

Nom/Prénom : _____ Branche : _____ Date : _____

ANALYSE/RÉFLEXION : TS/PTA _____ DU _____

→ AVANT LE TEST :

1 - J'ai préparé le test :

- ☐ à l'école ☐ à la maison ☐ ailleurs :
☐ seul(e) ☐ aidé(e) par :

2 - J'estime avoir préparé ce test :

- ☐ beaucoup ☐ suffisamment ☐ partiellement ☐ pas assez ☐ pas du tout

3 - Par rapport au thème, je pense :

- ☐ maîtriser tous les éléments ☐ qu'il y a encore des zones d'ombre ☐ ne pas avoir compris l'essentiel

4 - Stratégies d'apprentissage utilisées :

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> SPORTIF. 10 min d'activité physique avant. | <input type="checkbox"/> GRAPHIQUE. Tableau, schémas (COI) |
| <input type="checkbox"/> BULLE. Endroit calme. Bruits et distractions limités (téléphone, musique, TV, autres perso.). | <input type="checkbox"/> TARTE. Sous-objectifs, je prends de petites bouchées (une chose à la fois) |
| <input type="checkbox"/> ZEN. Contrôle du stress, respiration. | <input type="checkbox"/> SCRIBE. Recopie, souligne/surligne. |
| <input type="checkbox"/> MINUTERIE. Planification, routine, horaire. | <input type="checkbox"/> PROF. Je m'autoévalue et j'enseigne. |
| <input type="checkbox"/> CRAYONS DE COULEUR. Identifier, classer, structurer. | <input type="checkbox"/> CERVEAU. Moyens mnémotechniques. |
| <input type="checkbox"/> EPICERIE. Liste des notions à apprendre ou des étapes, je « classe » dans ma tête. | <input type="checkbox"/> COMPAGNON. En duo/équipe (Camarades). |
| <input type="checkbox"/> QUIZ. « questions-réponses » seul ou avec un parent ou un ami. | <input type="checkbox"/> PERROQUET. Ce que je veux mémoriser, ce que je comprends moins bien. |
| <input type="checkbox"/> VIDÉO. Visualisation des étapes ou des informations importantes. | <input type="checkbox"/> CHAPERON ROUGE. Je me crée une histoire. |
| <input type="checkbox"/> PHOTO. Photographie mentalement images, des pages dans ma tête. | <input type="checkbox"/> ROBOT. Routines, je « programme » mon cerveau. |
| | <input type="checkbox"/> MÉDAILLE. Positif, je suis un(e) gagnant(e). |
| | <input type="checkbox"/> MARATHONIEN. Je m'exerce, je persiste, je veux gagner ma course. |

→ PENDANT LE TEST : *DIFFICULTÉS RENCONTRÉES*

Je n'ai pas vraiment compris : ☐ la(les) consigne(s) ☐ l'(les) exercice(s)

☐ Je n'ai pas eu assez de temps ☐ J'étais dérangé(e) par

☐ Je ne suis pas arrivé(e) à me rappeler, me souvenir ce que j'avais appris

Je ne m'attendais pas à ce type :

☐ d'exercices ☐ de consignes ☐ de difficultés

3 - Je me sentais stressé(e) : ☐ dès le début du test ☐ quand j'ai vu que je n'y arrivais pas...

4 – Ma stratégie pour faire le test :

☐ Je fais les exercices dans l'ordre

☐ Je fais les exercices dans le désordre. Explique

☐ Je ne passe pas à la suite tant que je n'ai

☐ Une fois fini, je ne reviens pas sur mes
réponses

pas réussi

☐ Si je bloque, je passe à la suite

☐ Je relis toujours mon travail

→ **JUSTE APRÈS LE TEST :**

MON IMPRESSION

Le Test était :

☐ facile

☐ moyen

☐ difficile

☐ j'ai bien réussi

☐ j'ai moyennement réussi

☐ j'ai n'ai pas réussi

Note estimée par moi.....

Note finalement reçue

→ **UNE FOIS LE TEST RENDU** ***CE QUE JE CONSTATE***

ANALYSE/EXPLICATION/COMMENTAIRE

→ ***Y a-t-il des erreurs qui reviennent souvent ?***

☐ Non

☐ Oui, lesquelles ?

.....
.....

→ ***Les stratégies d'apprentissage qui se sont montrées « payantes » pour ce type de test :***

.....
.....

→ ***Les éventuelles raisons de ma mauvaise note :***

.....
.....

→ ***Proposition(s) pour faire mieux/autrement***

☐ Avant le test.....

.....
.....

☐ Pendant le test.....

.....
.....

→ ***Objectif(s) que je me fixe pour le prochain test***

-
-

-
.....

→ ***Opinion de l'enseignant***

.....
.....