

DIFFICULTÉS COMMUNES À LA PRISE DE NOTES

Les difficultés de décodage (tiré de Bégin, 1992)

- ⇒ Tu n'es pas en mesure de suivre le cours et d'écouter la professeure ou le professeur.
- ⇒ Tu es présente ou présent de corps, mais non d'esprit, tu penses à autre chose.

Suggestion : *Ces défis se rattachent à ton niveau de concentration.*

Les difficultés relatives au sens (tiré de Bégin, 1992)

- ⇒ Tu n'es pas familiarisée ou familiarisé avec le vocabulaire.
- ⇒ Tu n'es pas en mesure de saisir le sens de l'exposé de la professeure ou du professeur.

Suggestion : *Ton vocabulaire se développera à l'aide de tes lectures préparatoires. Demande le sens du mot non compris ou va chercher sa signification dans le dictionnaire et prépare-toi un glossaire.*

Les difficultés relatives à la reformulation (tiré de Bégin, 1992)

- ⇒ Tu as de la difficulté à reformuler dans tes propres mots la matière enseignée.
- ⇒ Tu as peur de mal interpréter ou de manquer l'information, alors tu tentes d'écrire mot à mot l'exposé de la professeure ou du professeur.
- ⇒ Tu as de la difficulté à cerner l'essentiel de l'exposé, alors tu n'écris rien ou tu tentes de tout écrire.
- ⇒ Tu manques un élément et tu perds immédiatement le fil et le sens de l'exposé.

Suggestion : *Fais tes lectures préparatoires avant d'assister au cours. Tu pourras mieux suivre et retranscrire dans tes propres mots.*

Les difficultés d'écriture (tiré de Bégin, 1992)

- ⇒ Tu suis la professeure ou le professeur, mais tu prends trop de temps à écrire.

Suggestion : *Emploie des symboles et des abréviations afin d'être en mesure d'augmenter ta vitesse d'écriture.*

Suggestions générales

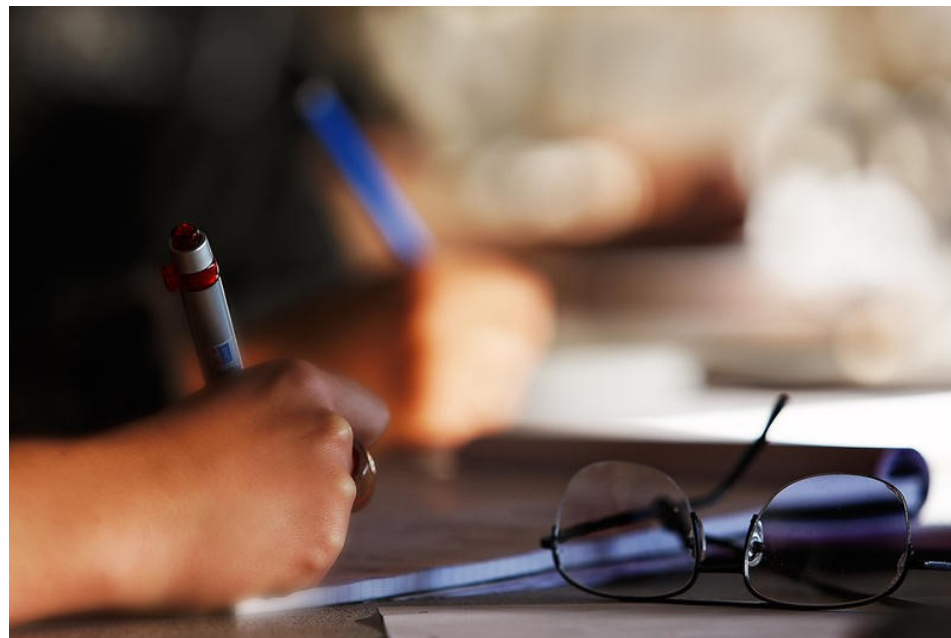
Fais tes lectures avant le cours (manuel de référence, diapositives sur clic, plan de cours), reformule tes notes dans tes propres mots, utilise des symboles et des abréviations, sois reposée ou reposé afin d'être alerte pendant les cours, assois-toi près de la professeure ou du professeur et compare tes notes avec celles de tes collègues de classe. (tiré de Bégin, 1992)

Référence :

Bégin, C. (1992). *Devenir efficace dans ses études*. Laval, QC : Éditions Beauchemin Itée.

Révisé juin 2022

PRISE DE NOTES



Coach à l'apprentissage

Service d'appui à la réussite et de soutien à l'apprentissage

coach@umoncton.ca

174 MCH

www.umoncton.ca/umcm-appuisoutien/programme-appui



UNIVERSITÉ DE MONCTON
CAMPUS DE MONCTON

LA PRISE DE NOTES

SAVAIS-TU QUE...

...la prise de notes est **nécessaire** pour permettre à ton cerveau de **retenir** les informations présentées pendant les cours? De plus, prendre des notes fait appel à **plusieurs mécanismes mentaux** et c'est pour cette raison que ce n'est pas une tâche facile à maîtriser!

Voici quelques conseils afin de t'aider à rendre ta prise de notes plus efficace et te permettre de mieux réussir tes cours :

1) AVANT LE COURS

- ⇒ Aie tout le **matériel nécessaire**, soit ton ordinateur portable ou ta tablette, des feuilles mobiles si tu prends tes notes à la main, ton manuel de cours, les diapositives de la professeure ou du professeur, des crayons, stylos et surligneurs. Inscris aussi le nom du cours, la date et les numéros de pages sur tes feuilles de notes.
- ⇒ Repose-toi et mange bien, fais tes **lectures préalables** et révise tes notes du cours précédent. Tu seras dans de bonnes dispositions pour écouter si tu connais déjà la matière.
- ⇒ Choisis bien **ta place en classe**, car tu auras moins tendance à te laisser distraire si tu t'assois en avant.

La lecture de ses **notes du cours précédent** et des **textes assignés** par la professeure ou le professeur rend la prise de notes **plus facile**.

L'IMPORTANCE DE PRÉPARER SES COURS

Rendra ta prise de notes plus facile!

Si tu lis **préalablement** tes notes de cours, tu seras en mesure de :

- ◆ Mieux suivre le discours de la professeure ou du professeur
- ◆ Distinguer les éléments clés et la matière importante
- ◆ Comprendre davantage les explications supplémentaires
- ◆ Te familiariser plus rapidement avec le vocabulaire
- ◆ Prendre des notes complètes et mieux organisées
- ◆ Écrire dans tes propres mots les notions présentées par la professeure ou le professeur

« **Tente de faire une lecture préalable de 12 h à 36 h avant le cours. Il s'agit d'une lecture rapide afin de te familiariser avec la matière. L'objectif n'est pas de tout mémoriser, mais plutôt de te préparer aux notions vues en classe!** » (Bégin, 1992)

2) PENDANT LE COURS

- ⇒ Fais attention **aux exposés** de la professeure ou du professeur et **choisis quoi écrire**, car il est impossible de tout noter. Attarde-toi aux **idées principales**, aux **mots-clés**, aux **exemples concrets** et aux **concepts essentiels**.
- ⇒ Pose des **questions** et participe aux **discussions**.
- ⇒ Tente de **retranscrire** l'information dans tes **propres mots**.
- ⇒ Date les documents distribués, numérote tes pages et **organise tes notes** en te laissant assez d'espace pour y ajouter d'autres concepts ou des éléments manquants.
- ⇒ Deviens une preneuse ou un preneur de notes rapide en utilisant des **abréviations** et des **symboles**. Mise sur le contenu et non la propreté de tes notes.
- ⇒ **Écoute pour cerner les éléments importants** en étant sensible aux transitions, aux répétitions et au langage non verbal de la professeure ou du professeur (p. ex. : par la suite, je le répète, en d'autres mots, premièrement, deuxièmement, en bref, par conséquent, etc.).

On oublie jusqu'à **50 %** de la matière étudiée **après 24 heures** et jusqu'à **80 % après 2 semaines**. Afin de remédier à cet oubli, il est fortement **recommandé** d'organiser ses notes dans les **24 premières heures après le cours**, alors que la matière est encore fraîche en mémoire (Bégin, 1992).

3) APRÈS LE COURS

- ⇒ Prends le temps de **réviser** et de **compléter** tes notes, consulte tes collègues de classe pour vérifier si tu as manqué des éléments.
- ⇒ Prépare des **résumés récapitulatifs** ou crée des **schémas** de la matière enseignée, surtout pour les cours dans lesquels tu as beaucoup de notions à retenir.
- ⇒ **Clarifie** les éléments qui te semblent obscurs et **note les questions** à poser à la professeure ou au professeur pendant ses heures de consultation ou durant le prochain cours.
- ⇒ Tente **d'ajouter des exemples concrets** à tes notes tout en les reliant à tes expériences personnelles.
- ⇒ Inscris les **réflexions**, les **commentaires** et les **questions** qui émergent par rapport au contenu et consulte le ou la professeure ou assiste aux sessions de tutorat, s'il y a lieu.
- ⇒ N'oublie pas de **t'approprier la matière** en réfléchissant aux liens entre les concepts enseignés aux derniers cours.