

FICHE DE STRATÉGIES

Bien se préparer à une évaluation



POUR SE PRÉPARER À L'EXAMEN

ÊTRE PRÉSENT À SES COURS

PARTICIPER EN CLASSE EN PRENANT DES NOTES, EN SOULIGNANT LES POINTS ESSENTIELS ET EN POSANT DES QUESTIONS À L'ENSEIGNANT

PLANIFIER LES ÉTAPES DE SON ÉTUDE

FAIRE LES LECTURES ET LES EXERCICES DEMANDÉS

RÉVISER SES NOTES DE COURS UN PEU À CHAQUE JOUR

DEMANDER DES EXPLICATIONS SUPPLÉMENTAIRES À L'ENSEIGNANT SI DES QUESTIONS RESTENT EN SUSPENS

RÉVISER EN FAISANT DES SCHÉMAS, DES TABLEAUX, DES ORGANIGRAMMES, DES CARTES MÉMOIRE TYPE *FLASH CARDS*, DES RÉSUMÉS

SE SERVIR DE CAHIERS DE NOTES POUR ÉCRIRE CE QU'ON NE VEUT PAS OUBLIER

ÉTUDIER LA MATIÈRE PAR PETITES SECTIONS (½ HEURE À LA FOIS) ET À PLUSIEURS REPRISES RÉPARTIES DANS LE TEMPS

CRÉER SES PROPRES QUESTIONS D'EXAMEN ET Y RÉPONDRE SANS SES NOTES DE COURS

SE SERVIR DES PRÉTESTS OU DES EXAMENS FORMATIFS POUR RÉSUMER LA MATIÈRE

ÉTUDIER ET REVOIR LA MATIÈRE AVEC DES COLLÈGUES

PARTICIPER AUX RÉCUPÉRATIONS

FAIRE UNE DERNIÈRE RÉVISION DES POINTS ESSENTIELS LA VEILLE DE L'EXAMEN

SE COUCHER TÔT LA VEILLE

LE JOUR DE L'EXAMEN

PRENDRE LE TEMPS DE BIEN SE REPOSER

MANGER UN REPAS ÉQUILIBRÉ (PAS TROP LOURD) POUR AVOIR UNE BONNE ÉNERGIE

UTILISER DES MOYENS TELS QUE DES APPLICATIONS POUR CELLULAIRE OU TABLETTE (EX: RESPIRELAX OU AUTRES) POUR CALMER LA RESPIRATION ET LES BATTEMENTS CARDIAQUES

NE PAS REPARLER DE LA MATIÈRE DE L'ÉVALUATION LA JOURNÉE MÊME

ARRIVER À L'HEURE POUR ENTENDRE TOUTES LES INFORMATIONS UTILES À L'EXAMEN

SI NÉCESSAIRE, UTILISER DES BOUCHONS POUR S'ISOLER DU BRUIT ET DES DISTRACTIONS

ÉTEINDRE SON CELLULAIRE OU LE LAISSER DANS SON CASIER

AU MOMENT DE L'EXAMEN

RESPIRER PROFONDÉMENT, PAS TROP VITE, POUR BIEN OXYGÉNER SON CERVEAU (FAIRE ENVIRON 5 RESPIRATIONS)

PRENDRE UN MOMENT DE REcul JUSTE POUR SOI

BIEN LIRE LES CONSIGNES DE TOUT L'EXAMEN DEUX FOIS PLUTÔT QU'UNE AVANT MÊME DE COMMENCER À RÉPONDRE

ÉVALUER ET DIVISER LE TEMPS QUI EST ACCORDÉ À L'EXAMEN

SE GARDER DU TEMPS POUR RÉVISER

UTILISER TOUT LE TEMPS PRÉVU

RÉPONDRE D'ABORD AUX QUESTIONS QUI SEMBLent PLUS FACILES

SAUTER PAR DESSUS LES QUESTIONS DIFFICILES POUR Y REVENIR PLUS TARD

TENTER UNE RÉPONSE MÊME SI ON A UN DOUTE

EN CAS D'HÉSITATION, CONSERVER LE PREMIER CHOIX DE RÉPONSE

RÉVISER AU COMPLET LA COPIE DE L'EXAMEN AVANT DE LA REMETTRE