

Réussir au lycée



Réussir au collège / Réussir au lycée

Au collège

En maths, en cours :
Une leçon
Des exercices X et Y

Lors du contrôle :
Des questions de cours et des ex. X et Y

En HG, en cours :
Une leçon écrite au tableau
Des exercices argumentatifs

Lors du contrôle :
Des questions de cours et un paragraphe argumentatif où on attend les connaissances vues en cours.

Au lycée

En maths, en cours :
Une leçon
Des exercices X,Y et Z

Lors du contrôle :
Des exercices V et W

En HG, en cours :
Un cours où on doit prendre des notes
Des exercices argumentatifs

Lors du contrôle :
Un texte argumentatif où on attend des connaissances vues en cours et surtout des recherches personnelles.

Réussir au lycée

Au lycée :

L'élève doit savoir la leçon

ET

-être capable de se servir de la leçon dans un autre contexte

-avoir fait des recherches personnelles ou des exercices supplémentaires selon les disciplines

Tout ce travail personnel demande du TEMPS.

Au lycée pour réussir, je dois

- Apprendre

-Approfondir

-Appliquer les méthodes

-Travailler régulièrement

APPRENDRE SES COURS

**ETRE EFFICACE
DANS SON
APPRENTISSAGE**

Image des blancs en neige

**ETRE
CONCENTRE**

**Pas de téléphone portable ou
de source de distraction**

APPRENDRE SES COURS

APPRENDRE A ETUDIER EN UTILISANT... La récupération espacée

ETALE TES REVISIONS DANS LE TEMPS

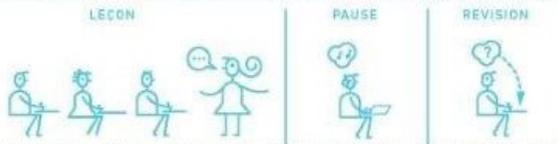
LEARNINGSOCIETYSCIENTISTS.ORG

COMMENT FAIRE

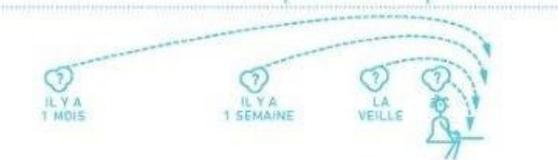
Commence à planifier les examens le plus tôt possible, et prends un peu de temps chaque jour. Il est préférable de répartir cinq heures de travail sur deux semaines plutôt que cinq heures en une seule fois.



Révise 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



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.

Contenu par Yana Weinstein (Université de Massachusetts Lowell) & Megan Smith (Université de Rhode Island)
Illustrations par Oliver Caviglioli (@teachingw2s.com/cogsci) | Financé par le fond APS pour l'enseignement et la compréhension du public de la psychologie scientifique
Traduction par Mathieu Hainsein (@https://improfpsy.wordpress.com/)

APPRENDRE A ETUDIER EN UTILISANT... L'intercalage

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

LEARNINGSOCIETYSCIENTISTS.ORG

COMMENT FAIRE

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



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



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

Lecture pour en savoir plus sur l'intercalage comme stratégie d'apprentissage.

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

Contenu par Yana Weinstein (Université de Massachusetts Lowell) & Megan Smith (Université de Rhode Island)
Illustrations par Oliver Caviglioli (@teachingw2s.com/cogsci) | Financé par le fond APS pour l'enseignement et la compréhension du public de la psychologie scientifique
Traduction par Mathieu Hainsein (@https://improfpsy.wordpress.com/)

APPRENDRE SES COURS

APPRENDRE A ETUDIER EN UTILISANT...
Le Double Codage
 COMBINER LES MOTS ET LES IMAGES

LEARNINGSOCIETISTS.ORG

COMMENT FAIRE

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

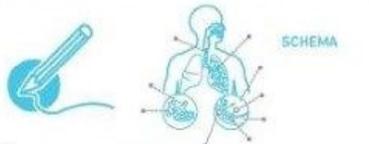
 Regarde les images et explique ce que cela signifie avec tes propres mots.

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

CE N'EST PAS TOUT

INFOGRAPHIE


BANDE DESSINEE


SCHEMA


FRISE CHRONOLOGIQUE


GRAPHIQUE


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

Progresse en dessinant ce dont tu te souviens.

RECHERCHE

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

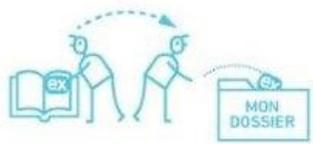
Mayer, R. E., & Anderson, R. B. (1992). The instructive animation: Helping students build connections between words and pictures in multimedia learning. *Journal of Educational Psychology*, 4, 444-452.

Contenu par Yana Weinstein (Université de Massachusetts Lowell) & Megan Smith (Université de Rhode Island)
 Illustrations par Oliver Caviglioli (teachinghow2s.com/cogsci) | Financé par le fond APS pour l'enseignement et la compréhension du public de la psychologie scientifique
 Traduction par Mathieu Hainselein (https://imgprofpsy.wordpress.com/)

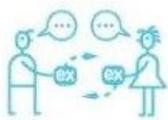
APPRENDRE A ETUDIER EN UTILISANT...
Des Exemples Concrets
 UTILISER DES EXEMPLES SPECIFIQUES POUR COMPRENDRE DES IDEES ABSTRAITES

LEARNINGSOCIETISTS.ORG

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.

Contenu par Yana Weinstein (Université de Massachusetts Lowell) & Megan Smith (Université de Rhode Island)
 Illustrations par Oliver Caviglioli (teachinghow2s.com/cogsci) | Financé par le fond APS pour l'enseignement et la compréhension du public de la psychologie scientifique
 Traduction par Mathieu Hainselein (https://imgprofpsy.wordpress.com/)

APPRENDRE SES COURS



APPRENDRE A ETUDIER EN UTILISANT... L'entraînement par la récupération

PRATIQUER EN AMENANT L'INFORMATION A L'ESPRIT

LEARNINGSOCIETISTS.ORG

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.

Contenu par Yana Weinstein (Université de Massachusetts Lowell) & Megan Smith (Université de Rhode Island)
Illustrations par Oliver Caviglioli (teachinghw2s.com/cogsci) | Financé par le fond APS pour l'enseignement et la compréhension du public de la psychologie scientifique
Traduction par Mathieu Hainsein (https://imgprofpsy.wordpress.com/)



APPRENDRE A ETUDIER EN UTILISANT... L'élaboration

EXPLIQUER ET DECRIRE LES IDEES AVEC DE NOMBREUX DETAILS

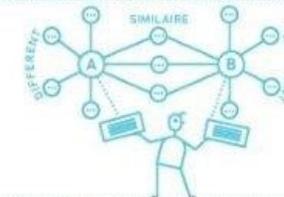
LEARNINGSOCIETISTS.ORG

COMMENT FAIRE

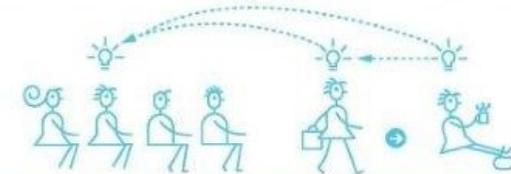
Pose toi des questions pendant que tu étudies comment et pourquoi les choses fonctionnent ainsi. Ensuite, trouve les réponses dans tes supports de cours et discute-en avec tes camarades.



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.



Décris 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.



Progresse 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.

Contenu par Yana Weinstein (Université de Massachusetts Lowell) & Megan Smith (Université de Rhode Island)
Illustrations par Oliver Caviglioli (teachinghw2s.com/cogsci) | Financé par le fond APS pour l'enseignement et la compréhension du public de la psychologie scientifique
Traduction par Mathieu Hainsein (https://imgprofpsy.wordpress.com/)

APPROFONDIR SON TRAVAIL

Approfondir les matières scientifiques (maths, PHY-CH, SVT)

Matières dites « cumulatives »

Faire des exercices supplémentaires : à choisir dans le manuel

Une règle : 1 ex donné par le prof = 1 ex supplémentaire à faire

Approfondir les matières humanistes / généralistes (HG, français, SES)

Matières pour lesquelles la culture personnelle est importante

Faire des recherches personnelles sur la base des cours (CDI, internet, ...), lire des romans, des livres documentaires, des revues spécialisées, regarder un documentaire

APPROFONDIR SON TRAVAIL

Approfondir les langues vivantes

Travailler l'écoute : regarder les séries en langue originale

Reprendre les bases pour ceux qui en ont besoin

Travailler avec les cahiers d'exercices d'ASSIMIL « faux débutant », environ 200 exercices de grammaire, vocabulaire, syntaxe.

Disponible en anglais, allemand, espagnol et italien

APPROFONDIR SON TRAVAIL

« Je n'ai pas de travail » n'existe pas pour un lycéen :

**IL Y A TOUJOURS DU TRAVAIL
D'APPROFONDISSEMENT A FAIRE**

Les professeurs ne préciseront pas ce travail à faire :

**LE TRAVAIL D'APPROFONDISSEMENT est un
TRAVAIL VOLONTAIRE et NECESSAIRE**

APPLIQUER LES METHODES

Bravo, vous avez suivi mes 2 premiers conseils, vous savez vos leçons et vous avez approfondi les cours. C'est bien.

Mais les notes ne suivent toujours pas.

Pourquoi?

Les professeurs donnent des méthodes

- d'organisations des idées
- d'argumentation
- de raisonnement

APPLIQUER LES METHODES

IL FAUT SUIVRE SCRUPULEUSEMENT LES METHODES DONNEES EN COURS

Il y a le fond et la forme.

Vous pouvez savoir beaucoup de choses et ne pas obtenir de bons résultats si la forme n'est pas correcte.

TRAVAILLER REGULIEREMENT

Le cerveau fonctionne comme un muscle : il vaut mieux travailler chaque jour un peu que très longtemps en une fois le dimanche.

Ex des abdos

Quel est la bonne durée de travail?

Environ 1h de travail par jour, approfondissement compris.

TRAVAILLER REGULIEREMENT

Conseil : se faire un planning de travail

Pour anticiper le travail à faire

Pour répartir les efforts sur la semaine

Pour travailler équitablement toutes les matières

TRAVAILLER REGULIEREMENT

Conseil : travailler par séquence en faisant des pauses

Ex 15 mn de travail, 5 mn de pause, 15 mn de travail,...

Au début, mettre un minuteur peut aider.
Se donner des objectifs raisonnables.
Se féliciter de l'avoir fait.
Etre fier de soi.

DEMANDER DE L'AIDE

Etre perdu à l'entrée au lycée est un sentiment répandu.

En parler avec son PP ou un autre prof
Et ses parents

Prendre RV avec la Psy EN pour parler de son projet et avoir un but. La 1G n'est pas la voie de réussite de tous les élèves.

NE PAS RESTER SEUL

REUSSIR AU LYCEE

Pas de fatalité

Tous les élèves peuvent réussir : il faut travailler et ne pas baisser les bras

BON TRAVAIL A TOUS