

Comment travailler cette année au lycée ?

Méthode proposée par Flo

onewaytosuccess.net

I. Prendre ses cours

A l'ordi ou à la main ?

- Si tu as un bon ordinateur (qui tient la batterie la journée et qui bug pas trop), pourquoi pas les prendre à l'ordi
- Le problème est que, si tu as déjà des difficultés à te concentrer en cours, ça risque de te distraire encore plus (c'est pour ça que moi je prends à la main la plupart du temps)
- Et aussi, quand on écrit à la main, je trouve que l'on comprend mieux ce que l'on nous dicte, alors qu'à l'ordinateur, on le fait plus « machinalement », sans vraiment chercher le sens de la phrase

Prendre des notes

- C'est parfois difficile à cause de la vitesse du prof, mais il y a des solutions :
- ✓ Utiliser un maximum d'abréviations (ça doit rester compréhensible bien sûr)
- ✓ Accepter que votre cours ne soit pas « parfaitement propre », avec tout souligné, les exemples en rose, les définitions en turquoise, bref...
- ✓ Ne pas chercher à tout noter, se demander à chaque fois « Est-ce que ça va me servir ? Est-ce que je le sais déjà ? » (je pense à la philo notamment ...)
- ✓ Essayer de construire une « structure », au minimum : des tirets;
au mieux : mettre en valeur l'idée principale (en majuscule par exemple), et écrire le paragraphe en-dessous, par exemple.

II. Gérer son temps de travail et son temps libre

Tout noter

- Je pense que le mieux est d'avoir un agenda tout bête, mais de VRAIMENT tout noter dedans, ça évite les mauvaises surprises et les oublis (donc, moins de stress)
- Si c'est possible, essaye de t'avancer, même si le travail est pour la semaine d'après, ça te fera ça de moins le weekend. Si tu ne laisse pas les trucs s'accumuler, c'est quasi-impossible d'être débordé/ submergé !
- Bien sûr, il faut se garder du temps libre pour faire du sport, sortir, ou juste ne rien faire mais bon ça, pas besoin de préciser mais SURTOUT, dormir suffisamment, sérieusement c'est essentiel

III. Le « travail personnel »

« Relire » son cours

- Le soir, première chose à faire : reprendre les cours de la journée

C'est d'abord les lire, surligner/souligner/mettre au propre ce que l'on a écrit (ou à l'ordi, mettre en gras, mettre des titres etc.), et surtout s'assurer qu'on a tout compris ! Si tu n'as pas compris une notion, note ta question pour la poser au prochain cours

C'est vraiment une étape super importante, car en faisant ça tous les soirs, tes cours sont toujours propres, tu les comprends, et tu commences même à les mémoriser ! Ce n'est *vraiment* pas du temps perdu

Temps nécessaire : 45 minutes à 1 heure selon la quantité

-
- également, lors de la relecture, tu peux faire des recherches rapides sur des termes que tu n'as pas bien compris, un mot que tu ne sais pas comment traduire, ou un schéma à rajouter dans ton cours, etc. Ca prend vraiment 2 minutes de taper une bricole dans Google, et c'est ça que les profs appellent « approfondir le cours » (j'ai mis du temps à comprendre mais c'est ça)
 - C'est également regarder un reportage, une vidéo YT (Les Bons Profs tmtc) ou un film sur le thème du dernier chapitre, par exemple. C'est pas fatigant et ça aide beaucoup à retenir les notions (je trouve)

Faire ses devoirs/ se concentrer à la maison

C'est la base de la base,

Pour se concentrer efficacement, j'ai une technique qui marche vraiment bien (c'est la technique « pomodoro », si tu veux rechercher sur Google). Le principe est simple : 25 minutes de concentration/ 5 minutes de pause/ 25 minutes de concentration... et ainsi de suite

C'est vraiment efficace chez moi, je te conseille d'essayer, tu verras très vite si c'est adapté ou pas pour toi

Il y a une application faite exprès sur smartphone appelée « Tide »

Bien sûr, cela ne fonctionne que si ton téléphone ne sonne pas toutes les 30 sec (je le mets en mode avion personnellement)

IV. Apprendre ses cours

-
- Si tu relis tes cours le soir comme je viens de l'expliquer, tu as déjà nettement plus de facilités à apprendre le cours

Ce qui marche (en tout cas pour moi, mais ça dépend des personnes bien évidemment), c'est de relire 1 cours, par exemple d'économie :

- Le soir-même
- Ensuite, la veille du prochain cours
- Le weekend

Déjà, ça fait 3 fois minimum en une semaine, 5 minutes à chaque fois, c'est rien du tout

- Ensuite il y a les fameuses « fiches »

Je pense qu'il faut se faire des fiches à chaque fois que l'on termine à chapitre, surtout cette année pour le Bac. Comme ça, quand on approche de l'examen, on a déjà quasiment tout « fiché », et il reste plus qu'à réviser tout ça !

EN MATHS : c'est la seule matière où je fais des fiches « d'exercices », pas beaucoup mais juste pour avoir la rédaction-type des exercices principaux

Des petits trucs pour apprendre

- ✓ Relire, relire, relire : à voix haute ou pas, relire le cours pleins de fois, ça marche
- ✓ Réciter : si tu aimes/ a besoin d'apprendre « par cœur »
- ✓ Les flash cards : ce n'est pas adapté à tous les cours, mais ça peut aider pour les dates en histoire, les capitales en géo, le vocabulaire en anglais pourquoi pas...
- ✓ Expliquer le cours, à soi-même ou à quelqu'un d'autre : ça marche vraiment bien, à partir du moment où tu peux expliquer sans notes, c'est gagné
- ✓ Pour varier les supports, tu peux aussi faire tes « fiches » en diaporama, et te faire un genre d'exposé sur le chapitre

Il y a beaucoup d'autres techniques de mémorisation, mais elles sont moins « générales », donc ça dépendra des cas ;)

Des questions ?

N'hésite pas à me contacter si besoin !

Mail : contact@onewaytosuccess.net

Ou sur facebook (Flo de OWTS), le blog, twitter (Flo_de_OWTS)...