



STRATÉGIES D'ÉTUDE

Pour apprendre efficacement!

Au début d'une session, animé de bonnes intentions, vous avez décidé de faire quelques changements à votre façon d'étudier. « Fini le bourrage de crâne! »

En adoptant une méthode stratégique d'étude, vous vous donnez les moyens de bien assimiler la matière enseignée tout au long de la session. Demanderait-on à un joueur de hockey de participer à un match en finale de la Coupe Stanley après seulement quelques présences durant la saison et un entraînement « sprint » la veille? Comme l'athlète qui accepte de faire trois ou quatre séances d'entraînement par semaine, vous serez mieux préparé pour les examens en étudiant régulièrement durant la session. Prêt à relever le défi?

Les rythmes de l'apprentissage

Appliquer une stratégie d'étude vous aidera à intégrer l'information présentée en classe de façon durable.

Avant le cours – la préparation

Dans votre plan de cours, repérez la matière qui sera présentée à votre prochain cours, et faites les lectures proposées, sans effort de mémorisation.

Pendant le cours – l'attention et la prise de notes

Être attentif en classe et prendre des notes de façon efficace faciliteront la mémorisation des nouvelles notions. Pour en savoir plus à ce sujet, nous vous invitons à consulter les documents portant sur ces thèmes.

Après le cours – trois périodes d'étude

Première période d'étude – idéalement le soir même

Cette première période d'étude constitue un investissement des plus rentables! En effet, 60 % de l'information présentée en classe sera oubliée dès le lendemain, tel que le démontre le graphique de la courbe de l'oubli.

Au cours de votre première période d'étude :

- Révisez vos notes en les complétant, en réécrivant les mots mal écrits et en ajoutant des précisions ou des exemples;

- Organisez la matière en tenant compte de la structure proposée par l'enseignant;
- Élaborez des questions portant sur la matière à retenir. Cet exercice vous permettra de repérer les problèmes de compréhension que vous éprouvez. Au prochain cours, vous pourrez obtenir des éclaircissements en posant des questions à l'enseignant.

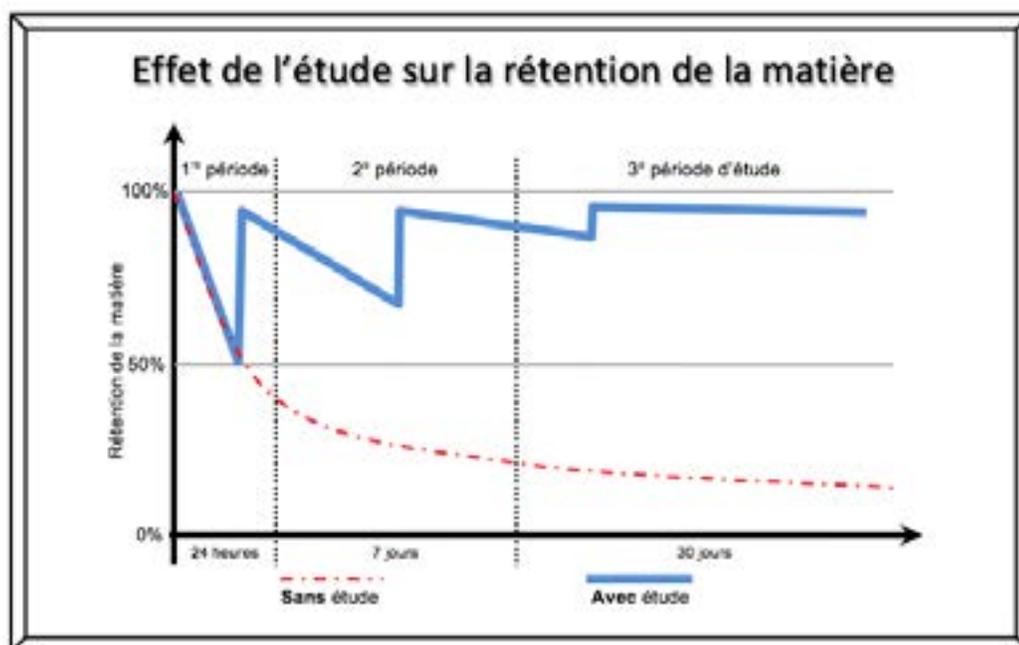
Deuxième période d'étude – dans les sept jours suivant votre cours

Utilisez cette deuxième période d'étude pour rafraîchir vos connaissances. Le fait de revoir la matière dans la même semaine indiquera à votre mémoire que ce contenu est important à retenir.

Troisième période d'étude – après 4 à 6 semaines

Cette période correspond habituellement à l'examen de mi-session. Si vous revoyez la matière pour la première fois depuis qu'elle a été présentée en classe, votre mémoire risque de n'avoir retenu que 20 % du contenu...

L'avantage de recourir à une méthode d'étude en plusieurs temps prend tout son sens à la troisième période d'étude. En effet, plutôt que de réapprendre les notions, votre étude consiste alors à consolider et à rafraîchir ce qui a été appris.



Quoi faire durant une période d'étude ?

Étudier, c'est se réapproprier la matière vue en classe. Pour cette raison, la simple lecture de vos notes ne constitue pas un moyen efficace d'étude. Voici quelques activités que vous pouvez réaliser durant une période d'étude.

Faire des liens avec les connaissances déjà acquises

Vous mémoriserez plus facilement la nouvelle matière si vous parvenez à la relier à votre bagage de connaissances. Prenez quelques instants pour vous demander :

- Qu'est-ce que je connais déjà sur le sujet ?
- À quoi cette matière me fait-elle penser ?
- Quelles sont les images qui me viennent en tête ?

Organiser la matière

À l'aide du plan de cours, organisez la matière en faisant des résumés, des tableaux ou des graphiques. Il s'agit de vous constituer une table des matières dans votre mémoire, en hiérarchisant l'information, du général vers le spécifique. Vous vous rappellerez l'information plus aisément en temps voulu.

Réciter l'information

Réciter, c'est dire à haute voix et par cœur ce que l'on vient d'apprendre. Vous devez le faire sans consulter vos notes. Vous vous placez ainsi dans une situation d'examen.

Il est utile de faire l'exercice de récitation par écrit. Vous vérifiez facilement si tous les éléments à retenir sont présents. Cette méthode devrait occuper la plus grande partie du temps consacré à l'étude.

Formuler soi-même des questions d'examen

Répondre à des questions sur la matière est un moyen efficace de la retenir. Formulez des questions, comme si vous étiez l'enseignant, et tentez d'y répondre sans vos notes de cours, en interchangeant l'ordre de la matière pour mieux l'assimiler. Il s'agit d'une stratégie facilement applicable avec des collègues de classe.

La résolution de problèmes dans les cours de sciences

Lorsque vous avez de la difficulté à résoudre un problème, référez-vous à la théorie qui a été présentée. Bien qu'il soit tentant de consulter tout de suite le solutionnaire, il est plus important de comprendre la théorie que d'obtenir une réponse rapidement. Vous acquerez ainsi des compétences en résolution de problèmes. Constituez-vous une banque de problèmes à résoudre, dans laquelle vous pigerez au hasard pour vérifier vos apprentissages.

En conclusion

Intégrer une méthode d'étude demande du temps, de l'énergie et de la persévérance. Comme l'athlète qui s'entraîne chaque jour, sachant que chacun de ses efforts quotidiens améliorera sa performance à la joute finale, utilisez une stratégie d'étude pour vous préparer adéquatement en vue de « votre » joute finale : la fin de session !

RÉFÉRENCES

- Bégin, C. (1992). Devenir efficace dans ses études, Collection Agora, Éditions Beauchemin, Montréal, 199 pages.
- Dionne, B. (2008). Pour réussir : guide méthodologique pour les études et la recherche, Éditions Beauchemin, Montréal, 254 pages.

LE SERVICE D'ORIENTATION (A1.180)

CONSULTATION EN ORIENTATION

Un accompagnement personnalisé pour vous aider à :

- mieux vous connaître;
- préciser vos priorités;
- évaluer différentes options en tenant compte de votre réalité;
- prendre des décisions pour vos études;
- prendre les mesures nécessaires à la réalisation de vos projets.

CENTRE D'INFORMATION SCOLAIRE ET PROFESSIONNELLE

Un service-conseil sans rendez-vous sur :

- la façon d'accéder à un programme d'études;
- le parcours scolaire qui vous conduira à la profession désirée;
- la cote R et l'admission à l'université.

De l'information sur :

- un programme (exigences d'admission, cours offerts, taux de placement);
- une profession (rôles et tâches, milieux de travail, perspectives d'emploi);
- un établissement d'enseignement (université, cégep, centre de formation).

www.collegeahuntsic.qc.ca

