



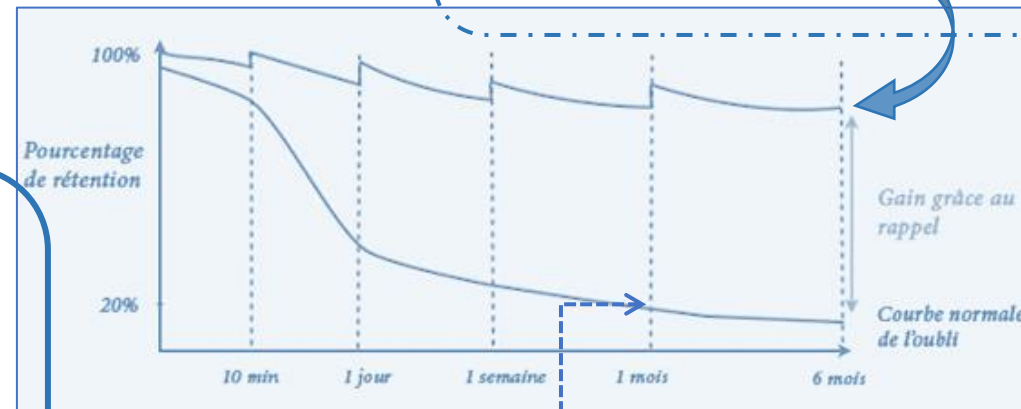
*Cours suspendus... mes apprentissages
peuvent-ils également être à l'arrêt ?*

1. Un graphique pour bien comprendre

Si on laisse passer un mois sans réactiver les apprentissages, on ne garde en moyenne que 20% de ce qui a été appris précédemment. Cela revient à recommencer les apprentissages quasiment du début, comme si la matière n'avait jamais été vue.

Quelle perte de temps !

Les lignes verticales pointillées correspondent aux moments de réactivation des connaissances, qui permettent un stockage **durable** des apprentissages en mémoire.



Pour répondre clairement à la question posée dans le titre...

NON !! ON NE PEUT PAS LAISSER PASSER CES 5 SEMAINES SANS AUCUN APPRENTISSAGE...

2. Que veut dire réactiver



Réactiver, c'est encoder dans la mémoire et faire passer les apprentissages acquis de la mémoire à long terme vers la mémoire de travail pour les utiliser. Plus on réactive, plus on facilite le passage entre ces deux mémoires afin qu'il devienne rapide et efficace.

À chaque réactivation, les apprentissages **s'ancrent** plus profondément et deviennent **durables**. Sans réactivation, au moment où le cerveau fait du tri entre l'important et l'accessoire (pendant le sommeil notamment), il considère comme inutiles les matières non revues et les efface de la mémoire.



3. Concrètement, comment faire ?

Une réactivation se fait à chaque fois qu'on effectue une tâche liée à la matière. Réactiver peut donc être :

- **Relire** consciencieusement une matière pour en vérifier la compréhension ;
- Rédiger une **synthèse** d'un point de matière, quelle que soit sa forme (mind mapping, tableau, sommaire, texte structuré...) ;
- Rédiger une **table des matières** du cours pour faire apparaître les **liens** entre les chapitres ;
- **Redire de mémoire** ce dont tu te souviens d'un chapitre, aller **vérifier** que c'était juste et complet ;
- Regarder une **vidéo explicative** sur la matière ;
- Passer par une phase de **mémorisation** (lire – cacher pour redire – relire pour vérifier que c'est juste) ;
- **Se faire interroger** ;
- Refaire des **exercices** ou des **anciennes évaluations** ;
- Imaginer, avec le cours puis de mémoire, les **questions** que le professeur pourrait poser sur la matière, **y répondre et aller vérifier** dans le cours que tout est juste ;
- **Expliquer, raconter** la matière à une autre personne ou à toi-même ;
- ... **sois créatif !**



4. Quelques conseils encore...

- Durant cette période « sans école », **maintiens le rythme** ! Tu n'es pas vacances... Lève-toi et couche-toi en suivant un horaire fixe, raisonnable ;
- Limite le temps que tu passes devant les écrans ;
- Consulte régulièrement **Smartchool**, tes professeurs te communiqueront le travail à réaliser ;
- Repère dans tes cours les parties de matière, compétences, connaissances qui posent problème. C'est sur cela que tes efforts doivent porter en priorité. Fais-toi un **planning** de révisions ;
- Si aucune difficulté n'est apparue dans la maîtrise des matières, fais-toi un **planning pour réactiver les connaissances** acquises ;



- Définis **2 à 3 objectifs**, maximum 4, à atteindre **par jour**. Plus ils seront formulés de façon précise, plus tu seras efficace lors de tes séances de travail ;
- Privilégie des **séances de travail de 45 minutes en moyenne**, maximum une heure. Ton attention n'est maximale que durant une période de 30 minutes environ ;
- **Répartis ton travail sur la journée**, ménage-toi des pauses entre les séances de travail. Va prendre l'air par exemple (en évitant bien sûr les rassemblements et les contacts avec d'autres personnes).



5. Où trouver des explications, des exercices... ?

- Suis les **indications que te donneront tes professeurs** dans les prochains jours ;
- Utilise les plateformes, applications, sites Internet qu'ils t'ont déjà indiqués ;
- En te rendant sur le site www.enseignons.be, tu trouveras, classés par branches et par années scolaires, de la théorie et des exercices, souvent avec corrigés ;
- *YouTube* est aussi une bonne source pour revoir les matières abordées en classe.
Vérifie néanmoins toujours les sources et en cas de doute, adresse-toi à tes professeurs ;
- Pour t'entraîner, les **épreuves externes** avec corrigés des années précédentes sont disponibles sur le site www.enseignement.be, onglet « évaluation » ;
- Pour l'anglais et le néerlandais, utilise www.quizlet.com pour étudier ton vocabulaire ou www.duolingo.com (il existe une application également) pour revoir la matière vue ;
- Pour les sciences et les maths, le site <https://fr.khanacademy.org/> propose des vidéos explicatives et des exercices avec corrigés, classés par UAA ;
- Pour les aspects grammaticaux et l'orthographe en français au 1^{er} degré, il y a plein d'exercices avec corrigés sur le site canadien <https://www.ccdmd.qc.ca/fr/> ;
- Plusieurs manuels scolaires offrent des accès gratuits en ligne.

