

Pour s'entraîner à la mémorisation active...

Étape 1 : J'étudie seul, en silence, les 7 questions suivantes et leurs réponses. Je cherche à comprendre !

Étape 2 : En binôme, l'élève A pose successivement les 7 questions à l'élève B, qui a caché ce document.
L'élève B essaye de répondre avec ses propres mots. Puis on inverse les rôles.

Étape 3 : On fait un « deuxième tour » identique à l'étape 2 !

QUESTION	REPONSE
J'apprends des mots d'anglais. Après quelques jours j'en ai oublié plusieurs. Est-ce normal, pourquoi ?	C'est inévitable (donc normal) car les mots ne sont pas encore correctement ancrés en mémoire à long terme . Il faut être persévérant et les réapprendre plusieurs fois
Je n'ai pas oublié les mêmes mots que mon camarade, pourquoi ?	Pour comprendre et retenir, il faut faire le lien avec ce que l'on a déjà en tête. Or ce qu'on a en tête n'est pas pareil d'une personne à l'autre . Il est donc normal qu'on ne puisse pas mémoriser les mêmes choses en même temps
Pourquoi ne faut-il pas rabâcher plusieurs fois de suite la même chose, mais réapprendre plus tard ?	La mémoire de travail à court terme « tourne en écho, en boucle, un peu à vide ». Il faut arrêter de rabâcher, et reprendre l'apprentissage plusieurs heures après, ou un ou deux jours plus tard .
Pourquoi est-il indispensable de bien dormir pour apprendre ?	Quand on dort, le cerveau « rejoue » les scénarios de l'apprentissage, mais en plus rapide, et souvent de façon plus juste . Il faut apprendre la première fois le mieux possible, puis laisser le cerveau travailler tout seul . D'où l'avantage de bien dormir , sinon on apprend mal, on ne laisse pas le cerveau effectuer son travail. La nature a aussi créé le sommeil pour apprendre .
On dit que le cerveau apprend même quand il fait autre chose... est-ce vrai ?	Oui . C'est valable pour le sommeil, les pauses, les autres activités. Quand on arrête d'apprendre, et qu'on fait une autre activité, le cerveau tout seul et sans qu'on s'en aperçoive, continue d'assimiler ce qu'on a cherché à apprendre.
Faire une fiche de révision, c'est bien mais ce n'est pas la meilleure méthode pour retenir, pourquoi ?	Sur la fiche de révision, vous mettez les choses les plus importantes à savoir, ce qui est bien . Mais c'est une méthode de mémorisation passive , sans interrogation. Il faut donc présenter les informations sous forme de questions que l'on cache avant de répondre. C'est mieux (mémorisation active)
Que se passe-t-il quand on ne reprend plus une information (de la mémoire des savoirs) ?	Les liaisons entre neurones qui portent l'information s'estompent , ou l'activation devient difficile pour rappeler l'information à la conscience. On dit le plus souvent qu'on l'a oubliée !