



# Stratégies d'apprentissage et habiletés d'étude

Les élèves avec le TDAH bénéficient grandement de se faire enseigner des stratégies d'apprentissage et d'étude spécifiques pour leur succès scolaire.

## Stratégies métacognitives

Les élèves développent une habileté à savoir comment ils apprennent, comment ils envisagent un travail et la capacité d'évaluer l'efficacité de leurs stratégies.

Parmi ces stratégies métacognitives figurent :

1. Prévoir et planifier la manière d'apprendre et d'étudier le matériel.
2. S'organiser pour la tâche, se préparer et s'établir des objectifs.
3. Faire le suivi de son attention, de sa production et de sa compréhension.
4. Évaluation et estimation de l'atteinte des buts visés et des apprentissages réalisés.

L'approche des apprentissages stratégiques développée par les chercheurs de l'Université du Kansas pour les Recherches sur l'Apprentissage (Schumaker, Deschler et al., 1981) fournit un bon nombre de stratégies vérifiées par des recherches comme le RAP.

**RAP** concerne les étapes suivantes :

- R**ead (Lire) le paragraphe.
- A**sk self (se demander) d'identifier l'idée principale et deux détails la supportant.
- P**araphraser, mettre dans ses propres mots les idées principales et les détails.

Note : Il y a plusieurs stratégies métacognitives de l'Université du Kansas décrites dans les autres listes.



## Stratégies d'apprentissage et habiletés d'étude

### Journaux de bord

Il existe de nombreuses manières d'utiliser un journal de bord pour permettre aux élèves de réfléchir, de se questionner, de faire des associations et plus durant leurs lectures, et de réagir et de réfléchir après leurs lectures.

- ❑ Journaux à double entrée : Le papier est divisé en deux colonnes. Les notes sont prises dans la colonne de gauche, citant tout ce qui peut intéresser le lecteur (description, des paroles, des métaphores) ainsi que la page associée. Dans la colonne de droite, le lecteur commente et écrit ses pensées personnelles, ses interprétations, ses liens et les questions qui lui viennent à l'esprit dans cette section du texte.
- ❑ Journaux métacognitifs/d'apprentissage : La page est divisée en deux colonnes. La gauche est nommée « Ce que j'ai appris. », La droite « Comment j'ai appris ceci. ». Cette façon de faire amène les élèves à réfléchir et à analyser leur propre façon d'apprendre. La colonne de droite peut aussi servir à autre chose comme « Comment cela m'affecte-t-il? » ou « Pourquoi c'était difficile (facile) pour moi? ». La clé est la réflexion et l'analyse de ses propres apprentissages.

### Journaux de lecture

Les élèves peuvent écrire leurs émotions, les associations et les questions provoquées par une lecture. Ils peuvent se faire donner des pistes pour les guider dans ce qui doit être noté dans leur journal : « Qu'avez-vous appris? », « Comment vous êtes-vous senti? », « Comment cela s'est-il rattaché à vos expériences de vie? », « Qu'avez-vous aimé ou pas du style de l'auteur? ».



## Stratégies d'apprentissage et habiletés d'étude

### Penser à voix haute

C'est une autre importante approche pour enseigner aux élèves les habiletés métacognitives de penser à leurs apprentissages. En gros, ceci implique l'extériorisation et l'exposition des processus de réflexion utilisés lors de la lecture. Les élèves ont un exemple à quoi ressemble une analyse de texte.

Note : Pour les élèves atteints du TDAH et présentant un dialogue interne faible, ceci est une stratégie importante à utiliser.

- Lire à voix haute pendant que les élèves suivent dans le texte.
- Interagir avec le texte (s'arrêter et poser des questions de prédictions, poser des questions, décrire ce qui est visualisé, trouver ce que des mots inconnus veulent dire, faire des liens).
- Donner l'exemple de s'assurer de notre compréhension en s'arrêtant et en se demandant périodiquement : « Est-ce que ça fait du sens pour moi? ».
- Faites pratiquer ces stratégies entre eux.

### SQ3R

SQ3R augmente la compréhension et la rétention du matériel écrit (explications ou informations).  
En voici les étapes :

1. Survey (survoler) –Regarder brièvement les titres, sous-titres, chapitres, illustrations, diagrammes et graphiques. Survoler la lecture et lire le résumé des chapitres et/ou les questions en fin de chapitre.
2. Question (questionner) –Transformer les titres et sous-titres en questions. Par exemple : Production d'anticorps peut devenir : « Comment votre corps produit-il des anticorps? ».
3. Read (lire) –Lire pour trouver les questions développées à partir des titres et sous-titres. Identifier les idées principales et prendre en note toute question ou vocabulaire inconnu.
4. Recite (réciter) –À la fin de chacun des chapitres, dire dans ses mots le plus important de ce qui a été lu. Note : Répéter ou résumer en s'enregistrant est souvent très efficace.
5. Review (réviser) –Vérifier le rappel des informations importantes de la lecture. À cette fin, un guide d'études pourrait être créé.



## Stratégies d'apprentissage et habiletés d'étude

### SQ4R

C'est la même chose que SQ3R, mais avec une étape supplémentaire—Write (écrire). La procédure du SQ4R est : survey, question, read, recite, write and review. Après un bref résumé oral de ce que contenait le passage lu, l'élève doit écrire les réponses aux questions (de l'étape 2) et ensuite réviser.

### RCRC (en français LCRV)

Cette stratégie d'études comprend les étapes suivantes :

1. **R**ead (Lire)
2. **C**over (Couvrir)
3. **R**ecite (Réciter)
4. **C**heck (Vérifier)

Par exemple, l'élève commence par lire une partie du matériel. Ensuite, le passage est couvert (avec la main ou un papier) et l'élève répète l'information dans ses mots. Finalement, l'élève vérifie la justesse de son rappel en vérifiant le texte.

### Stratégies additionnelles

- ❑ Utiliser des ressources et du matériel de référence (dictionnaire, atlas, encyclopédie, internet) pour trouver de l'information. Il y a des habiletés pré-requises à l'utilisation de plusieurs sources d'information : connaître l'ordre alphabétique et comprendre l'utilisation de certains mots qui guident la recherche; savoir lire et comprendre la légende d'une carte et apprendre les habiletés de recherche de base.



## Stratégies d'apprentissage et habiletés d'étude

### Stratégies additionnelles (suite)

- ❑ **Prise de notes :** Ceci nécessite d'écouter et d'écrire simultanément les idées principales et l'information importante d'une façon efficace pour que celle-ci soit disponible plus tard. Il existe une variété de techniques de prise de notes comme la suivante :

  1. L'élève divise une feuille en deux colonnes.
  2. La première colonne (qui est le quart ou le tiers de la largeur de la feuille) est l'endroit où les termes importants, les questions, les ajouts et les corrections sont écrites après la période de classe. On s'en sert pour se rappeler des informations importantes.
  3. La colonne de droite est environ les trois quarts ou les deux tiers de la largeur de la feuille. C'est l'endroit où les notes sont prises (au recto de la feuille seulement).
  4. Les élèves doivent réviser leurs notes dans les 24 heures (préférentiellement dans les 3 heures). Durant ce temps, ils relisent et ensuite complètent avec des termes importants, font des ajouts, corrigent, dans la colonne de gauche.
  5. En plus, de l'espace est laissé dans le bas de la page pour un résumé. Une bonne prise de notes nécessite l'apprentissage des abréviations et de l'utilisation de symboles.

*Adapté et traduit de Rief (2003) et de Barkley (2007)*

### Sources et Ressources

- Archer, Anita, and Mary Gleason. *Skills for School Success*. North Billerica, MA : Curriculum Associates, 1990.
- Barbee, Bruce (ed.) and presenters of Academis Support Workshops, UCLA, College of Letters & Science Counseling. *The Essential Handbook for Academic Success Skills*. Dubuque, IA : Kendall/Hunt Publishing Co., 1991.
- Bell, Nanci. *Visualizing and Verbalizing for Language Comprehension and Thinking*. Paso Robles, CA : Academic of Reading Publications, 1991.
- Bromley, K., L. Irwin-DeVitis, and M. Modlo. *Graphic Organizers : Visual Strategies for Active Learning*. New York : Scholastic, 1995.
- Chamot, A., and J. O'Malley. *The CALLA Handbook : Implementing Cognitive Academic Language Learning*. Reading, MA : Addison-Wesley, 1994.
- Consortium on Reading Excellence, Inc. (CORE). *Literacy Training Notebook*. Emeryville, CA : Core, Inc., 1998.
- Davis, L., and S. Sirotowitz, with H. Parker. *Study Strategies Made Easy*. Plantation, FL : Specialty Press, 1996.