Travailler en autonomie – mode d'emploi

Principe Général

Voici quelques conseils méthodologiques afin de travailler efficacement au lycée, et acquérir des méthodes de travail qui seront utiles dans le supérieur. Il est rappelé que toute séance manquée doit être rattrapée au plus vite, et que le cours doit être appris de façon systématique le soir même et pour chaque séance.

Apprendre, un acte personnel

Apprendre, c'est créer des réseaux dans le cerveau, c'est-à-dire des connexions entre les neurones. Ces nouveaux réseaux doivent être réactivés régulièrement pour ne pas disparaître. (Voir « Le cerveau à tous les niveaux » : *http://lecerveau.mcgill.ca/flash/a/a_07/a_07_cr/a_07_cr_tra/a_07_cr_tra.html*)

De nombreux facteurs entrent en jeu, il faut donc bien se connaître pour bien apprendre :
- Conditions de travail : Idéalement seul, au bureau, sans musique, sans messages (SMS, Facebook…).
Le cerveau ne sait faire qu'une seule chose à la fois.
- Hygiène de vie : La qualité du sommeil et de l'alimentation influent directement sur les processus biologiques liés à la mémorisation. En veillant à bien dormir et bien manger, votre corps aidera votre esprit !
- Rythmes de travail : La durée de concentration optimale personnelle est très variable. Mais lorsque l'efficacité devient moindre, il est temps de faire une pause plaisir reposante (circuit de la récompense) de 20 à 30 minutes. Enfin, il faut anticiper en gérant son emploi du temps et de travailler même si rien n'est encore urgent.

Les activités en classes : découverte des nouvelles notions

- Souvent effectuées par binômes, elles peuvent prendre des formes différentes (documents texte historique, expérience, analyse de données, simulation, vidéo, cours magistral, recherche, exposé…)
- Il faut se mettre au travail de façon **immédiate** avec feuille A4, brouillon, stylo, calculatrice… **et sans bruit**.
- Pendant la correction, Il faut vérifier que ses propres conclusions sont en accord avec celles du professeur et **poser ses questions** en levant la main pour demander la parole. Ces séances où la découverte des savoirs en autonomie est privilégiée sont au cœur de l'efficacité de votre apprentissage.

Le cours écrit et sa mémorisation

- Vous devez réaliser à partir du cours du professeur et du livre – qui reprennent et complètent les notions vues en activités et/ou en exercices selon leur difficulté – une **fiche résumé personnelle**.
- Il s'agit de privilégier les schémas, les équations, les énoncés de théorèmes (complets !), les définitions.
- Il est alors indispensable de mettre en valeur les points importants signalés par le professeur à l'oral, ce qui signifie d'une part **être attentif**, et d'autre part **prendre des notes** pendant les corrections.
- La vérification de la bonne mémorisation doit se faire **au moins 10 minutes après la mémorisation** :
    - Soit seul, avec une feuille qui sert de cache et que l'on déroule au fil de la récitation,
    - Soit en répondant à une personne qui est en train de lire la fiche (camarade ou proche).
- Lisez votre livre, il regorge de pages utiles. Allez voir les ressources cités par le professeur, **soyez curieux**… !

Les exercices

- Il est indispensable de chercher au minimum **un exercice par jour** :
    - En priorité, ceux demandés par le professeur qui seront corrigés en classe.
    - Sinon, ceux corrigés dans le livre (contacter le professeur si la correction n'est pas comprise).
- Certains exercices (Type BAC, QCM…) dont la correction est détaillée dans le livre sont à effectuer de façon totalement autonome. Cet entrainement n'en reste pas moins indispensable.
- Pour travailler efficacement, **ne regarder le cours que si :**
    - Vous êtes bloqués depuis plus de 5 minutes et vous avez déjà écrit 5 lignes (cf « Résolution »).
    - Vous avez terminé l'exercice et votre solution vous semble cohérente, il est temps de vérifier.
- Enfin, les exercices se ressemblent au sein d'un chapitre et vous repèrerez vite si les éléments de cours utiles sont bien mémorisés et leur utilisation bien comprise.

Les interrogations et devoirs

- Les interrogations de cours doivent vous permettre de tester votre travail sur le long terme.
    - Ai-je bien mémorisé mon cours ?
    - Ai-je acquis les méthodes de résolution des exercices classiques ?
    - Suis-je capable d'effectuer les calculs demandés ?
- Les devoirs sur table doivent vous permettre de mettre en œuvre vos connaissances dans le cadre d'un problème partiellement nouveau, à l'aide de documents.
    - Suis-je capable d'extraire les informations utiles ?
    - Suis-je capable d'analyser un graphique, un tableau ?
    - Suis-je capable de mener un raisonnement scientifique complet ?
- Enfin, il est conseillé de refaire ces sujets (ou d'autres) en condition réelles pendant les vacances. L'entraînement et la répétition seront vos meilleures armes une fois le cours appris et compris… pour ne pas l'oublier avant la fin de vos études !