

Étude efficace



Quels sont les obstacles à votre étude efficace?



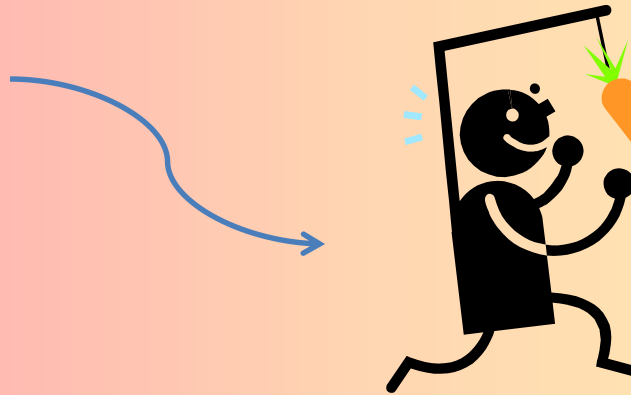
Trouver des solutions

- Identifiez
- Regroupez
- Responsabilisez
- Les solutions possibles
- Choisir la solution

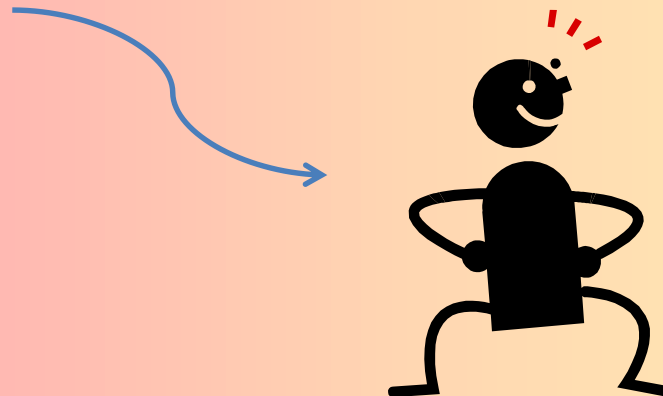


La motivation

- Extrinsèque



- Intrinsèque



Questions de réflexion

- Pourquoi ai-je choisi d'étudier à l'Université?



- Pourquoi ai-je choisi ce chemin ou ce choix de carrière?



Les deux types d'étude

- L'étude de surface : C'est quoi?



- L'étude en profondeur : C'est quoi?

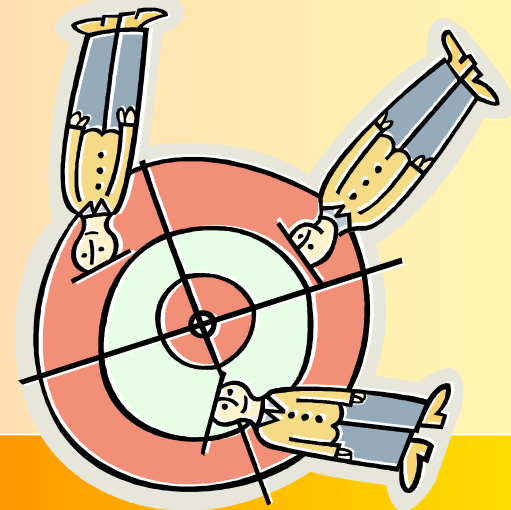


Un plan d'action?

- Quel est mon objectif personnel?



- Quelles sont les stratégies que je vais utiliser pour atteindre mon objectif?



La gestion du temps

- Qu'est-ce que je peux faire?
 - Les outils : agenda, liste des tâches, etc.
 - Être réaliste, spécifique et respecter son horaire.
 - Inscrire les moments dans la semaine pour effectuer vos travaux.



Stratégies de lecture et d'écoute

- Quelles sont les différences?

- Lecture :

- Survolez, questionnez, relisez, récitez, révisez



- Écoute :

- Notez, questionnez, relisez, récitez, révisez



Méthodes SQ4R

- **S**urvoler :
 - Vue d'ensemble de la matière
- **Q**uestionner :
 - Formulez des questions sur la matière
- **R**elire :
 - Lecture attentive et active

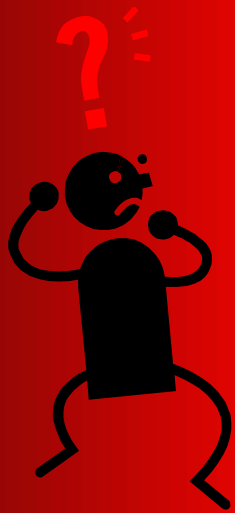
Méthodes SQ4R

- **R**estructurer :
 - Rendre la matière claire pour soi
 - Activité : Lecture active (Le Devoir) et réseau concept (Dépliant)
- **R**éciter :
 - Maîtriser les connaissances acquises
- **R**éviser :
 - Faire un survol de la matière

Quels sont les ressources et les outils à votre disposition?

- Syllabus ou plan de cours
- Votre agenda, calendrier, etc.
- Vos professeurs
- Vos manuels
- Vos notes de cours
- La bibliothèque
- Vos collègues de classe
- Centre d'appui à la réussite
- Etc.

Que retenez-vous de cet atelier?



Pour plus de renseignements :

- Consultez le service d'orientation de l'UMCE au PSL 222
- Prenez rendez-vous auprès du conseiller d'orientation.