

# Comment préparer efficacement mes examens ?



## 1. Se mettre en projet

Avant de commencer à étudier, il est important de se poser quelques questions pour bien évaluer ce que tu as à étudier.

- Est-ce que tu connais déjà bien certaines parties de la matière ? Quelle(s) partie(s) de la matière est-ce que tu connais moins bien ?
- Que dois-tu précisément étudier ? Quels sont les points précis que tu dois connaître pour l'examen ? Quels sont les exercices que tu dois savoir faire ?
- Combien de temps de préparation, de temps d'étude dois-tu prévoir pour chaque matière ?

Les réponses à ces questions sont nécessaires pour pouvoir organiser correctement ton temps de travail.



## 2. Prendre contact avec le cours

N'attends pas la veille des examens pour ouvrir ton cours ! Reprend contact avec les différentes matières dès maintenant. Rappelle-toi ce que les professeurs en ont dit, relis tes notes, tes évaluations, revois tes exercices. Prend le temps de remettre tes cours en ordre, de faire éventuellement une table des matières, des fiches de vocabulaire, de noter les formules importantes, les définitions à retenir, etc.



## 3. Planifier son étude

4 semaines avant le début des examens, il faut organiser ton étude et établir un planning de révision. Les réponses de l'étape 1 peuvent t'aider à planifier ton travail. Prévois de commencer par les choses que tu dois mémoriser. Il vaut mieux étudier un peu tous les jours pendant 1h30, que de passer 4 heures de suite la veille de l'examen.



**Etudier, ce n'est pas lire et relire son cours, c'est faire des fiches de synthèses, réécrire son vocabulaire en néerlandais, noter ses définitions, refaire des exercices de math, etc.**



## 4. Mémoriser

Le secret de la mémorisation, c'est d'abord de comprendre, ensuite de répéter : il ne s'agit pas d'apprendre par coeur, mais bien de comprendre, de créer des liens entre les éléments, entre les parties du cours, entre les différents cours. Tu peux également faire appel à un camarade de classe, lui réexpliquer la matière, répondre à ses questions, réciter ton vocabulaire à ta maman, ta sœur, etc.

### Quelques outils

- 1) Pour **mémoriser du vocabulaire**, tu peux faire des fiches qui ressemblent à l'exemple ci-dessous. Le mieux c'est d'étudier 7 mots à la fois. Si tu étudies trop de mots à la fois, tu risques plus facilement d'oublier les mots en milieu de liste. De plus, le fait d'écrire les mots une première fois, est déjà un premier travail de mémorisation et t'aidera à retenir l'orthographe des mots. Au recto, les mots à étudier et au verso la mise en contexte (dans une phrase).

#### Recto

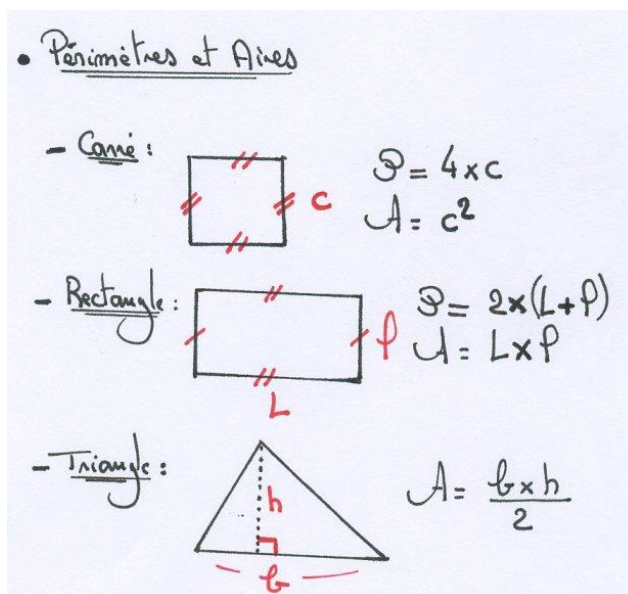
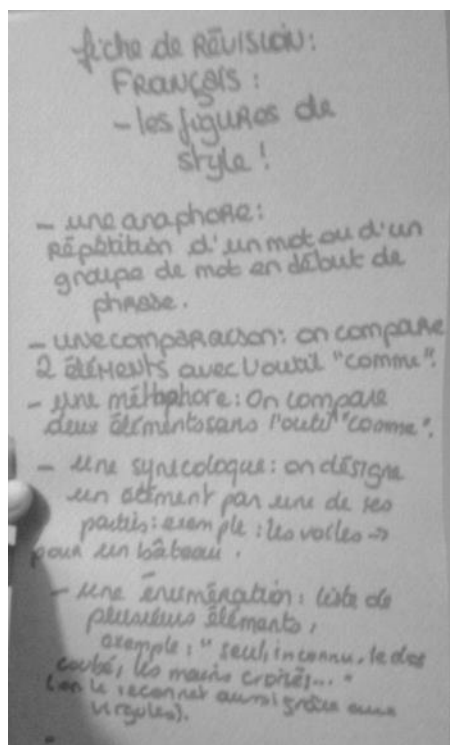
Néerlandais	Français
1. Laatste	1. Dernier
2. Het werk	2. Le travail
3. Willen	3. Vouloir
4. De hand	4. La main
5. Het huis	5. La maison
6. Vaak	6. Souvent
7. De dag	7. Le jour

#### Verso

Néerlandais	Français
1. De <b>laatste</b> jaren	1. Les dernières années
2. Ik ben aan <b>het werk</b>	2. Je suis au travail
3. Ik <b>wil</b> een fiets	3. Je veux un vélo
4. Mijn rechte <b>hand</b>	4. Ma main droite
5. <b>Het huis</b> van Jan is groot	5. La maison de Jean est grande
6. Maria gaat <b>vaak</b> in de tuin	6. Maria va souvent dans le jardin
7. Op welke <b>dag</b> kom je ?	7. Quel jour viens-tu ?

## 2) Faire une **fiche de synthèse**.

Attention faire une fiche de synthèse, c'est synthétiser avec tes propres mots, prendre les éléments les plus importants, pas recopier le cours



## La digestion

### Ce que je retiens :

Dans la **bouche**, les aliments sont broyés par les dents et dégradés grâce à la salive. Les aliments vont ensuite dans l'**estomac** en passant par l'**œsophage**. Ils sont en petits fragments au niveau de l'estomac. Puis ils arrivent dans l'**intestin grêle** et finissent dans le **gros intestin**.

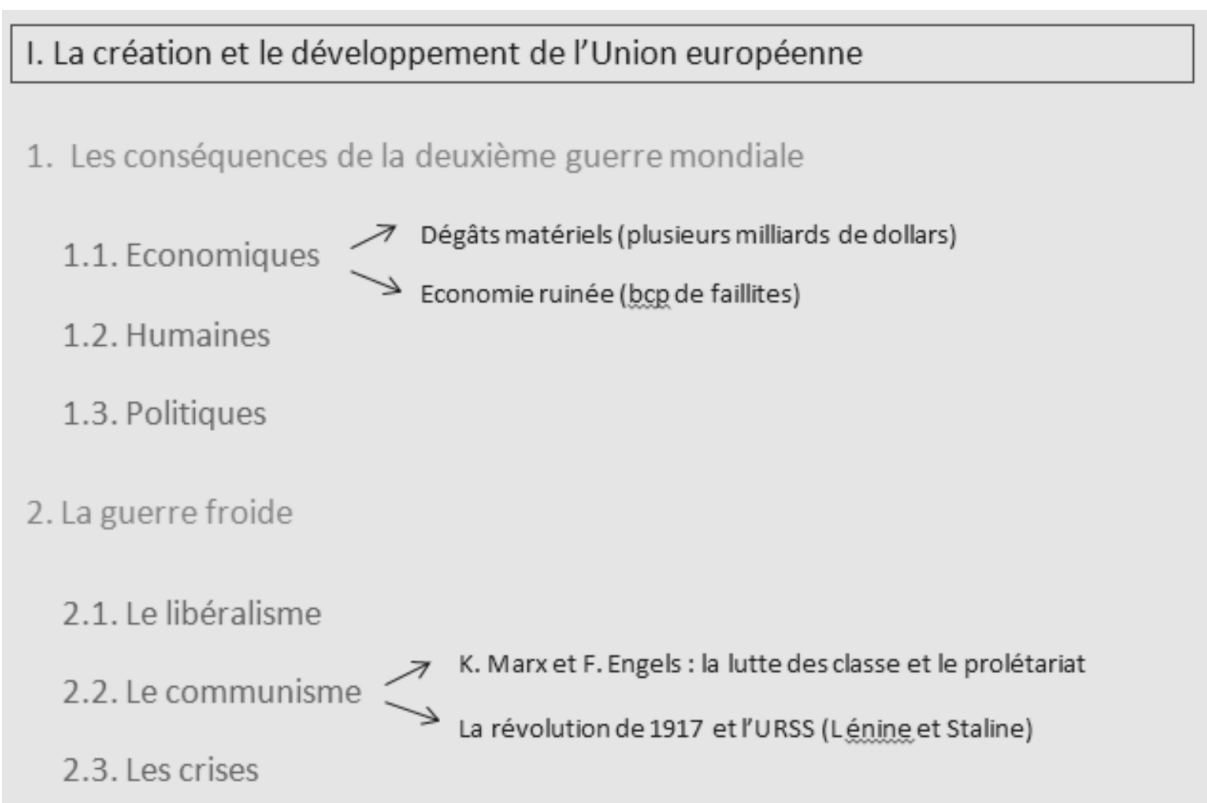
Tout au long de ce trajet, les aliments subissent des **transformations mécaniques et chimiques** grâce à des substances provenant du foie, du pancréas... Les aliments deviennent des **très petits fragments**. On les appelle alors les **nutriments**. C'est la **digestion**.

Ces nutriments passent dans des **minuscules petits « trous »** que possèdent l'intestin et vont dans le sang. C'est l'**absorption**.

Ces nutriments seront distribués à tous les organes dans notre corps grâce à la **circulation sanguine**.

Certains aliments n'ont pas pu être digérés, ils continuent leur trajet dans le **gros intestin** et constituent les **selles**.

### 3) Faire des **plans de matière**



### 4) Faire un **planning**

Pages suivantes : exemple de planning et planning vierge

L'idéal, c'est de prévoir ton planning 2 semaines à l'avance et de le compléter à chaque fois que c'est nécessaire. Un mois avant les examens, fais ton planning jusqu'aux examens.

Essaie de noter le temps que chaque tâche te prendra.

Semaine du ..... au .....

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Prévu ce jour à l'école	Prévu ce jour à l'école	Prévu ce jour à l'école <i>Interrogation Nl̄ds</i>	Prévu ce jour à l'école <i>Exercices de Math (p125)</i>	Prévu ce jour à l'école <i>Présentation orale en Français</i>	<b>A étudier</b>	<b>A étudier</b>
<b>A étudier à la maison</b>	<b>A étudier à la maison</b> <i>Vocabulaire Nl̄ds (20')</i>	<b>A étudier à la maison</b> <i>Présentation orale en Français (30')</i>	<b>A étudier à la maison</b> <i>Présentation orale en Français (30')</i>	<b>A étudier à la maison</b>		
<b>A faire à la maison</b> <i>Préparer la présentation orale en Français (45')</i>	<b>A faire à la maison</b> <i>Exercices de math (20')</i>	<b>A faire à la maison</b> <i>Exercices de math (20')</i>	<b>A faire à la maison</b>	<b>A faire à la maison</b>	<b>A faire</b>	<b>A faire</b>

Semaine du ..... au .....

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Prévu ce jour à l'école	Prévu ce jour à l'école	Prévu ce jour à l'école	Prévu ce jour à l'école	Prévu ce jour à l'école	<b>A étudier</b>	<b>A étudier</b>
<b>A étudier à la maison</b>	<b>A étudier à la maison</b>	<b>A étudier à la maison</b>	<b>A étudier à la maison</b>	<b>A étudier à la maison</b>		
					<b>A faire</b>	<b>A faire</b>
<b>A faire à la maison</b>	<b>A faire à la maison</b>	<b>A faire à la maison</b>	<b>A faire à la maison</b>	<b>A faire à la maison</b>		

Semaine du ..... au .....