

DÉROULEMENT METHODO : 2^E MODULE

1) Retour de la 1^{re} journée

- a. Les + et les –
- b. Organiser son espace de travail : expliquer ce qu'ils auraient changé ou pas dans leur espace
- c. Qu'est-ce que j'ai fait et qu'est-ce que je n'ai pas fait et pourquoi
- d. Organiser son temps : expliquer ce qu'ils auraient changé ou pas dans leur gestion du temps et surtout du temps d'étude
- e. Revenir sur ce qu'ils n'ont pas compris

2) Les révisions

Ça sert à quoi ???

- À vérifier que tes **cours sont en ordre**
- À faire des **résumés**
- À vérifier que tu as **tout compris** (si pas, c'est le moment de poser les questions à ton/ta prof ou à tes ami(e)s !)
- À savoir quelle sera exactement la matière **à étudier**
- À repérer sur quoi **le prof insiste** (... il interrogera sûrement là-dessus)
- À t'**entraîner** avec les exercices donnés ou en demander d'autres
- ...

3) Préparation à l'examen

La préparation aux examens commence dès le premier cours. La présence à tous les cours est essentielle, car c'est en classe que se fait d'abord l'apprentissage. Cependant, il ne suffit pas d'assister au cours pour réussir ses examens, il faut :

- ✓ adopter une écoute active et prendre des notes (cf. « La prise de notes »);
- ✓ faire les lectures et les travaux demandés;
- ✓ consulter son enseignant pour toute notion incomprise;
- ✓ conserver ses notes et ses documents en ordre;
- ✓ prévoir du temps pour faire des révisions quotidiennes et hebdomadaires (cf. « La gestion du temps »);
- ✓ établir un calendrier ou un échéancier des examens (cf. « La gestion du temps »).
- ✓ Questionner : au lieu de lire des informations les unes après les autres, formuler des questions sur la matière à partir des titres et des sous-titres. En questionnant la matière, on devient actif dans son apprentissage; la compréhension et la mémorisation s'en trouvent facilitées.

Et encore... Il faut :

1. Estimer le temps qu'il reste et les choses à faire

Essayez de vous fixer comme objectif d'être prêt-e quelques jours avant le début de la session afin de vous laisser quelques jours de repos. Avec cet objectif en tête, listez tout ce qu'il vous reste à faire et, surtout, estimez le temps que chacune de ces tâches vous prendra.

2. Aller aux derniers cours

Les ou, au minimum, le dernier cours est souvent consacré aux questions des étudiant-e-s. Il est important d'avoir revu son cours avant ce récapitulatif et de préparer des questions sur les points qui ne sont pas clairs. Prêtez attention aux questions de vos collègues et surtout, essayez d'y répondre. Faites plus généralement attention à tous les indices que les professeur-e-s vous donnent, par exemple quand ils/elles répètent plusieurs fois la même information, quand ils/elles stipulent que tel ou tel thème pourrait faire l'objet d'une question d'examens, quand ils/elles font une pause pour vous laisser écrire ou quand ils/elles attirent votre attention sur un concept ou une partie du cours.

3. Dormir, se reposer, se relaxer, manger

Ne sous-estimez pas l'importance de ménager des pauses, et ce, jusqu'au jour de l'examen. Un examen, c'est fatigant. Vous devez donc être d'attaque et ne pas fatiguer votre corps et votre mémoire inutilement, afin de garder un maximum d'énergie pour l'examen. Si vous n'arrivez pas à dormir, levez-vous et lisez quelque chose de simple, relaxez-vous si possible dans un endroit calme et frais. Évitez à tout prix de réviser pour passer le temps, cette activité va vous stresser et vous fatiguer. Durant vos journées, privilégiez des pauses régulières, surtout si vous mémorisez, activité cognitive hautement fatigante. N'oubliez pas, une vraie pause d'au moins une heure à midi vous permettra de reprendre des forces pour la fin de la journée.

4. Éviter le bourrage de crâne

Comprenez par là que d'ingérer de trop grandes quantités d'information dans un laps de temps court ne vous permet pas d'assimiler les informations et, surtout, cela vous empêche de mobiliser des stratégies d'apprentissage dites « en profondeur » (donc efficaces). Vous ne faites que survoler la matière sans la consolider. Pour fixer les informations dans votre mémoire à long terme, vous devez revoir plusieurs fois la matière, si possible à des moments différents, en variant les angles d'attaque. À la dernière minute, vous n'avez plus le temps de consolider les informations et vous risquez fortement d'oublier des choses ou de vous embrouiller le jour de l'examen.

5. Revoir l'ensemble

Nous savons qu'il vous sera difficile de vous reposer les derniers jours avant les examens et que vous aurez tendance à réviser jusqu'à la dernière minute (même si cela n'est pas conseillé !). Si vous désirez remettre le nez dans vos cours la veille ou le jour de l'examen, essayez de privilégier une approche globale. Revoyez l'ensemble, le plan et/ou la structure globale. C'est le bon moment aussi de faire une carte conceptuelle (concept mapping ou mind mapping) afin de récapituler l'ensemble des informations et de tisser des liens entre elles.

6. Se tester

Prenez du temps, lors de vos révisions, pour vous tester. Vous pouvez créer des groupes de révision où chacun-e est interrogé-e sur une partie du cours. Essayez de répondre vraiment à des questions, par oral ou par écrit, afin de réellement identifier les lacunes (si vous en avez). Vous pouvez aussi vous astreindre à répondre à une ou deux questions par écrit, dans le même format que ce qui est attendu à l'examen. Vous vous entraînerez ainsi aussi à rédiger une réponse, si nécessaire. Avoir de bonnes idées et maîtriser une réponse c'est bien, savoir organiser ses idées afin de montrer aux professeur-e-s que vous avez la réponse c'est mieux ! La rédaction peut vous jouer des tours, c'est pour cela qu'il est conseillé de vous entraîner à l'avance. Pour un examen oral, entraînez-vous à livrer une réponse à un-e interlocuteur/trice. Pour un QCM, entraînez-vous dans la mesure du possible à répondre aux questions sans perdre de temps.

7. Refaire d'anciens examens et exercices

Mettez-vous dans les conditions de l'examen et testez vos connaissances sur des exemples concrets. À propos des exercices : variez-les au maximum pour ne pas les apprendre sans vous en apercevoir. C'est votre

raisonnement que vous mettrez ainsi à l'épreuve et non votre capacité à mémoriser un déroulement ou une réponse.

8. Anticiper le contenu de l'examen

Essayez d'imaginer les questions que l'on pourrait vous poser. Identifiez les parties et thèmes importants du cours. Ceci fait, essayez de formuler des questions comme si vous étiez à la place du ou de la professeur-e.

Inspiré de Delphine Rinaldi Université de Genève

4) À l'examen

a. Préparer son matériel

b. Se préparer soi-même (que fait-on la veille ? etc.)

Il faut éviter de reporter toute l'étude de la matière la veille de l'examen, mais répartir celle-ci sur les jours qui précèdent. En effet, on retient mieux une matière lorsqu'elle est revue plusieurs fois. Ne pas attendre d'avoir le goût d'étudier. La motivation vient dans l'action. Prévoir une pause de 10 minutes pour chaque heure d'étude, ou encore une pause de 5 minutes pour 30 minutes d'étude. Étudier avec un éclairage adéquat, dans un endroit calme et bien aéré, en position assise plutôt qu'allongée.

c. Respect des consignes

- ✓ Survoler l'examen : prendre connaissance des consignes et des questions. Repérer les questions les plus faciles. Noter dans la marge les idées qui viennent à l'esprit.
- ✓ Déterminer le temps que l'on va consacrer aux questions. Si l'on n'a pas terminé une question en temps voulu, on passe à une autre. On revient sur la question à la fin de l'examen, s'il reste du temps.
- ✓ Lire attentivement l'énoncé des questions. Porter une attention particulière aux mots clés, notamment aux verbes utilisés dans un énoncé de question.

Les consignes

⑩ Qu'est-ce que c'est ?

L'ensemble des instructions données par un professeur pour exécuter un travail, un devoir, une interrogation ou pour vivre en groupe.

⑩ Bien les lire pour mieux les comprendre !

Chaque mot et chaque signe de ponctuation compte dans une consigne. Tu dois donc redoubler d'attention et lire la consigne **jusqu'au bout** !

N'hésite pas à **relire plusieurs fois la consigne**, afin de vérifier que tu l'as bien en tête et que ta réponse correspond bien à ce qu'on te demande.

Des mots non compris ? Interroge ton prof si c'est permis.

📌 **Trucs et astuces :**

- Lorsque tu reçois une interro, la première étape est de **lire l'ensemble des questions avec la plus grande attention**. Parfois les questions suivantes te donnent des indices pour répondre aux questions précédentes.
- Une fois que tu as lu toutes les consignes, choisis d'abord de répondre aux questions qui te semblent les **plus faciles**. Tu consacreras ensuite le reste du temps aux questions qui te paraissent les plus difficiles.
- Détermine aussi les questions qui valent le **plus de points** afin d'y répondre en premier lieu.



- Ne réponds qu'à une seule question à la fois. Ne disperse pas ton attention !
- N'oublie pas non plus de surveiller l'heure et d'organiser ton travail en fonction !

⑩ Analyse la question

1. De quoi s'agit-il ?

Une fois que tu as ciblé le **thème / sujet**, tu peux automatiquement dans ta tête retrouver les informations dont tu auras besoin pour répondre à cette question (fais le lien avec ce que tu as vu au cours)

2. Que me demande-t-on de faire ?

Repère le(s) verbe(s) d'action, ceux-ci t'indiquent comment tu dois répondre à la question, réfléchis donc bien à leur signification.



Si tu n'as pas respecté l'action demandée par le verbe, tu perdras automatiquement des points puisque tu n'auras pas appliqué la consigne.
Et cela, même si ta réponse est correcte !

3. Sous quelle forme ?

La consigne peut encore te donner des informations supplémentaires notamment sur **la façon dont tu dois y répondre**.

Exemple : avec un schéma, une définition, un texte, un tableau ...

Repère aussi le **nombre d'éléments demandés** !

Exemple : donne trois conséquences de ...

⑩ Rédiger ta réponse

Une fois que tu as bien lu et analysé la consigne, tu vas devoir formuler ta réponse. Tu dois répondre avec le plus de précision possible, c'est-à-dire donner toutes les informations, même celles qui te semblent évidentes.

⑩ Prends le temps de relire

N'oublie pas de **relire tes questions et tes réponses**, vérifie que tu n'as rien oublié et que tous les éléments sont présents, que ton texte a du sens ...

Relis les questions **au fur et à mesure** pour pouvoir la retravailler immédiatement.

Réserve-toi 5 minutes à la fin de l'interro pour relire tes réponses et vérifier :

- l'orthographe, la grammaire et la ponctuation
- Les oublis
- La lisibilité

d. Calculer son temps pendant l'examen

Un des écueils classiques lors d'un examen est le manque de temps. Pour éviter ce piège, avant de débiter l'examen, passez en revue l'ensemble des questions (sauf pour un QCM) et calculez le temps que vous avez pour chacune d'entre elles (en fonction de leur longueur et de leur complexité – ou des points attribués).

Regardez votre montre régulièrement pour ne pas déborder et conservez du temps pour chacune des questions, ainsi que pour une relecture finale. Pour un QCM, vous ne disposez que de peu de temps pour chaque question. Si vous ne savez pas, passez donc à la question suivante, vous reviendrez sur les questions qui posent problème plus tard, le but étant de gagner un maximum de points et donc de ne rater aucune question pour laquelle vous connaissez la réponse.

e. Exercice sur le respect des consignes

5) Après l'examen

a. Ne pas refaire indéfiniment l'examen: ce qui est fait est derrière vous

Il est très courant d'avoir une impression négative à la sortie d'un examen, de douter de soi. Malheureusement, l'examen fait est derrière vous et vous ne pouvez plus rien changer. Rappelez-vous que les impressions sont souvent négatives, mais pas toujours révélatrices de la réalité. Répétez-vous que votre préparation a été bonne et que vous allez réussir. La pensée positive peut être une bonne alliée pendant cette rude période !

b. Passé à la préparation de l'examen suivant

Remobilisez-vous pour préparer l'examen suivant. Ne perdez pas votre concentration et focalisez-vous sur la suite de la session.