

ATELIER METHODOLOGIE “PREPARE TES EXAMS”

Adolescents
en fin de cycle de lycée
présentant des difficultés
d'apprentissages
ou d'organisation

OBJECTIFS

Améliorer mes stratégies
d'apprentissage

Mieux comprendre et découvrir
mon fonctionnement cognitif

Identifier mes points forts
et mes points faibles

Mieux comprendre ma manière
d'apprendre

Les compensations possibles
(hygiène de vie, gestion du temps,
organisation...)



CONTENU

La reconnaissance des
différents types d'attention

La gestion de l'attention
et de la mémorisation

Le compréhension
du fonctionnement
de la mémoire

L'organisation et la gestion
de son temps

La planification, l'exécution
et la vérification
de son travail

