



Pour STOCKER efficacement les informations dans la mémoire

Donner du sens aux informations

Posez-vous les bonnes questions :

- 1- Comment définir cette notion ? De quoi s'agit-il ?
- 2- A quelles questions le fait de connaître cette information va-t-elle me permettre de répondre ?
- 3- Quels sont le type de problème que je serai capable de résoudre grâce à ce savoir-faire ?

Sélectionner les informations-clés

Si vous avez donné du sens aux informations (= C'est quoi ? A quoi servent-elles ? Comment m'en servir ?), vous êtes capable de **mettre le doigt sur les informations les plus importantes de votre cours.**

Les **informations-clés** sont celles qui font revenir le plus d'éléments dans votre esprit quand vous les évoquez.

Par exemple, quand je pense au mot "mémoriser", c'est tout ce schéma qui me revient en tête.

Organiser les informations

Lorsque vous avez sélectionné les informations-clés de votre cours, construisez une **fiche récapitulative** ordonnée et structurée qui vous permettra d'organiser vos idées et d'assimiler progressivement le contenu.

Cette fiche peut **synthétiser les informations-clés d'un contenu de cours** (ex : cours d'histoire dont vous devez mémoriser le contenu) ou d'une **méthode de résolution d'un problème** (ex : méthode de calcul en mathématiques).

Réactiver les informations

Une fois que vous avez donné du sens aux informations, sélectionné et organisé les informations-clés dans une fiche récapitulative, **vous devez réactiver les informations pour qu'elles s'inscrivent dans votre mémoire.**

Sans réactivation, nous sommes condamnés à oublier.

Il existe des techniques qui facilitent la réactivation et la mémorisation : flash cards, schéma heuristique, sketchnoting.