

# SAVEZ-VOUS COMMENT APPRENDRE?

**Faites ce quiz (vrai ou faux).  
Nous allons voir si vous savez vraiment comment  
apprendre.**

**Devoir : Relis et surligne les 5 stratégies  
que tu va essayer ce trimestre.  
Pour jeudi (groupes 6,7,8) ou vendredi  
(groupes 2,3,4)  
N'oublies pas ton matériel de cours pour  
le même jour.**

1. Plus vous lisez vos notes, plus vous vous souviendrez du contenu.

Faux.

- **relecture = une fausse confiance avec le texte**
- **La mémoire dure quelques jours seulement**
- **Il faut développer bien chaque concept**
  - **Exemples**
  - **Images**
  - **associer l'information à d'autres connaissances**
  - **Analyser les informations**

2. Si vous trouvez  
quelque chose facile à  
apprendre, vous vous en  
souviendrez mieux.

Faux.

- Difficile = nouvelles connexions = meilleur mémoire
- Facile = superficiel = vite oublié

APPRENDRE N'EST PAS POUR  
LES SPECTATEURS, ALORS

JOUONS!



3. Étudier la nuit avant un examen (to cram) est la meilleure façon d'étudier car cela signifie que vous n'aurez pas le temps d'oublier l'information.

Faux

**Cramming = mémoire temporaire seulement**



4. Vous apprendrez un sujet mieux si c'est avec des idées qui sont personnellement pertinentes et importantes pour vous.

Vrai

- **Personnel et pertinent = meilleur mémoire**
- **Ta vie, tes interets, tes gouts**



**Ce que l'on apprend avec  
plaisir, on n'oublie jamais.**

**-Alfred Mercier (poète)**

5. Ne vous interrogez (only quiz yourself) que lorsque vous êtes sûr que vous connaissez bien le matériel ou bien vous vous souviendrez des réponses incorrectes seulement.

Faux.

- **S'interroger = pratique pour le cerveau**
- **Travail pour le cerveau = meilleur mémoire**

6. Si vous pouvez mémoriser un texte, cela signifie que vous le comprenez très bien.

Faux

- **Mémoriser = apprendre les mots, pas le sens**
  - **Aucun prof va te demander de recopier un texte**
-

*L'éducation n'est pas l'apprentissage de connaissances, mais plutôt l'entraînement du cerveau à penser.*

*-Albert Einstein*

7. Je serai confus si j'étudie un sujet pendant une heure et un autre sujet pendant une autre heure. Je devrais me concentrer sur un sujet par nuit

Faux .

- **Difficile = meilleur mémoire**
- **Études variées (différentes stratégies et différentes matières) = étude plus efficace**

Dans cette classe, nous  
ne voulons pas **FACILE**,  
nous facilitons les choses  
en travaillant **FORT** et en  
apprenant.

8. Pour faire de mon mieux dans cette classe, je devrais étudier **tous les soirs**.

Faux.

- **Espacer l'étude = plus difficile = meilleurs connexions**
  - **Le sommeil aide à consolider la mémoire**
  - **Exception : matière difficile : étudie le soir même**
-

9. Une fois que je connais un sujet, je n'ai pas besoin de le revoir avant l'examen

faux.

- **La mémoire est fragile, on doit s'en occuper.**
- **Important de s'interroger (quiz yourself) SOUVENT!**
- **Astuce : fiches-questionnaires, questions de révision**



**L'expert en**  
**n'importe quoi était**  
**auparavant un**  
**débutant.**

10. Je n'apprendrai pas aussi bien si je fais beaucoup d'erreurs.

Faux

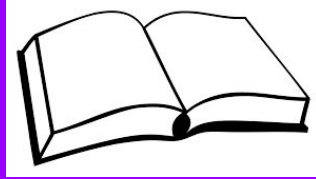
- Réfléchir = apprendre et corriger nos erreurs
- Il est important de corriger ses évaluations

**Les erreurs sont  
preuve que tu  
essayes.**

11. Si je ne réussis pas très bien à un examen, cela signifie que je n'étudie pas assez ou correctement.

Vrai

- Tout le monde a la capacité d'apprendre, mais pas tout le monde sait **comment apprendre**
  - Alors changes tes **habitudes d'études ou étudie plus.**
-



**Restez  
calme et  
continuez à  
apprendre.**

12. Le but de l'école est de  
réussir tous mes cours

Faux.

- Le but de l'école est d'apprendre et d'apprendre à apprendre.
  - Si vous réussissez vos examens du secondaire mais que vous ne vous souvenez plus de vos connaissances lorsque vous arrivez à l'université ou lorsque vous obtenez un emploi, vous n'aurez pas réussi.
-

Il ne faut pas étudier  
pour gagner, plutôt  
étudier pour  
apprendre.  
Ce que tu apprends  
aujourd'hui est ce que  
tu deviendras demain.



13. Je devrais toujours apprendre et étudier en utilisant mon style d'apprentissage préféré (visuel, auditif, verbal, kinesthésique, etc.)

Faux

- La variété de méthodes d'apprentissage établit des liens plus solides.



14. Il est possible d'étudier devant une télévision ou pendant que quelqu'un discute dans la même pièce.

Faux

- Multitâche = demander au cerveau de faire 2 tâches cognitives en même temps
  - Peu de gens sont capables
  - Si tu étudies avec l'attention ailleurs, tu ne pourras pas bien enregistrer information.
-

15. Si vous êtes stressé, vous devriez prendre une pause pour relaxer ou se changer les idées.

Faux

- **Astuces pour réduire le stress:**
    - **Exercise (dance, yoga)**
    - **Rire**
    - **Respiration**
    - **chant**
-



Download from  
**Dreamstime.com**

This watermarked comp image is for previewing purposes only.



# EST-CE QUE TU SAIS APPRENDRE?

**La plupart des gens ne le savent pas! Ne vous inquiétez donc pas si vous avez des problèmes ou si vous réalisez que vos habitudes d'étude ne sont pas optimales. C'est un objectif pour notre classe. Je partagerai avec vous ce que j'ai appris sur la façon d'étudier et vous essayerez de mettre en œuvre ces conseils dans vos études.**



aujourd'hui  
est un beau  
jour pour  
apprendre

## Quel est le résultat de la multitache?

1. **Vous prenez plus de temps pour terminer les tâches.**
2. **La qualité de votre travail est moindre.**
3. **Vous vous sentez plus stressé.**

## Other facts about learning:

You learn better when you wrestle with a problem before being shown how to do it.

To achieve excellence, you must surpass your current level of ability.

Striving results in setbacks and these provide you with the essential information to adjust your strategies and achieve mastery.

# Multitasking is a myth activity

Part A:

1. Make two lines across your page with a ruler.
2. When I say go, write switchtasking is a thief on the first line.
3. Write numbers 1-21 on the second line. Try to be neat.
4. When you are done both tasks, look up to see how long it took you and write it down.



## Part B:

1. Make two lines across your page with a ruler.
2. When I say go, write **switchtasking is a thief** on the first line and numbers 1-21 on the second line, but alternate between writing one letter and one number. This simulates multitasking.
3. When you are done both tasks, look up to see how long it took you and write it down.