

Les méthodes de travail efficaces

Pour réussir ses études, il faut avant tout une bonne stratégie d'apprentissage en organisant très méthodiquement sa façon d'apprendre. Apprendre signifie « comprendre en faisant sien ».

Le planning de travail

La première technique à mettre en place, c'est le **travail régulier**. Notre cerveau fonctionne par schémas d'habitude. Il faut construire une habitude d'apprendre en mettant en place **un planning de travail**. Une façon de s'organiser est de **décider les horaires de travail à la maison pour l'année** et de s'y tenir. Il faut compter **1h de travail personnel par jour** au minimum. Ce temps de travail est consacré à apprendre ses leçons puis à faire les exercices qui complètent l'apprentissage de la leçon. Ce temps doit aussi être utilisé pour **avancer la lecture** des livres demandés ou **la préparation d'un travail plus long (rédaction, exposés)**. Découper la préparation d'un travail de réflexion en plusieurs étapes sur plusieurs jours permet d'utiliser une capacité de notre cerveau, celle de réfléchir pendant les périodes de sommeil. Ainsi chaque jour, de nouvelles idées apparaissent et permettent d'améliorer et d'enrichir son travail progressivement.

L'apprentissage des leçons par rédaction de fiche de travail

La deuxième technique à acquérir, c'est la **fiche de travail**. Cette technique prend en compte les caractéristiques de notre mémoire :

- pour retenir les informations, nous avons besoin de les voir plusieurs fois (au minimum 4 fois).
- nous enregistrons les informations sous forme de schémas, de structures construites sous la forme notion – liaison – notion. Nous facilitons la mémorisation en transformant les cours en schémas présentant les connaissances à apprendre sous cette forme notion – liaison – notion et en mettant en relation les connaissances à apprendre avec celles que l'on connaît déjà.
- nous avons une capacité de mémorisation limitée. Nous ne pouvons retenir que quelques notions à la fois. Il faut donc fractionner les connaissances à retenir.
- moins on apprend, plus on a de mal à mémoriser. Il faut donc activer sa mémoire régulièrement.
- notre mémoire prend plusieurs formes (visuelle, auditive, motrice). Pour retenir une notion, il faut l'écrire (mémoire motrice) avec une présentation qui retient le regard (mémoire visuelle) puis se la réciter (mémoire auditive).

Il faut apprendre ses leçons chaque jour en utilisant la méthode suivante :

- le soir, il faut consulter **son emploi du temps de la journée** et **faire sous forme de fiche les contenus résumés des cours de la journée** (en général, 3 ou 4 fiches par jour car il y a plusieurs cours où il n'y a pas de leçon à apprendre ; en classe, ont été faits des exercices, un contrôle, une lecture, ou autre).

Chaque fiche est faite sur une **feuille de classeur grand format**, de **différente couleur** suivant les matières. Il faut faire une fiche par chapitre, en écrivant uniquement au recto. Les fiches sont faites au brouillon, au crayon à papier puis après les contrôles, elles sont mises au propre, en couleur et bien organisées.

Toutes les fiches sont ensuite **regroupées par matière dans un classeur** qui devient l'archive du programme de l'année.

Une fois la fiche faite, il faut **mémoriser le contenu en le récitant**, soit en cachant la fiche et en vérifiant ensuite, soit en le récitant à une personne.

Les connaissances apprises fonctionnent comme un puzzle où chaque partie ne prend son sens qu'à partir du moment où elle est reliée à une ou plusieurs autres. La fiche de travail est l'outil qui permet de créer des liens significatifs entre chaque pièce du puzzle des connaissances.

La fiche sous forme de carte mentale

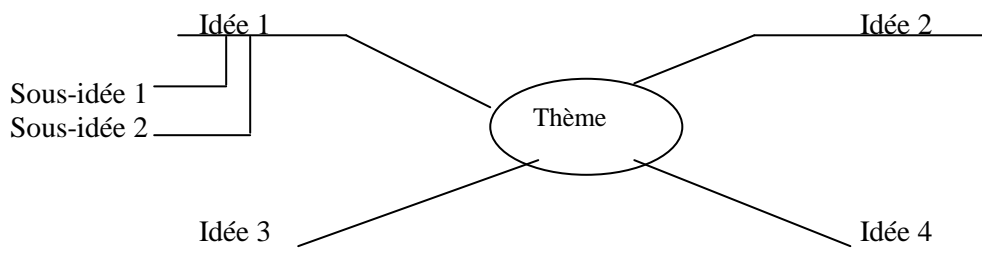
La troisième technique à mettre en place est une technique de réalisation des fiches d'apprentissage sous forme de **carte mentale**, technique développée par T. Buzan, psychologue anglais, pour rendre l'apprentissage très rapide et efficace.

Le principe est de mettre **le thème principal au centre de la feuille** en le représentant par un mot ou un dessin puis, à partir de là, de développer des branches comportant les idées fortes se rapportant aux thèmes.

Les cartes mentales s'architecturent en trois niveaux :

1. Cœur, au centre de la page, qui représente le sujet abordé ;
2. Branches principales, qui rassemblent les idées fortes se rapportant au cœur ;
3. Branches secondaires, émanant des principales et venant illustrer celles-ci.

Il est à noter qu'il y a autant de niveau de branches que d'idées ou de sous-thèmes à explorer.



Cette structure permet de faire ressortir avec force le contenu, qui n'est plus noyé dans du texte inutile.

On peut **retranscrire ainsi ses leçons** sous cette forme qui facilite leur apprentissage et leur compréhension.

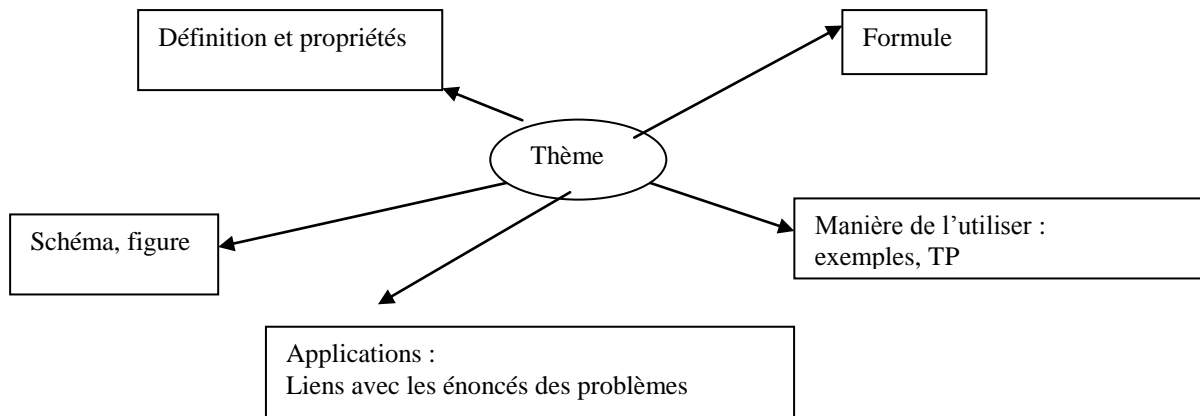
Les fiches se font au fur et à mesure des cours. Elles sont complétées jusqu'à la fin du chapitre. Il est également judicieux d'utiliser les contrôles corrigés pour repérer ses lacunes et pour retravailler ce qui n'a pas été réussi afin de compléter sa fiche.

Pour faire la fiche, il faut s'efforcer de récapituler le chapitre **comme si on devait l'expliquer à quelqu'un**.

Suivant les matières, les fiches peuvent prendre **plusieurs formes**.

Les fiches sont à adapter à chaque cours.

Pour les matières comme les maths, elle peut être sous la forme suivante :



Pour les matières comme les langues vivantes, elle pourra prendre les formes suivantes :

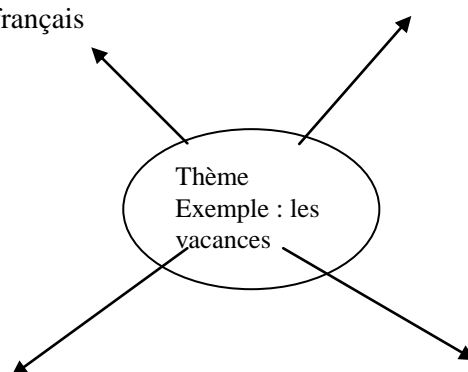
Fiche pour le vocabulaire

Sous thème n°1

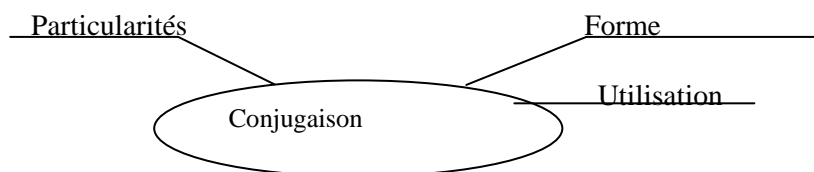
nouveau mot du vocabulaire vu dans la leçon
en anglais -> traduction en français

Sous-thème n°2

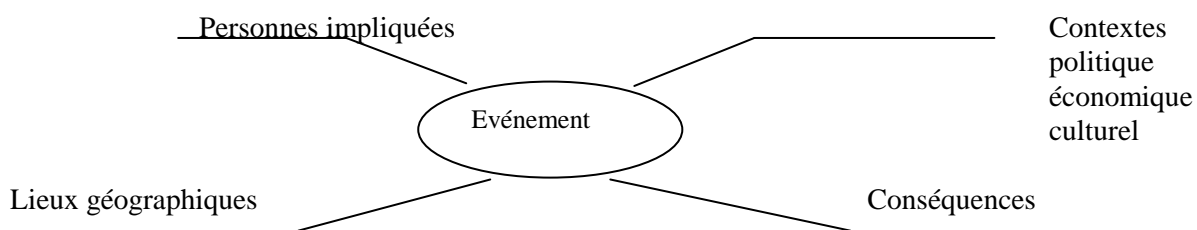
nouveau mot en anglais-> traduction



fiche pour la grammaire



Pour l'histoire, elle pourra prendre la forme suivante :



Des exemples de réalisation peuvent se trouver sur différents sites web. Leur utilisation est par exemple très courante au Québec. Le site Pétillant.com permet de trouver différentes références

La préparation des contrôles

La quatrième technique à utiliser, c'est la **préparation des contrôles**.

Pour les contrôles, il s'agit de démontrer que l'on possède des savoirs mais aussi des savoir-faire.

Il faut donc **réviser son savoir** en relisant ses fiches puis refaire les exercices faits en classe, pour vérifier qu'on peut les résoudre sans se tromper.

On peut aussi vérifier qu'on **maîtrise les savoir-faire**. Pour cela, il faut utiliser des exercices non connus qu'on trouve sur Internet sur le site **académie en ligne.fr** avec leurs corrigés. On fait les exercices en temps limité pour acquérir de la rapidité puis on les corrige pour vérifier qu'on les a réussit.

On peut également essayer de prévoir les questions du contrôle en se mettant à la place du professeur.

Il est également utile de noter sur une feuille la note des contrôles, leur date de réalisation et de correction et l'observation du professeur afin de pouvoir apprécier les progrès éventuels que l'on fait en cours d'année et de se fixer des objectifs à atteindre.

Comblers ses lacunes

Dernière technique à mettre en place : récupérer les connaissances non acquises antérieurement.

Le site **Académie en ligne.fr** est un outil précieux pour combler ses lacunes. Le programme du collège en français et maths est disponible sur le site. Le programme est remis à jour chaque année.

On peut y retrouver les cours des années précédentes ainsi que des exercices et leurs corrigés. Pour combler ses lacunes, il faut travailler sur les cours qu'on a mal appris toujours avec la même technique : **réalisation d'une fiche, entraînement par les exercices puis vérification avec les corrigés**.