

Méthodologie prise de note

Le plus important est de bien écouter et comprendre avant de noter quoi que ce soit, et surtout de ne pas noter tout ce qu'il est dit car vous n'aurez jamais le temps de tout noter.

Pour prendre des notes il faut écouter et lire activement pour cela appuyez vous sur les intonations et les expressions utilisées par les professeurs. Par exemple, si une idée est importante, le/la professeur va insister sur cette idée (répétition ou accentué) et va utiliser des expressions du type "les plus importants, ce qui est important, ce qui est à retenir...")

Nous allons donc évoquer 2 points importants dans cette fiche : Premièrement, quels sont les réflexes à avoir pour prendre des notes ? Puis dans un second temps, quelques méthodes seront présentées pour que vous puissiez voir quelques exemples.

I. Ce qui est important :

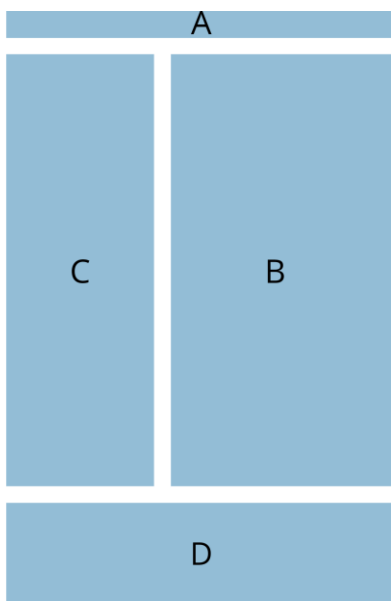
- Ne pas écrire des phrases en entier, cela vous fera perdre du temps ;
- Noter le plan : il permet de structurer la prise de note ;
- Noter les idées et les mots clés qui sont essentiels au cours et illustrer avec des exemples ;
- Utiliser des abréviations (une fiche récapitulative de celles-ci est également sur notre site) ;
- Mettre en valeur les points importants dans vos notes (ajoutez des couleurs, soulignez les titres, surlignez les mots-clés...);
- Reprenez ensuite vos notes et compléter vos notes avec des éléments qui vous reviennent en mémoire et que vous n'aviez pas notés ;
- Chercher les mots inconnus et creuser les points incompris ;

II. Quelques méthodes utiles :

La méthode de Cornell : une prise de notes linéaire

Pour cette méthode, il est nécessaire de noter les informations dans l'ordre où vous les entendez. Cela vous permettra de ne pas vous mélanger dans vos notes.

Tout d'abord, la méthode consiste à diviser votre page en **4 sections** comme l'image ci-dessous :



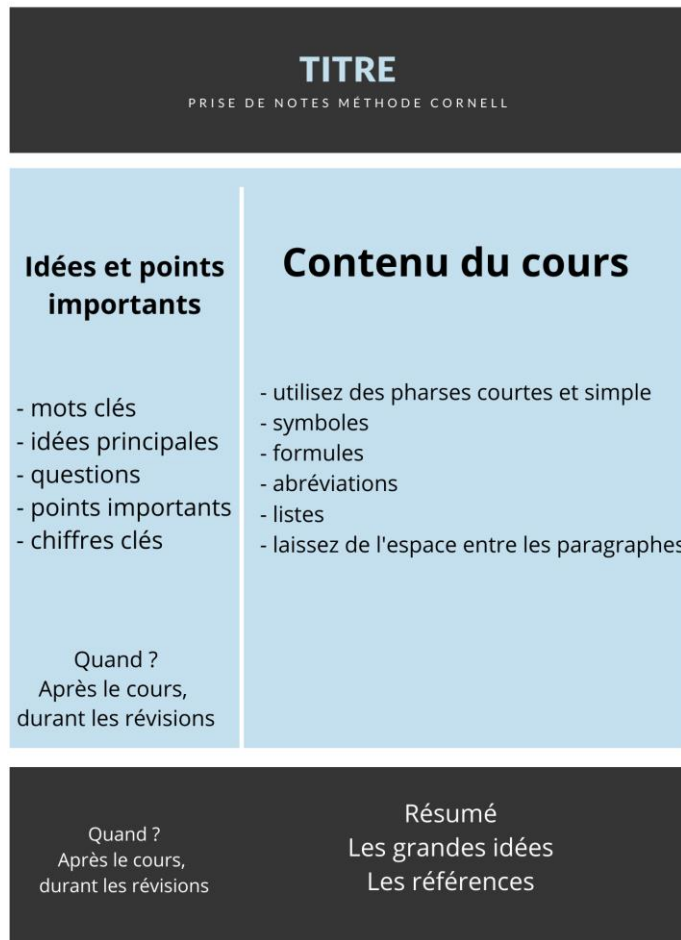
La partie A sert à noter le sujet, ainsi que la date, ou toute autre information qui vous permettra de vite retrouver cette note lorsque vous en aurez besoin.

La partie B est le coeur de votre prise de notes, parce qu'elle contient toutes les informations utiles que vous voulez conserver. C'est ici que vous prendrez en note notamment les diaporamas.

La partie C est l'endroit pour les questions possibles qui peuvent être posées à l'examen.

La partie D vous sert à synthétiser et faire le tri dans les informations de votre partie B et C. Ici il faut résumer les idées principales dans la section du bas de la page.

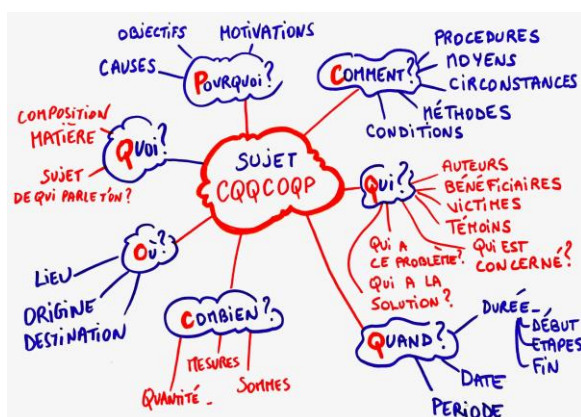
Voici un récapitulatif :



Le Mind Mapping :

Le Mind Mapping que l'on peut aussi appelé carte heuristique ou carte mentale a pour principe de suivre le fonctionnement de votre cerveau et le cheminement de votre pensée.

Il consiste à développer un sujet ou un thème à l'aide d'une ramification d'idées. Elle combine mots, expressions, et illustrations pour donner à la prise de notes un aspect visuel grâce à l'association d'idées. Le premier niveau d'embranchement contient des idées que l'on va associer en premier au thème principal, et chaque idée se développera en information secondaire



Voici un exemple de Mind Mapping sur le CQCOQP <https://www.lafacilitation.fr/dynamisez-vos-restitutions-grace-au-mind-mapping/>

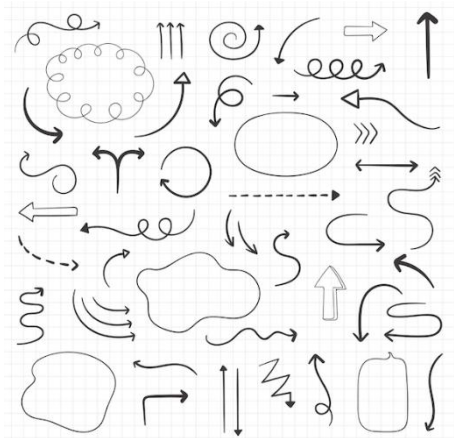
Le sketchnoting :

Pour pousser encore plus loin la bonne visualisation et l'appropriation de vos notes, privilégiez les schémas aux phrases, et les croquis aux mots

Cette méthode visuelle et graphique a pour avantage d'enclencher votre mémoire visuelle beaucoup plus facilement et de pousser l'appropriation du contenu au maximum.

Le sketchnoting consiste tout simplement à ne prendre des notes que par le dessin ou les éléments visuels (par exemple mettre un mot en gras et l'encadrer pour montrer que c'est une idée importante), et surtout en y mettant de la couleur.

Les sketchnotes devant rester rapides à réaliser, lisibles et ne pas se perdre dans des détails



Si vous commencez, faites-le avec des éléments de base (carrés, ronds, flèches, cadres, bulles, etc). Puis vous pouvez vous lancer sur des dessins plus complexes (personnages, expressions, éléments en 3D).

Quelques Conseils pour vous approprier vos notes et gagner du temps :

- N'ayez pas peur d'utiliser vos mots, vos notes sont personnelles et ne seront lues que par vous.
- Ne notez pas en détails les éléments que vous êtes capables de détailler directement par la suite.

Dans tous les cas, n'oubliez pas non plus de reprendre vos notes rapidement une fois la réunion terminée ou le téléphone raccroché. Nous vous conseillons de vous en occuper moins de 24h après, afin que tout soit encore frais dans votre mémoire et que vous puissiez les corriger ou compléter si besoin.

Ce ne sont que des exemples mais le plus important c'est de trouver **VOTRE** méthode !