

Promenade Pédagogique



Le Début d'Après-midi : Une Source d'Angoisse !

La reprise après le déjeuner est souvent une source d'angoisse, tant pour les formateurs que pour les apprenants. Les formateurs craignent de devoir reprendre avec un groupe déconnecté et fatigué, tandis que les apprenants redoutent la chaleur et le fameux « coup de barre » du début d'après-midi.

Rappelons toutefois : «.S'ils dorment?c'est de NOTRE FAUTE.*»;

Voici quelques raisons courantes pour lesquelles les apprenants peuvent être somnolents après le déjeuner :

- Une reprise « sans énergie ».
- Une reprise par la lecture de contenu.
- Une reprise avec des slides PowerPoint (un excellent moyen de faire la sieste).
- Une reprise par une vidéo (le deuxième excellent moyen de faire la sieste).
- Une activité non pertinente au programme (ou pire, non pertinente au contexte professionnel). Etc.

Cependant, la solution pour redémarrer sur un ton positif en début d'après-midi est simple : **LES IMPLIQUER IMMÉDIATEMENT**, quel que soit le type de formation ou l'environnement !

Voici une méthode efficace : la « Promenade Pédagogique » :

- Dès le retour du déjeuner, demandez à vos apprenants de réfléchir pendant une minute à une idée ou un concept appris le matin qui facilitera leur travail quotidien.

- Formez des binômes. Proposez-leur de régler leur chronomètre (téléphone) sur 9 minutes.
- Invitez-les à se promener dans l'environnement du centre de formation, de l'entreprise, etc., pendant 9 minutes avec leur partenaire. Ils devront partager et échanger sur l'idée ou le concept appris.
- Après les 9 minutes, recueillez des idées à la volée ou, si le temps le permet, demandez à chaque binôme de partager leurs réflexions.

Les bénéfices de cette méthode :

- Surprendre les apprenants en début d'après-midi.
- Réactiver le contenu du matin.
- Les impliquer physiquement pour les rebooster pour l'après-midi.
- Activité ne nécessitant aucun matériel ou préparation spécifique.

Action :

Plutôt que de les laisser assis à vous écouter après le déjeuner, utilisez une activité pédagogique dès le début d'après-midi pour les reconnecter activement au programme de formation et les engager physiquement.

Rejoignez notre Communauté de Formateurs !

Besoin d'idées, d'outils concrets et d'un réseau pour vous accompagner au quotidien ?

Rejoignez la Communauté des Formateurs Eureka, un espace pensé pour :

- ✓ Gagner du temps avec des ressources prêtes à l'emploi.
- ✓ Partager et échanger avec d'autres formateurs passionnés.
- ✓ Monter en compétence grâce à des classes virtuelles et conseils d'experts.

💡 **3 CFE Pass disponibles** pour mieux répondre à vos besoins de formateur/trice.

Rejoignez-nous et transformez vos formations dès aujourd'hui !

👉 www.formateurscfe.com