



# Préparer une composition trimestrielle

## A. Après chaque cours :

- **Souligne ou surligne** les mots importants dans ton cours.
- **Classe tes feuilles.** Retrouve le **plan** de tes cours.
- **Complète** les parties incomplètes.
- Regarde les **exemples**, ajoute des exemples personnels.
- Fais une courte **fiche** pour chaque chapitre ou leçon.



## B. Avant la composition :

- Commence l'étude environ **deux semaines avant** la composition. La matière peut alors être divisée. Libère deux week-ends.
- **Planifie tes révisions** avec tes parents, de façon à accorder le plus de temps aux matières les plus importantes pour toi.
- Révise le **plan** de chaque chapitre.
- Reprends les **exemples**.
- Révise la **fiche** que tu as faite pour chaque chapitre.
- Rédige-toi des **questions** auxquelles tu puisses répondre toi-même. Les questions sont la manière la plus active et la plus efficace de mémoriser.
- **Mathématiques : refais les exercices difficiles** des DST du trimestre, et choisis-en d'autres dans le livre.
- La veille de la composition, réserve-toi au moins **deux heures** pour revoir la matière dans son ensemble et t'assurer d'avoir bien retenu.
- *Divers procédés :*
  - a) Place les résumés à des **endroits stratégiques** pour les lire régulièrement et ainsi ancrer l'information dans la mémoire.  
Ex. : porte du frigo, miroir de chambre, etc.
  - b) Place les fiches **sur les murs** pour avoir une vision globale de la matière.
  - c) Utilise **tous tes sens** pour étudier : fais-le **à haute voix** sur un rythme, en dansant, en sautant, en **marchant** au rythme des mots, mais toujours en étant **concentré** sur la matière.
- Laisse-toi **un temps de détente** assez long avant de te coucher, pour dégager la tension et bien dormir, et **ne révise pas au dernier moment**, sauf tes fiches.

## C. A la composition :

- **Fais le vide** de tes problèmes. Tu peux même les noter sur un bout de papier et les mettre dans ta poche, à récupérer après la composition.
- Si tu es croyant, **prie l'Esprit-Saint** pour qu'il t'inspire.
- **Lis le sujet** au complet. Demande-toi ce qu'attend le professeur.
- Donne-toi un **temps de réponse maximum** pour chaque question. Tiens compte des points du **barème** pour cela. Utilise l'horloge de classe, ou plutôt ta montre, que tu poseras sur la table.
- Fais chaque question en tenant compte du temps prévu, ou encore fais **d'abord les questions faciles, puis les autres**.
- Une fois le devoir terminé, **reviens sur les questions** que tu n'as pu finir.
- **Relis-toi** soigneusement, pour la formulation, l'orthographe et la propreté.

## D. Après la composition :

- **Fais le point.** Demande-toi **comment tu t'es comporté** pendant cette composition : As-tu bien utilisé ton **temps** ? As-tu été **soigneux** et **concentré** ? etc.
- Si tu es content de toi, n'hésite pas à **te le dire**.