

Fiche studiométrique ?

fiche élève

Qu'est-ce ?

Un outil gratuit et simple pour réviser un peu chaque jour, sans jamais tout relire d'un coup ni se fier à sa mémoire pour savoir quoi revoir.

Il se compose de deux documents : ma liste d'apprentissage (toutes les notions du cours, numérotées) et la fiche studiométrique (un tableau qui me dit, chaque jour, quels numéros réviser).

Le principe : plus on attend pour réviser une notion, plus on l'oublie (c'est la courbe de l'oubli). La fiche répartit les révisions dans le temps pour que rien ne soit jamais complètement oublié — ni jamais tout à revoir la veille du contrôle.

Quelle.s utilisation.s?

- Réviser le brevet en 3e, sans attendre le mois de juin.
- Réviser le bac en 1ère ou en terminale, matière par matière.
- Préparer un DST ou un contrôle sans réviser dans l'urgence la veille.
- Répartir ses révisions sur toutes ses matières, régulièrement, sans s'épuiser.

Comment faire ?



Faire ma liste d'apprentissage

- 1** Au fur et à mesure des cours, numéroter chaque notion à connaître, une par ligne : dates, définitions, personnages, formules, notions clés... Une liste vierge est disponible sur le site.

2 Récupérer la grille studiométrique

Le tableau vierge téléchargeable sur apprendreoualessai.com/fiche-studiometrique.

3 Retrouver le bon numéro

chaque jour (ou plusieurs fois par semaine), repérer sur la grille le numéro de la dernière notion apprise ou notée.

4 Réviser uniquement les numéros indiqués

Sur cette même ligne, la grille indique les numéros des notions à revoir aujourd'hui : pas besoin de tout relire, seulement celles-là.

5 Cocher et dater au fur et à mesure

Pour suivre sa progression et garder confiance dans son organisation.

**Astuce : 10 à 15 minutes
par jour suffisent, à
condition d'être régulier.**

