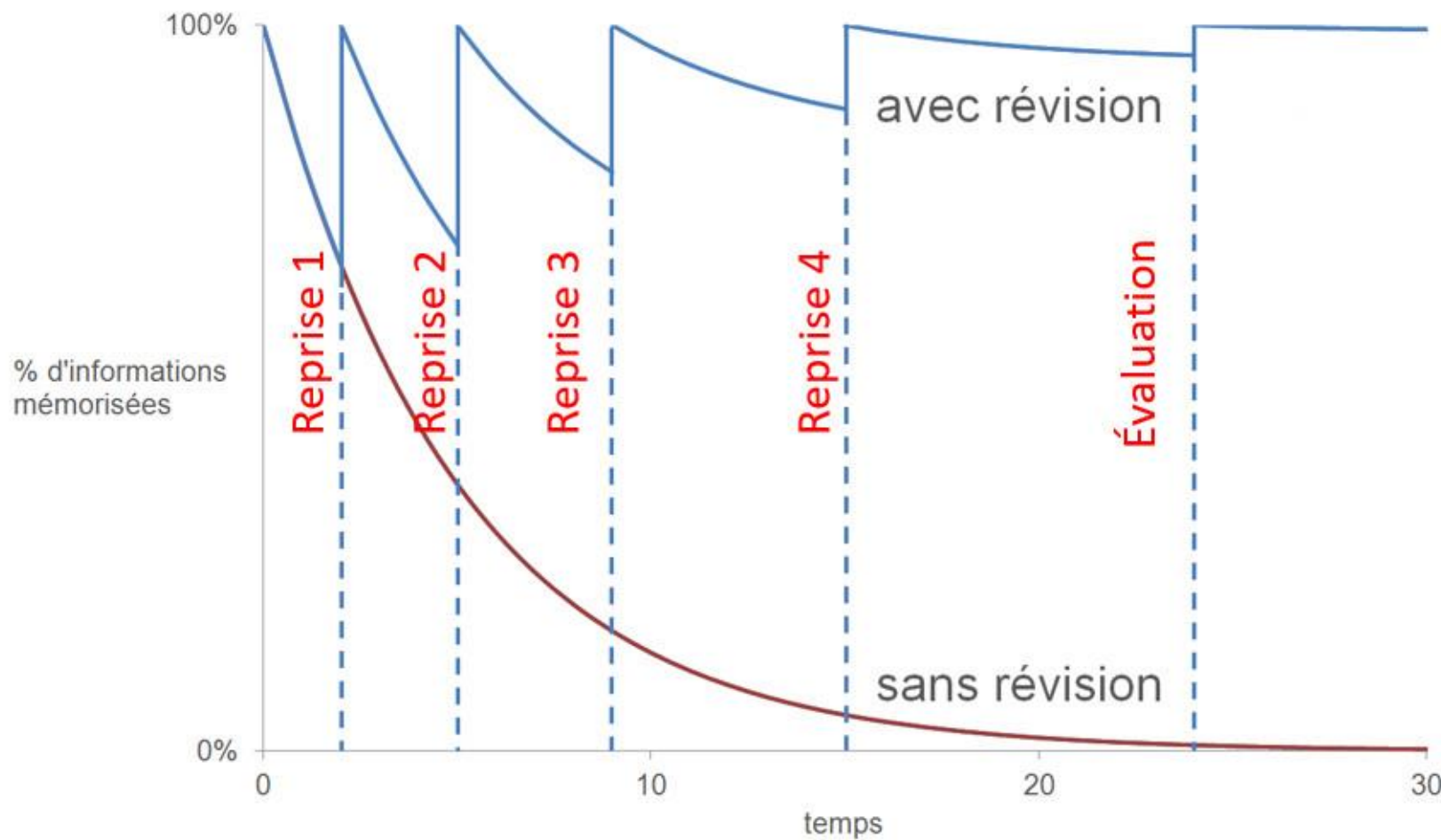


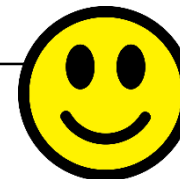


Développe ton cerveau

# Répéter pour mémoriser,



Si tu vois plusieurs fois les mêmes informations, tu les mémorises !



Si tu ne revois pas les informations, tu les oublies



# Etre attentif, pourquoi ? Comment ?



Ton cerveau n'est pas multitâche, il ne peut enregistrer qu'une information à la fois.

Donc bavarder ou écouter, il faut choisir !

Des outils de mémorisation possibles :

Sac / trousse / boîte à questions

Carte mentale

Brainstorming

Fiche de mémorisation

Sketchnote ou dessiner sa leçon

Nuage de mots



# Me concentrer, comment ?



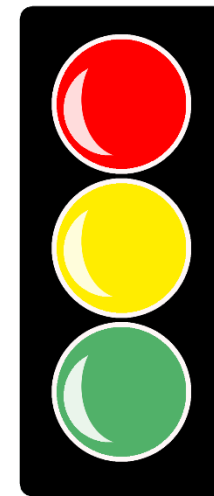
Mise au calme



Méditation



« Silence, on lit ! »



Feu rouge

# En résumé,

1  
Le cerveau est  
PLASTIQUE.

Il se reconfigure sans cesse.  
L'intelligence n'est pas fixée.



Plus le cerveau est stimulé,  
et de manières différentes,  
plus il se développe.



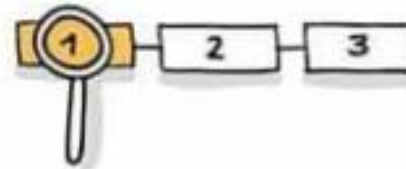
Apprendre demande des  
efforts et des répétitions.  
Bon courage!

2  
Le cerveau n'est  
PAS multitâche.

Il ne peut se concentrer  
pleinement que sur une  
seule chose à la fois.



Faire une tâche à la fois,  
une étape après l'autre.  
Avancez à votre rythme!



 Aurelia Visuels

Vidéo TEDxAlsace : Eric Gaspar

3  
Le cerveau EFFACE.

Il enregistre si les  
informations sont utiles.



D'abord, donner l'objectif,  
l'utilité d'un apprentissage.



Puis, indiquer  
toutes les informations à  
mémoriser pour l'atteindre.