

Les différents types de mémoire

Répondre à chaque question en cochant une ou deux cases.

	a	b	c
1. Pour apprendre une leçon par cœur : a. je la répète à voix haute ou voix basse b. je la réécris au brouillon c. je la mime, je marche en la lisant, je suis couché ou accroupi			
2. Pour me rappeler une règle (ou définition, propriété, ...) énoncée en cours : a. je me souviens des paroles prononcées b. je me souviens de la page du cahier où elle figure c. je me rappelle ce que je faisais quand j'ai appris cette règle			
3. Quand je pense à un parent ou un(e) ami(e) : a. je me souviens en priorité de sa voix b. je me souviens en priorité de son visage c. je me souviens de ce que j'ai fait avec lui			
4. Dans un livre de cours : a. je lis d'abord le texte b. je regarde d'abord les schémas, les photos, les graphiques c. je sens son odeur, la qualité du papier utilisé (papier glacé, papier vieilli, usé, ...)			
5. Quand je recherche dans mon livre une page à partir de la table des matières : a. je prononce le numéro de la page à voix basse b. je lis mentalement, sans les prononcer, le numéro de la page c. je mouille mon doigt pour tourner les pages			
6. Pour retrouver de mémoire ce que j'ai sur mon bureau : a. je pense à ce que j'ai fait récemment avec ces objets b. je visualise d'abord dans ma tête les objets posés sur ce bureau c. je me revois en train de déposer les objets sur ce bureau			
7. Pour retrouver une explication : a. je repense à ce que le professeur a dit dans son explication b. je revois son explication écrite au tableau ou sur mon cahier c. je me rappelle une anecdote du professeur			
8. Pour apprendre, le bruit : a. est un handicap car je ne m'entend plus réciter b. ne me pose aucun problème c. peut m'aider s'il est rythmé et discret			
9. Je préfère les explications : a. orales b. sous forme de schémas c. sous forme d'expériences ou d'anecdotes			
10. Pour un calcul simple : a. je le fais facilement de tête b. je l'écris c. je calcule à voix haute			
11. Pour retenir un numéro de téléphone : a. je le répète b. je l'écris c. je trouve un moyen mnémotechnique pour le retenir			
12. Lorsque je me trouve dans un bâtiment nouveau : a. je me repère facilement b. je me repère difficilement c. je me rappelle où je suis déjà passé et je suis capable de refaire le trajet "à l'envers"			
Total			