

6 conseils pour une préparation aux examens réussie



À l'approche de la période d'examens, voici six conseils qui vous aideront à gérer votre temps de révision de manière efficace.

1 Créez un programme de révision réaliste

Planifier votre temps vous permettra de structurer vos révisions efficacement afin de travailler sur tous les sujets que vous devez connaître. N'oubliez pas d'inclure également vos activités extrascolaires, obligations et autres tâches importantes afin de bien gérer et organiser votre temps.



2 Faites des pauses

Les séances de révisions courtes et régulières sont beaucoup plus efficaces que le bachotage. Diviser la révision de thèmes ou sujets spécifiques en blocs de 15 minutes en y insérant des pauses vous permettra de garder votre concentration et votre motivation.



3 Essayez différentes techniques

Combinez vos méthodes de travail avec des stratégies de mémorisation éprouvées, comme les procédés mnémotechniques. Les éléments visuels, comme les cartes conceptuelles, les frises chronologiques et les cartes-éclair sont également des outils précieux d'aide à la révision.



4 Dormez suffisamment

Une bonne nuit de sommeil est essentielle à l'apprentissage et à la mémorisation, car elle vous aide à retenir les informations importantes et vous permet d'être en pleine forme pendant la période d'examens.



5 Réfléchissez à vos progrès

À la fin de la journée, réfléchissez à votre séance de révision. Notez cinq choses que vous avez apprises, trois choses dont vous vous souviendrez à coup sûr et trois choses qui vous posent encore problème. Ainsi, lorsque vous retravaillerez vos notes, vous pourrez vous concentrer sur vos lacunes.



6 Prenez du recul

Les examens et les qualifications sont certes des étapes vers un avenir brillant, mais ce ne sont pas les seuls critères de réussite. Ils ne sont pas le reflet fidèle de ce qu'une bonne éducation est censée apporter.

