



Comment fonctionnent les mémoires ?

Conseils pour travailler plus efficacement

Au cours de cette séance, vous allez découvrir...

- Comment fonctionnent les mémoires
- Comment les utiliser pour mieux apprendre
- Comment l'esprit « comprend » les idées



6 questions...

Mobilisez votre attention !



Question 1

Pensez vous avoir :

1. Une bonne mémoire
2. Une mémoire moyenne
3. Une mauvaise mémoire



Réponse

La question n'a pas de sens car nous ne possédons pas « une » mais « des dizaines » de mémoires différentes



Les 3 grandes familles de mémoires qui servent à apprendre

La mémoire des savoirs

Mots et définitions, reconnaissance de ce qui nous entoure, notre petite bibliothèque personnelle

La mémoire des automatismes

Utilisation rapide d'un instrument, la plupart des gestes quotidiens, lire facilement, etc.

La mémoire de travail

Qui permet d'exécuter les tâches, de comprendre, de décider



Règle d'or

Il n'y a pas de « fatalisme », il ne tient qu'à vous
de développer vos mémoires :

plus on apprend, plus on peut retenir

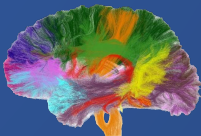
Le plus grand effort à faire va être de
lutter contre l'oubli



Question 2

Quel est selon vous la phrase la plus juste ?

1. La mémoire est un stockage de savoirs et de repères dans lequel nous allons puiser si nécessaire (par exemple les souvenirs)
2. La mémoire sert à chaque seconde de la vie. Sans elle nous serions incapables de comprendre et d'agir.



Réponse

La phrase 2

La mémoire, qui est effectivement un stockage, permet non seulement de stocker des informations acquises, mais d'agir à chaque moment présent.



Règle d'or

Engranger des stocks en mémoire permet de **mieux agir** à chaque instant de votre activité d'élève

La mémoire est au cœur de toutes les activités scolaires

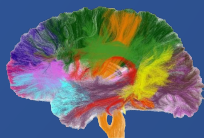


Question 3

Vous venez d'apprendre le mieux possible une leçon.
D'ailleurs vous avez eu une bonne note au contrôle.

Trois semaines plus tard, un test surprise a lieu. Vous constatez que vous avez presque tout oublié, et la note est mauvaise...

Comment l'expliquez-vous ?



Réponse

C'est normal !

C'est une caractéristique de la mémoire des savoirs.

Toute connaissance nouvelle s'estompe
systématiquement.



Règle d'or

Pour retenir un savoir,
il faut le réapprendre plusieurs fois.

Une seule fois ne suffit jamais.

Pour acquérir une habileté (*instrument, geste professionnel, application d'une méthode, automatisme*),

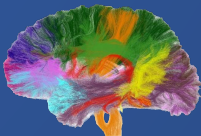
il faut s'entraîner un grand nombre de fois
(beaucoup plus que vous ne le croyez !)



Question 4

Une personne apprend à faire du vélo en étant enfant, et n'en fait plus pendant 40 ans. Elle constate alors qu'elle peut en faire aussi bien que lorsqu'elle était enfant.

Comment comprenez-vous qu'elle n'a pas du tout oublié ?



Réponse

A force d'avoir été pratiquée, une connaissance devient automatique. Elle devient acquise à vie.

Et permet d'accélérer nos actions, presque sans se tromper.



Règle d'or

Acquérir des automatismes est indispensable.
Pour cela il faut pour cela s'entraîner
énormément.

C'est le cas des bons professionnels, des bons sportifs, de beaucoup de gestes et pensées de la vie quotidienne.



Question 5

Vous souhaitez retenir un code d'interphone :

7 9 2 8 A

Vous le répétez 4 ou 5 fois de suite pour le retenir.

Deux jours après sans utilisation, vous n'arrivez plus à vous en souvenir.

Pourquoi est-ce normal ?

Quelle petite stratégie auriez-vous pu utiliser ?



Réponse

Oui c'est normal.

Le code est entré en mémoire de travail à court terme **qui ne peut pas retenir longtemps.**

Il faut trouver une petite **stratégie** pour le retenir à long terme. Et surtout le **répéter au cours du temps.**



Règle d'or

N'apprenez pas une leçon simplement du jour au lendemain ! Elle risque de s'envoler très vite.

Reprenez-là deux ou trois fois durant la semaine qui précède le contrôle. Non seulement vous la connaîtrez mieux pour le contrôle, mais **vous vous en souviendrez plus longtemps.**

Il est peu efficace de répéter 4 ou 5 fois de suite. Il faut **se concentrer pour apprendre**, et reprendre plus tard.



Question 6

Vous lisez la phrase suivante dans le règlement intérieur du lycée : « La sanction est donnée par le Proviseur avec promptitude ».

Quelles sont les affirmations exactes ?

1. Ce n'est pas vous qui êtes informé en premier de la sanction
2. L'annonce de la sanction doit passer par le service de la Vie scolaire
3. Le Proviseur applique à la lettre les articles du Règlement intérieur.



Réponse

Aucune proposition n'est correcte.

Méfiez-vous de ne pas connaître le sens des mots
ou les définitions, cela joue de très mauvais tours.

« promptitude » signifie rapidité



Règle d'or

Il faut « **savoir** » pour « **comprendre** ».

Et il faut « **comprendre** » pour « **mémoriser** ».

**Vous devez insister très fort sur la connaissance
et la précision des mots et des définitions.**

Ne laissez pas les mots inconnus dans l'ombre !

C'est en partie ce qui vous permettra d'être
encore meilleur.



Petit quizz !



**Mémoire de travail (oubli immédiat) ou
Mémoire des savoirs (oubli, donc reprises nécessaires) ou
Mémoire des automatismes (acquis pour la vie) ?**

1. Je connais la date de la découverte de l'Amérique.
2. Je retiens pendant quelques minutes le code d'entrée d'un immeuble
3. Je garde à l'esprit les retenues dans une multiplication
4. Je tape très vite sur le clavier de mon portable pour envoyer un sms
5. Je sais traduire des mots d'anglais en français
6. J'apprends la liste des vins de chaque région de France
7. J'avance automatiquement mes jambes pour courir
8. Je n'ai pas besoin de rechercher les mots dans ma tête pour exprimer une phrase courante
9. Je retiens la phrase du professeur pour préparer la réponse



À propos des règles d'or...

De quoi vous souvenez vous ?



Exercice

Un professeur donne un contrôle pour la semaine prochaine

D'après ce qui a été dit au cours de cette séance sur les mémoires, **quelles règles mettez-vous en place pour réussir « au mieux » votre contrôle ?**

