

# Sept



Le chiffre magique!

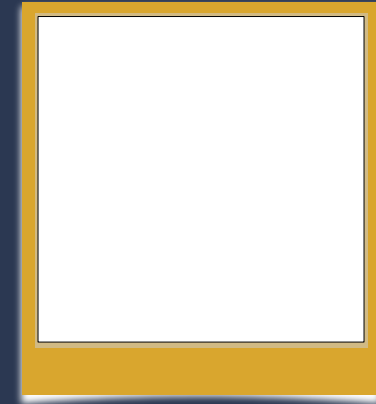
Le cerveau retient facilement 5 à 7 informations: il faut donc organiser les connaissances.

# Pauses



Le cerveau sature vite. Il faut donc faire des pauses régulières et veiller à la qualité du sommeil.

# Images



Les images sont retenues plus facilement que les mots. Il faut associer des images aux notions.

# Ré/pé/té/r



Le cerveau OUBLIE vite. Il faut réactiver  
régulièrement, étaler dans le temps.



# Apprendre c'est comprendre



Il faut travailler l'attention et la concentration, faire le lien avec ce que l'on sait déjà et expliquer avec ses propres mots.

# Lire ne suffit

# pas



Le lecture ne suffit pas pour apprendre car la mémoire de travail traite une information puis l'oublie. Il faut se poser des questions,  
se tester.

# Emotions



Les émotions agréables sont  
favorables aux  
apprentissages.