

J'adapte ma méthode à mon type de mémoire

| Mémoire visuelle | Mémoire auditive | Mémoire corporelle |
|--|--|---|
| <p>▶ Souligner les mots importants dans ma fiche de révision ou dans ma leçon</p> <p>▶ Organiser ce que je dois apprendre sous forme de :</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ schéma ✓ carte mentale <p>▶ Regarder des vidéos sur le sujet</p> | <p>▶ Lire à haute voix la leçon, les consignes...</p> <p>▶ Répéter à une autre personne ce que j'ai appris et compris</p> <p>▶ M'enregistrer lorsque je lis la leçon, puis écouter plusieurs fois</p> | <p>▶ Me déplacer lorsque je révise</p> <p>▶ Apprendre en associant des idées à mouvements</p> <p>▶ Reproduire ce que j'ai appris sous forme de :</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ maquette ✓ affiche |
| <p>Je ne dois pas trop surcharger mes documents : textes, images...</p> | <p>Je dois faire attention au bruit qui peut me déranger</p> | <p>Je ne reste pas assis(e) des heures si je ne retiens rien</p> |