

sMOOC

Réussir ses concours

Exercice créatif 4

Les flash cards

Exercice créatif n°4 : Découvrir les *flash cards* ou *flashcards*

Rappel sur le concept

Le concept des *flash cards*, « carte mémoire » en français est très simple. Sur une fiche cartonnée de la taille d'une carte à jouer, vous inscrivez sur une face la question et sur l'autre face la réponse.

Comment concevoir ses flash cards

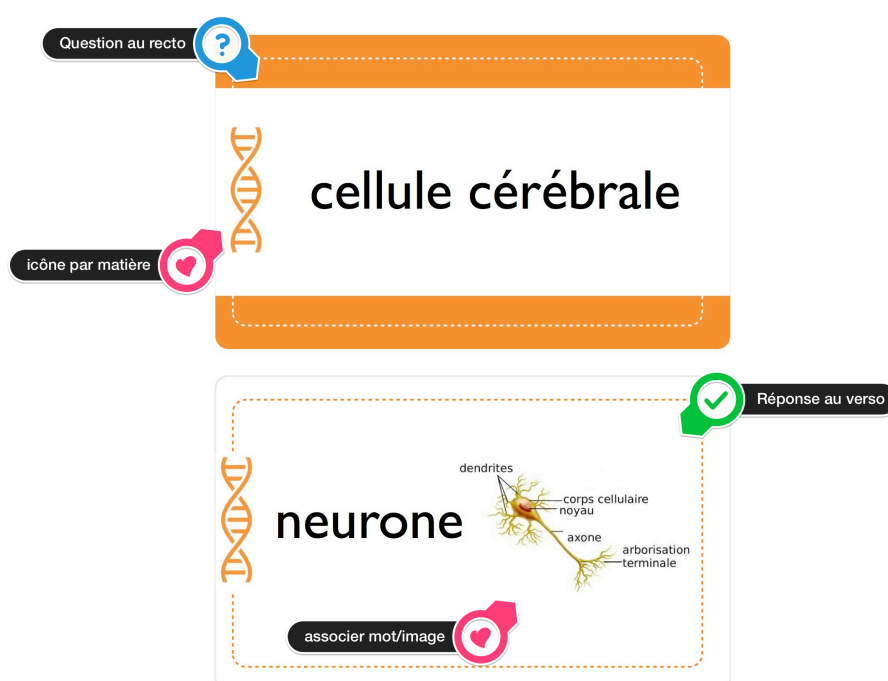
Prenons un exemple simple. Vous devez apprendre le nom des cellules cérébrales.

Vous prenez un petit carton de la taille d'une carte à jouer.

Sur une face, vous écrivez la question : Quel est le nom d'une cellule cérébrale ?

Sur l'autre face, vous écrivez la réponse : Neurone.

Flash cards



Sur cette illustration, on a ajouté à la réponse une image pour renforcer le processus de mémorisation.

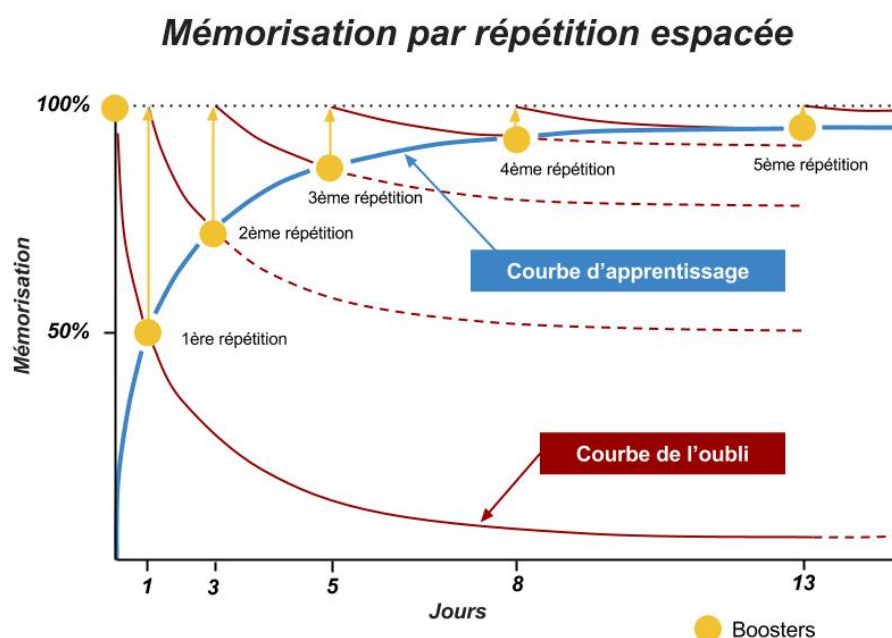
Quand vous regardez la question de la *flash card*, vous engagez le processus de réactivation abordée dans la vidéo de ce chapitre. Vous faites l'effort de vous rappeler l'information en partant de zéro plutôt que de simplement relire vos notes. Le processus de réactivation consolide le trajet neuronal dans votre cerveau.

En ajoutant une icône et une image, vous ajoutez au concept d'association d'idées la dimension multi sensorielle. On a vu au chapitre 3 que plus on met en jeu de sens différents plus le circuit neuronal est fort et plus grande est la probabilité qu'il soit pérenne. Associer une image c'est de plus bénéficier du pouvoir du visuel. On sait qu'après 72 heures, alors qu'il ne reste plus dans notre mémoire que 10% de mots, on a retenu 65% des images et 95% des vidéos.

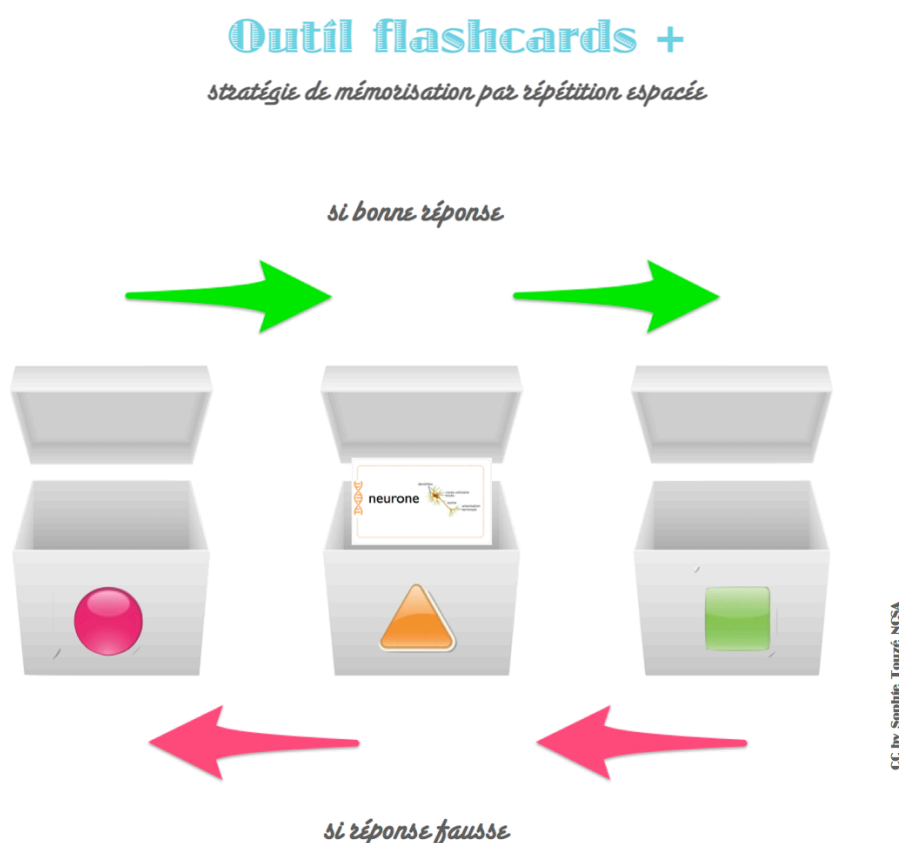
La méthode des *flash cards* est la plus simple et la plus efficace pour mémoriser de grandes quantités d'information. Mais ce n'est pas tout, on peut amplifier l'efficacité avec :

Le système Leitner

Dans les années 1970, un journaliste scientifique Sebastian Leitner, a associé le concept des *flash cards* au **concept de répétition espacée d'Ebbinghaus** qui permet d'inverser la courbe de l'oubli. En répétant l'exposition à l'information le jour même puis le 3^{ème} jour, le 8^{ème}, le 13^{ème} etc..., on transforme l'information en connaissance apprise.



Le système Leitner utilise les flash cards pour faciliter le processus de répétition espacée. Vous prenez 3 boîtes pour ordonner vos flash cards selon votre maîtrise des connaissances. Sur la première, vous inscrivez J ou un logo rouge. Sur la seconde, J+3 ou un logo orange et sur la troisième J+5 ou un logo vert.



Quand vous avez créé une flash card, vous la disposez dans la boîte rouge ou « J ». J signifie que les flash cards ont besoin d'être exercées chaque jour. J+3 tous les 3 jours et J+5 tous les 5 jours.

Commencez le processus en testant vos connaissances avec la première *flash card* de la boîte rouge. Une fois que vous avez vérifié votre réponse, il vous est demandé d'évaluer la qualité de votre réponse et de ranger la carte dans la boîte orange si la réponse est juste ou de la ranger de nouveau dans la boîte rouge si la réponse est fausse.

Vous continuez le processus avec la boîte orange que vous testez tous les 3 jours et la boîte verte que vous testez tous les 5 jours.

Avec ce système, vous engagez votre capacité métacognitive et cela permet d'ancrer les connaissances plus profondément plus durablement.

La méthode originale est basée sur 5 boîtes. Certains affinent la méthode avec plus de boîtes et des cadences différentes : J, J+1, J+2. Commencez avec 3 boîtes, vous pourrez augmenter le nombre de boîtes et la cadence une fois l'outil maîtrisé.

Bien sûr, cette technique n'est pas adaptée à tous les apprentissages. Mais quand il s'agit de l'étude ou de la révision des concepts, les *flash cards* sont d'une efficacité redoutable reconnue dans les pays anglo-saxons.

Avec ce système de boîtes, vous voyez visuellement les points du cours à retravailler et ceux qui ne demanderont qu'un simple test aux jours suivants.

Il existe aujourd'hui des versions en ligne de création de *flash cards* virtuelles et de programmation de révision plus sophistiquée que le système des 3 boîtes.

A chaque version ses avantages, la version carton permet d'avoir une vision plus concrète d'où j'en suis et elle permet de rendre ludique les révisions à plusieurs. Chacun apporte son jeu de cartes et réviser devient un jeu question pour un champion.

<http://www.cours-galien.fr/notre-smooc>

2015
cours
galien