

Méthodologies d'apprentissage

Comment apprendre, s'autoévaluer, préparer l'examen

Objectifs

- ☞ **Comment apprendre efficacement** à l'université en utilisant des méthodes adaptées.
- ☞ **Comment s'autoévaluer** pour mesurer leurs progrès et identifier leurs points faibles.
- ☞ **Comment préparer un examen**, notamment en gestion du temps et en révision active.

Différences entre l'apprentissage en lycée et à l'université ??



- **Autonomie** : À l'université, les étudiants doivent être capables de travailler de manière autonome, contrairement au lycée où les enseignants étaient plus présents.
- **Volume de travail** : L'université impose une quantité de travail plus importante, il est donc nécessaire de s'organiser pour bien gérer ce volume.
- **Approfondissement des connaissances** : L'apprentissage à l'université implique une compréhension plus profonde des concepts que la simple mémorisation.

1. Comment apprendre efficacement à l'université ?

➤ Techniques de prise de notes

- **La méthode Cornell** : C'est une technique très efficace pour organiser ses notes.
- **Mind Mapping** : Cette méthode consiste à créer une carte mentale qui relie visuellement les concepts entre eux. C'est idéal pour réviser, car cela aide à comprendre les relations entre les idées.

➤ Révision active

- **Répétition espacée** : Utiliser des outils comme **Quizlet** pour programmer des révisions régulières. La répétition espacée consiste à revoir les informations à des intervalles croissants, ce qui optimise la mémorisation.
- **Technique de l'auto-explication** : Lors de la révision, essayer d'expliquer à haute voix ce que tu viens d'apprendre, cela aide à vérifier la compréhension et à solidifier les connaissances.
- **Le rôle des questions** : Se poser des questions sur le contenu permet d'engager une révision active.

➤ Gestion du temps et organisation de l'étude

- **Planification** :

Utiliser un agenda ou une application pour organiser les révisions. Planifier les sessions de révision à l'avance en fonction des dates des examens.

- **Priorisation** :

Lorsque tu prépares un examen, identifie les sujets les plus importants et les plus difficiles, et commence par réviser ceux-ci.

- **Méthode Pomodoro** :

Travailler en sessions de 25 minutes (appelées "Pomodoros"), suivies de 5 minutes de pause. Cela permet de maintenir la concentration sans se fatiguer.

2. L'auto-évaluation



➤ Pourquoi s'auto-évaluer ?

L'auto-évaluation demande aux étudiants de réfléchir à leur propre travail et de juger leurs capacités académiques.

Elle permet de se rendre compte si on est sur le bon chemin et permet de ré-ajuster le tir quand on se perd ou qu'on est sur une fausse route.

➤ Comment s'auto-évaluer efficacement ?

- **Grilles de critères :**

Utiliser des critères spécifiques pour évaluer son propre travail.

- **Utiliser des tests pratiques :**

Réaliser des QCM ou des exercices d'application pour vérifier sa compréhension. Par exemple, tu peux trouver des QCM en ligne sur des plateformes comme Quizlet ou même créer les tiens à partir des chapitres étudiés.

- **Feedback sur les devoirs :**

Après avoir reçu les notes de tes devoirs ou examens, analyse tes erreurs pour comprendre ce qui n'a pas fonctionné. Cela permet d'éviter de reproduire les mêmes erreurs dans le futur.

➤ Outils numériques pour l'auto-évaluation

- **Applications et plateformes** : pour créer des flashcards et tester tes connaissances.

Les "**flashcards**" sont des cartes utilisées comme outils d'apprentissage. Elles sont généralement composées de deux faces :

1. **Recto (face avant)** : Cette face contient une question, un terme, une image, ou une définition.
 2. **Verso (face arrière)** : Cette face contient la réponse, l'explication ou la définition correspondant à la question ou au terme du recto.
- **Autodiagnostic** : Certaines plateformes proposent des tests de niveau ou des quiz qui permettent aux étudiants de s'évaluer en temps réel.

3. Préparer un examen avec succès

➤ *L'évaluation à l'Université ?*

L'évaluation est l'ensemble des procédés utilisés pour contrôler le niveau d'assimilation des connaissances, ainsi que les compétences acquises à l'université



➤ Les types d'évaluations

Il existe plusieurs types d'évaluation :

- Le contrôle continu : permet de maintenir les connaissances à jour, et demande une préparation à long terme et continue !
- Le contrôle final : résume le parcours et se déroule à la fin d'un semestre en général.

Les formes que peut prendre une évaluation peuvent être les suivantes :

- Les TD et les TP ;
- Le travail personnel ;
- Les QCM ;
- L'épreuve orale, etc.

➤ **Stratégies de préparation à l'examen**

Planification : Établir un calendrier de révision.

Techniques de révision :

- Résumés et fiches de révision.
- Groupes d'étude et discussions.
- Quiz et auto-tests.

Gestion du stress :

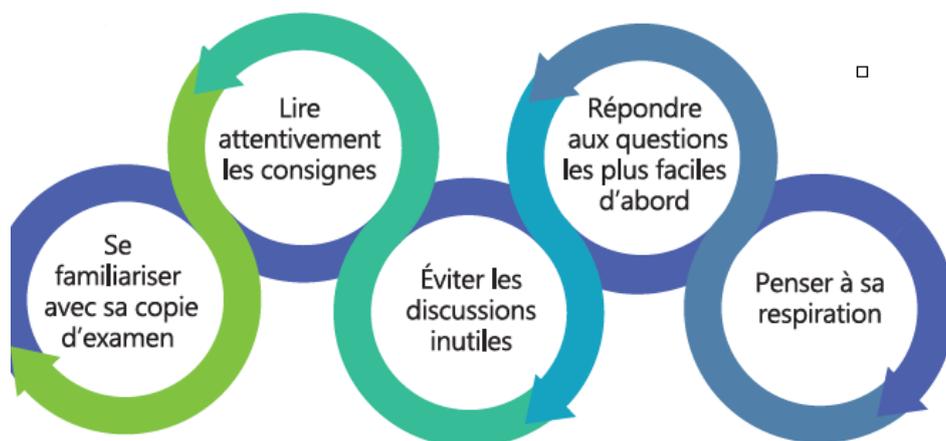
- **Techniques de relaxation** :

Respiration profonde : aide à réduire le stress et à améliorer la concentration.

Les exercices physiques : L'activité physique régulière est un excellent moyen de réduire le stress et d'améliorer la productivité.

- **Techniques de gestion du temps** :

Pomodoro, planning de travail.



TD : Autoévaluation par les pairs

Objectif : Chaque étudiant doit présenter brièvement son expérience de stage à ses pairs, en se concentrant sur deux aspects principaux :

- **Projets réalisés** : Quels tâches ont été réalisés pendant le stage ?
- **Compétences développées** : Quelles compétences professionnelles ont été renforcées pendant ce stage ?

Critères d'évaluation pour l'autoévaluation par les pairs

- Clarté de la présentation.
- Poste occupé.
- Capacité à identifier les compétences développées.

Questions de discussion :

- Comment vous êtes-vous sentis en recevant des retours de vos pairs ?
- Avez-vous trouvé des points d'amélioration que vous n'aviez pas remarqués auparavant ?
- Quel type de retour vous semble le plus utile pour progresser dans votre apprentissage professionnel ?
- Avez-vous été d'accord avec les évaluations de vos pairs ? Pourquoi ?