



Sept semaines avant le bac

Toutes les semaines

JE RESPECTE LES RÈGLES DE BASE

Hygiène de vie

- Je fais du sport ou de la marche au moins une fois par semaine.
- Je mange bien: 4 repas par jour, sans grignotage.
- J'évite les médicaments dopants et les somnifères.
- Je dors la nuit.
- Je m'accorde un moment de loisir dans la semaine.

Organisation des révisions

- J'alterne les matières et les types d'exercices: plutôt la réflexion et l'étude le matin et la reprise des notes, leur classement et les exercices d'application l'après-midi.
- Avant de m'endormir, je relis des fiches pour les mémoriser.
- En rentrant du lycée, je reprends les derniers chapitres du programme vus dans la journée.
- Si j'ai de l'avance sur mon planning, j'approfondis mes révisions, je multiplie les sources d'information.

PHOSPHORE

Du 23 au 29 avril

Objectif Fiches de révision

Je vérifie que j'ai les bons outils pour réviser.

1/J'ai élaboré des fiches toute l'année

→ Je m'assure qu'elles sont complètes: plan du cours et mots-clés, dates-clés, chiffres-clés ou formules. Je les refais si besoin.

2/Je n'ai pas réalisé de fiches

→ J'en fais en me concentrant sur les matières à plus fort coefficient et les chapitres-clés pour le bac.

J'identifie les chapitres-clés avec mes professeurs...

MATHS

FRANÇAIS

HISTOIRE/GÉOGRAPHIE

PHILOSOPHIE

AUTRES

BILAN DE LA SEMAINE

Objectif atteint

Retard de planning à reporter

Du 30 avril au 6 mai

Priorité retard de planning

À rattraper le 1^{er} mai (jour férié)

Objectif Lacunes et difficultés

Je reprends les contrôles de l'année portant sur les chapitres-clés et j'analyse les annotations des profs sur mes erreurs.

Je note ici les notions que j'ai mal comprises...

Je demande des explications au prof, à un parent, à mon prof particulier et/ou à un bon élève.

Je mets des mots sur mes erreurs.

Je fais tout le temps la même étourderie

→ Je la note sur mes fiches en rouge. Je fais des exercices pour la corriger.

J'ai du mal à mémoriser une formule ou un fait

→ Je l'écris plusieurs fois.

BILAN DE LA SEMAINE

Objectif atteint

Retard de planning à reporter

Du 7 au 13 mai

Priorité retard de planning

À rattraper le 8 mai (jour férié)

Objectif Mémorisation des fiches

1/Je suis plutôt auditif(ve)

→ Je lis les fiches à haute voix.

2/Je suis plutôt visuel(le)

→ J'utilise un carnet sur lequel je note les choses à apprendre (formules, théorèmes, dates-clés, chiffres-clés, vocabulaire). Je le relis souvent.

Dans les matières scientifiques, j'accompagne cette mémorisation d'exercices d'application.

Je souhaite réviser à plusieurs...

→ Mes ami(e)s suivent le même programme que moi cette semaine, séparément. Chacun(e) note les difficultés qu'il rencontre, ses doutes, ses incompréhensions pour les mettre en commun la semaine suivante.

BILAN DE LA SEMAINE

Objectif atteint

Retard de planning à reporter

Sept semaines avant le bac

Du 14 au 20 mai

Priorité retard de planning

À rattraper le 17 mai (jour férié)

Objectif Mise en commun des connaissances

Avec un(e) ou plusieurs ami(e)s, nous nous interrogeons sur les notions vues la semaine précédente.

Nous nous expliquons les points obscurs, nous confrontons nos idées, nous faisons des liens entre les chapitres.

Nous jouons à « Qu'est-ce que je sais sur ce que je n'ai pas l'impression de savoir ? »

Je note ici les chapitres que je ne pense pas bien maîtriser...

Mes ami(e)s m'interrogent en priorité là-dessus.

Ensuite, je surligne les notions mal mémorisées sur mes fiches.

BILAN DE LA SEMAINE

Objectif atteint

Retard de planning à reporter

Du 21 au 27 mai

Priorité retard de planning

À rattraper le 26 mai (week-end)

Objectif Mise en condition

Seul(e) ou à plusieurs, j'imagine les questions qui me seront posées sur les chapitres-clés.

Seul(e) ou à plusieurs, je m'entraîne avec des annales...

----> Je privilégie les sujets transversaux, qui font le lien entre des chapitres différents.

----> Je me donne un temps limité : une heure pour faire un plan, une heure pour un exercice de maths noté sur 5 points, etc.

----> J'examine toujours attentivement la correction en identifiant mes erreurs, éventuellement en revenant au cours ou en refaisant des exercices similaires pour corriger mes erreurs.

À plusieurs, nous confrontons nos plans et nos résultats d'exercices.

BILAN DE LA SEMAINE

Objectif atteint

Retard de planning à reporter

Du 28 mai au 3 juin

Priorité retard de planning

À rattraper le 2 juin (week-end)

Objectif Révision des révisions

Je revois en priorité mes fiches en insistant sur les parties surlignées. Je réécris et je répète à voix haute ces parties surlignées.

Je maîtrise bien mes fiches...

----> Je me replonge dans mes cours, mon manuel, des livres et textes liés aux chapitres-clés pour retenir les détails qui feront la différence.

Quelles sont les matières ou les chapitres où je suis le(la) plus faible ?

Je les travaille le matin, en début de semaine.

BILAN DE LA SEMAINE

Objectif atteint

Retard de planning à reporter

Du 4 au 10 juin

Priorité retard de planning

À rattraper cette semaine

Objectif Prise de recul

Je suis l'actualité, je fais le lien avec mes cours, je lis des textes, des livres liés aux cours, etc. Tout est bon pour réviser à l'aise sans se mettre la pression.

Je prends soin de moi, je veille à bien dormir toute la semaine.

Le 9 juin

----> Je me détends : cinéma, shopping...

Le 10 juin

----> Dans la journée, je fais du sport ou de la marche pour bien dormir.

----> Je vérifie que j'ai tout ce qu'il faut pour le jour de l'examen...

- stylo
- cartouches de recharge
- compas
- rapporteur
- équerre
- crayon
- gomme
- calculatrice
- convocation
- pièce d'identité
- bouteille d'eau
- encas
- montre

----> Le soir, je me couche tôt et je me relaxe.