



APPRENDRE ET RETENIR

Méthodologie

BOÎTE À OUTILS

- Emploi du temps devoirs.
- En classe.
- A la maison.
- Fiche de synthèse : Comment apprendre ?
- Quel type de mémoire ?
- Exemple de fiche pour apprendre une leçon.



EMPLOI DU TEMPS DEVOIRS

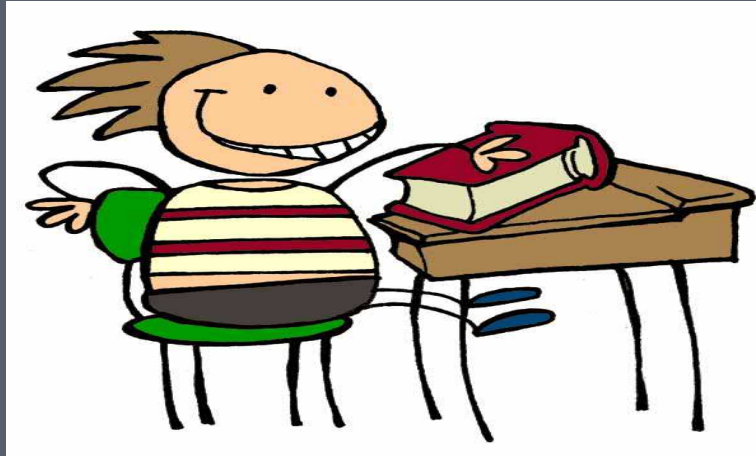
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Week-end
Relire les leçons du jour Devoirs pour le lendemain: exos Relire les cours pour le lendemain	Relire les leçons du jour Devoirs pour le lendemain: exos Relire les cours pour le lendemain	Relire les leçons du jour Devoirs pour le lendemain: exos Relire les cours pour le lendemain Faire les devoirs pour la fin de semaine	Relire les leçons du jour Devoirs pour le lendemain: exos Relire les cours pour le lendemain	Relire les leçons du jour Devoirs pour le lundi: exos	Travaux donnés en avance Faire le maximum pour s'avancer sur la semaine Relire les cours pour le lundi





En classe :

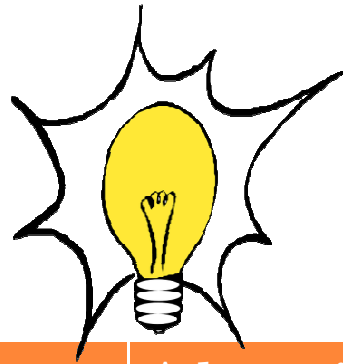
- Je suis attentif
- J'ai tout mon matériel
- Je pose des questions au professeur si je ne comprends pas
- Je participe à l'oral



A LA MAISON

- *Je prends un temps de pause en rentrant avant de commencer mes devoirs (goûter...)
- *Je me mets au calme pour travailler
- *Je m'organise dans mon travail (Emploi du temps devoirs...)

FICHE SYNTHÈSE PERSONNELLE ...

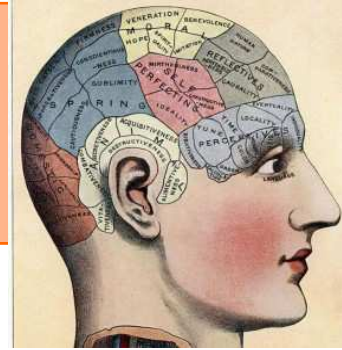


En classe

A la maison



QUEL TYPE DE MÉMOIRE LES SENS EN ÉVEIL !!



- ❑ Mémoire auditive

Utiliser l'ouïe pour retenir

ex: Carte mentale/faire des fiches / des schémas/ réécrire la leçon

- ❑ Mémoire visuelle

Utiliser la vue pour retenir

ex: Réciter à haute voix/ s'enregistrer et réécouter

- ❑ Mémoire kinesthésique

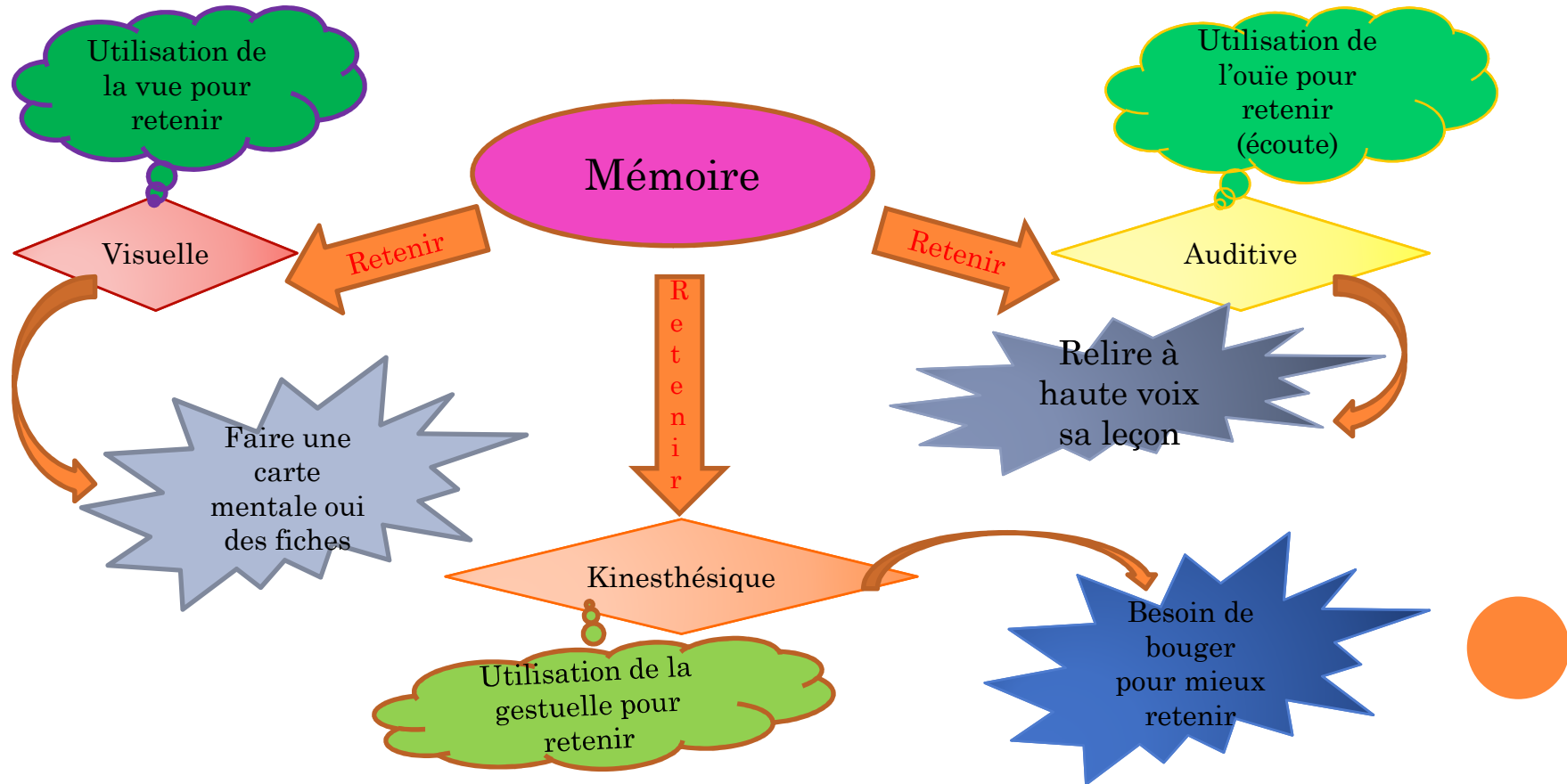
Utiliser la gestuelle, le mouvement pour retenir

ex: Marcher en lisant / écouter de la musique/ créer un rituel, une rythmique pour fixer la mémoire



CARTE MENTALE PERMET DE CRÉER UN SCHÉMA POUR MIEUX SE SOUVENIR ...

- Ex: Carte mentale sur la mémoire



CONNAÎTRE SON TYPE DE MÉMOIRE

- Si tu te souviens de ta journée avec des images dans la tête
 - Si pour mémoriser, tu as besoin de regarder, d'observer
- Alors, ta mémoire est visuelle

- * Si tu as besoin d'entendre pour apprendre
 - * Si tu as besoin de réciter ou lire à haute voix pour retenir
- Alors, ta mémoire est auditive

- ❖ Si tu as besoin de bouger, manipuler pour mémoriser
 - ❖ Si tu apprends mieux en bougeant
- Alors, ta mémoire est kinesthésique



EXEMPLE DE FICHE POUR APPRENDRE UNE LEÇON

Titre de la leçon

Plan de la leçon

1/

2/

3/

Mots-clés (vocabulaire, définitions, dates importantes, personnages importants, théorème...), selon la discipline

Mon résumé:



LA MÉTHODOLOGIE: CONCLUSION

- La réussite réside dans la maîtrise et l'usage de méthodes de travail simples, claires et efficaces !!!

