

# Emotions



Les émotions agréables sont favorables aux apprentissages.

# Sept 7

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

## 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.



# SPIRALE

## JE CONNAIS MON CERVEAU



Soline Bourdeverre-Veyssiere

## Pauses



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

## 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.

## Répéter



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

## Images



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