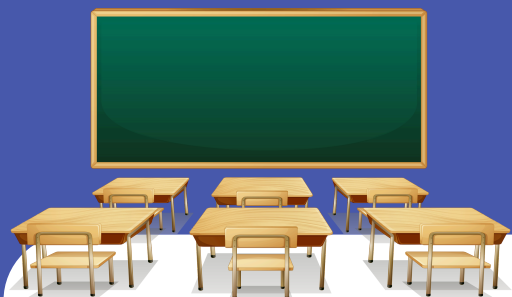
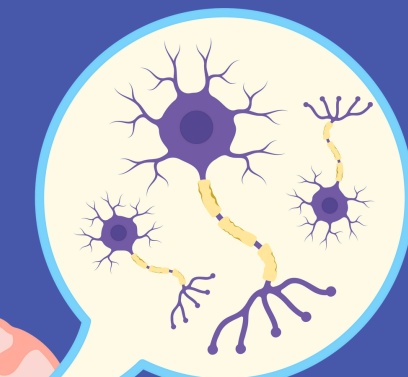
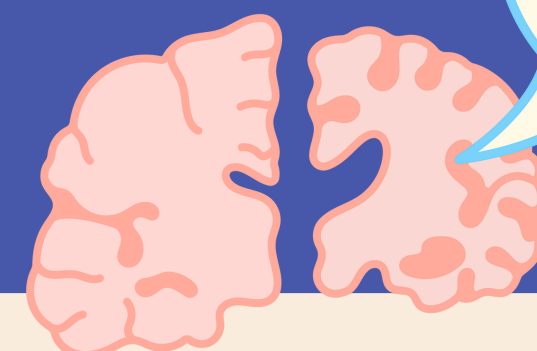


ÊTRE ACTIF EN CLASSE AIDE À RÉUSSIR : COMMENT PARTICIPER POUR MÉMORISER ?



ACTIVER LA MÉMOIRE

Quand on apprend, les informations passent de la **mémoire de travail** dans la mémoire à long terme. Il faut faire entrer les informations dans la mémoire à court terme en étant **attentif en classe**.



CRÉER UN RÉSEAU DE NEURONES CONNECTÉS

Plus on emprunte le même réseau de neurones, plus ce réseau devient stable et solide. Quand on ne sollicite pas assez un réseau de neurones, ils finissent par se déconnecter.

apprendre-reviser-memoriser.fr

PRENDRE DES NOTES

Dès qu'on a compris quelque chose, on peut prendre des notes sur une feuille (dans la marge sous forme de **dessin**, **d'acronyme**, de **mot clé**, **d'indice récupérateur...**) pour éviter l'effacement prévisible.



PARTICIPER

C'est important de participer en classe via une **question** (incompréhension, précision) ou une **réponse** aux sollicitations du prof. Cette participation assurera l'**aller-retour entre la mémoire de travail à court terme et la mémoire à long terme**.



REFORMULER

Prendre 5 minutes à la sortie du cours pour reformuler dans la tête ce qui a été vu : **récapituler** les points principaux, reformuler le contenu avec ses **propres mots** et **résumer** les informations utiles.

