



MOI, J'APPRENDS À RÉUSSIR

© Octofun®

MES QUALITÉS



CE QUE J'AIMERAIS AMÉLIORER



MES BONS GESTES



MES ASTUCES POUR RÉUSSIR



Quelques pistes pour apprendre à réussir

MES QUALITÉS

- ambitieux(-se)
- appliqué(e)
- autonome
- confiant(e)
- courageux(-se)
- curieux(-se)
- débrouillard(e)
- logique
- méthodique
- motivé(e)
- ordonné(e)
- persévérant(e)
- responsable
- soigneux(-se)
- travailleur(-se)
-
-
-



CE QUE J'AIMERAIS AMÉLIORER

- Je m'organise davantage
- Je réalise un planning et je le suis
- Je mets en place des rituels efficaces
- Je suis plus autonome
- J'attends mon tour
- Je maîtrise mes émotions
- Je gère mon stress
- Je trouve le bon rythme
- Je suis attentif(-ve)
- J'étudie plus régulièrement
- Je suis plus persévérant(e)
-
-
-



Quelques pistes pour apprendre à réussir

MES BONS GESTES

- Je me mets en projet (Pourquoi ? Pour qui ? Pour quand ?)
- Je mets l'information dans ma tête (en revoyant, en réentendant, en ressentant ...)
- Mes 5 gestes : attention, mémorisation, compréhension, réflexion et imagination
-
-
-



MES ASTUCES POUR RÉUSSIR

- Mettre l'information en rythme
- Mettre l'information en chanson
- Mettre l'information en tableaux
- Mettre l'information en mind map
- Mettre l'information en dessins
- Répéter (au moins 3 fois pour retenir)
- Suivre mes rituels
- Être actif(-ve)
- Faire des liens entre les matières
- Redire avec mes mots
- Utiliser un code couleur
-
-
-

