

Fiche magique pour réussir

Règle n°1 : lors des cours, **se mettre en projet d'utiliser l'information**, c'est-à-dire par exemple, s'imaginer en train de faire un contrôle et donc de récupérer l'information dans sa mémoire.

La technique des 30" aide à se mettre en projet, à stocker l'information et à la faire revenir à la surface de la mémoire !

Règle n°2 : **utiliser sa façon de fonctionner pour la perception et l'évocation**

(perception : action de capter les informations - évocation : action de se représenter mentalement les informations)

Le visuel se représentera l'information par des images, pas seulement l'image du mot mais aussi l'image du sens du mot.

Exemple : si on parle d'une pomme, essayer de voir une pomme dans sa tête, en plus du mot " pomme ".

L'auditif se racontera une histoire avec ses mots.

Exemple : si on parle d'une pomme, il se la décrira dans sa tête : une grosse pomme bien rouge et brillante avec une bonne odeur un peu acide.

Le corporel (ou kinesthésique) essaiera d'ajouter des sensations, du mouvement.

Exemple : si on parle d'une pomme, il s'imaginera en train de la dessiner, ou en train de la cueillir, ou encore en train de la manger.

Règle n°3 : **vérifier qu'on est capable de retrouver l'information dans sa mémoire**

(vérifier l'exactitude de ce qu'on est capable d'évoquer)

La solution : fermer son cahier et réciter sa leçon - oralement en notant les mots-clés ou en s'enregistrant si on est auditif, par écrit si on est visuel ou corporel - et vérifier en reprenant son cahier.

Une méthode qui convient au visuel, à l'auditif et au corporel : expliquer oralement à une classe fictive ce qu'on a retenu, tout en le notant sur un tableau noir ou un tableau Vileda. Vérifier ce qu'on a écrit à l'aide du cahier (de là l'importance d'avoir des cahiers en ordre !)

Une méthode efficace

1. au cours : faire 70% du travail

- technique des 30" pour commencer
- écouter attentivement = comprendre et mémoriser
- participer = aider sa mémoire
- chercher la réponse des exercices avant même qu'elle apparaisse au tableau = apprendre à utiliser
- technique des 30" pour terminer par un bilan du cours

2. le soir : travailler avec méthode

- se détendre mais pas n'importe comment
- mettre à jour le planning
- préparer la journée du lendemain à l'aide du journal de classe
- faire des fiches récapitulatives

3. le week-end : s'organiser pour profiter de temps libres

- le vendredi après les cours : une heure de travail comme tous les jours
- évaluer la quantité de travail grâce au planning
- délimiter clairement le temps libre et le temps de travail
- réviser rapidement grâce aux fiches récapitulatives
- s'avancer pour avoir moins de travail pendant la semaine