

Pour de plus amples informations ou pour des méthodes personnelles pour votre préparation aux examens, vous pouvez prendre rendez-vous au Service du cheminement scolaire au local C-226.



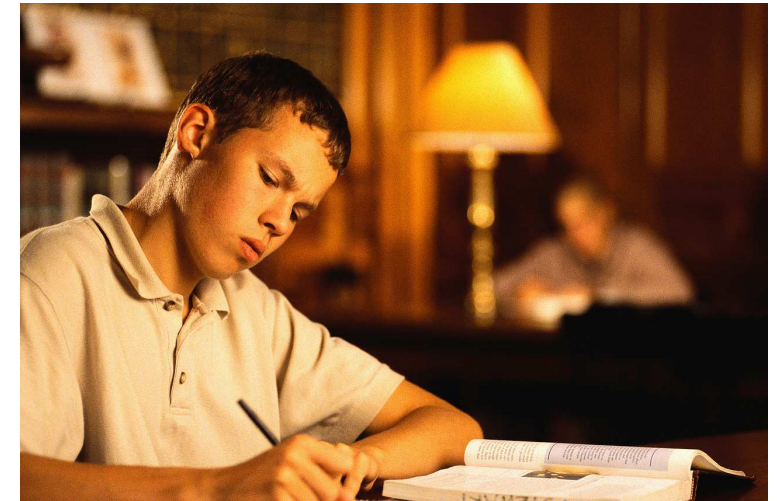
Médiagraphie et liens

- ⇒ Document préparé par Sabrina Jacques, Aide pédagogique à la réussite
- ⇒ Dionne, Bernard (2004). *Pour réussir : guide méthodologique pour les études et la recherche*. Groupe Beauchemin éditeur, ltée, 4^e édition. Laval. Canada. 282 pages.
- ⇒ « La préparation aux examens et les examens » conçu par le Centre d'orientation et de consultation psychologique de l'Université Laval, 2000.
- ⇒ https://www.aide.ulaval.ca/files/content/sites/aide/files/files/reussite/Guide_Examen.pdf

La préparation aux examens

L'étude et la préparation aux examens consistent à :

- ⇒ Survoler
- ⇒ Questionner
- ⇒ Relire
- ⇒ Restructurer
- ⇒ Réciter
- ⇒ Réviser



Beaucoup d'étudiants considèrent qu'une préparation intensive de un ou deux jours avant l'examen est suffisante pour bien réussir ses examens. Par contre, **c'est l'étude régulière, la préparation à long terme, qui permet l'apprentissage de la matière.** La préparation à court terme ne devrait être qu'une révision de la matière pour consolider l'apprentissage.

Préparation aux examens

AVANT L'EXAMEN

- Posez vos questions à vos professeurs bien avant la journée de l'examen.
 - Commencez votre étude par les matières les plus difficiles.
 - Relisez vos notes à tête reposée plusieurs fois et au moins une semaine avant l'examen.
- 
- Préparez des périodes d'études brèves, mais fréquentes.
 - Faites des pauses lors de vos périodes d'études ou donnez-vous des récompenses pour aider votre motivation.
 - Soyez attentifs au moment où votre concentration est plus efficace.
 - Évitez d'entrer dans des groupes de discussion à l'entrée de la salle.
 - Informez-vous sur le type d'examen et la pondération de celui-ci.
 - Assurez-vous de bien dormir la veille de l'examen et évitez les nuits blanches.

*** Il est important de ne pas seulement mémoriser, mais de *comprendre* la matière. ***

PENDANT L'EXAMEN

- Assurez-vous d'avoir tout le matériel nécessaire.
- Structurez votre temps après avoir fait un survol de l'examen.
- Lisez attentivement les instructions.
- Lisez et relisez les questions d'examens, au moins deux fois chacune, les souligner, encrer les mots-clés, etc.
- Commencez par les questions les plus faciles.
- Écrivez les éléments de réponse dans les marges.

APRÈS L'EXAMEN

- Lâchez prise et relaxez.
- À la remise de votre copie, lisez attentivement les remarques du professeur. Acceptez la critique et tirez des leçons de vos erreurs.
- Remettez votre façon d'étudier en question si cela ne vous a pas donné le résultat escompté.
- Allez rencontrer votre enseignant si le résultat n'est pas satisfaisant et demandez-lui comment procéder pour mieux réussir la prochaine fois.
- Récompensez-vous pour l'effort fourni si vous êtes satisfaits de votre résultat !
- Après un échec, ne vous découragez surtout pas. Relisez vos réponses d'examen et analysez soigneusement les causes de l'échec.

L'étude de dernière minute.... À ÉVITER !

Le « bourrage de crâne » n'est pas une méthode adéquate puisqu'elle engendrera :

- ⇒ Augmentation du stress.
- ⇒ Possibilité de perte de mémoire à cause du stress engendré.
- ⇒ Incompréhension de la matière (seulement de la mémorisation superficielle).

