

# LE GUIDE ULTIME

Pour prendre des notes

## EN COURS

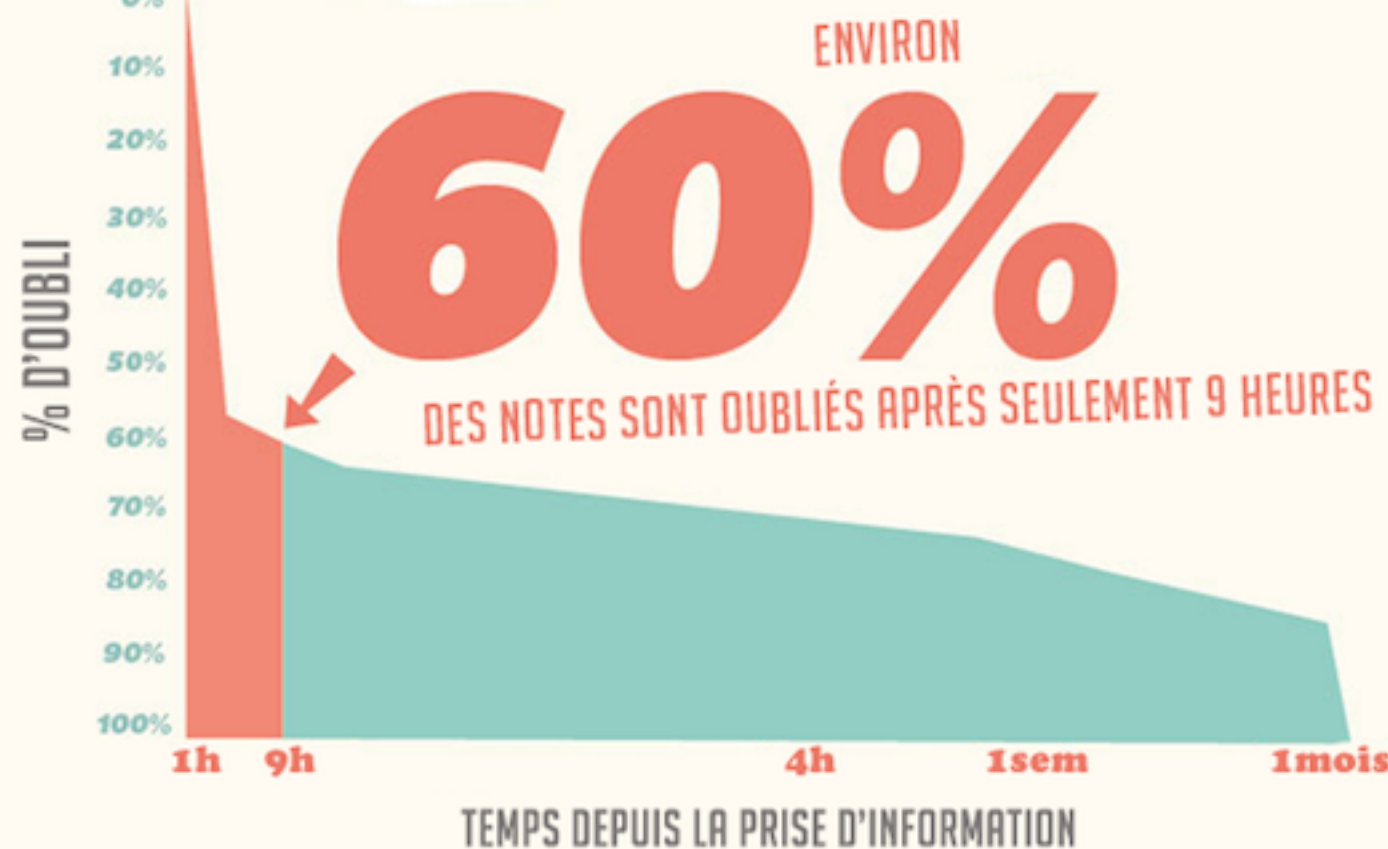
Une prise de note efficace pendant les cours est essentielle

### LA COURBE DE L'OUBLI



+ de P'tits Trucs : [comment-economiser.fr](http://comment-economiser.fr)

Ce qu'il se passe quand vous n'organisez pas et ne relisez pas vos notes



TOUT COMME LA MÉMORISATION, LA PRISE DE NOTE PERMET DE :



Développer l'écoute active



Fournir un support de révision



Améliorer la compréhension

APPRENEZ CI-DESSOUS COMMENT PRENDRE DES NOTES ET ÊTRE LE PLUS EFFICACE LORS DE VOTRE PROCHAIN COURS

## STYLO



## CLAVIER



# VS

SAVIEZ-VOUS QUE PRENDRE DES NOTES À LA MAIN EST BIEN PLUS EFFICACE ?

Les chercheurs de l'UCLA (Université de Californie à Los Angeles) ont trouvé que les étudiants qui prennent des notes manuscrites et qui les relisent ensuite sont les plus performants quand il s'agit de répondre à des questions factuelles et conceptuelles.

Exemples:

**Question factuelle:**  
Quel est l'intérêt d'ajouter du propanoate de calcium au pain?



**Question conceptuelle:**  
Si l'épiglotte d'une personne ne fonctionne pas correctement, que se produira-t-il probablement ?



## 3 SYSTEMES DE PRISE DE NOTES efficaces

IL N'Y A PAS UNE SEULE FAÇON DE PRENDRE DES NOTES - MAIS VOICI QUELQUES MÉTHODES CONNUES À ESSAYER

### 1 2 3

## MÉTHODE SOMMAIRE

LES IDÉES SONT BIEN ORGANISÉES SUR LA PAGE ET RESPECTENT DES ESPACEMENTS PRÉCIS



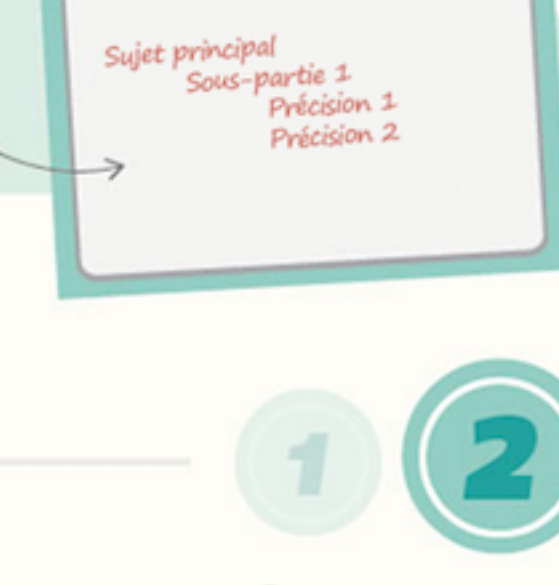
idéale :



Quand les grandes lignes d'une présentation (type diapos) ont déjà été fournies.

Pour prendre des notes à partir de supports écrits

### COMMENT FAIRE



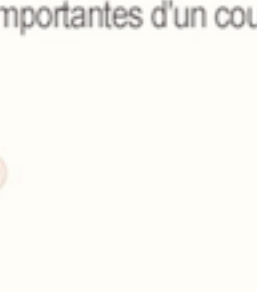
Choses à prendre en compte:

- ✓ Les points principaux peuvent facilement être tournés en question pendant la relecture
- ✗ On ne voit pas les relations ou connexions entre les arguments

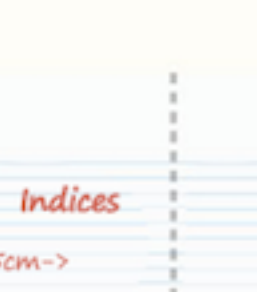
### 1 2 3

## MÉTHODE CORNELL

UN SYSTÈME DE DIVISION DE LA PAGE DE NOTES, DÉVELOPPÉ PAR LE DR. WALTER PAULK DE L'UNIVERSITÉ CORNELL



idéale pour:



Produire et mémoriser facilement les idées importantes d'un cours

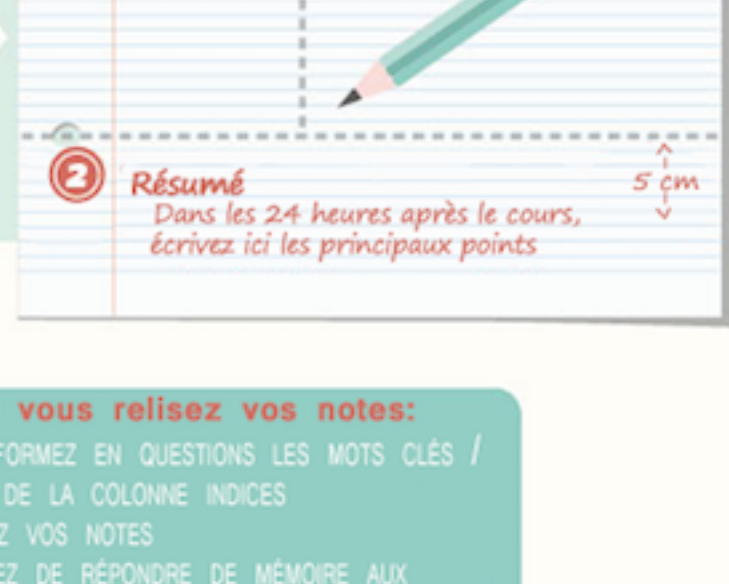
Se préparer et réviser pour les examens

### COMMENT FAIRE

Sur un cahier A4, tracez 3 sections comme ci-contre

Choses à prendre en compte:

- ✓ La feuille de note Cornell imprimable est disponible en ligne
- ✗ Cette méthode requiert un temps supplémentaire pour compléter la colonne résumé



Quand vous relisez vos notes:

- TRANSFORMEZ EN QUESTIONS LES MOTS CLÉS / IDÉES DE LA COLONNE INDICES
- CACHÉZ VOS NOTES
- ESSAYEZ DE RÉPONDRE DE MÉMOIRE AUX QUESTIONS

### 1 2 3

## CARTOGRAPHIE

LES IDÉES SONT VISUELLEMENT CONNECTÉES DE MANIÈRE NON-LINÉAIRE

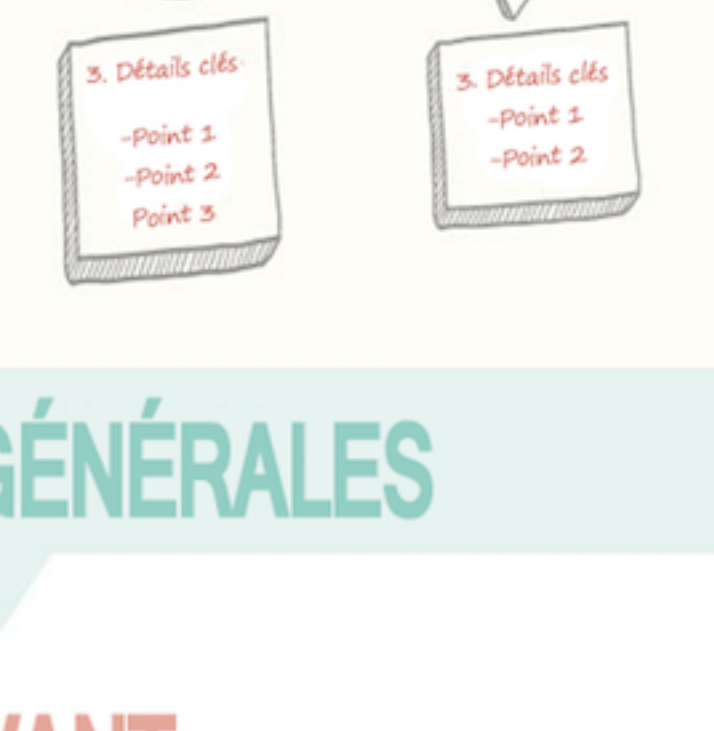
idéale pour:



Les cours au contenu dense

Choses à prendre en compte:

- ✓ Les notes peuvent être épurées par la suite en recréant la cartographie via un programme du type draw.io
- ✗ La prise de notes peut être compliquée si vous n'êtes pas sûr de la structure du cours à l'avance



### COMMENT FAIRE

## ASTUCES GÉNÉRALES



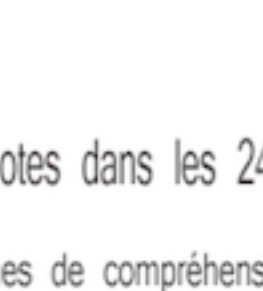
### AVANT le cours

Lisez les chapitres pertinents du livre et/ou visualisez les slides. Vous allez devenir à l'aise avec le sujet et vous pourrez identifier les idées clés plus facilement.

### PENDANT le cours



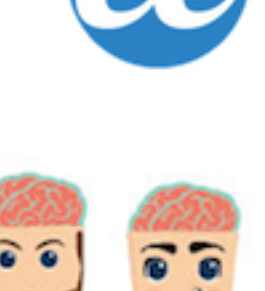
En amphithéâtre, asseyez-vous le plus possible à l'avant



Soyez attentifs aux indices sur les points importants: répétitions, changements du ton de voix du maître de conférence



N'écrivez pas tout et reformulez toujours ce que vous entendez



Utilisez la sténographie, les abréviations et les symboles

### APRÈS le cours



Relisez vos notes dans les 24 heures

Identifiez tous les problèmes de compréhension, et consultez votre prof, vos camarades ou votre livre de cours pour obtenir de l'aide



Soyez préparé, restez concentré et complétez avec des révisions. Avec un bon entraînement, vous deviendrez un étudiant remarquable en un rien de temps.