

5 STRATÉGIES POUR RÉVISER EFFICACEMENT



ESPACER LES SÉQUENCES D'ENTRAÎNEMENT

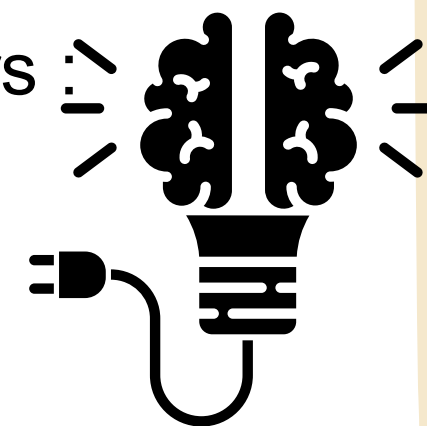
- Étudier les informations **plus d'une fois**, en laissant un temps entre chaque séquence.
- Ce temps dépend du contenu : de plusieurs jours à plusieurs semaines.
- Plus la **familiarité** avec le contenu est grande, plus les séquences peuvent être **espacées** (une fois par mois par exemple).

IMBRIQUER L'ÉTUDE DE PROBLÈMES DE DIFFÉRENTES NATURES

- Refaire des **exercices** (en **alternant** les chapitres au sein d'une même séance de révision) et **imbriquer les matières** lors d'une séquence (français/ maths/ français/ maths)
- **Mêler les types de problèmes** (arithmétique, géométrie, QCM...) pour améliorer les capacités à distinguer les différents types, à identifier les caractéristiques communes au sein d'un même type de problème et à réussir davantage en condition d'examen.

S'ENTRAÎNER À SE REMÉMORER LES NOUVEAUX APPRENTISSAGES GRÂCE À UNE AUTO ÉVALUATION

- La récupération est le fait de faire revenir les connaissances et compétences de la mémoire à long terme à la mémoire à court terme.
- Faire des pauses régulières et se poser des **questions** sans regarder le cours :
 - quelles sont les **notions clés** du paragraphe/ du chapitre ?
 - quels mots ou concepts sont **nouveaux** ?
 - comment je pourrais les **définir** ?
 - comment ces nouvelles notions sont en relation avec ce que je connais **déjà** ?
- Vérifier les réponses pour s'assurer de leur exactitude et identifier les points faibles.



CRÉER DES MOYENS MNÉMOTECHNIQUES

- Les moyens mnémotechniques aident à retrouver ce qui a été appris et à conserver en mémoire des données.
- Les moyens mnémotechniques peuvent prendre plusieurs formes :
 - des **acronymes**,
 - des **images mentales** ou dessin,
 - un **palais de la mémoire**,
 - une **chanson**,
 - des **regroupements** d'informations (ex : "MoVoRoDi" pour les penseurs des Lumières (Montesquieu, Voltaire, Rousseau, Diderot)).

CRÉER DES SUPPORTS

- Créer des **schémas**, une **carte mentale**, des **flash cards**, un **sketchnote**, une **fiche** avec les titres et sous-titres (à compléter à l'oral)
- Intégrer des **moyens mnémotechniques**
 - des images mentales pour illustrer une branche d'une carte mentale,
 - des acronymes sur le verso d'une flash card.

