

Ma boîte de Leitner

Notice d'utilisation — Comment utiliser la boîte des savoirs indispensables à l'acquisition des compétences

C'est quoi ?

La boîte de Leitner est un outil de mémorisation. Elle te permet de retenir durablement les savoirs vus en cours grâce à la répétition espacée : **tu révises peu mais régulièrement, et ta mémoire s'en souvient mieux.**

La règle

Bonne réponse

La carte monte dans le compartiment suivant.
Elle reviendra moins souvent.

Mauvaise réponse

La carte retourne dans le compartiment 1.
Elle reviendra dès le lendemain.

Comment utiliser ta boîte ?

- 1 Crée tes flash-cards au fil des cours. Écris une question au recto et la réponse courte au verso.
- 2 Range toutes tes nouvelles cartes dans le compartiment 1.
- 3 Consulte chaque jour, le planning pour savoir quels compartiments tu dois ouvrir.
- 4 Lis la question. Réponds sans regarder le verso. Vérifie puis applique la règle.
- 5 Positionne la flash-cards dans le compartiment 2, si la réponse est correcte
Sinon, elle reste dans le compartiment 1

Ton planning hebdomadaire

Jour	Compartiments à ouvrir
Lundi	Compartiment 1
Mardi	Compartiments 1 et 2
Mercredi	Compartiment 1
Jeudi	Compartiments 1, 2 et 3
Vendredi	Compartiments 1 et 4
Samedi	Compartiments 1, 2 et 5
Dimanche	Compartiments 1, 3 et 6

Exemple

Nous sommes **lundi de la semaine 10**. Tu ouvres uniquement le **compartiment 1**.
Tu coches la case **semaine 10 / Lundi** sur ton planning annuel.
Tu réponds aux cartes du compartiment 1,
Tu appliques la règle et tu ranges la carte dans le bon niveau

10 minutes par jour suffisent. La régularité compte plus que la durée.

