

## I - Je m'organise

- Je prépare mon cartable le soir pour ne rien oublier.
- Je note correctement mon travail sur mon agenda.
- Je répartis mon travail sur la semaine, en tenant compte de mes activités extrascolaires et familiales.
- Dès que je le peux, je m'avance sur mon travail.
- Je tiens à jour mes cahiers et classeurs.

## II – Je me concentre

- Je travaille dans un lieu calme
- J'éteins mon portable, la télévision, je ne joue pas aux jeux vidéo avant de faire mes devoirs.
- Avant de commencer à travailler, je prends le temps de réfléchir : « Que dois-je faire ? Qu'est ce que le professeur attend de moi ? »
- Je ne me précipite pas, je lis attentivement les consignes, je soigne la rédaction de mon travail.

## III – J'apprends mieux

- Je suis attentif (attentive) en cours et ne gêne pas mon entourage par du bavardage.
- Je pose des questions au professeur lorsque je ne comprends pas.
- Je relis chaque soir les leçons de la journée même si le professeur ne l'a pas fait noter sur l'agenda.
- Je mémorise les leçons et je ne me contente pas de lire.
- Je peux alterner entre les exercices écrits et l'apprentissage des leçons.
- Je révise **régulièrement** mes leçons, je n'attends pas la veille du DS ou du bilan de séquence. *J'ai bien conscience que pour que la mémorisation à long terme se déclenche, il me faut réapprendre une même notion au moins sept fois.*
- Je m'entraîne en faisant les exercices.
- Je rédige des fiches de révision si j'en ai besoin.

## IV – J'ai une bonne hygiène de vie

- Je fais une pause et prends un goûter avant de commencer mes devoirs.
- Je me couche tôt, je dors 9h par nuit, je ne joue pas aux jeux vidéos avant de dormir.
- Je prends un solide petit-déjeuner, je ne viens pas au collège le ventre vide.
- Je réserve du temps pour mes loisirs, les activités sportives.