

Rappel des principes de gestion du temps

Il est difficile d'aborder le sujet de la réussite des examens sans revenir sur l'importance d'une bonne gestion de son temps. Cette dernière permet d'éviter les surcharges durant les fins de session et, surtout, de diminuer son stress tout au long du processus d'étude; qui dit moins de stress dit meilleure intégration de l'information, motivation plus forte et diminution de la fatigue ou de l'épuisement. La planification de périodes d'étude à des moments stratégiques revêt donc une importance cruciale dans la réussite des examens.

Le rapport étude/cours

Les ratios indiqués dans les plans de cours sont généralement des approximations qui ne tiennent pas toujours compte des différentes tâches sous-jacentes à la préparation. Le plus important est de **prendre en considération le temps en fonction du type de tâche à réaliser (lecture, travail pratique, révision de notes, recherche bibliographique, conférence, etc.)**.

En principe, **chaque cours exige du temps de préparation, de révision ou d'expérimentation**. Il importe donc, dans les premières semaines de la session, que vous analysiez bien chaque plan de cours et que vous estimiez le temps à investir pour chaque type de tâche. Si vous portez toute votre attention sur la préparation des cours (lectures préparatoires), vous escamotez une partie importante de l'étude, qui vise l'intégration et la consolidation de la matière (révision des notes, réactivation des connaissances). Il est plus astucieux d'investir un peu de temps dans *chacune* des activités.

Afin de vous donner une balise temporelle, vous pouvez d'emblée réserver, dans votre agenda, **le même nombre d'heures** à la préparation et à la révision des cours **que le nombre d'heures passées en classe**. Ayez à l'esprit, toutefois, que vous avez à consacrer davantage de temps et d'investissement à la préparation et à la révision environ deux semaines avant l'examen. Cela étant dit, si vous allouez assez de temps à ces activités de façon régulière, chaque semaine, et que vous vous assurez d'être à jour de vos cours, cette période devient moins énergivore en temps et en efforts. La planification globale, à l'aide de l'échéancier synoptique (expliqué dans la section portant sur la gestion du temps), se révèle donc un exercice primordial à faire dès le début de la session.



Même avec une gestion du temps efficace, il est parfois normal de reporter certains projets ou certaines activités qui font partie du quotidien, surtout dans les deux dernières semaines précédant la période d'examens. Par exemple, plusieurs étudiants limitent les activités à caractère social ou réduisent leur temps de travail rémunéré.