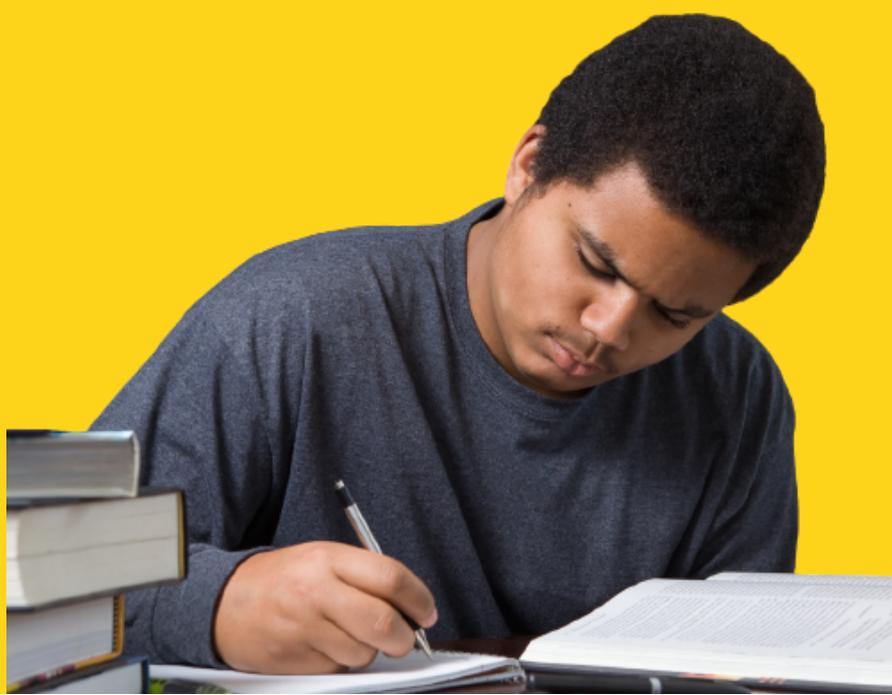


**Résumé de l'Atelier Stratégies
d'apprentissage
à destination des élèves du
Lycée Notre-Dame de la
Providance d'Enghein**

Par Pierre Amougou



POINTS CLEFS DE L'ATELIER

Questions à se poser avant de choisir une méthode

Combien de temps j'ai pour réviser ?

Quelles sont les attentes du professeur ?

Quels sont mes objectifs ?

Quel est le niveau de difficulté ?

Je veux cibler la mémoire de court terme ou de long terme ?

 @etudiants.ambitieux

 @etudiantsambitieux

ORGANISER SES RÉVISIONS

Étape 1 : Fais le point sur les attentes des épreuves & tes objectifs

Regarde les examens / annales de l'année passée

Demander conseil à tes professeurs

Fixe toi un objectif en termes de notes.

Étape 2 : Liste les tâches à réaliser pour les attentes / objectifs

Exemples : Ficher texte 1 sur la poésie / réciter ma présentation de texte / noter des questions pour préparer l'oral de français...

Étape 3: Estime la durée nécessaire pour réaliser chaque tâche

Idéalement une tâche doit durer entre **25 min et 1h30**.

Étape 4: Détermine une date limite pour chaque tâche à réaliser

Exemples : Finir de relire mes textes avant le **mardi 25 avril** / Finir de ficher mes textes avant le **jeudi 27 avril**...

Étape 5 : Détermine ton rythme de travail

Combien d'heures veux-tu travailler **chaque semaine** ? jour ?...

Combien d'heures veux-tu travailler pour **chaque matière** ?

Étape 6 : Utilise la technique du time blocking

Organise ta journée en plaçant des sessions de travail d'une **durée de maximum 1h30** pour réaliser **tes tâches**.

 @etudiants.ambitieux

 @etudiantsambitieux

DÉFINIR SA STRATÉGIE DE RÉVISION

La méthode des flash cards

À créer toi-même ou via des applis en ligne (ex: anki card / quizlet)

Lis l'information sur la carte, puis essaye de te rappeler la réponse au dos.

Si  tu passes à la carte suivante

Si  essaye à nouveau jusqu'à ce que tu t'en souviennes correctement.

Tu peux classer les cartes par niveau de maîtrise ou niveau d'importance.

La méthode de la feuille blanche

Choisis ton sujet

Ecris sur la feuille tout ce dont tu te rappelles sans regarder ton cours

Ensuite compare ta feuille et ton cours

Note ce que tu as oublié ou mal compris et reviens à ces parties plus tard.

La méthode "joue au professeur"

Choisis ton sujet

Présente le sujet à qq1 comme si tu étais prof, avec des explications/exemples

Demande à ce qu'on te pose des questions pour vérifier tes connaissances

Si tu ne sais pas répondre tu peux consulter tes notes/ton cours

La méthode du test

Trouve des annales/anciens examens : en ligne, via tes profs ou élèves

Entraîne-toi sur le sujet dans les conditions de l'épreuve

Vérifie tes réponses avec ton cours et identifie les domaines que tu as manqués

 @etudiants.ambitieux

 @etudiantsambitieux

DÉFINIR SA STRATÉGIE DE RÉVISION

Cahier des erreurs

À créer toi-même via un cahier ou via des outils en ligne (ex: notion /word)

Note dans un cahier/document les erreurs que tu fais lors d'un exercice ou d'un contrôle.

Cela fonctionne pour les fautes de grammaires, les remarques des professeurs sur tes copies, des verbes/vocabulaire en langue.

Méthode du Milkshake

- 👉 Objectif : Établir des liens entre une notion ou un cours et tes passions, ainsi que les associations naturelles que ton cerveau fait avec ce cours ou cette notion.
- 👉 Commence par écrire la notion ou le chapitre au centre d'une feuille.
- 👉 Ensuite, note toutes les idées et associations qui te viennent à l'esprit.
- 👉 Enfin, essaie de créer des exemples pour illustrer ton cours en utilisant ce qui est dans ton esprit lors de cet exercice de créativité."

 @etudiants.ambitieux

 @etudiantsambitieux

POINTS CLEFS DE L'ATELIER

La mémoire

- ➡ Plus je comprends une information/un cours plus facilement je la mémorise.
- ➡ Plus je fais de liens entre une information et une information déjà mémorisée, plus facilement je la mémorise.
- ➡ Plus j'utilise une information/une connaissance plus facilement je la mémorise.
- ➡ La mémoire est multiple ! Plus j'en utilise plus longtemps et facilement je mémorise.

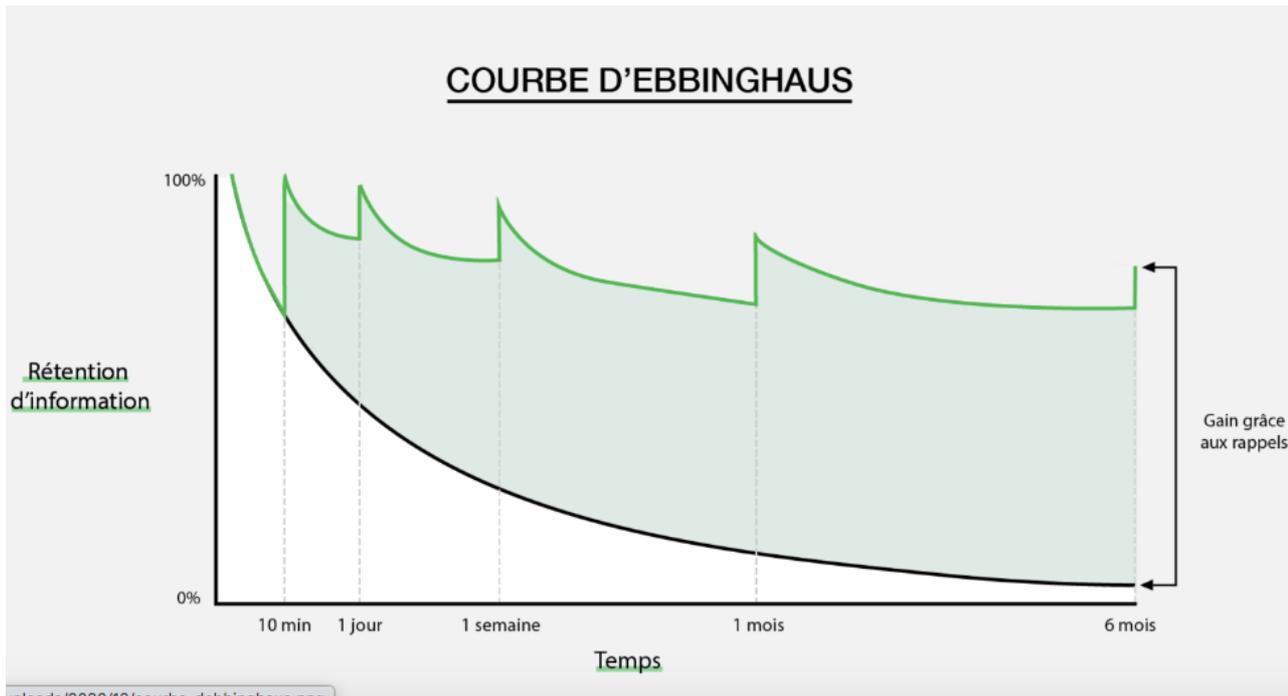
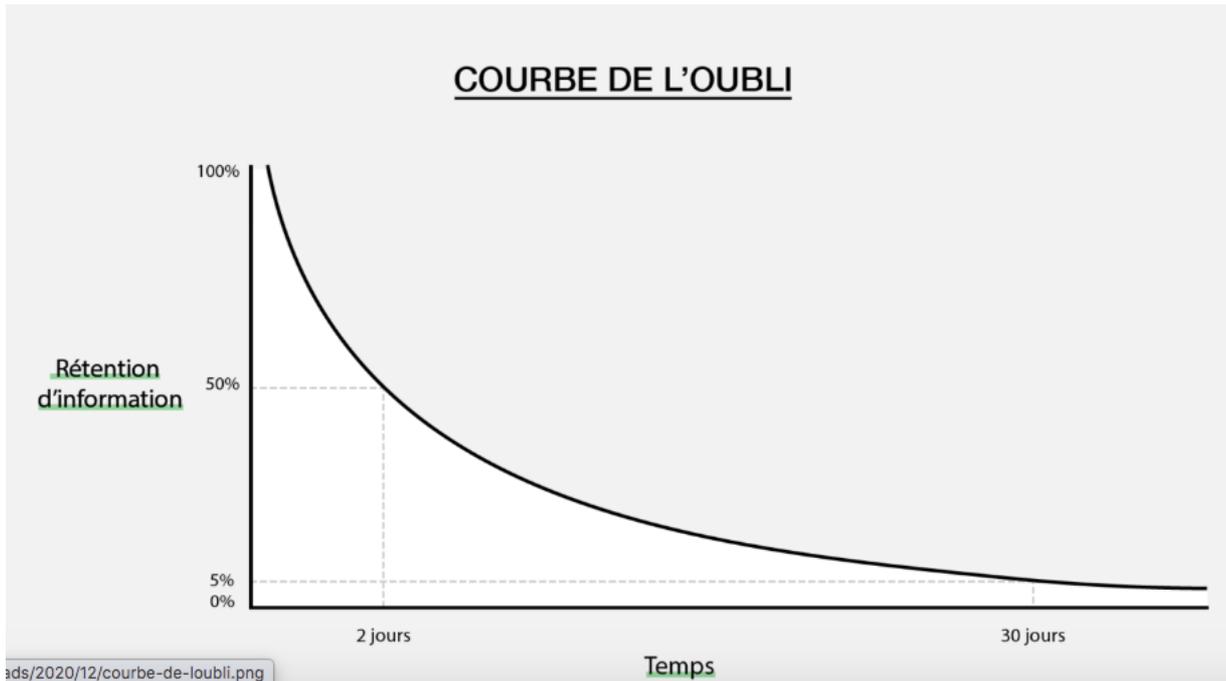
Le cerveau fonctionne comme un muscle

- ➡ Plus je l'utilise dans un domaine plus il devient performant.
- ➡ Neuroplasticité : Capacité de notre cerveau à se modifier, à s'adapter en réponse à son son environnement et aux tâches à exécuter via ses connexions neuronales.
- ➡ Growth Mindset : Mon intelligence est malléable, elle peut s'améliorer par le travail, la persévérance et l'analyse de nos échecs. (Carol Dweck).
- ➡ Les erreurs et les échecs = graines des réussites de demain.
- ➡ Les notes = sources d'information.
- ➡ L'oubli est un phénomène naturel et inévitable. Cela vient du fait que notre capacité de mémorisation est limitée.

 @etudiants.ambitieux

 @etudiantsambitieux

POINTS CLEFS DE L'ATELIER



 @etudiants.ambitieux

 @etudiantsambitieux