

Outils de révision



# DESTINATION BREVET

ÉTAPE N°3

à imprimer

Apprendre à structurer  
une séance de travail !



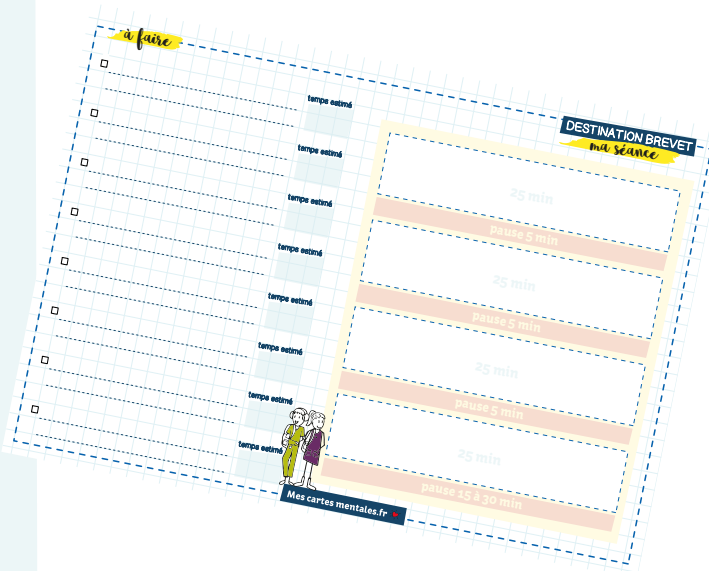
## Organiser sa séance

### Méthode Pomodoro

Cet outil permet de mettre en place facilement la méthode Pomodoro, qui consiste à travailler pendant 25 minutes, puis à faire une pause de 5 minutes.

Après quatre cycles, on prend une pause plus longue de 15 à 30 minutes.

L'intérêt de cette méthode est d'améliorer la concentration en évitant la fatigue mentale. Elle aide aussi à rester motivé sur le long terme.



formules de géométrie

Pour voir comment utiliser  
tes outils, c'est ici



Mes cartes mentales.fr

SÉANCE RÉVISION

à faire

DESTINATION BREVET

ma séance



temps estimé



temps estimé



temps estimé



temps estimé



temps estimé



temps estimé



temps estimé



temps estimé



25 min

pause 5 min

25 min

pause 5 min

25 min

pause 5 min

25 min

pause 15 à 30 min

A full-page view of a blank sheet of graph paper. The grid consists of small squares formed by thin, light blue dashed lines. There are no margins or other markings on the page.