

Important

★ Varie tes stratégies d'études

Savais-tu que 24 heures après avoir ?

Lu : **On retient 10 %** de l'information.

Écouté : **On retient 20 %** de l'information.

Vu : **On retient 30 %** de l'information.

Dit ou récité : **On retient 80 %** de l'information.

Fait l'expérience : **On retient 90 %** de l'information.

★ Participe à l'atelier des API **Fin de session : reste en contrôle** ce mercredi 26 novembre à 12h00 au C-204.06. Présente-toi sans inscription.

La boîte à outils

» [Trucs pour mieux étudier](#)

» [3 stratégies d'études](#)

» Pour ne rien oublier

[" To Do List "](#)

» Planifie ton mois de décembre

[Calendrier de décembre](#)

Ton défi cette semaine

Optimise tes périodes d'études

Tes responsabilités

Utilise une méthode efficace pour t'aider à structurer la matière à l'étude

La méthode **SQ4R**

- ✓ **Survole** : Prends connaissance rapidement de l'ensemble de la matière à l'étude.
- ✓ **Questionne** : Sois actif et formule des questions sur la matière. Le couple question/réponse est l'une des meilleures façons d'apprendre.
- ✓ **Relis** : Relis attentivement la matière en notant et en soulignant les éléments importants. Identifie tes incompréhensions et consulte ton professeur, au besoin.
- ✓ **Restructure** : Assimile la matière en dégagant l'essentiel à l'aide de tableaux, de résumés, de schémas, de concepts, etc.
- ✓ **Récite** : Maîtrise les connaissances acquises en les récitant : Question/réponse, lecture à voix haute, explication à quelqu'un d'autre, etc.
- ✓ **Révisé** : Dernier survol des notes de cours en variant l'ordre d'apprentissage des notions.

Les API peuvent te soutenir dans ta réussite.

[En savoir plus](#)

[Prendre rendez-vous en ligne](#)