



IDENTIFIEZ LES COURS ET LES ÉCHÉANCES

Répertoriez tous les cours à réviser

Décomposez chaque matière en objectifs de révision spécifiques et mesurables

Indiquez les dates limites et la durée estimée nécessaire pour chaque tâche.



1



ÉVALUEZ LE TEMPS DISPONIBLE

Déterminez la période totale de révision avant chaque examen

Tenez compte de vos autres engagements tels que les cours, le travail, ou les activités extra-scolaires.

2



HIÉRARCHISEZ LES MATIÈRES

Classez les matières en fonction de leur niveau de difficulté et de votre niveau de compréhension

Indiquez les concepts ou sujets qui nécessitent une révision plus approfondie.

3



FAIRE UN PLANNING DE RÉVISION EFFICACE

6

RÉVISEZ ET AJUSTEZ RÉGULIÈREMENT

Faites une révision régulière de votre planning pour vous assurer que vous restez sur la bonne voie

Soyez prêt à ajuster votre planning en fonction de vos progrès et des changements dans votre emploi du temps



5

PRÉVOYEZ DES PAUSES !

Intégrez des pauses courtes (5-10 minutes) entre les sessions de révision

Prévoyez des pauses plus longues (10-30 minutes) pour vous détendre



4

REMP LISSEZ UN CALENDRIER HEBDOMADAIRE

Distribuez les objectifs de révision dans vos plages horaires disponibles, en tenant compte de la complexité de chaque tâche et de votre concentration maximale

Alternez les matières pour éviter la saturation et la fatigue mentale

