

## PRENDRE LE CONTROLE DE SA MEMOIRE

### Objectif principal

Donner la possibilité aux élèves de mieux comprendre le fonctionnement de la mémoire et d'identifier des moyens personnels pour mieux apprendre.

### Objectif intermédiaire

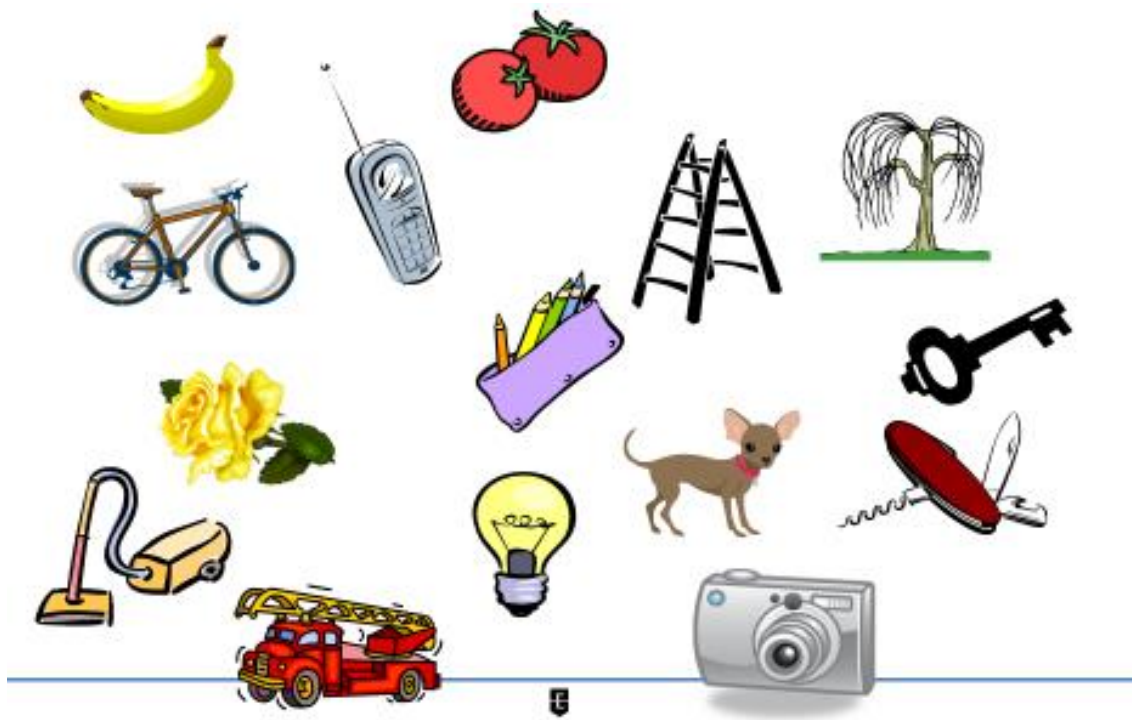
*Vérifier auprès des élèves qu'ils ont bien compris la différence entre mémoire de travail (temporaire, limitée et liée à une tâche) et mémoire de stockage (permanente, illimitée et qui nécessite une récupération de l'information).*

Corinne Demarcy, chercheuse spécialisée dans les processus d'apprentissage nous explique les dessous de la mémorisation. Pour mieux mémoriser et mieux apprendre, rien de tel que d'en savoir un peu plus sur le fonctionnement du cerveau et de développer les bonnes stratégies !

C'est important, parce que les élèves qui pensent ne pas avoir de mémoire confondent leur mémoire de travail avec leur mémoire en général. De la même façon, on peut s'arrêter un moment sur la notion d'encodage qui est la façon dont la mémoire de travail s'approprie une information. Il peut être automatique, et l'information sera difficile à récupérer dans la mémoire de stockage, ou choisi, ce qui constitue une stratégie de mémorisation facilitant la récupération.

Pour mieux comprendre le fonctionnement de la mémoire, il sera demandé aux élèves de mémoriser le plus d'objets possibles en 1 minute

Document : objets à mémoriser



En retour d'expérience, on demande aux plus performants la stratégie mise en place. Cet exercice met en avant des stratégies différentes qui ont permis de mémoriser tous les objets en fonction de :

- La famille de couleurs, de catégorie ;
- L'histoire qui relie les objets ;
- La visite mentale d'une maison dans laquelle les objets ont été rangés dans différentes pièces ;
- L'ordre alphabétique ;
- La place des objets sur la diapo...

Certains ont une stratégie efficace et n'ont pas besoin de se ruer sur la restitution à l'issue de la minute pour énumérer le plus d'objets possible, le plus vite possible. Au contraire, d'autres déroulent lentement le fil de leur stratégie pour faire remonter les objets 1 à 1.

Il ressort de cette expérience qu'avec stratégie, c'est plus performant que sans. À chacun de trouver la stratégie qui lui correspond.

**Conclusion**

Se connaître, c'est aussi comprendre le fonctionnement de son cerveau pour en prendre le pouvoir et ainsi gagner en efficacité lors de l'apprentissage !