

TES SUPER PROFS DE MÉTHODE TE PRÉSENTENT...

LES 5 ÉTAPES DE LA MEMORISATION

Voici quelques stratégies qui t'aideront à mémoriser tes cours.

Elles sont regroupées en cinq étapes.

A l'intérieur d'une étape, tu peux choisir les stratégies qui te conviennent ; celles-ci n'ont pas forcément un ordre défini.

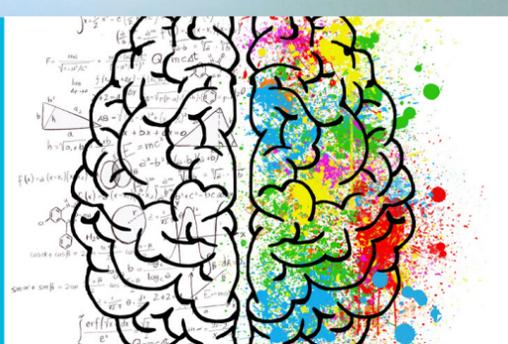


1. ORGANISER

- Je me mets dans de bonnes conditions de travail (cours complet, gsm et écrans coupés...).
- Je lis la table des matières, les titres, les sous-titres... pour disposer d'une vue d'ensemble du cours.
- Je repère ce qui est important à mémoriser.
- Je relie cette matière à des expériences vécues.

2. COMPRENDRE

- Je lis chaque point de la leçon à étudier et je m'assure que je comprends chaque mot.
- Je mets en évidence les phrases et les notions essentielles.
- Je réalise des exercices pour vérifier que j'ai bien compris la matière.
- Je regroupe des points de matière, je rassemble des éléments qui se ressemblent (ou s'opposent).
- Je repère les mots-clés et j'identifie leurs liens avec la matière.
- Je fais des liens entre ce que j'apprends et ce que je connais déjà.
- Je reformule avec mes propres mots pour vérifier ce que j'ai compris.



TES SUPER PROFS DE MÉTHODE TE PRÉSENTENT...

LES 5 ÉTAPES DE LA MÉMORISATION (SUITE)



3. EVOQUER

-J'utilise des moyens mnémotechniques : par exemple, pour retenir l'ordre des planètes, je prends la première lettre de chaque nom et j'invente une phrase:

«**M**on violoncelle **t**ombe **m**ais je **s**auve **u**ne **n**ote»
pour **M**ercure, **V**énus, **T**erre, **M**ars, **J**upiter, **S**aturne, **U**ranus, **N**eptune.

-J'utilise différents modes d'évocation:

*je redis dans ma tête ou à quelqu'un ce que j'ai appris;

*je revois la matière dans ma tête sous forme d'images;

*j'écris ou je dessine ce que j'ai retenu.

4. SE PROJETER

-Je visualise les conditions dans lesquelles je vais passer l'évaluation : le local, le matériel, le temps dont je disposerais ...

-J'imagine les questions qui pourraient m'être posées.

5. RÉVISER

-Je répète ce que j'ai mémorisé **le jour-même, le lendemain, la semaine suivante** et même **un mois plus tard** pour bien fixer mes connaissances.

-Je réalise des exercices.

-Je varie les modes pour revoir la matière: notions clés sur des post-it, diverses applications...

QUE LA FORCE DU JEDI SOIT AVEC TOI !

