

# Apprendre son cours

« Connaître son cours, c'est le comprendre et le connaître par coeur ! »

## Comment apprendre son cours ?

Il existe trois grandes façons de retenir quelque chose :

- La *méthode visuelle*, c'est celle qui concerne le plus de personnes . Elle consiste pour le cerveau à « photographier » une image de ce que vous voulez apprendre (par exemple une formule) et à vous la répéter mentalement.
- La *méthode auditive*. Elle consiste à écouter avec attention et vigilance ce que vous voulez apprendre. En relisant votre cours vous « réentendez » ce qui a été dit..
- La *méthode manuscrite*. Cette méthode a le mérite de fonctionner avec tout le monde. Elle consiste à écrire plusieurs fois ce que vous souhaitez retenir tout en restant concentré lors de l'écriture. Faire des fiches de synthèse en est un très bon exemple.

⇒ Il est important de savoir comment fonctionne sa propre mémoire afin d'optimiser le temps passé à apprendre son cours.

Il va de soi que retravailler une seule fois son cours n'est jamaïs suffisant pour vraiment l'apprendre par coeur. Par ailleurs plus on s'entraîne plus cela devient facile.

**Attention :** Il ne faut jamaïs faire un exercice avec le cours à côté, si le besoin du cours se fait ressentir lors des exercices c'est que celui-ci est mal su. C'est une « béquille psychologique » que vous n'aurez pas lors des DS. Il faut alors arrêter l'exercice et réapprendre le cours.

## Quand apprendre son cours ?

- Une grande part de l'apprentissage d'un cours se fait en classe, lorsque vous écoutez les explications et les commentaires du professeur. Un cours bien compris est un cours vite appris.
- Ensuite il faut le retravailler sous 3 jours (le mieux étant le soir même car tout est très frais) afin d'utiliser votre mémoire à court terme qui vous aidera à vous rappeler les détails évoqués pendant les heures de cours. Vous commencez alors à consolider votre mémoire.
- Enfin il faut revenir sur un cours régulièrement, au bout de 3-4 jours, puis 15 jours après, ensuite une fois par mois . . . afin de vous rafraîchir la mémoire. Ce que vous avez appris est alors inscrit dans votre mémoire à long terme.  
Un bon moyen de savoir si on est toujours au point sur un sujet c'est de faire l'autotest le concernant.

Il peut être utile de garder en tête la structure du cours pour que les connaissances que l'on a soient « rangées ». C'est le principe des meubles à tiroirs ou des poupées russes.

**Attention :** Il ne faut pas réviser son cours juste avant un DS car vous n'allez utiliser que votre mémoire à court terme. De ce fait, vous oublierez rapidement ce que vous avez appris. Au final, vous perdrez du temps et serez obligés à chaque DS de vous remettre à flot.