

Je me prépare au CEB : 1 – Je me connais

1. Que veut dire CEB ?

.....
.....

2. Quelles sont les épreuves que tu vas passer ? Classe-les en deux colonnes : **Je suis fort(e) en.... J'ai des difficultés en**

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

3. Quelques stratégies que je peux facilement mettre en place pour réussir...

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

4. Dans ma préparation au CEB,...

Ce qui sera prioritaire :

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

Ce qui sera secondaire :

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

Ce qui sera accessoire :

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

Ce qui sera inutile :

.....

.....

.....

.....

5. Pour mémoriser,

- Je me fais des images (dessins, graphiques, mémoire de la mise en page), je photographie des mots, je mets en fluo, je construis une araignée,
- Je me raconte mon cours, j'ai besoin de dire ou de réciter à quelqu'un, quand je lis mon cours je me souviens de ce que m'a expliqué Michèle
- Je marche, je bouge, je fais des mouvements, je me mets dans la peau des situations
- Je pars d'un exemple pour retenir la règle
- J'étudie pas à pas mon syllabus
- Je pars des titres puis j'étudie les détails

Petit test :

Ferme les yeux. Essaie de penser à tes vacances pendant une minute. Que se passe-t-il dans ta tête ? Coche ce qui convient :

Je revois ce que j'ai fait comme un film ou des photos qui défilent.(V)

Je me les raconte avec des mots, comme une histoire.(A)

Si je me les raconte, j'entends ma voix.

Si je me les raconte, j'entends la voix de quelqu'un d'autre.

Je ressens les émotions, les sensations que j'ai éprouvées, les gestes que j'ai faits.(K)

Referme les yeux, essaie de te souvenir du dernier jeu vidéo auquel tu as joué, et coche ce qui convient :

Je revois les images du jeu sur mon écran . (V)

J'entends les musiques, les voix des joueurs et des personnages, les sons.(A)

Je retrouve mes émotions quand je jouais, je ressens les gestes que j'ai fait en jouant. (K)