



MÉTHODES DE RÉVISIONS EFFICACES

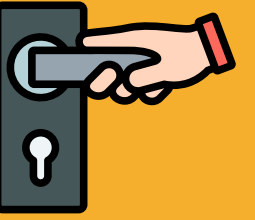
Apprendre, c'est construire des **connexions** entre les éléments à apprendre. Ces relations peuvent être **chronologiques**, **causales** (lien de cause à conséquence), **thématiques** ou encore **opposées** (penser à tel sujet fait penser à son contraire).

Apprendre, c'est de sortir du mode automatique : être actif dans la tête.

Relire, surligner, recopier sur des fiches sont des techniques **passives**, qui peuvent être réalisées en mode **automatique**. Elles sont **peu efficaces** pour apprendre.



Plus il y a d'amorces pour une information, plus elle est accessible.

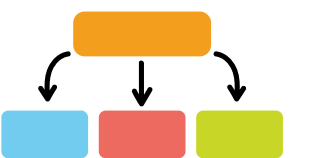
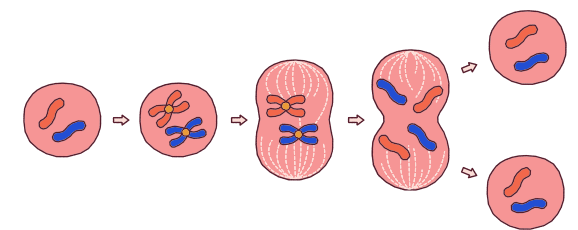


Une accroche est comme une poignée de porte dans la mémoire, qui permet la **récupération** lors de la restitution. Il faut créer **beaucoup d'amorces** et réviser plusieurs fois une même leçon pour éviter que ces amorces se perdent à long terme.

Comment multiplier les amorces ?

C'est la multiplication des modes d'apprentissage qui est importante :

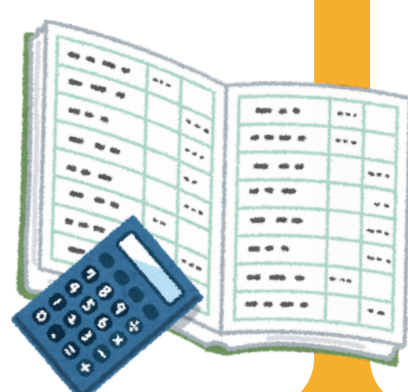
- une association avec une **anecdote personnelle**,
- un moyen **mnémotechnique** connu ou bien à inventer,
- un **dessin à la main** illustratif ou des **symboles**,
- un **nombre de points clés** qu'il faudra **dérouler** (par exemple : Je sais qu'il y a 4 couches dans l'atmosphère. N°1... N°2... N°3... N°4...),
- combinaison de plusieurs sens comme l'ouïe, le toucher et la vue,
- un **schéma** ou **diagramme** avec les **liens** des informations entre elles,
- des **comparaisons** ou des **métaphores**,
- une multiplication des **exemples** (en plus de ceux du cours),
- expliquer avec ses **propres mots** et expliquer à une personne non experte.



Des fils à tirer dans la mémoire



- Réorganiser les notes de cours sous la forme d'un **guide d'étude personnel** (exemples : des fiches de révisions avec juste les **titres/ sous titres pour la remplir à l'oral**, élaborer un **palais de mémoire**...)
- Faire un **bilan** de chaque chapitre avec les **mots** et **concepts clés**, les **définitions** à connaître
- Refaire de **nombreux exercices** et les corriger (par exemple, se tester avec les **annales**)



Répéter pour exposer plusieurs fois le cerveau à l'information

Une **seule** séance de révision ne suffit **pas** pour apprendre à long terme. Au bout de 24 heures, on commence à **oublier** et il est utile de **réactiver**.

Réactiver, ce n'est pas simplement relire :



- **auto-tests** (quizz, flash cards...)
- **rappel libre** (reformuler la leçon avec ses propres mots et vérifier avec la leçon ou un corrigé)