

# Le procédé mnémotechnique

(Le palais de la mémoire)

## **Etape 1. Demander à l'élève de retracer son chemin de son levé du matin jusqu'à l'école**

1. Je me lève, je vois mon lit
2. Ensuite j'ouvre les volets de ma chambre
3. Ensuite je me dirige le couloir (et je pousse la porte de la cuisine).
4. Dans la cuisine je prends mes céréales dans le placard (jaune)
5. Dans la cuisine je prends mon bol dans le placard (vert) et je verse mes céréales
6. Ensuite je vais dans la salle de bains me laver.
7. Dans le placard je choisis les vêtements du jour et je m'habille
8. Je prends mes affaires pour l'école
9. Je me rends à l'arrêt de bus
10. Je monte dans le bus

11. Je passe devant le lieu X
12. Je passe devant le lieu Y
13. Je descends du bus à l'arrêt
14. Je marche dans la rue qui mène à l'école
15. Je rentre dans la cours de l'école
16. Je passe la porte de l'école
17. Je suis dans le couloir qui mène à ma classe
18. Je rentre dans la classe (porte)
19. Je pose mes affaire sur ma table de classe
20. Je regarde le tableau et le professeur s'installe

Il faut que ce soit un parcours routinier et sans effort à mémoriser

## Etape 2. Associer sur chaque lieu à un chiffre

1. Je me lève, je vois mon lit
2. Ensuite j'ouvre les volets de ma chambre
3. Ensuite je me dirige le couloir (et je pousse la porte de la cuisine).
4. Dans la cuisine je prends mes céréales dans le placard (jaune)
5. Dans la cuisine je prends mon bol dans le placard (vert) et je verse mes céréales
6. Ensuite je vais dans la salle de bains me laver.
7. Dans le placard je choisis les vêtements du jour et je m'habille
8. Je prends mes affaires pour l'école
9. Je me rends à l'arrêt de bus
10. Je monte dans le bus
11. Je passe devant le lieu X
- 12.....

### Etape 3. L'élève apprend cette liste de parcours familial

Au début faire une liste de 20 lieux pour 20 mots

Ensuite une liste plus longue : 40 lieux pour 40 mots

Votre objectif principal : rassurer l'élève et l'encourager.

Lui enlever la limite : c'est difficile, je n'y arriverai pas

Temps d'apprentissage de la liste : de 5 min à 30 min

Faire réciter dans l'ordre (1 à 20)

Faire réciter de (20 à 1)

Faire réciter au hasard

## Etape 4. Test de mémorisation Objectif : casser la limite « je n'y arrive pas »

1. Faire une liste de 10 objets (que l'élève ne voit pas)

2. Annoncer les mots (objets) et l'élève mémorise

L'élève met l'objet dans le lieu  Il visualise l'objet  Lien (association) entre l'objet ; le lieu et le chiffre

1. Lampe  1. Je me lève, je vois mon lit  1. Je me lève, je vois mon lit et sur le lit il y a une lampe

2. Voiture  2. j'ouvre les volets de ma chambre  2. j'ouvre les volets de ma chambre et je vois une voiture

3. Vélo  3. je me dirige le couloir  3. je me dirige le couloir et je vois un / mon vélo

3. Faire réciter : de 1 à 10 --- de 10 à 1 --- au hasard

## Etape 5. Exercice de mémorisation avec 20 mots

1. Reprendre la liste et la compléter (que l'élève ne voit pas)

2. L'élève continue son chemin (d'association) – n°11 → Je passe devant le lieu X

11. Verre → 11. Je passe devant le lieu X → 11. Je passe devant le lieu X et je vois un verre

3. L'élève récite de 10 à 20 – de 20 à 1 – de 1 à 20 – Au hasard

**Astuce**

Consolider la liste de 1 à 10. → Passer à la liste de 10 à 20