

Vérifier que je sais ma leçon.



- pour savoir ce que j'ai retenu (autoévaluation)
- pour avoir le temps de m'entraîner de nouveau.

COMMENT ?



- **En laissant passer une nuit entre le travail d'entraînement et la vérification.**

Laisser du temps entre deux séances de travail engendre un phénomène naturel d'oubli. Le cerveau est fait pour oublier.

- **En ne relisant pas son cours ou ses outils de travail.**

Il ne faut pas que les notes aident à se souvenir.

Il faut être capable de répondre à la question qui est l'indice de rappel des informations qui lui sont associées.

- **En vérifiant la qualité des réponses.**

- Je m'exprime de façon claire et correcte.
- Je réponds rapidement et sans hésitation.
- Je m'enregistre pour vérifier ma réponse ou je me fais aider par quelqu'un qui vérifie la réponse.



Si les réponses ne sont ni claires, ni rapides, ni exactes, il faut s'entraîner davantage.