

Apprendre, se souvenir, oublier

Informations pour les enseignants



Consigne	<p>Les élèves testent leur propre mémoire et découvrent comment naissent les souvenirs.</p> <p>Les élèves élaborent une vue d'ensemble de ce qui les a encouragés ou freinés dans leur propre apprentissage (éléments facilitateurs et barrières).</p> <p>Les élèves effectuent le test du type de mémoire avec l'enseignant/e et déterminent leur propre façon d'apprendre.</p> <p>Les élèves s'informent sur les conseils et astuces d'apprentissage et complètent la liste.</p> <p>Parmi la série d'exercices pour entraîner la mémoire, les élèves choisissent ceux qu'ils trouvent utiles et les exécutent.</p>
Objectif	<ul style="list-style-type: none">• Les élèves élaborent les processus qui contribuent à se rappeler (et donc à apprendre) et à oublier.• Les élèves réfléchissent spontanément à ce qui a pour effet de les aider, de les gêner ou de les bloquer dans l'apprentissage.• Les élèves connaissent leur type de mémoire et sont donc en mesure d'apprécier comment ils peuvent apprendre efficacement• Les élèves peuvent s'informer sur les thèmes « Apprentissage » et « Entraînement de la mémoire »• Les élèves sont capables d'expliquer la fonction et l'importance des souvenirs.
Rapport avec le plan d'études	<ul style="list-style-type: none">• Les élèves sont capables de faire référence à leurs expériences et centres d'intérêts, de décrire leurs points forts et leurs talents et de se présenter en conséquence dans différentes situations (p. ex. candidature, nouveau groupe). (ECR.5.1.a)• Les élèves connaissent les moyens de gérer les situations tendues et le stress (p. ex. aménager des pauses, faire de l'exercice physique). Repos, détente, aides de planification, techniques d'apprentissage (ECR.5.1.b)
Matériel	<ul style="list-style-type: none">• Fiche de travail « Te souviens-tu ? » (1+2)• Fiche de travail « Voici comment j'apprends efficacement (inefficacement) »• Fiche de travail « Types de mémoire + bloc-notes »• Fiche de travail « Conseils et astuces d'apprentissage »• Fiche de travail « Exercices pour la mémoire »
Forme du cours	TI / TD /TG
Durée	120 min. (3 leçons)

Informations complémentaires :

- Mind mapping en ligne : <https://www.mindmeister.com/fr>
- Liste des records du monde de mémoire : <http://www.recordholders.org/fr/list/memory.html>
- Vidéo illustrative sur le thème « Le cerveau » : <https://youtu.be/KPzzUI6Xado>



Apprendre, se souvenir, oublier

« La mémoire est le journal qu'on emporte tous avec nous. »

Oscar Wilde

On trouve beaucoup de citations, de conseils et d'astuces sur le thème de l'apprentissage. Mais comment fonctionne un apprentissage efficace ? Comment apprend-on le plus efficacement possible ? Comment se fait-il que Robin retienne tout très facilement et que moi, j'oublie sitôt après avoir appris ? Sans doute t'es-tu déjà posé cette question ou des questions similaires (entre nous : Robin sûrement aussi).

Disons-le d'emblée : il n'y a (malheureusement) pas de recette miracle pour apprendre. Mais il existe de vraies stratégies et des conseils pour te faciliter l'apprentissage.

Cela passe aussi par le développement de la forme d'apprentissage qui te convient le mieux. Le mot-clé « apprendre » est toujours associé à « oublier ». Pourquoi oublions-nous certaines choses que nous voudrions absolument retenir ? Il y a beaucoup de choses que nous aimerions sûrement oublier, mais elles ne nous sortent pas de la tête.

Discussion

Par groupe de deux, discutez des questions suivantes:



- Y a-t-il quelque chose que tu oublies sans cesse, même si c'est important ?
- Y a-t-il quelque chose que tu n'arrives pas à oublier, alors même que tu préférerais ne plus y penser ?
- Le fait d'oublier peut-il être positif ou négatif ?
- Quels sont les aspects positifs de l'oubli ? Notre cerveau est-il « programmé » pour ne plus pouvoir se souvenir de certaines choses ?



Savais-tu que...



Rajveer Meena, un étudiant indien, a réussi à retenir 70 000 décimales du nombre Pi (π). Il a battu ce record en 2015.

Autres records du monde :

<http://www.recordholders.org/fr/list/memory.html>



Tu t'en souviens ?

Consigne



Nous devons chaque jour nous rappeler des choses très différentes pour pouvoir faire face à notre quotidien. À quelle heure est-ce que je commence l'école aujourd'hui ? Quel est le bus qui part de la gare vers la halle de sport ? Nous nous souvenons de beaucoup de choses de façon évidente, et pour d'autres, c'est parfois difficile. Il t'est sûrement déjà arrivé d'oublier quelque chose et cela t'a énervé/e par la suite.

Teste ta mémoire en répondant aux questions suivantes !

Combien de date d'anniversaire es-tu en mesure de noter correctement ?

.....
.....
.....

Connais-tu par cœur des numéros de portable ou de téléphone de tes proches et de tes amis ?

.....
.....
.....

Te souviens-tu de ce que tu as mangé à midi cette semaine ?

.....
.....
.....

Quel est le premier livre d'enfants que tu avais lu seul/e ?

.....

Qui a remporté la dernière coupe du monde de football ?

.....

Pourquoi arrivons-nous à nous souvenir sans problème de certains faits et de certaines choses qui remontent à des années alors que nous oublions tout le temps d'autres choses ?

Le film explicatif disponible en suivant le lien de la page suivante et les questions qui s'y rapportent te permettront d'en savoir plus à ce sujet !



Tu t'en souviens ? (2)



Vidéo explicative (bibliomedtv I Cours de Médecine, l'explication la plus facile - le Cerveau)

Dans cette vidéo, tu apprends comment notre cerveau enregistre des informations puis les mémorise.

<https://youtu.be/KPzzUI6Xado>



Consigne

Regarde le film disponible sous le lien ci-dessus et réponds aux questions qui s'y rapportent.

Rassemble tous les facteurs qui contribuent à ce que nous nous souvenions de quelque chose.



.....

.....

.....

Quels sont les facteurs qui contribuent à ce que nous nous souvenions/puissions nous souvenir de quelque chose ?



.....

.....

.....

**Que peux-tu dire à propos des mots-clés suivants ?
Parviens-tu à reconstituer les paires pour chaque affirmation ?**



Les cellules nerveuses (neurones) et les informations

Mémoire à court et long terme

La vieillesse et le cerveau

Le sommeil et la mémoire



Voici comment j'apprends efficacement (inefficacement)

Consigne



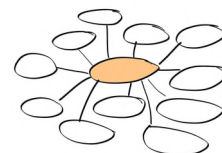
Réfléchis à ce qui t'aide à apprendre efficacement et à ce qui te perturbe, détourne ton attention et rend l'apprentissage difficile pour toi.

Note tes réflexions sous l'une des formes suivantes :

mind map, enregistrement audio, jeu de rôles ou dessins humoristiques.

Pour chacune de ces quatre formes, appliquez la technique du brainstorming : **consigne tout ce qui te vient spontanément à l'esprit.**

Mind map



Connecte-toi sur <https://www.mindmeister.com/fr> et réalise une nouvelle mind map.

Clique pour cela sur le bouton « commencez » (il faut avoir une adresse e-mail pour s'enregistrer)

Écris ensuite spontanément tout ce qui te vient à l'esprit en termes de bonnes et de mauvaises expériences d'apprentissage.

Enregistrement audio



Discute avec ton voisin ou ta voisine de table sur le sujet de la manière dont il ou elle s'y prend pour apprendre. Qu'est-ce qui vous aide à apprendre ? Qu'est-ce qui vous perturbe ? Etc.

Réalisez ensuite un petit entretien (dialogue) et enregistrez tout au moyen d'un téléphone portable ou d'un enregistreur vocal.

Jeu de rôles



Réfléchissez par groupe de deux ou de trois personnes à différentes situations dans lesquelles quelqu'un apprend bien ou mal. Qu'est-ce qui aide la personne concernée à apprendre ?

Qu'est-ce qui la dérange ? Qu'est-ce qui détourne son attention ? Jouez ensuite ces situations devant la classe.

Dessins humoristiques



Tu sais bien dessiner ? Dans ce cas, imagine plusieurs situations d'apprentissage, bonnes et mauvaises, et illustre-les sous la forme de dessins humoristiques. Il faut alors que les différentes scènes indiquent clairement ce qui aide à apprendre ou à l'inverse ce qui empêche d'apprendre.



Types d'apprentissage

En discutant et en comparant vos idées sur le thème de l'apprentissage, vous avez probablement déjà constaté que chacun/e a sa propre manière d'apprendre et applique une stratégie différente. Cela s'explique entre autres par le fait qu'il existe **différents types d'apprentissage**.

Tu vas maintenant découvrir comment tu peux déterminer ton type d'apprentissage.

1. Test

Lis les 15 termes ci-dessous en une minute et essaie d'en mémoriser un maximum.

L'enseignant/e va ensuite te poser quelques exercices de calcul mental. Combien de termes parviens-tu encore à énumérer ou à noter après les calculs ?

Mon résultat :

2. Test

Tu vas maintenant entendre 15 mots en une minute. Il faudra que tu essaies de te rappeler d'un maximum d'entre eux.

Puis il faudra que tu fasses à nouveau quelques exercices de calcul mental.

Combien de termes parviens-tu encore à énumérer ou à noter après les calculs ?

Mon résultat :

3. Test

Tu vois maintenant 15 images qui représentent des objets. Mémorise-les bien. Combien d'entre elles es-tu encore capable d'énumérer ou de noter après avoir effectué quelques exercices de calcul mental ?

Mon résultat :

4. Test

Tu vas maintenant recevoir 15 objets que tu auras le droit de toucher. Tu disposeras à nouveau d'une minute pour le faire. Sois très attentif/ve aux objets que tu as reçus, car après quelques calculs mentaux, tu devras en noter ou en énumérer le plus grand nombre possible.

Mon résultat :



Évaluation

Reporte les résultats du recto dans les champs ci-dessous :

	Nombre de mots corrects	Degré de difficulté ressenti (1= facile, 2 = moyen, 3 = difficile, 4 = très difficile)
Test 1		
Test 2		
Test 3		
Test 4		

C'est lors du test que j'ai obtenu le nombre de points le plus élevé.

Chaque test correspond à un type d'apprentissage. Voici toutes les informations à ce sujet :

Test 1 - Type visuel (lire un texte)

C'est quand tu peux lire les informations sur une feuille ou à l'ordinateur que tu les retiens le mieux. C'est aussi vrai pour les films : tu te souviens sans problème de ce que tu as vu. Les personnes qui ont une mémoire visuelle aiment bien travailler avec des résumés, des mind maps, des sommaires, etc.

Pour se souvenir de ce qu'elles ont entendu, elles devraient l'écrire sous la forme de notes.

Ainsi, si tu dois par exemple apprendre du vocabulaire allemand, tu ne devrais pas te contenter de prononcer les mots, mais tu devrais idéalement les écrire.

Test 2 - Type auditif (entendre)

Tu parviens facilement à répéter mot pour mot ce que tu as entendu. Quand l'enseignant/e explique quelque chose, tu parviens à l'enregistrer directement sans problème. Tu apprends bien à l'aide d'enregistrements que tu peux écouter ou quand quelqu'un t'explique quelque chose.

Ainsi, la prochaine fois que tu te prépares à un contrôle ou à un examen, tu pourras te faire expliquer la matière par un ou une camarade ou encore enregistrer tes propres explications et les réécouter.

Test 3 - Type visuel (voir des images)

Les images et les représentations graphiques te parlent. Tu parviens à bien te souvenir des contenus quand ils sont associés à une image. Tu gardes longtemps en mémoire les scènes de films. Les schémas d'illustration ainsi que les aperçus avec photos ou dessins t'aident à apprendre.

As-tu déjà essayé de transformer des textes en mind maps ou en clusters accompagnés de petites images ? Les mots de vocabulaire dans une langue étrangère peuvent aussi être complétés par des petites photos.



Test 4 - Type haptique (par le toucher) ou kinesthésique

Si tu es de type haptique ou kinesthésique, tu gardes en mémoire les contenus si tu as la possibilité de faire, d'empoigner ou d'essayer quelque chose toi-même. Tu parviens également à répéter sans problème par la suite les déroulements auxquels tu as participé et dans lesquels tu as joué un rôle actif.

Essaie d'associer une matière à des activités. Tu peux par exemple bricoler avec du papier des formes géométriques que tu dois construire ou calculer puis mesurer et compter les surfaces, les arêtes ou les angles. Ainsi, tu peux associer les formules mathématiques à quelque chose de « palpable », de façon à interroger ta mémoire par la suite.

Tu ne te reconnais dans aucun de ces types d'apprentissage ?

Il existe un autre type. Peut-être qu'il te correspond :

Type n° 5 - Type communicationnel

Si tu es de type communicationnel, tu apprends et mémorises plus facilement en parlant avec quelqu'un, en discutant et en expliquant les contenus. Peut-être as-tu déjà remarqué qu'en discutant d'un sujet avec tes parents ou tes amis, tu parviens à mieux t'en souvenir ? Si c'est le cas, sers-toi de cette qualité pour apprendre. Pendant les cours, mais aussi en dehors, pose de nombreuses questions, parle des contenus enseignés et des objectifs d'apprentissage avec tes camarades. Explique à tes parents ce que tu dois apprendre et les points sur lesquels tu as encore des questions en suspens.

Sous ce lien, tu trouveras plus d'informations et de conseils sur les différents types d'apprentissage :

<http://www.grandirzen.com/test-auditif-visuel-kinesthesique/>





Apprendre : conseils et astuces

Le gros contrôle ou examen approche et tu as encore beaucoup de matière à apprendre. Comment réussiras-tu à mémoriser tout cela ?

Naturellement, il n'y a pas de recette miracle pour apprendre des livres par cœur en peu de temps et sans effort. Quelques conseils et astuces peuvent toutefois t'aider à apprendre plus efficacement et espérons-le à mieux t'en sortir lors des contrôles ou examens :

- Tenir compte des types d'apprentissage

À partir des résultats du test ci-dessus, tu peux maintenant déterminer quelle manière d'enregistrer et de traiter les informations te convient le mieux. Tiens-en compte par la suite lors de ta préparation du contrôle ou de l'examen.

- Éviter de se laisser distraire

Jeter un coup d'œil sur son portable, écrire un message ou écouter une chanson en fredonnant sont autant de moyens de se déconcentrer. Pendant les plages horaires réservées à l'apprentissage, il faut se consacrer à l'apprentissage et écarter toutes les sources de distraction. Cela te permettra au final d'être plus efficace et plus rapide, ce qui te laissera ensuite plus de temps pour d'autres choses.

- Concentration et motivation

L'apprentissage ne commence pas à la maison derrière son bureau à la veille du contrôle. Pendant les cours déjà, tu peux assimiler beaucoup de connaissances en suivant attentivement. Tu constateras en outre que plus tu te préoccuperas de la matière, et plus tu la trouveras intéressante et motivante. Car plus nous comprenons bien quelque chose, plus il nous est facile de l'apprendre, et plus le succès est au rendez-vous grâce à l'apprentissage, ce qui est un nouveau facteur de motivation !

- La matière : un but en soi

Fixe-toi des objectifs pour tes phases d'apprentissage. Ils ne devraient pas porter sur leur durée, mais sur les contenus que tu souhaites avoir maîtrisés. Décider de rester assis 10 minutes ne garantit pas que tu apprendras quoi que ce soit pendant ce laps de temps. Mieux vaut donc te fixer des objectifs de ce type : j'aimerais pouvoir écrire ces 20 mots sans erreur. Peut-être que cela te prendra d'ailleurs moins de temps que prévu.

- Dormir suffisamment !

Ton cerveau est actif durant toute la journée et doit travailler. À l'instar de tes muscles lors d'un entraînement physique, ton cerveau a aussi besoin d'un répit pour se reposer. Il est donc aussi extrêmement important de dormir suffisamment avant un examen. Un cerveau bien reposé est capable de mieux retenir et de mieux restituer les informations apprises.

- Boire et manger suffisamment et sainement !

Qui travaille beaucoup doit bien manger. C'est aussi vrai pour le travail intellectuel. Pour obtenir de bonnes performances cérébrales, il faut que tu donnes le bon « carburant » à ton corps. Boire beaucoup d'eau et manger sainement, ce n'est pas seulement bon pour la ligne, mais aussi pour le travail intellectuel !

Apprendre, se souvenir, oublier

Documents de travail



- Il vaut la peine de répéter !

Quand il s'agit d'apprendre, 6 plages de 10 minutes sont plus efficaces qu'une plage de 60 minutes. Plus un contenu est répété souvent, plus la mémoire le retient. Cela présuppose naturellement de commencer à apprendre tôt, pour avoir le temps de répéter.

- Diversité des méthodes

La variété rend la vie, mais aussi l'apprentissage, intéressants ! N'apprends pas toujours de la même manière, au même endroit, à la même heure. Essaie de varier pour déterminer où, quand et comment l'apprentissage est le plus facile pour toi.

Autres conseils et astuces d'apprentissages :

Révisions d'examen : comment bien s'organiser ?

https://www.reussirmavie.net/Revisions-d-examen-comment-bien-s-organiser_a634.html

10 méthodes pour réviser, mémoriser et apprendre efficacement

<https://betterstudy.ch/10-methodes-pour-reviser-memoriser-et-apprendre-efficacement/>

Comment vous faciliter l'apprentissage d'une langue ?

<https://www.efswiss.ch/fr/blog/language/comment-vous-faciliter-apprentissage-langue/>

11 secrets pour mémoriser les choses plus rapidement que les autres (vidéo)

https://youtu.be/1iTUS_XC1lw

Cinq trucs et astuces pour retenir ses cours

<https://www.letudiant.fr/lycee/premiere/comment-mieux-apprendre-5-conseils-pour-mieux-retenir-ses-cours.html>

Mes 16 outils indispensables pour apprendre facilement (et avec plaisir)

<https://apprendre-reviser-memoriser.fr/apprendre-facilement/>



Consigne

Connais-tu d'autres conseils et astuces ? Note-les ci-dessous !

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Recueil : exercices d'entraînement de la mémoire

Apprendre les langues étrangères

Apprendre une langue étrangère est un excellent moyen pour entraîner son cerveau. Les nouvelles combinaisons de mots et de lettres stimulent et exercent le cerveau.

<https://fr.duolingo.com/> (application d'apprentissage de l'anglais, de l'espagnol, de l'allemand, de l'italien et du portugais)

L'entraînement du cerveau de façon ludique

Tu trouveras sur ces sites des devinettes et des exercices de sport cérébral en tout genre. Du niveau simple à difficile, tout y est.

<https://www.gamesforthebrain.com/french/>

<http://www.tv5monde.com/cms/chaine-francophone/jeunesse/Entrainement-cerebral/p-26327-Entrainement-cerebral.htm>

À l'envers

Lis un texte à l'envers, par exemple un article dans le journal du matin. Cela active ton cerveau car il doit d'abord « retourner » mentalement le contenu qu'il est en train de lire. Plus tu le feras souvent, plus tu gagneras en rapidité. C'est en forgeant que l'on devient forgeron.

Jeux éducatifs en tout genre, en plusieurs langues

Tu peux tester ici toutes sortes de jeux éducatifs. Des maths à la géographie en passant par l'anglais, et ce dans plusieurs langues.

<https://www.digipuzzle.net/fr/jeuxeducatifs/index.htm>

Lecture

L'apprentissage ne passe pas forcément par les manuels scolaires. Un polar à suspense ou un récit romantique exercent le cerveau. De plus, la lecture stimule le sens de l'orthographe et permet d'enrichir son vocabulaire. En principe, peu importe ce que tu lis. L'essentiel est de s'intéresser au contenu du livre.

Nonogram ou picross

Le nonogram ou picross est un jeu de réflexion japonais, qui consiste à découvrir un dessin sur une grille en noircissant des cases, d'après des indices logiques laissés sur le bord de la grille. Il requiert de la logique et de la concentration tout en les stimulant.

<https://fr.goobix.com/jeux-en-ligne/nonograms/?s=5>

Tenir un journal intime

Qu'ai-je fait aujourd'hui ? Qui ai-je rencontré ? Qu'est-ce qui m'a procuré du plaisir ou de la tristesse ? Tenir un journal intime est un moyen idéal de passer en revue sa journée. Trouver des mots pour formuler ce qui s'est passé et les noter permet d'activer son cerveau et d'améliorer sa mémoire.

Tu préfères tenir ton journal intime sur ton ordinateur portable ou ta tablette ? Aucun problème :

<https://www.monkkee.com/fr/> (journal intime en ligne)

Apprendre, se souvenir, oublier

Documents de travail



Utiliser son autre main !

Pour activer les deux hémisphères, fais avec la main gauche quelque chose que tu effectues habituellement avec la droite ou inversement. Il peut s'agir d'une petite tâche comme dévisser le bouchon d'une bouteille ou recopier un texte avec la « mauvaise » main. Cela sollicitera beaucoup ton cerveau !

Apprendre, se souvenir, oublier

Solutions



Suggestion pour effectuer cette tâche

Sujets de discussion

*Le mot oublier a souvent une connotation un peu **négative**. On oublie de faire ses devoirs, de souhaiter un anniversaire ou d'acheter quelque chose d'important. Cela est alors souvent associé à des conséquences négatives : punition, réprimandes ou effort supplémentaire.*

*Il est toutefois important de souligner que l'oubli est **nécessaire** pour que notre cerveau puisse fonctionner. Si toutes les impressions qui agissent sur nous au quotidien étaient enregistrées, notre cerveau serait complètement saturé. C'est pourquoi une fonction importante du cerveau est de **trier immédiatement les informations** qui ne sont pas importantes et de les « effacer ». Imaginez que vous vous souveniez de la couleur de toutes les voitures que vous avez vues aujourd'hui. De même, tout ce qui n'a **pas été utilisé depuis longtemps** et qui n'a pas d'**importance émotionnelle** pour nous est supprimé. Nous avons tous des souvenirs de notre enfance ou de notre scolarité. Ils sont en général associés à une émotion précise, c'est pourquoi nous pouvons encore nous les rappeler, même après des années. Pour les événements particulièrement **traumatisants** et **négatifs**, l'oubli peut aussi fonctionner comme un **mécanisme de protection**. Souvent par exemple, les victimes d'un accident ne parviennent plus à se souvenir du déroulement des faits.*

Te souviens-tu ? (Questions sur le film)

Facteurs qui contribuent à ce que nous nous souvenions de quelque chose.

Répétition, importance, concentration, sommeil, rêves

Facteurs qui contribuent à ce que nous nous souvenions/puissions nous souvenir de quelque chose.

Manque de concentration, information n'est pas importante pour nous / est jugée non importante, souvenirs personnels qui sont faussés par le cerveau (désirs), blocage à cause du stress et de l'excitation (les hormones adrénaline, noradrénaline et cortisol déclenchent des troubles dans le cerveau), les informations n'ont plus été rappelées depuis très longtemps

Relier des mots-clés à des affirmations (réponses possibles) :

Les cellules nerveuses (neurones) et les informations

Les cellules nerveuses transmettent des informations par le biais d'impulsions, ce qui génère des souvenirs / schémas de mémoire.

Mémoire à court et long terme

Les informations importantes restent dans la mémoire à court terme (pendant 20 à 40 secondes) et quand une information est transmise à l'hippocampe, elle reste dans la mémoire à long terme.

La vieillesse et le cerveau

Dès l'âge de 20 ans, les connexions entre les cellules nerveuses cérébrales sont plus nombreuses à être détruites qu'établies, c'est pourquoi la performance de la mémoire diminue. Il y a toutefois des exercices de mémoire où les personnes âgées obtiennent de meilleurs résultats que les jeunes (mot-clé : expérience).

Apprendre, se souvenir, oublier

Solutions



Le sommeil et la mémoire

Pendant le sommeil, les souvenirs sont triés et rangés. Le sommeil est essentiel pour la mémoire.

Test du type d'apprentissage

Calcul mental

$3 * 9 (=27)$	$45 - 28 (=17)$	$4 * 16 (=64)$	$15 / 3 (=5)$
$26 + 17 (=43)$	$7 * 3 (=21)$	$51 / 3 (=17)$	$20 + 12 (=32)$
$7 * 7 (=49)$	$28 / 4 (=7)$	$19 + 9 (=28)$	$14 / 7 (=2)$
$13 * 5 (=65)$	$56 / 8 (=7)$	$99 / 11 (= 9)$	$9 * 6 (=54)$
$4 * 12 (=48)$	$11 * 11 (=121)$	$55 + 13 (=68)$	$36 / 6 (=6)$
$13 * 3 (=39)$	$14 + 18 (=32)$	$111 / 11 (=11)$	$88 + 22 (=110)$
$11 + 33 (=44)$	$4 * 12 (=48)$	$25 + 12 (=37)$	$36 - 21 (=15)$
$43 + 13 (=56)$	$100 - 37 (=63)$	$2 * 23 (=46)$	$34 + 22 (=56)$
$72 / 9 (=8)$	$46 * 2 (=92)$	$8 * 12 (=96)$	$101 - 8 (=93)$
$5 / 1 (=5)$	$13 + 12 (=25)$	$45 / 9 (=5)$	$21 + 17 (=38)$

1. Termes du test de lecture :

Fenêtre	Dé à coudre	Moto	Tableau	Lion
Piano	Clavier	Cheminée	Veste	Salade
Four	Coussin	Douche	Colline	Cheval

2. Termes à lire

Piscine	Caisse	Classeur	Trottoir	Scie
Balcon	Plante en pot	Pièce de monnaie	Papillon	Anniversaire
Caractère	Cheveux	Puceron	Clignotant	Drapeau



3. Images pour le test du type visuel

A solid black silhouette of a truck with a long trailer, shown from a side profile.	A pair of dark sunglasses with thin frames, resting on a light-colored surface.	An open notebook with lined pages, lying flat on a wooden surface.
A bright yellow acoustic guitar with a dark fretboard and a sound hole.	A pair of grey, textured knit gloves, one slightly behind the other.	A black silhouette of a crown with a cross on top and decorative elements.
A black and white illustration of the Eiffel Tower, showing its intricate lattice structure.	A bright yellow hard hat with a chin strap, shown from a three-quarter view.	A brown American football with white laces and a white stripe.
A bright green sea turtle with a patterned shell and flippers.	A silver metal spoon, shown from a side view.	A white commercial airplane in flight, shown from a side profile.



4. Propositions d'objets pour le test du type haptique

Bâton de colle	Verre à épices	Carte postale	Règle	Ticket
Élastique à cheveux	Fleur	Dé	Prise multiple	Bonhomme en Lego
Briquet	Shampoing	Mouchoir	Canif	Brosse à dents

Sous ce lien figurent notamment des informations complémentaires sur les types de mémoire : <http://www.grandirzen.com/test-auditif-visuel-kinesthesique/>