

LA MÉTACOGNITION

COMMENT LA PROMOUVOIR DANS LES APPRENTISSAGES ?

Présenté par

MÉLANIE MAXIMINO PINHEIRO

Docteure en Psychologie de l'éducation et du développement de l'enfant
LaPsyDÉ, CNRS – UMR 8240, Université Paris Cité



www.neurodyspaca.org

Coordination : Julie Guilhem

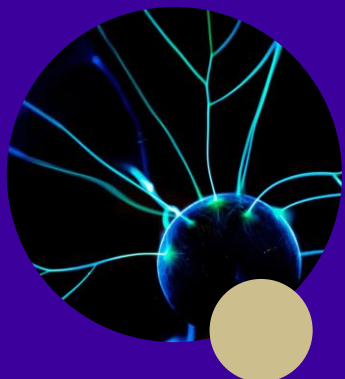
11 mars 2026

L'association

Association loi 1901

Créée en 2002

Présidée par le Dr Michel Habib,
neurologue des hôpitaux de Marseille



Partenaire financeur



Sondage

Qui était présent pour la partie 1 ?

LA MÉTACOGNITION

COMMENT LA PROMOUVOIR DANS LES APPRENTISSAGES ?

Présenté par

MÉLANIE MAXIMINO PINHEIRO

Docteure en Psychologie de l'éducation et du développement de l'enfant
LaPsyDÉ, CNRS – UMR 8240, Université Paris Cité



www.neurodyspaca.org

Coordination : Julie Guilhem

11 mars 2026

Sommaire

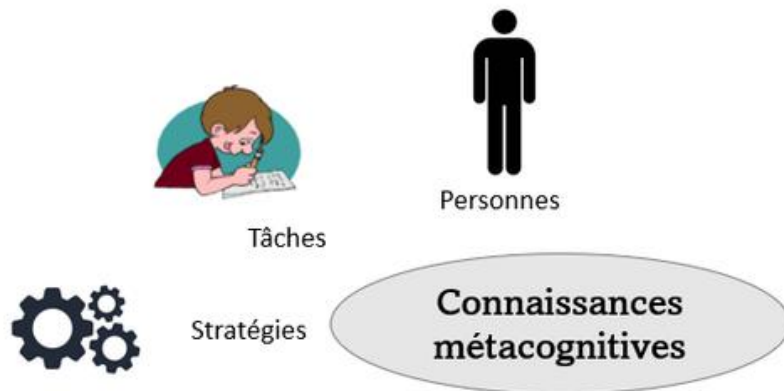
- 1 Rappel
- 2 Comment promouvoir la métacognition ?
- 3 L'apport de connaissances métacognitives
- 4 L'enseignement des compétences métacognitives
- 5 Le modelage métacognitif
- 6 Le feedback métacognitif
- 7 Les questionnements métacognitifs

Rappel

Réflexivité



Rappel



Connaissances sur les PERSONNES :

- Connaissances sur les personnes en tant qu'apprenant
 - Connaitre ses propres forces et fragilités en matière d'apprentissage
- Connaissances sur les propriétés générales de la cognition
 - Savoir qu'une bonne mémorisation se fonde sur la répétition de l'information à retenir

Connaissances sur les caractéristiques...

- **des TACHES :**
 - Savoir que certaines tâches, activités, exercices demandent plus de ressources cognitives que d'autres
- **des STRATEGIES :**
 - Savoir que certaines stratégies sont plus pertinentes pour une tâche donnée

Rappel

PLANIFICATION :

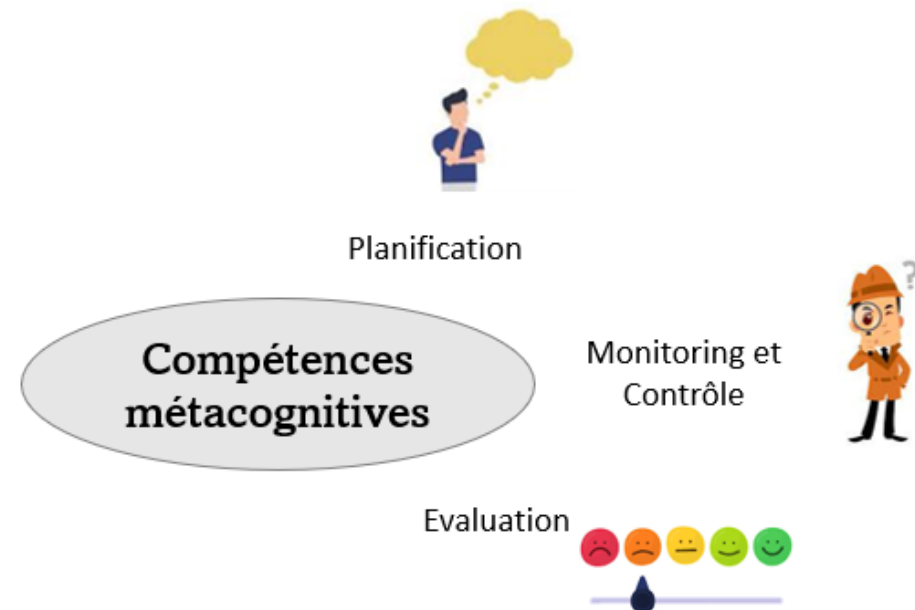
- Définir le but d'une activité
- Sélectionner les stratégies les plus pertinentes

MONITORING ET CONTROLE :

- Vérifier que tout se passe bien comme prévu
- Détecter et corriger les erreurs

EVALUATION :

- Faire le bilan de ce qui a été appris, et de comment cela a été appris
- Déterminer comment s'améliorer la prochaine fois

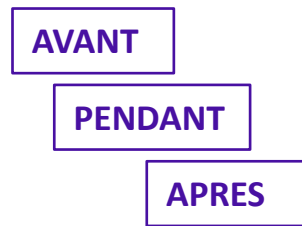


Comment promouvoir la métacognition ?

5 PISTES POUR AUJOURD'HUI :



Apport de connaissances métacognitives



Enseigner explicitement les compétences métacognitives



Modelage métacognitif

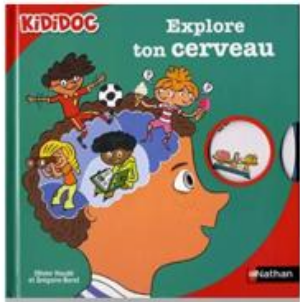


Feedback métacognitif



Questionnements métacognitifs

Apport connaissances métacognitives

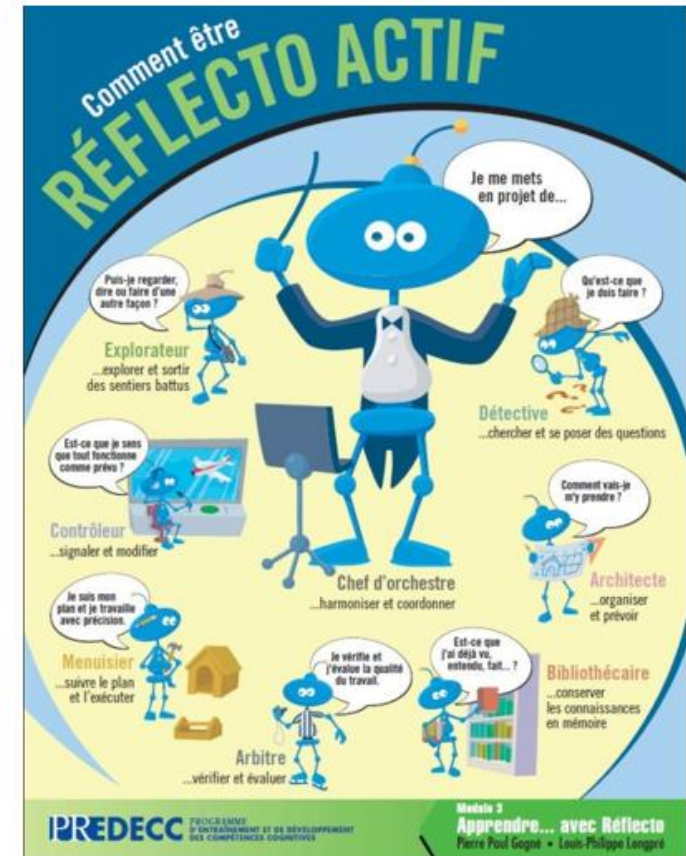
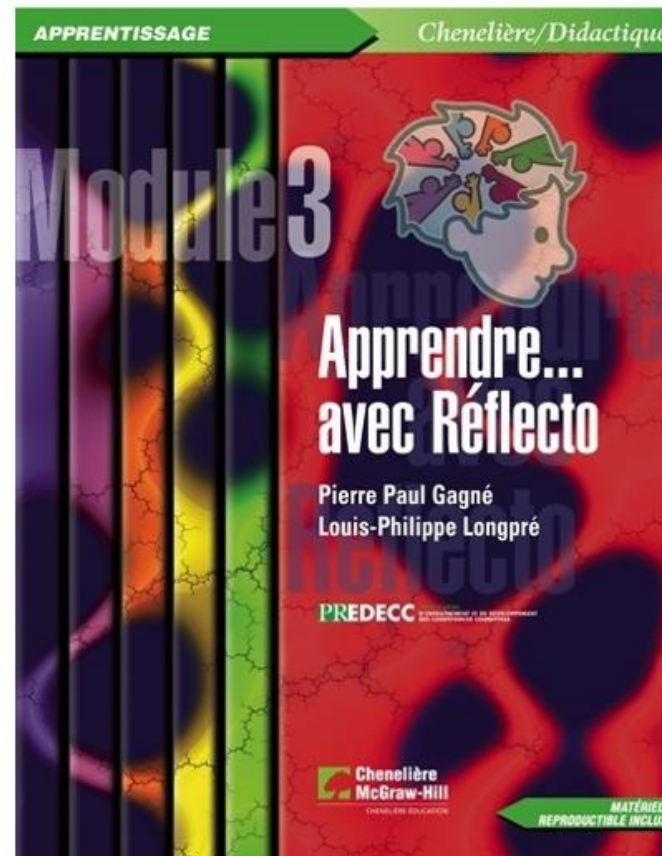


Maximino-Pinheiro et al., (2026)

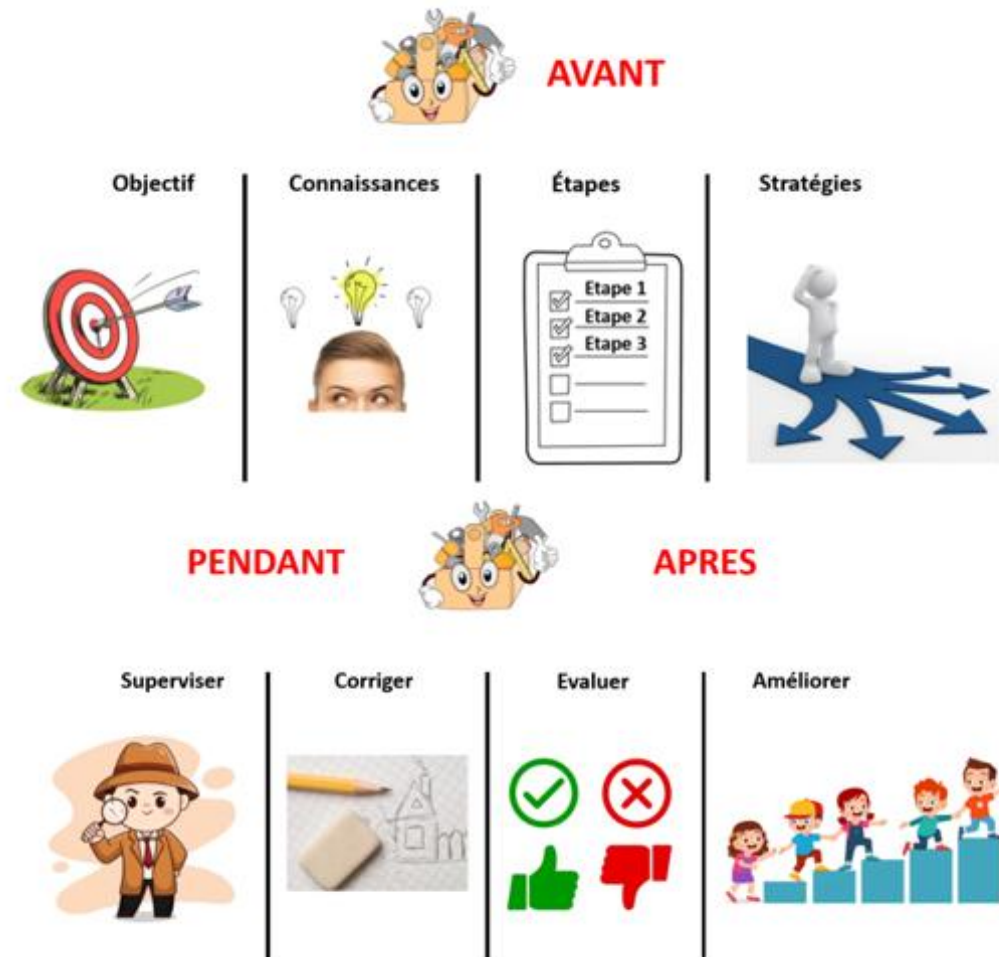
Enseigner les compétences métacognitives

Apprendre...avec Réfecto

Programme québécois visant à promouvoir les compétences métacognitives des élèves à partir de 8 ans



Enseigner les compétences métacognitives



Enseigner les compétences métacognitives

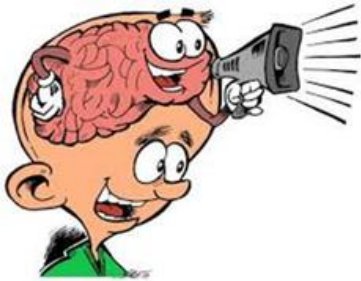
À PARAÎTRE



Modelage métacognitif

Modelage = « Haut parleur sur sa pensée »

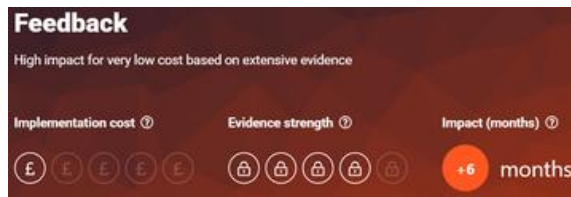
Modelage métacognitif = Haut parleur sur sa pensée... métacognitive !



EXEMPLE

« **Mon objectif** est de trouver combien font 23 plus 19. Avant de me lancer, je me **demande quelle stratégie** serait la plus simple. **Je pourrais** poser l'addition... **mais** pour des nombres comme ça, j'essaie souvent de transformer le calcul pour le rendre plus facile mentalement. Je **remarque** que 19 est presque 20. Ça me donne une idée : si j'ajoute 20 à 23, ce sera facile à calculer. $23 + 20 = 43$. Mais attends... **je vérifie** si je n'ai pas changé le problème. Oui : j'ai ajouté 1 de trop, parce que 19 c'est 20 moins 1. Donc je dois corriger : $43 - 1 = 42$. **Je me demande si mon raisonnement tient** : est-ce que transformer 19 en 20 puis enlever 1 garde la même quantité ? Oui, ça revient au même. Donc **ma stratégie semble fonctionner** : $23 + 19 = 42$. »

Feedback métacognitif



<https://educationendowmentfoundation.org.uk/education-evidence/teaching-learning-toolkit/feedback>

FEEDBACK EFFICACES :

- Donnés dans une optique de recentration ou de redirection des actions de l'apprenant pour atteindre un but ;
- Portent sur la tâche, les contenus, les procédures et stratégies utilisées (et non sur l'individu) ;
- Apportent des informations spécifiques sur comment s'améliorer ;
- Feedbacks oraux semblent plus efficaces que feedbacks écrits ;
- Important de donner des feedbacks sur les éléments à rectifier MAIS AUSSI sur les réussites.

EXEMPLE

Enfant :

« $8 + 7 = 14$ »











Adulte :

« Tu as bien commencé : tu as compté à partir de 8.

Regarde maintenant : combien dois-tu ajouter ?

Compte-les sur tes doigts pour vérifier si tu arrives bien à 7 »

Questionnements métacognitifs

Les QUESTIONS à se poser AVANT	Les QUESTIONS à se poser PENDANT et APRES
	
 <p>→ Objectif Quel est l'objectif de l'activité ? Qu'est-ce qu'on me demande de faire ? Quelle est la compétence que je travaille ? Pourquoi c'est important de la travailler ?</p>	 <p>→ Superviser Est-ce que tout se passe comme prévu ? Est-ce que je suis bien toutes les étapes ? Est-ce que je ne suis pas en train de faire des erreurs ? Est-ce qu'il ne faudrait pas que je change de stratégie ?</p>
 <p>→ Connaissances préalables Est-ce que je connais tous les éléments de l'activité ? Est-ce que j'ai bien activé toutes les connaissances dont j'ai besoin pour réaliser cette activité ? Est-ce que j'ai demandé de l'aide si je n'avais pas toutes les connaissances ?</p>	 <p>→ Corriger Changer de stratégie si c'est nécessaire. Corriger ses erreurs dès qu'on les voit.</p>
 <p>→ Étapes Quelles sont les différentes étapes de l'activité ? Qu'est-ce que je dois faire en premier ? Qu'est-ce que je dois faire ensuite ? Par quoi je dois finir ?</p>	 <p>→ Evaluer Est-ce que le résultat que je trouve est cohérent avec celui que j'avais prévu ? Est-ce que la manière dont j'ai procédé a été efficace ? Qu'est-ce que j'ai bien réussi ? Qu'est-ce que j'ai moins bien réussi ?</p>
 <p>→ Stratégies Quelles sont les différentes stratégies qui existent pour réaliser l'activité ? Quelles sont les stratégies qui ont fonctionné et qui n'ont pas fonctionné la dernière fois que j'ai fait une activité similaire ? Quelle stratégie je décide d'utiliser cette fois-ci ?</p>	 <p>→ Améliorer Comment je pourrais m'améliorer la prochaine fois ? Quelles sont les autres stratégies que je pourrais utiliser ?</p>

Questionnements métacognitifs

Le dé de la métacognition



- Un dé à 6 faces :
 - « Qu'est-ce que j'ai aimé aujourd'hui ? »
 - Qu'est-ce que j'ai réussi aujourd'hui ?
 - Qu'est-ce que j'ai trouvé difficile aujourd'hui ?
 - Qu'est-ce que j'ai appris de nouveau aujourd'hui ? Qu'est-ce que je sais en plus par rapport à hier ?
 - Qu'est-ce que j'aimerais apprendre ?
 - Qu'est-ce que je retiens dans ma tête ?
 - Qu'est-ce que je ne veux pas oublier ?

À PARAÎTRE



Vu dans une classe participant à l'un de nos projets de recherche.

Repris de <https://1institalastation.be/>

<https://www.pigeonvole.be/>

Sondage

Quelle piste vous semble la plus facile à mettre en place au quotidien ou dans vos pratiques ?

Références

- Eberhart, J., Schäfer, F., & Bryce, D. (2025). Are metacognition interventions in young children effective? Evidence from a series of meta-analyses. *Metacognition and Learning*, 20(7), 1-45. <https://doi.org/10.1007/s11409-024-09405-x>
- Education Endowment Foundation. (2018). *Metacognition and Self-regulated learning : Guidance Report*. <https://educationendowmentfoundation.org.uk/education-evidence/guidance-reports/metacognition>
- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and Cognitive Monitoring. *American Psychologist*, 34(10), 906-911.
- Gagné, P. P., & Longpré, L.-P. (2004). *Apprendre...avec Réfecto* (Chenelière Éducation).
- Maximino-Pinheiro, M., Rémeau, M., Le Stanc, L., Barone, C., & Borst, G. (2026). Reducing educational inequalities through metacognition? Evidence from a classroom intervention in kindergarten. *Metacognition and Learning*, 21(1). <https://doi.org/10.1007/s11409-025-09452-y>
- Schraw, G., & Moshman, D. (1995). Metacognitive theories. *Educational Psychology Review*, 7(4), 351-371. <https://doi.org/10.1007/BF02212307>
- Zohar, A., & Barzilai, S. (2013). A review of research on metacognition in science education : Current and future directions. *Studies in Science Education*, 49(2), 121-169. <https://doi.org/10.1080/03057267.2013.847261>



Merci pour votre attention !



Email

melanie.maximino@gmail.com



Ressources

www.neurodyspaca.org

