be/s81ccAQI7Nk>  
(Kezako)

Et si on essayait de comprendre comment fonctionne notre cerveau? Immersion dans le monde des neurones et des signaux chimiques et électriques.

---

## *Mallette pédagogique*

---



### Cerveau démontable en 4 parties

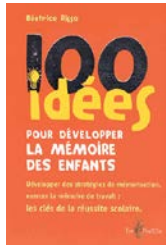
Modèle de cerveau en PVC sur socle en plastique. Il est démontable en 4 parties. Les dimensions exactes sont : 160 x 120 x 150 mm. Cet objet est accompagné de plusieurs livres sur le sujet ainsi qu'un DVD.

---

# Mémoire

## Livres

---



### **100 idées pour développer la mémoire des enfants : développer des stratégies de mémorisation, exercer la mémoire de travail : les clés de la réussite scolaire**

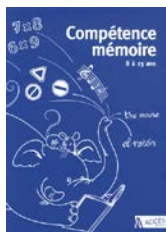
*Rizzo, Béatrice*

Tom pousse, 2013

(100 idées)

Des conseils pratiques pour venir en aide à un enfant ayant des troubles mnésiques ou des difficultés d'apprentissage et de concentration.

---



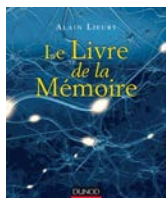
### **Compétence mémoire, 8 à 13 ans**

*Brasseur, Gérard*

Accès, 2015

La mémoire offre d'innombrables situations de jeu et d'éveil sensoriel qui stimulent le développement cérébral de l'enfant. En mettant en place des gestes de mémorisation efficaces, cet ouvrage aide l'enfant à affiner son langage, à organiser ses connaissances et à se structurer dans le temps et dans l'espace.

---



### **Le livre de la mémoire**

*Lieury, Alain*

Dunod, 2013

Un voyage en images au cœur de la mémoire qui en traite les aspects aussi bien médicaux et psychologiques que culturels, philosophiques et anthropologiques. Il retrace l'évolution des recherches de l'Antiquité à nos jours, des premiers procédés mnémotechniques à la neuroscience.

---



### **La mémoire**

*Nicolas, Serge*

Dunod, 2016

(Les Topos)

Synthèse sur la structure et les principales composantes de la mémoire, ainsi que sur ses fonctionnalités : notions, nature des mémoires, fonctionnement et pathologies. Avec une présentation des théories et des études sur ce sujet.

---



---

## **Mémoire d'éléphant ! : vrais trucs et fausses astuces**

Lieury, Alain  
Dunod, 2015

Le spécialiste de psychologie cognitive évalue les différentes méthodes pour développer la mémoire. Avec des évaluations expérimentales, des exemples d'applications et un quiz sur la mémoire.

---



---

## **Mémoire et réussite scolaire**

Lieury, Alain  
Dunod, 2012  
(Psycho sup. Cognitive)

Cette étude fait le point sur les mécanismes à l'œuvre dans l'apprentissage scolaire et interroge la distinction entre mémoire visuelle et auditive.

---



---

## **Mémoires, représentations et traitements**

Meunier, Jean-Marc  
Dunod, 2015  
(Psycho sup. Psychologie cognitive)

Un panorama des recherches les plus récentes dans le domaine de la psychologie cognitive sur les trois concepts fondamentaux que sont la mémoire, les représentations et les traitements.

---



---

## **Mémoriser sans peine avec le mind mapping, le sketchnoting et... : toutes les astuces pour muscler et donner de bons appuis à votre mémoire**

Delengaine, Xavier  
InterEditions, 2012  
(Épanouissement personnel et professionnel)

Ce guide pratique propose des pistes pour augmenter son potentiel de mémoire grâce à une meilleure organisation des informations.

---



---

## **Tout sur la mémoire : comment retenir un nombre illimité d'informations**

Buzan, Tony  
Eyrolles, 2012  
(Les guides Buzan)

Ce guide pratique invite à faire le point sur ses capacités intellectuelles et à les améliorer progressivement. Il décrypte les principaux systèmes classiques de mémorisation dont le Grand Système qui permet de mieux se souvenir des nombres longs, des numéros de téléphone, et le mind mapping, applicable à la mémorisation des noms, des visages et des rêves.

---



---

## Vidéo en ligne

---



### La mémoire

RTS

1 ressource en ligne (12 min.)

<http://www.hep-bejune.ch/mediatheques/videos-en-ligne>

Comment fonctionne notre cerveau pour mémoriser tous nos souvenirs ? C'est ce que vous allez pouvoir découvrir dans ce nouvel épisode d'ODK.

---

## Jeux

---



### BrainBox : abc

Asmodée

Dans tous les jeux Brain Box, les enfants observent une carte pendant 10 secondes puis répondent à des questions qui font appel à leur mémoire.

---



### C'est pas sorcier ! : le jeu qui chatouille les neurones

Bioviva

De la mémorisation à la rapidité, en passant par la déduction, ce jeu fera appel à toutes vos facultés avec l'objectif de tout savoir et tout comprendre.

---



### Memoludic : jeu de mémoire visuelle

Pasturel, Martine

Editions pédagogiques du Grand Cerf

Ce jeu favorise l'entraînement et le développement de la mémoire visuelle.

---



### Sardines : jeu d'observation et de mémoire

Djeco

Quelques secondes pour observer les petites sardines dans son jeu, les mémoriser, et les retrouver dans la boîte !

---

# Neurosciences

## Livres

---



### **Comprendre le cerveau pour mieux différencier : adapter l'enseignement aux besoins des apprenants grâce aux apports des neurosciences**

*Sousa, David A.*

*Tomlinson, Carol A.*

*Sirois, Gervais*

Chenelière éducation, 2013

(Didactique. Gestion de classe)

Cet ouvrage de référence aidera les enseignants expérimentés et les débutants à faire de leurs classes un milieu où chaque apprenant sera respecté dans son rythme et dans son cheminement personnel.

---



### **Comprendre, apprendre, mémoriser : les neurosciences au service de la pédagogie**

*Stordeur, Joseph*

De Boeck, 2014

(Outils pour enseigner)

Cet ouvrage vise à utiliser les connaissances dans le domaine des neurosciences pour améliorer les pratiques pédagogiques au service de l'apprenant.

---



### **Les neurosciences au cœur de la classe**

Chronique sociale, 2013

(Pédagogie/Formation. L'essentiel)

Prenant appui sur des expérimentations réalisées dans des collèges, cet ouvrage a pour but de préciser la manière d'enseigner les neurosciences aux élèves.

---



### **Neurosciences et cognition : perspectives pour les sciences de l'éducation**

De Boeck supérieur, 2016

État des lieux des connaissances sur le lien entre cerveau et pédagogie, notamment concernant les troubles de l'apprentissage. Sont rappelées les bases neurologiques des différentes fonctions cognitives de l'homme tandis qu'une réflexion est menée concernant la nécessité, la difficulté et les dangers d'une collaboration entre neurosciences, sciences cognitives et sciences de l'éducation.

---

# Attention – concentration – observation

## Livres

---

### **Programme Attentix : gérer, structurer et soutenir l'attention en classe**

*Caron, Alain*

Chenelière-McGraw-Hill, 2002

(Chenelière/Didactique. Apprentissage)

Outil didactique essentiellement pratique, le Programme Attentix propose une approche globale du phénomène de l'attention en classe. Il vise à outiller les enseignants pour prévenir les difficultés scolaires des élèves du primaire et, plus spécifiquement, pour mieux intervenir auprès de ceux qui présentent des difficultés d'apprentissage.

---



### **33 jeux d'écoute pour développer l'attention des enfants de 8 à 12 ans**

*Schneider, Élisabeth*

Accès, 2014

Six compétences d'écoute sont développées dans cet outil pour l'élève : identifier, discerner, se représenter une situation, s'orienter, s'instruire, aller à l'essentiel. Ces compétences sont abordées de façon ludique grâce aux CD et aux multiples activités proposées.

---



### **Aider son enfant à gérer l'impulsivité et l'attention**

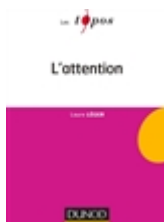
*Caron, Alain*

Chenelière-McGraw-Hill, 2006

(Attentix à la maison)

Pratique, simple à utiliser, souple et laissant une large place à votre créativité, cette méthode d'intervention novatrice vise à stimuler l'imaginaire de votre enfant afin qu'il développe les compétences qui lui permettront d'être plus attentif et moins impulsif.

---



### **L'attention**

*Léger-Chorki, Laure*

Dunod, 2016

(Les Topos)

Présentation du processus cognitif de l'attention et de son influence sur les diverses activités du quotidien comme conduire, naviguer sur Internet, lire, mener une conversation, etc.

---



---

**Calme et attentif comme une grenouille : la méditation pour les enfants... avec leurs parents**

*Snel, Eline*

Les Arènes, 2012

Un manuel de méditation, pour aider les enfants à se concentrer et permettre aux parents de mieux les écouter.

---



**Concentration et relaxation pour les enfants : 100 exercices ludiques à faire à l'école ou à la maison**

*Choque, Jacques*

Albin Michel, 2016

Cent exercices de relaxation, de concentration, de respiration et d'entraînement à la visualisation, présentés sous forme de jeux et destinés à calmer, détendre et favoriser l'attention des enfants. Avec un tableau pour mesurer la progression.

---



**Focus : attention et concentration : les clefs de la réussite**

*Goleman, Daniel*

R. Laffont, 2014

La capacité d'attention est un point clé dans le domaine de l'éducation, de l'apprentissage, au travail ou dans les relations aux autres. L'auteur explique les trois sortes d'attentions différentes : la focalisation intérieure, la focalisation vers autrui et la focalisation extérieure.

---



**Je développe mon attention : livret d'exercices Vittoz**

Chronique sociale, 2016

Destiné aux enfants de 7 à 12 ans, cet ouvrage propose des outils pour développer l'attention et la concentration en classe et à la maison et diminuer le stress afin de favoriser l'apprentissage. Avec des exercices et des mises en situation.

---



**Les petites bulles de l'attention : se concentrer dans un monde de distractions**

*Lachaux, Jean-Philippe*

O. Jacob, 2016

Sous la forme de bandes dessinées associées à des fiches informatives et à des exercices à faire chez soi, l'auteur explique de façon ludique ce qui se passe dans la tête des enfants et fournit des ressources et des outils pour apprendre à canaliser leur attention, que ce soit en classe ou pour toute autre activité.

---

# Emotions

## Livres

---



### **L'atelier des émotions et des sentiments**

LEP, 2010

Des activités, des contes, des chansons, des recettes, etc., pour animer avec des enfants de 7 à 15 ans des ateliers pour apprendre à identifier les principaux sentiments et émotions. Pour prolonger la lecture de 6 albums de la série Jojo et Lili de Marie-Anne Didierjean sur la joie, la colère, la jalousie, la peur, etc.

---



### **Au coeur des émotions**

Sander, David

Schwartz, Sophie

Le Pommier, 2015

(Les minipommes ; 35)

Pour ses 10 ans, Hannah embarque avec ses amis Elsa, Tom, Talia mais aussi avec sa mygale de compagnie Amy pour un voyage scientifique au cœur des émotions à bord de l'Emobus. Un documentaire pour découvrir ce qu'est une émotion, comment elle s'exprime et comment réussir à la maîtriser.

---



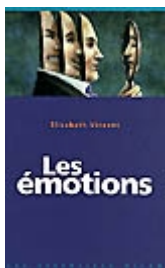
### **Comment fonctionnent nos émotions ?**

Editions Philippe Duval, 2015

(Sciences. Psy)

Un tour d'horizon des connaissances sur les émotions, du fonctionnement du cerveau et des neurones à leur dimension sociale, en passant par les sentiments et la mentalisation.

---



### **Les émotions**

Vincent, Elisabeth

Milan, 2010

(Les essentiels Milan ; 305)

Un point pour comprendre les émotions, nées de l'interaction entre l'individu et son environnement. Cette synthèse décrit ainsi un réseau cérébral complexe et met en évidence l'apport de la neuropsychologie dans les recherches actuelles. Elle explore les voies pour mieux connaître ses émotions et ainsi les apprivoiser.

---



### **Émotions & sentiments : images, corps et langage**

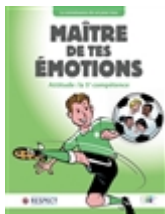
*Geneviève Labes*

*Deveyle, Pascale*

Ortho, 2012

Ce recueil de planches illustrées propose pour chacune d'elles une émotion ou un sentiment. En regard de cette planche, une page de texte, illustrée, invitation à la lecture, énumère des situations spécifiques pour chaque sentiment.

---



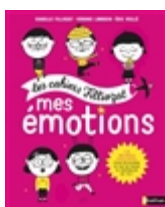
### **Maître de tes émotions : attitude, la 5e compétence**

Education 4 peace, 2014

(La connaissance de soi pour tous)

Des conseils pour apprendre à identifier ses émotions, comprendre leur impact sur la pratique du football et améliorer ses performances sportives en approfondissant sa connaissance de soi et des autres.

---



### **Mes émotions**

*Filliozat, Isabelle*

Nathan Jeunesse, 2016

(Les cahiers Filliozat)

Un cahier d'activités pour reconnaître et vivre avec ses émotions, la colère, la joie, la peur, la honte.

---



### **Techniques d'impact pour grandir : illustrations pour développer l'intelligence émotionnelle chez les enfants**

*Beaulieu, Danie*

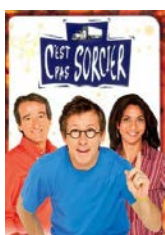
Impact!, 2006

Pour grandir solidement, bien droits et forts, les enfants et les adultes qu'ils deviendront ont besoin de développer diverses habiletés pour affronter les défis qui se présenteront à eux.

---

## **DVD**

---



### **Joie, peur, tristesse, colère... que d'émotions !**

France 3, 2007, 30 min. 1 DVD ou <https://youtu.be/pyeXvjCVfy8>

(C'est pas sorcier)

Découvrir le cerveau et ses limites à travers des expériences, des jeux et des tests : perturber ses sens, comprendre les phobies, faire travailler sa mémoire pour plonger dans ses souvenirs et apprendre à contrôler ces émotions.

---

---

## Jeux

---



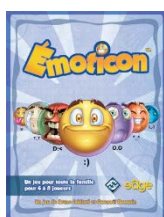
### La boîte des émotions

*Paganetti, Marisa*

Pedrazzini, 2011

Ce coffret de jeu permet aux enfants de connaître, de reconnaître et d'identifier à l'aide de divers supports leurs émotions afin de prendre mieux conscience d'eux-mêmes et des autres.

---



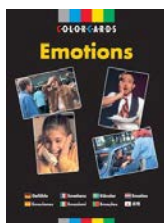
### Emoticon

*Faidutti, Bruno*

Fantasy Flight games, 2010

Dans ce jeu, les cartes représentent quatre émotions principales, la joie, la tristesse, la colère et la surprise. Les joueurs jouent leurs cartes pour tenter de suivre l'émotion dominante, ou d'en imposer une autre. Parfois, plutôt que de chercher à s'imposer, il vaut mieux se retirer et apporter son soutien.

---



### Emotions

*Harrison, Vanessa*

Speechmark, 2010

(Color Cards)

Ces cartes ont été élaborées pour permettre aux élèves de se concentrer plus facilement sur le sujet des émotions. La clarté des situations émotionnelles illustrées favorise la compréhension des sentiments des autres.

---



### Le jeu du caméléon

SUPSI, Scuola universitaria professionale della Svizzera italiana, 2014

Ce jeu est issu d'un projet pédagogique réalisé au Département de la formation et de l'apprentissage de la SUPSI. Il a été conçu pour promouvoir le développement des compétences émotionnelles dans des contextes éducatifs variés et contribuer à sa diffusion.

---



### Jouons avec les émotions : cartes psychopédagogiques pour comprendre et mieux vivre les émotions

Midi trente, 2012

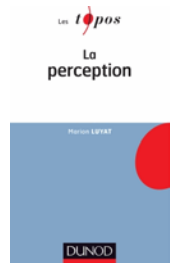
Ce jeu contient des cartes présentant chacune le visage et le nom d'une émotion ainsi qu'une brève définition. Il comprend également 27 suggestions d'activités qui facilitent l'apprentissage tout en offrant l'occasion aux enfants, dès 5 ans, de développer leur intelligence émotionnelle.

---

# Perception

## Livres

---



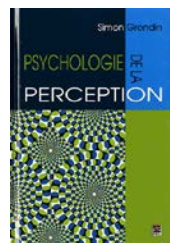
### **La perception**

*Luyat, Marion*

Dunod, 2014

(Les topos. Psychologie)

Une initiation à la perception, qu'elle soit visuelle, tactile ou des formes et de l'espace.



### **Psychologie de la perception**

*Grondin, Simon*

Presses de l'université Laval, 2013

Ce livre offre une introduction à l'étude de la psychophysique, de la perception auditive, de la perception visuelle et de l'attention. Il permet de se familiariser avec la terminologie du domaine de la sensation et de la perception et de se sensibiliser au caractère relatif de la perception. De plus, l'ouvrage fournit l'occasion de comprendre de nombreux concepts et mécanismes fondamentaux qui permettront d'interpréter différents phénomènes perceptifs.