

MÉMORISATION ACTIVE : LES GRANDS PRINCIPES

Nécessité de rendre le cerveau **ACTIF** pour mémoriser

- **RECONSTRUIRE** l'information plutôt que la stocker
(= aller la chercher en mémoire sans support, avant de revenir à la leçon pour compléter/corriger)



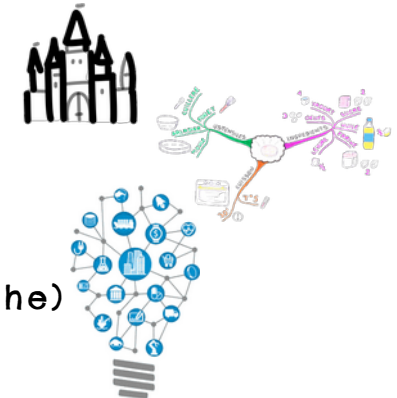
- procéder par **QUESTIONNEMENT** et **MULTITESTING**

(= élaborer des questions pour retrouver l'information principale ; **SE TESTER** régulièrement)



- **MANIPULER** l'information à mémoriser et lui ajouter des **IMAGES**

(= la classer, faire des mind maps, des sketchnotes, des flash cards...)



- associer à l'information des **INDICES RÉCUPÉRATEURS**

(= associations d'idées : plus c'est personnel et loufoque, mieux ça marche)

Nécessité de revenir sur l'information **À INTERVALLES RÉGULIERS**

- reprises espacées ; ex : le jour-même, une semaine avant une évaluation, la veille ; y revenir ensuite pour **CONSOLIDER**

N°reprise	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Paquet 1															
Paquet 2															
Paquet 3															
Paquet 4															
Paquet 5															
Paquet 6															
Paquet 7															
Paquet 8															
Paquet 9															
Paquet 10															
Paquet 11															
Paquet 12															

Les paquets des chapitres du début d'année seront évidemment revus plus souvent que ceux de fin d'année.
Un paquet pourra être revu 3 fois (pour ceux du début d'année) à 1 fois (fin d'année)
Un test peut porter sur plusieurs paquets. Par exemple le test de la période 11 portera sur les paquets 1 et 5.