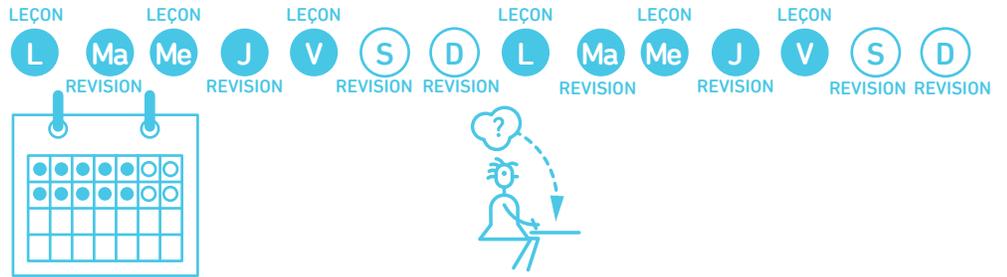


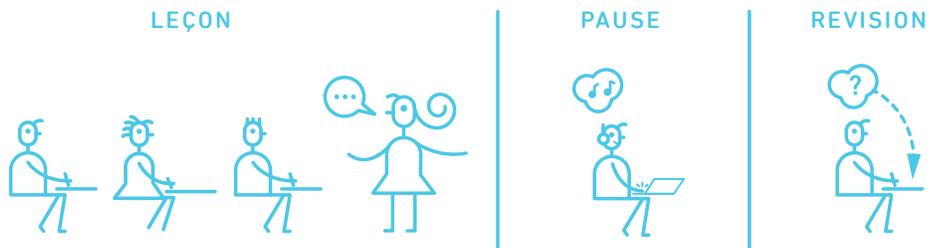


COMMENT FAIRE

Commence à planifier les examens le plus tôt possible, et prends un peu de temps chaque jour. Il est préférable de répartir cinq heures de travail sur deux semaines plutôt que cinq heures en une seule fois.



Révisé les informations de chaque cours, mais pas tout de suite après.



Après avoir révisé les informations de la dernière leçon, tu dois réviser les anciennes leçons importantes pour les maintenir en mémoire.



CE N'EST PAS TOUT

- 1 TESTER
- 2 ESPACER
- 3 DESSINER



Quand tu t'assoies pour étudier, assure-toi d'utiliser des stratégies efficaces plutôt que de seulement relire tes notes.



Cela peut sembler difficile et peut-être que tu oublieras certaines informations d'un jour à l'autre, mais c'est en fait une bonne chose ! Cela t'oblige à récupérer les informations en mémoire (cf. le poster sur la pratique de la récupération).



Espace les révisions par de courtes périodes (quelques jours) et fais-en un peu à chaque fois, afin que tout se cumule.

RECHERCHE

Lecture pour en savoir plus sur la récupération espacée comme stratégie d'apprentissage.

Benjamin, A. S., & Tullis, J. (2010). What makes distributed practice effective? *Cognitive Psychology*, 61, 228-247.

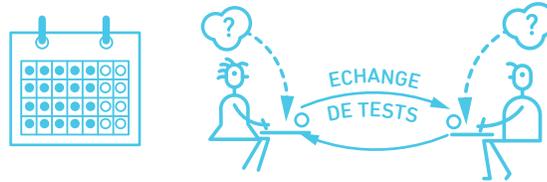


COMMENT FAIRE

Mets de côté tes supports de cours et écris ou dessine tout ce que tu sais. Sois le plus complet possible. Ensuite, vérifie l'exactitude et les points importants que tu aurais pu oublier dans tes supports de cours.



Entraîne-toi avec autant de tests que possible. Si tu n'as pas de tests tout faits, essaie d'en faire toi-même et échange-le avec un ami qui a fait la même chose.



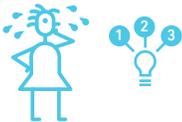
Tu peux aussi fabriquer des fiches-questionnaires. Assure-toi simplement de t'entraîner à la récupération d'informations avec et fais des liens entre les idées pour aller plus loin que les simples définitions.



CE N'EST PAS TOUT



L'entraînement par la récupération fonctionne encore mieux quand tu vérifies ensuite l'exactitude avec tes supports de cours.



La récupération est difficile ! Si tu n'y arrives pas, retrouve dans tes supports de cours ce qu'il te manque et progresse jusqu'à t'en rappeler tout seul avec les supports de cours fermés.



Ne mémorise pas seulement les mots et les définitions. Assure-toi de retenir les idées principales, comment les idées sont proches ou différentes les unes des autres ainsi que de nouveaux exemples.

RECHERCHE

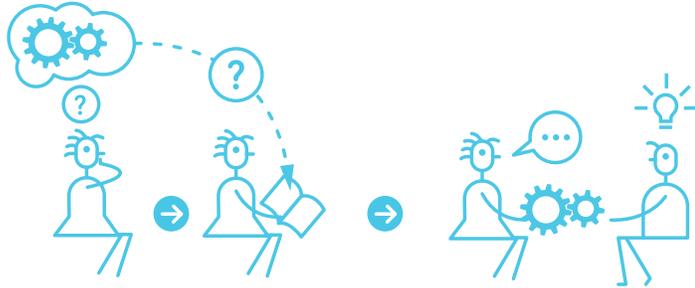
Lecture pour en savoir plus sur la pratique de la récupération comme stratégie d'apprentissage.

Roediger, H. L., Putnam, A. L., & Smith, M. A. (2011). Ten benefits of testing and their applications to educational practice. In J. Mestre & B. Ross (Eds.), *Psychology of learning and motivation: Cognition in education*, (pp. 1-36). Oxford: Elsevier.

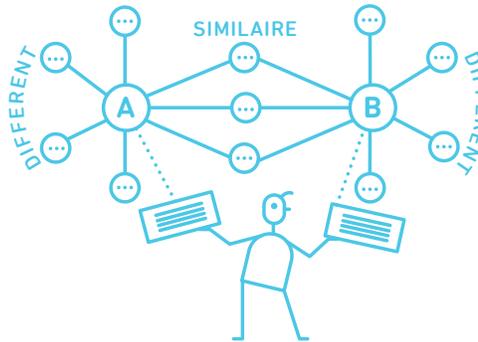


COMMENT FAIRE

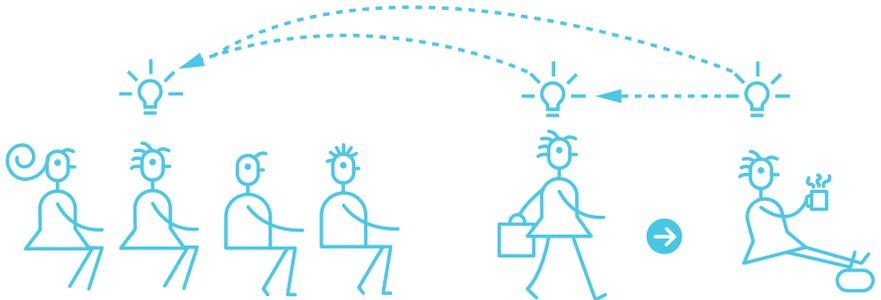
Pose toi des questions pendant que tu étudies comment et pourquoi les choses fonctionnent ainsi. Ensuite, trouve les réponses dans tes supports de cours et discutes-en avec tes camarades.



Pendant que tu élabores, fais des connexions entre les différentes idées pour expliquer comment elles interagissent. Prends deux idées et réfléchis aux façons dont elles sont similaires ou différentes.



Descris comment les idées que tu étudies s'appliquent à tes propres expériences ou souvenirs. Au fur et à mesure de la journée, fais des connexions entre les idées que tu as apprises en classe.



CE N'EST PAS TOUT



Assures-toi que la façon dont tu expliques et décris l'idée est exacte. Ne surinterprète pas l'élaboration, et vérifie toujours avec tes supports de cours ou demande à ton professeur.



Progresses jusqu'à pouvoir décrire et expliquer sans avoir à regarder dans tes supports de cours.

RECHERCHE

Lectures pour en savoir plus sur l'élaboration comme stratégie d'apprentissage.

McDaniel, M. A., & Donnelly, C. M. (1996). Learning with analogy and elaborative interrogation. *Journal of Educational Psychology*, 88, 508-519.

Wong, B. Y. L. (1985). Self-questioning instructional research: A review. *Review of Educational Research*, 55, 227-268.



L'intercalage

PASSE D'UNE IDEE A L'AUTRE LORSQUE TU ETUDIES

LEARNINGSOCIENISTS.ORG



COMMENT FAIRE

Passes d'une idée à l'autre durant une session d'étude. N'étudie pas une seule idée pendant trop longtemps.

THEME A



THEME B



THEME C



Etudie à nouveau les idées dans des ordres différents pour renforcer ta compréhension.

THEMES A B C



SESSION D'ETUDE 1

THEMES C B A



SESSION D'ETUDE 2

THEMES A C B



SESSION D'ETUDE 3

Fais des liens entre différentes idées pendant que tu passes de l'une à l'autre.



CE N'EST PAS TOUT



Même s'il est important de passer d'une idée à l'autre, ne change pas trop souvent et ne passe pas trop peu de temps sur chaque idée. Tu dois t'assurer de bien les comprendre.



L'intercalage te semblera plus difficile que d'étudier la même chose pendant longtemps. Mais ne t'inquiète pas, c'est réellement efficace pour l'apprentissage !

RECHERCHE

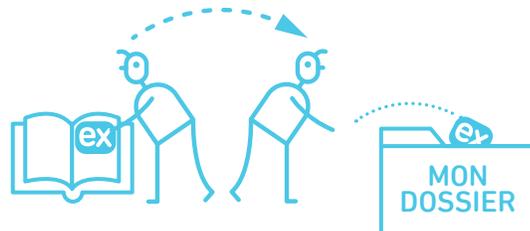
[Read more about interleaving as a study strategy](#)

Rohrer, D. (2012). Interleaving helps students distinguish among similar concepts. *Educational Psychology Review*, 24, 355-367.

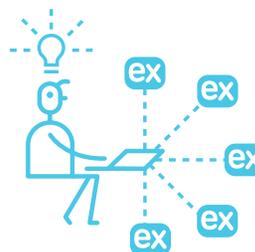


COMMENT FAIRE

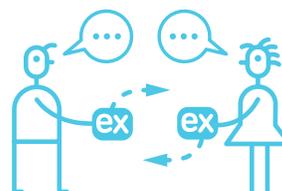
Récupère les exemples que le professeur utilise et trouve dans les supports de cours autant d'exemples que tu peux.



Fais le lien entre l'idée que tu étudies et chaque exemple, pour comprendre comment l'exemple s'applique à l'idée.



Partage des exemples avec des amis et expliquez-les entre vous pour encore plus de bénéfices.



CE N'EST PAS TOUT!



Tu trouveras peut-être sur internet des exemples qui ne sont pas utilisés de la bonne façon. Assure-toi que les exemples soient corrects - vérifie avec ton professeur.



Au final, créer tes propres exemples pertinents sera le plus efficace pour apprendre.

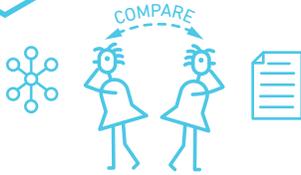
RECHERCHE

Lecture pour en savoir plus sur les exemples concrets comme stratégie d'apprentissage.

Rawson, K. A., Thomas, R. C., & Jacoby, L. L. (2014). The power of examples: Illustrative examples enhance conceptual learning of declarative concepts. *Educational Psychology Review*, 27, 483-504.



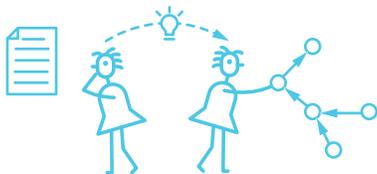
COMMENT FAIRE



Regarde dans tes supports de cours et trouve des images. Parcours les images et compares-les aux mots.



Regarde les images et explique ce que cela signifie avec tes propres mots.

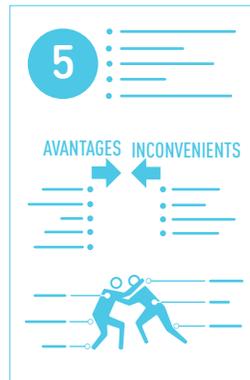


Prends les informations que tu essaies d'apprendre et dessine les illustrations pour aller avec.

CE N'EST PAS TOUT

Essaie de trouver différentes formes de représentations visuelles des informations, par exemple une infographie, une frise chronologique, une bande dessinée ou un schéma.

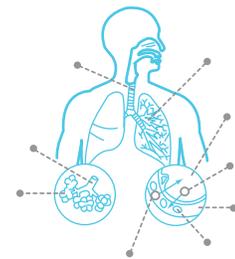
INFOGRAPHIE



BANDE DESSINEE



SCHEMA



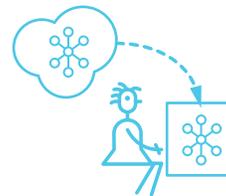
FRISE CHRONOLOGIQUE



GRAPHIQUE



Progresses en dessinant ce dont tu te souviens.



RECHERCHE

Lecture pour en savoir plus sur le double codage comme stratégie d'apprentissage.

Mayer, R. E., & Anderson, R. B. (1992). The instructive animation: Helping students build connections between words and pictures in multimedia learning. *Journal of Educational Psychology*, 4, 444-452.