

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 :

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

Une fois fini, je ne reviens pas sur mes réponses

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***
