

La prise de notes efficace



1- **La prise de notes** sert à garder une trace écrite d'une intervention orale, d'un cours, ou d'une recherche personnelle. Elle permet de noter, bien plus rapidement que sous la dictée, les informations nécessaires. **Son objectif** est **la mémorisation** ; elle permet de retenir l'essentiel d'un cours par exemple.

Prendre des notes, ce n'est pas tout noter, c'est-à-dire recopier un article de dictionnaire, retranscrire tout ce que dit un professeur, etc. Au contraire, c'est noter le plus important, l'essentiel, c'est-à-dire les grandes lignes du cours, les mots-clés, les éléments qui sont pertinents. Il s'agit donc en quelque sorte de faire une sélection, un tri. Ainsi, il faut laisser de côté les détails ou exemples donnés par le professeur, les digressions, c'est-à-dire tout ce qui apparaît inutile ou hors sujet.

Le cours se déroule en quatre temps :

- Comprendre les principes de la prise de notes (ne pas tout écrire, faire des abréviations, remplacer par des signes...)
- Essayer de faire une prise de notes sur un texte écrit
- Essayer de faire une prise de note sur une intervention orale
- Bilan de ce qu'il faut faire pour une bonne prise de notes en cours

Selon des spécialistes, nous retenons :

- Seulement 20% de ce que nous entendons
- 40% de ce que nous voyons
- 60% de ce que nous entendons et voyons en même temps
- 80% de ce que nous faisons : parole, écriture... -> Donc la prise de notes permet de mieux retenir le cours

Prendre des notes, ce n'est donc pas copier ce que dit l'orateur ou recopier un texte. Mais c'est écouter, comprendre, traiter et assimiler des idées. C'est un travail intellectuel qui permet de former son esprit d'analyse et de synthèse : séparer ce qui est important de ce qui est accessoire, repérer l'essentiel d'un texte, différencier l'idée clef du développement et de l'exemple.

La prise de notes permet de conserver l'essentiel d'un cours, d'une réunion, d'une lecture (en mémoire et à l'écrit).

Il n'y a pas de recette miracle. Chacun doit mettre au point sa propre prise de notes, sa propre méthode (linéaire, schéma...), ses propres codes. Il est parfois difficile de lire les notes d'un camarade.

DEFINITION :

Prendre des notes = écrire l'essentiel avec un maximum de rapidité. C'est donc savoir **sélectionner et organiser l'information**

2- Les méthodes de prise de notes : Il existe plusieurs méthodes pour écrire l'essentiel :

A- Eliminer les mots inutiles

Eliminer tout ce qui ne sert pas à la compréhension du message. Eliminer les mots « vides » et garder **les mots-clefs**. Les mots clés sont les mots porteurs du message principal, indispensables pour comprendre le message.

Ex. : « Nous irons à Aix-les-Bains demain à 10h » (écrire au tableau) → Irons Aix-les-Bains demain 10h

- **Exception : les définitions et citations** sont des **exceptions**. Elles doivent être notées dans leur intégralité, entre guillemets

- **Faut-il noter les exemples** ? Accumuler les exemples ne sert à rien mais il peut être utile de retenir le + significatif, qui vous aide à la compréhension du message.

- **Les énumérations** peuvent être supprimées. Ex. : Remplacer « la télévision, la radio, la presse écrite » par les médias.

Les auteurs qui reviennent souvent dans un cours : abréviation propre à ce cours seulement.

B- Remplacer par des signes

On peut remplacer des mots ou des connecteurs par des signes, qui seront plus rapides à écrire. Vous connaissez des signes ?

Voici quelques signes sur votre fiches, mais c'est avant tout des signes personnels, c'est vous qui allez choisir un signe pour remplacer un mot. L'important est de s'y tenir, de ne pas changer de signe entre les cours, sinon il risque d'y avoir des problèmes de compréhension du cours.

C- Remplacer par des abréviations

Il faut essayer de remplacer le plus possible par des signes, qui sont plus rapides à écrire, mais on peut aussi remplacer des mots par leur abréviation. Vous connaissez des abréviations ?

Il y a des abréviations courantes, comme vous pouvez le voir dans le tableau. C'est à vous d'inventer vos propres abréviations, et de vous y tenir. L'essentiel, c'est de ne pas varier dans l'utilisation des signes ou des abréviations.

On peut abrégé les mots se terminant par « tion » avec un °, comme abrégé°. On peut abrégé les mots en « ment » par « mt », comme indifféremt.

En revanche, si dans un cours un auteur revient souvent, il peut y avoir une abréviation propre à ce cours, qui ne sera pas valable pour les autres cours. Par exemple, avec un cours sur la division du travail, en économie, Adam Smith peut être abrégé en A.S.

Cas pratique : Réécrire les phrases en prise de notes.

Pop mondiale ↗ 50 dernières années → crises éco graves

Difficulté prévis° avenir climatiq Terre. Mais chercheurs ont certitudes. Ds 100 ans :

-↗t° de 1,4 à 5,8°

-Précipitat° nbreuses intenses

-Niveau mer ↗

D- Organiser ses notes

Il faut que le plan soit visible, en retournant à la ligne et en décalant les titres en fonction de leur rang. A chaque nouvelle idée, il faut retourner à la ligne. Utiliser les alinéas et les sauts de ligne pour aérer votre prise de notes et mieux repérer les idées. Il peut aussi être utile de garder **une marge** pour noter des remarques.

Il faut faire apparaitre des effets visuels : souligner, surligner (mais pas trop, sinon on perd l'intérêt du soulignage), sauter des lignes...

La prise de notes linéaire est la plus courante mais il existe d'autres façons, comme le schéma heuristique, censé mieux respecter le fonctionnement du cerveau et améliorer la mémorisation.

3- Les types de prise de notes :

a) La prise de note sur un texte

- **Survoler** le texte : avoir une vue d'ensemble du document. Repérer les titres, mots mis en valeur, illustrations...

- **Questionner** : qu'est-ce que je veux savoir ? Quel est le but de la lecture ?

Le questionnement permet de créer une attitude mentale active et prépare le cerveau à filtrer l'information.

- **Lire**

- **Retrouver** les grandes parties (paragraphes) et **déceler** les **mots-clés** (surligner)

- **Déceler** les **connecteurs d'articulation logique**. Ce sont les mots qui ne représentent pas d'idées mais les organisent (premièrement, deuxièmement...). Ils sont très importants car ils balisent le parcours. Ils permettent de distinguer l'idée

principale des idées complémentaires. Ils se trouvent souvent en début de phrase ou de paragraphe.

- **Prendre** des notes (en reformulant si possible) et vérifier que vous avez bien répondu au questionnement.

Cas pratique : prise de notes sur des textes

Nous pouvons observer aujourd'hui que **la famille change** dans plusieurs directions. On peut remarquer **d'abord** que **la taille de la famille s'est réduite**. Aujourd'hui le **nombre moyen d'enfants par femme est inférieur à deux**. On peut noter **ensuite** que la diminution de la taille des familles s'accompagne d'une **modification des modalités de leur constitution**. La **baisse des mariages** est à relier à **l'augmentation des divorces**. On assiste **aussi** au développement de **l'union libre**. Aujourd'hui, un enfant sur trois naît hors mariage. Il existe **aussi** de plus en plus de **ménages monoparentaux** (un parent avec un ou plusieurs enfants). **Toutefois**, cela doit être relativisé, **le mariage** reste aujourd'hui encore le **modèle dominant** puisque plus de 85% des couples existants sont mariés. Ces nouveaux comportements aboutissent aujourd'hui à l'émergence de **plusieurs modèles familiaux**. Il n'y a plus un seul type de famille mais plusieurs.

Changements famille :

Reduct° taille : nombre enfants < 2

Chgts modalités constitution famille

- mariages

+ divorces

+ union libre : 1 enfant/3 hors mariage

+ ménages mono-parentaux

Mais mariage reste dominant (85% couples sont mariés)

⇒ plusieurs modèles familiaux.

b) La prise de note en cours (à l'oral):

Attention, il ne faut pas essayer de tout noter, mais seulement le plus important. N'essayez pas non plus de reprendre la formulation des phrases, ne retenez que l'idée principale et les informations importantes.

- être attentif à certaines expressions qui indiquent l'importance du propos : nous verrons, notez bien, souvenez-vous, etc. Les répétitions sont souvent l'indice d'une idée importante;
- être attentif aux mots clés : conséquence, but, caractéristique, etc.;
- surveiller le débit : son ralentissement annonce souvent qu'un propos important sera énoncé.
- Au besoin, réécoutez la cassette audio ou la vidéo. S'il s'agit d'une émission diffusée sur le canal de téléenseignement, la reprise hebdomadaire permet un visionnement supplémentaire. C'est là un avantage sur l'écoute en classe, et il faut en profiter.

-Abréviations courantes, usuelles et personnelles

Formes	Exemples	
	Mots	Abréviations
Abréviations des mots courts (première lettre ou première et dernière lettre)	Comme Page Jour Dans Quand	ê p jr ds qd
Abréviations des mots longs (ajouter entre la première et la dernière lettre une ou deux lettres)	Développement Société Gouvernement	dvt/dvpt sté gvnt
Abréviations des mots difficiles et compliqués (premières lettres ou prononciation approximative. Peu importe l'orthographe)	Architecture Baccalauréat Amphithéâtre Guet-apens Xénophobe	archi bac amphi gétapã gzénofob
Abréviations au moyen de lettres usuelles grecques	Psychologie Théâtre Philosophie	ψ θ Φ
Abréviations au moyen de lettres mises en exposant	Traduction Expression Ecouteur Médicament	traduc ⁰ expres ⁰ écout ⁺ médicam ⁺
Abréviations syntaxiques (raccourcis syntaxiques)	Adjectif Verbe Préposition	adj v prép
Abréviations courantes (raccourcis des expressions et mots courants)	C'est-à-dire Remarque Idem Edition Figure	Càd rq id ed fig
Abréviations à l'aide des substituts (équivalents en français ou en anglais ou en un domaine de spécialité)	Se reporter à Opposé à Energie	Cf vs E

- Graphismes (symboles et idéogrammes)

Graphismes	Exemples	
	Mots	graphismes
Signes mathématiques	Plus / moins / plus ou moins Supérieur/inférieur Somme Egal / à peu près / différent Nul, rien Et/ou En haut/en bas Infini Appartenance	+ / - / ± > / < Σ = / ≈ / ≠ ∅ ∧∨ ↑/↓ ∞ ∈
Signes de sciences	Féminin / Masculin Degré Résistance Minute / seconde	♀ / ♂ ° ⚡ ' / "
Autres signes	Attention Aimer Heureux Beau temps	⚠ ♥ 😊 ☀