

# CAHIER "APPRENDRE À APPRENDRE À DISTANCE"



CAHIER DE : .....

**COLLÈGE MICHEL SERVET (ANNEMASSE)**





# MON EMPLOI DU TEMPS

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
7h							
8h							
9h							
10h							
11h							
12h							
13h							
14h							
15h							
16h							
17h							
18h							
19h							
20h							
21h							
22h							
23h							
0h							

## Légende



Sommeil



École



Transport (+ goûter)



Travail personnel



Temps libre



## CE QUE JE RETIENS

Pour réussir au collège, je dois :

- une bonne organisation,
- ne pas faire mon travail personnel au dernier moment,
- avoir un sommeil suffisant.



# ORGANISER SON TRAVAIL

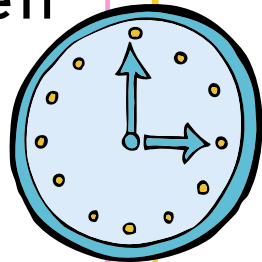
COLLÈGE MICHEL SERVET (ANNEMASSE)

## JE RETIENS !

Pour travailler correctement, je dois travailler dans la journée (pas la nuit) et répartir correctement mon travail dans la semaine (ne pas tout faire à la dernière minute).

### MON PLANNING

Je dois être bien organisé(e) : je tiens un planning pour savoir quand je travaille à la maison et je le respecte.

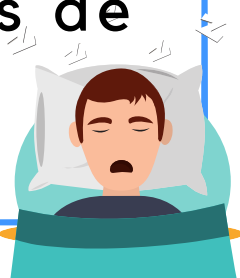


### AIDE AUX DEVOIRS

Si je ne parviens pas à travailler à la maison, je m'inscris à "l'aide aux devoirs".

### MON SOMMEIL

Je ne peux pas travailler efficacement en classe et à la maison si je n'ai pas un temps de sommeil suffisant.





# COMPRENDRE LES CONSIGNES

## EXERCICE n°1: Lire l'ensemble des consignes puis faire ce que l'on te demande.

- 1/ Ne rien faire avant d'avoir lu toutes les consignes.
- 2/ Préparer un stylo bleu, un crayon de couleurs rouge et une règle.
- 3/ Prendre une feuille (blanche ou à carreaux).
- 4/ Écrire ton prénom et ta classe en haut à droite en bleu.
- 5/ Tracer une figure géométrique de ton choix (ex : un carré, un cercle, un losange, etc.).
- 6/ Colorier la figure géométrique en rouge.
- 7/ Écrire une phrase pour décrire cette figure géométrique (décrire = dire ce que l'on voit).
- 8/ Écrire "réussi" si tu penses avoir bien effectué ce qui t'est demandé dans l'exercice n°1 ou "non réussi" si tu penses ne pas avoir suivi les consignes correctement.
- 9/ Montrer le travail à ton professeur.
- 10/ Ne faire que les consignes n°4 et n°9 puis passer à l'exercice n°2.

### CE QUE JE RETIENS



- Lire les consignes attentivement est indispensable pour réussir mes exercices.
- Les consignes me donnent la démarche à suivre dans un exercice : elles me permettent de savoir ce que je dois faire et comment je dois le faire.
- Je dois repérer la consigne générale d'un exercice avant de lire les questions.

## EXERCICE n°2: Parmi les phrases suivantes, surligner celles qui sont des consignes.

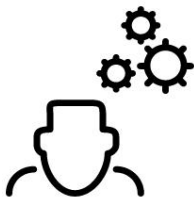
- 1/ Faire l'exercice n°1.
- 2/ Compléter avec le mot manquant.
- 3/ Combien font 6 x 8 ?
- 4/ Un carré possède quatre côtés de même longueur.
- 5/ Répondre par "vrai" ou "faux".
- 6/ Dans le texte, surligner les verbes à l'imparfait.
- 7/ Donner le nom de trois animaux qui appartiennent aux vertébrés.
- 8/ Sur la carte, colorier l'empire carolingien en rouge.
- 9/ Quand Charlemagne est-il devenu empereur ?
- 10/ Quel est l'auteur du texte ? Quand a-t-il vécu ?
- 11/ Cocher les bonnes réponses.
- 12/ D'après la carte, où se trouvent les foyers de population dans le monde ?



### CE QUE JE RETIENS

- Une consigne n'est pas une question de connaissance ou un exercice.
- Une consigne te donne la manière de procéder (= comment tu dois travailler).





# COMPRENDRE LES CONSIGNES

**EXERCICE n°3 :** Surligner les réponses qui correspondent à la consigne.

Dans le texte, souligner les verbes.

RÉPONSE n°1 : Les poux **SONT** des insectes bien encombrants. Ils **MESURENT** deux à trois millimètres de long. Deux fois par jour au moins, ils **PIQUENT** le cuir chevelu pour **SUCER** le sang.

RÉPONSE n°2 : Les poux sont des insectes bien encombrants. Ils mesurent deux à trois millimètres de long. Deux fois par jour au moins, ils piquent le cuir chevelu pour sucer le sang.

RÉPONSE n°3 : Les poux **sont** des insectes bien encombrants. Ils **mesurent** deux à trois millimètres de long. Deux fois par jour au moins, ils **piquent** le cuir chevelu pour **sucer** le sang.



## CE QUE JE RETIENS

Il ne suffit pas de répondre correctement pour réussir un exercice : il faut suivre correctement la consigne

**EXERCICE n°4 :** Surligner la consigne exacte de l'exercice suivant.

ÉNONCÉ : chat / pigeon / baleine / corbeau / perroquet / souris / grenouille / éléphant

RÉPONSE : chat / pigeon / baleine / corbeau / perroquet / souris / grenouille / éléphant

CONSIGNE n°1 : Dans la liste d'animaux, surligner le nom des oiseaux.

CONSIGNE n°2 : Dans la liste d'animaux, entourer le nom des oiseaux.

CONSIGNE n°3 : Dans la liste d'animaux, encadrer le nom des oiseaux.

CONSIGNE n°4 : Dans la liste d'animaux, souligner le nom des oiseaux.

## CE QUE JE RETIENS



- Je lis attentivement la consigne avant de commencer. Je relis la consigne pendant et après l'exercice, en vérifiant que je la suis correctement.
- Je surligne le verbe de consigne sur la feuille d'exercice.
- J'apprends la signification des verbes de consigne(ex : "présenter" un document n'est pas la même chose que "décrire un document").



# COMPRENDRE LES CONSIGNES

COLLÈGE MICHEL SERVET (ANNEMASSE)

## JE RETIENS !

Les consignes m'indiquent la manière de travailler et ce que mon professeur attend de moi. Pour travailler correctement, je dois prendre le temps de lire/écouter les consignes.

## PAS DE PRÉCIPITATION

Avant de commencer un exercice, je prends le temps de comprendre la consigne.



## DE L'ATTENTION

Je souligne ou surligne les mots importants de la consigne et je les relis plusieurs fois.

## DES QUESTIONS

Pour apprendre une leçon, je me pose des questions : que dois-je retenir ? Pourquoi ai-je appris cela en classe ?



# SAVOIR SE CONCENTRER

COLLÈGE MICHEL SERVET (ANNEMASSE)

## JE RETIENS !

Il est impossible de se concentrer sur tout à la fois. Pour me concentrer, je dois d'abord bien prendre le temps de me mettre dans la tête que je me mets au travail.

## MOTIVATION

Première chose : je me dis que je suis motivé(e) à faire tel exercice ou à relire telle leçon.



## PAS DE DISTRACTION

Deuxième chose: j'éloigne de moi tout élément de distraction (par exemple, mon téléphone portable).

## LA BONNE AMBIANCE

Je ne mets pas de musique avec des paroles, mais je peux utiliser des musiques relaxantes.





# APPRENDRE À RÉVISER

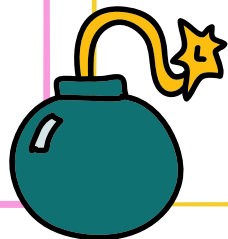
COLLÈGE MICHEL SERVET (ANNEMASSE)

## JE RETIENS !

Pour apprendre correctement, je dois travailler régulièrement et faire plusieurs séances de révisions pour la même leçon.

### ANTICIPATION

Je n'attends pas la veille d'une évaluation pour apprendre !  
J'anticipe mon planning d'apprentissage.



### RELIRE APRÈS CHAQUE COURS

Chaque soir, je relis tous les cours de la journée. Je fais travailler ma mémoire à long terme.

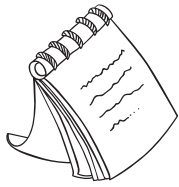
### ESPACER LES RÉVISIONS

Je ne révise pas une seule fois la veille : j'espace mes temps de révision au cours de la semaine.



# Mon travail à la maison

Collège Michel Servet (Annemasse)



**1/ JE SORS MON  
AGENDA ET JE  
VÉRIFIE MON  
TRAVAIL**



**2/ JE RANGE MES  
CAHIERS UTILISÉS  
AUJOURD'HUI.**

ex : je colle les photocopies, je souligne les titres du cours, etc.



**3/ JE RELIS TOUS  
LES COURS DE LA  
JOURNÉE.**



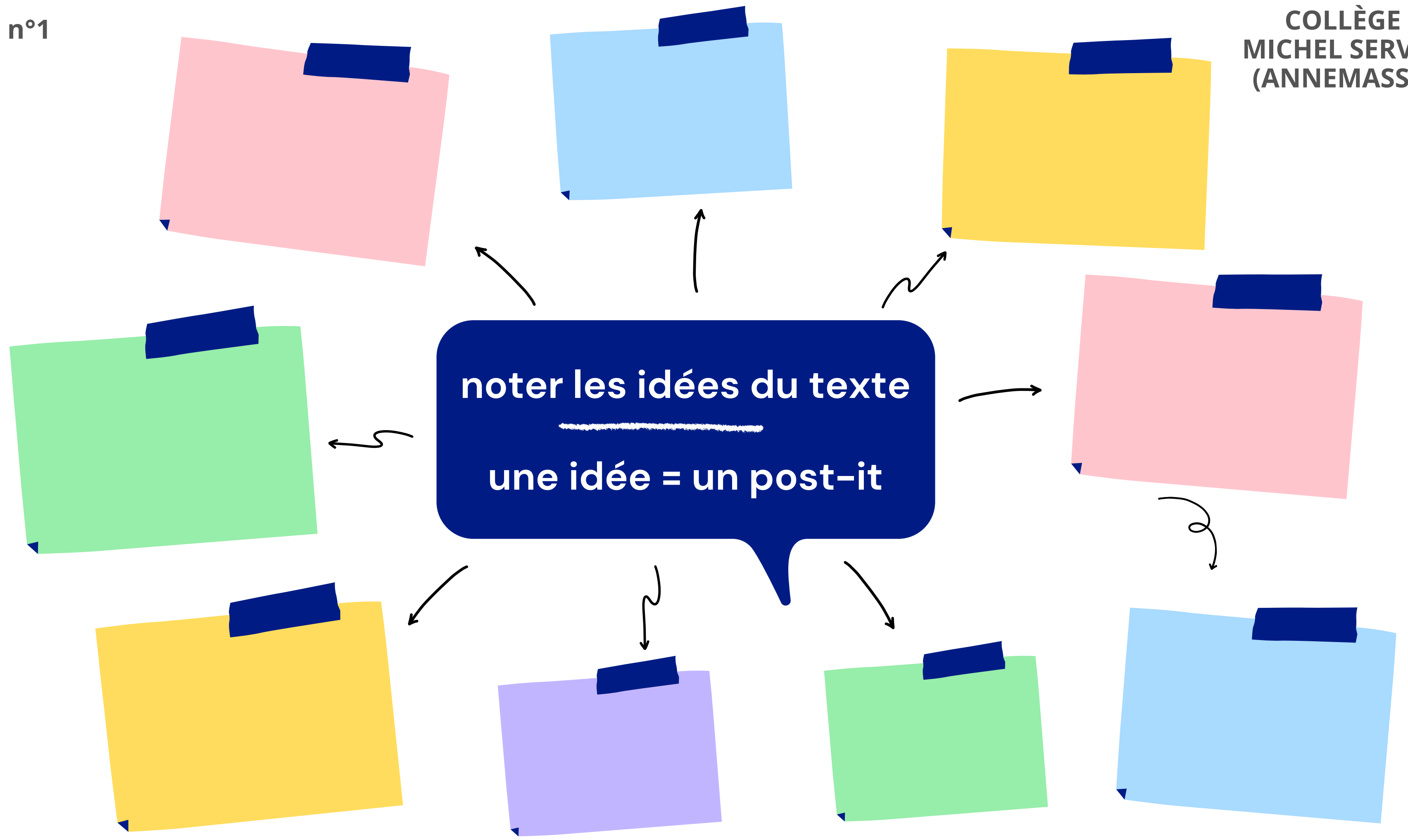
**4/ JE FAIS TOUS  
MES EXERCICES.**



**5/ JE RELIS UNE  
DERNIÈRE FOIS  
LES COURS POUR  
LES ÉVALUATIONS.**



**6/ JE RANGE MES  
AFFAIRES ET  
PRÉPARE MON SAC  
POUR DEMAIN**



## ÉTAPE n°2

### REGROUPER LES IDÉES DU TEXTE PAR THÈME

À partir du texte et du schéma réalisé dans l'étape n°1, regrouper les idées du texte par grand thème.

IDÉE 1 VALEURS

IDÉE 2 PRINCIPES

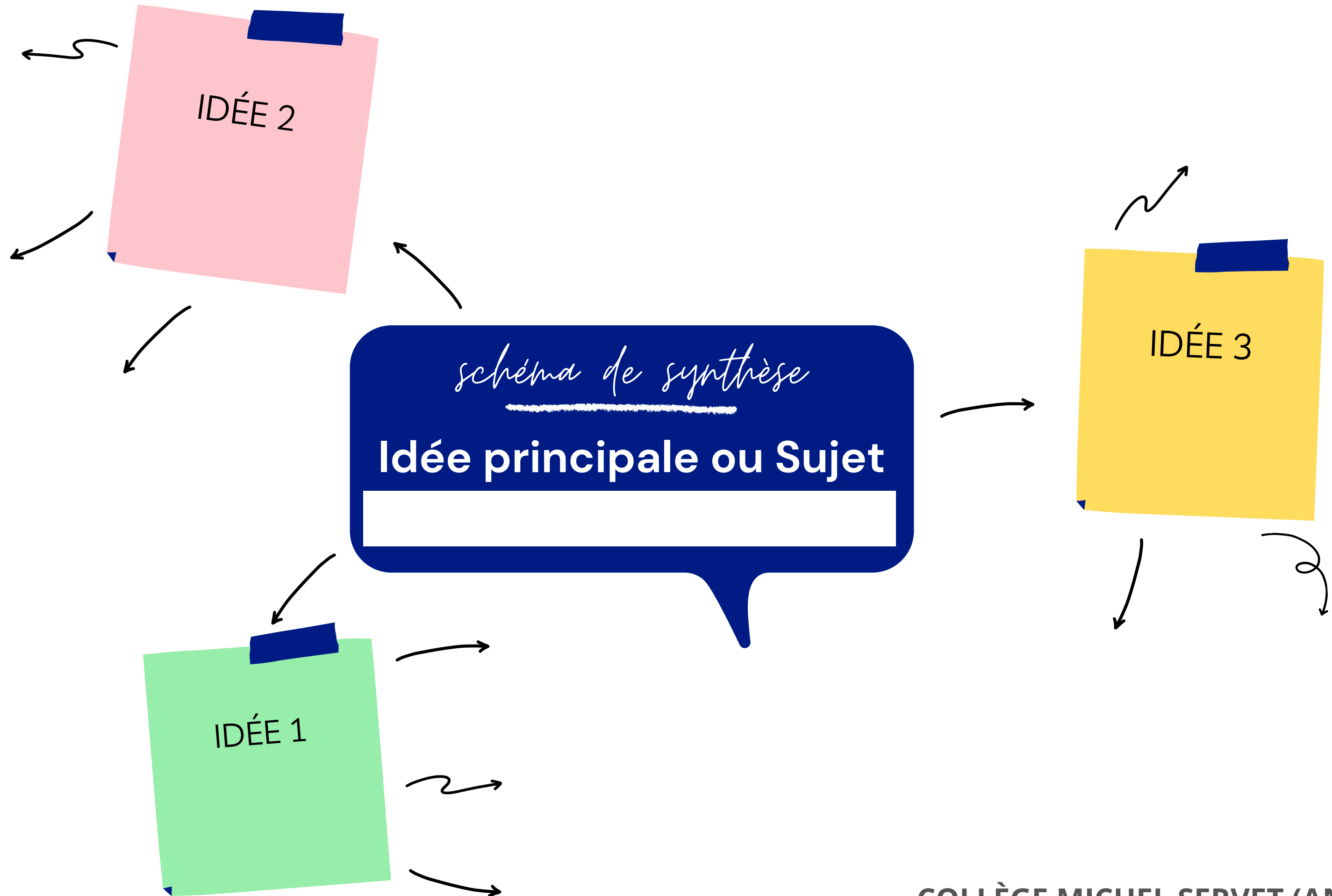
IDÉE 3 SYMBOLES

IDÉE 1

IDÉE 2

IDÉE 3

ÉTAPE n°3



# SCHÉMAS DE SYNTHÈSE

COLLÈGE MICHEL SERVET (ANNEMASSE)

## JE RETIENS !

Pour apprendre correctement, je dois prendre le temps de réécrire mes leçons sous une autre forme pour aider mon cerveau à s'approprier les connaissances.

### TRIER LES INFORMATIONS

Je repère les connaissances à comprendre, les connaissances à connaître par coeur, et les exercices.

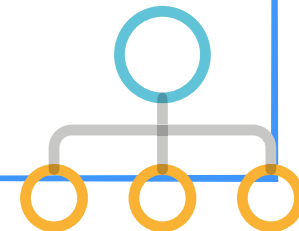


### REGROUPER LES INFORMATIONS

Je regroupe les connaissances par grands thèmes (en m'aidant du plan du cours).

### SCHÉMATISER

Je transforme les connaissances importantes sous la forme d'un schéma ou d'un dessin.



# FAIRE DES FLASHCARDS

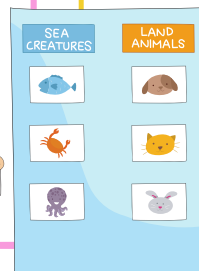
COLLÈGE MICHEL SERVET (ANNEMASSE)

## JE RETIENS !

Pour apprendre correctement, je dois stimuler ma mémoire de diverses manières : à l'écrit, à l'oral, sous forme de jeux ou de dessins ou de flashcards.

### APPRENDRE PAR LE JEU

En fabriquant ses flashcards, j'apprends avec le jeu "mémo" de manière plus efficace.

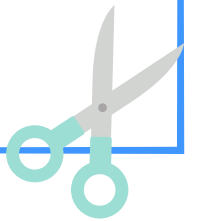


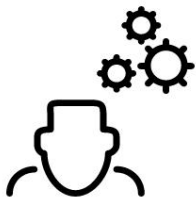
### DES FLASHCARDS EN LIGNE

J'utilise Quizlet pour fabriquer mes listes à apprendre (vocabulaire, formules).

### DES FLASHCARDS PAPIER

Je fabrique mes propres flashcards avec du papier et des ciseaux.





# AVOIR UN CODE COULEURS

Appliquer un code couleurs dans tous les cours aide le cerveau à hiérarchiser les informations, et à distinguer ce qu'il doit retenir par coeur (définitions, formules en sciences, vocabulaire en langue), ce qu'il doit comprendre et savoir expliquer (connaissances) et ce qui relève des exercices.

**CONSIGNE :** Dans le cours ci-dessous, surligne :

- les titres en rouge,
- les définitions en vert,
- les connaissances en bleu.

## Chapitre n°8 : Les libertés et les droits fondamentaux en France

La liberté est la capacité de faire ce que l'on a envie sans nuire aux autres.

### I/ Les libertés et les droits de la personne et du citoyen

En France, la **Déclaration des droits de l'homme et du citoyen** (26 août **1789**) définit la liberté comme un "droit naturel et imprescriptible" pour tous, et lui fixe une limite, celle de ne pas porter atteinte à la liberté des autres.

Les libertés sont **individuelles** : liberté de pensée (opinion), liberté de circulation, etc. En France, le principe de laïcité garantit la liberté de conscience et de culte (religion). Les libertés sont aussi **collectives** : liberté de réunion, liberté d'association, etc.

Des droits sont associés à ces libertés :

- des **droits politiques** (ex : droit de vote, liberté de choix entre les candidats de différents partis) qui permettent aux individus d'être des citoyens,
- des **droits sociaux** (ex : droit à l'éducation, droit à la protection de la santé) qui offrent à tous des conditions de vie décentes (= convenables).

droit : ensemble des règles qui définissent l'organisation de la vie en société

Dans le monde, chaque citoyen dispose de droits grâce à de grands **textes internationaux** (ex : Déclaration universelle des droits de l'homme de 1948, Convention internationale des droits de l'enfant de 1989). Les citoyens ont aussi des **devoirs civiques** à remplir (des devoirs envers l'État et la société, comme le respect de la loi, le fait de ne pas faire de discriminations, etc.).

Néanmoins, ces textes ne garantissent pas le respect de ces droits. Il existe encore **de nombreux pays où les libertés et les droits des citoyens ne sont pas assurés.**

### II/ La conquête des droits et des libertés en France

En France, les libertés et les droits ont été obtenus après de longs combats (par exemple le suffrage universel masculin en 1848 et le droit de vote des femmes en 1944). Sous la IIIe République, des lois majeures ont été votées pour les libertés (ex : liberté de la presse en 1881, droit de créer des syndicats en 1884).

Depuis la Révolution française, de nombreux droits fondamentaux ont été acquis. Avec l'évolution de la société, de nouvelles libertés ont été reconnues (ex : droit au respect de la vie privée en 1970, droit d'accès à Internet en 2009). En France, c'est avant tout la loi qui garantit les droits et les libertés.

Cinq types de libertés et droits sont garantis par la loi : liberté d'expression (ex : liberté de la presse), liberté de pensée et de conscience (ex : laïcité de la République), droit du citoyen (ex : suffrage universel, droit de vote des femmes), droits sociaux (ex : droit de grève), autres libertés individuelles (ex : abolition de la peine de mort).





# HIÉRARCHISER LES INFORMATIONS

Une fiche de révisions n'est pas la copie exacte du cahier. Elle nécessite de trier les informations dans le cours, et de n'en garder que ce qui doit être retenu.

**CONSIGNE :** Dans le cours ci-dessous, barrer les éléments qui ne doivent pas être réécrits dans une fiche de révisions : les exercices.

I/ Les libertés et les droits de la personne et du citoyen

Exercice : La Déclaration des droits de l'homme et du citoyen (DDHC)

- 1/ La DDHC a été promulguée le 26 août 1789, pendant la Révolution française.
- 2/ La DDHC est un texte écrit par les députés de l'Assemblée nationale constituante.
- 3/ Dans l'article 1 de la DDHC, deux valeurs sont identifiées : la liberté et l'égalité.
- 4/ La DDHC met une limite à la liberté : il ne faut pas nuire aux autres, respecter la loi et ne pas limiter la liberté des autres.

En France, la **Déclaration des droits de l'homme et du citoyen** (26 août 1789) définit la liberté comme un "droit naturel et imprescriptible" pour tous, et lui fixe une limite, celle de ne pas porter atteinte à la liberté des autres.

Exercice : Les types de libertés et de droits

- 1/ D'après le document, il existe cinq types de libertés : la liberté d'expression, la liberté de pensée et de conscience, les autres libertés individuelles, les droits sociaux et les droits du citoyen.
- 2/ La liberté de pensée et de conscience est assurée, en France, par trois grandes lois : l'école publique laïque (1882), la laïcité de la République (1905) et la laïcité dans les établissements scolaires (2004).
- 3/ En France, les droits sociaux sont assurés par trois grandes lois : le droit de grève (1864), la liberté syndicale (1884) et la protection de la santé (1946).

Les libertés sont **individuelles** : liberté de pensée (opinion), liberté de circulation, etc. En France, le principe de laïcité garantit la liberté de conscience et de culte (religion). Les libertés sont aussi **collectives** : liberté de réunion, liberté d'association, etc.

Des droits sont associés à ces libertés :

- des **droits politiques** (ex : droit de vote, liberté de choix entre les candidats de différents partis) qui permettent aux individus d'être des citoyens,
- des **droits sociaux** (ex : droit à l'éducation, droit à la protection de la santé) qui offrent à tous des conditions de vie décentes (= convenables).

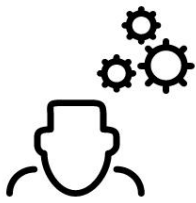
droit : ensemble des règles qui définissent l'organisation de la vie en société

Exercice : Les libertés et les droits dans le monde

- 1/ Dans le monde, un grand texte protège tous les êtres humains et leur garantit leurs libertés et leurs droits : la Déclaration universelle des droits de l'homme de 1948.
- 2/ La Déclaration des droits de l'homme et du citoyen (1789) a inspiré la Déclaration universelle des droits de l'homme.
- 3/ D'après le document, il existe de nombreux pays dans lesquels les libertés et les droits fondamentaux ne sont pas respectés, comme par exemple la Chine et l'Iran.

Dans le monde, chaque citoyen dispose de droits grâce à de grands **textes internationaux** (ex : Déclaration universelle des droits de l'homme de 1948, Convention internationale des droits de l'enfant de 1989). Les citoyens ont aussi des **devoirs civiques** à remplir (des devoirs envers l'État et la société, comme le respect de la loi, le fait de ne pas faire de discriminations, etc.).

Néanmoins, ces textes ne garantissent pas le respect de ces droits. Il existe encore **de nombreux pays où les libertés et les droits des citoyens ne sont pas assurés.**



# FAIRE UNE FICHE DE RÉVISION

**CONSIGNE :** Faire la fiche de révisions en une page du cours-ci-dessous en respectant le code couleurs (titres en rouge, définitions en vert, connaissances résumées en bleu), et en retirant ce que tu ne dois pas apprendre (pas d'exercices, garder l'essentiel des connaissances sans les détails et les aides pour comprendre le cours).

Chapitre n°13 : La justice en France

Le droit désigne l'ensemble des règles écrites qui s'imposent à tous. **La justice est garante de ce droit.** Si chacun faisait sa propre justice, il deviendrait impossible de vivre ensemble !

I/ À quoi sert la justice ?

Exercice : Les missions de la justice en France

- 1/ Dans cette affiche, le rôle de la justice est d'aider et de protéger les individus.
- 2/ Les travaux d'intérêt général (T.I.G.) remplissent la mission "punir" de la justice.
- 3/ Les tribunaux ont la charge de la mission "juger" de la justice.

La justice en France doit remplir trois grandes missions :

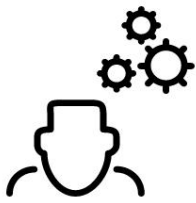
- arbitrer les conflits de manière impartiale : quand des personnes ont un différenc, les juges doivent rétablir la vérité, puis prendre une décision judiciaire. Ceci doit éviter la vengeance et la loi du plus fort.
- punir : punir ceux qui n'ont pas respecté la loi, en adaptant les peines à la faute et à leur auteur (ex : circonstances atténuantes, circonstances aggravantes).
- protéger : protéger le droit, la sécurité de chacun, et les victimes (ex : accorder des réparations).

Exercice : Les principes de la justice

- 1/ Dans la bande dessinée *Le juge* de la série *Lucky Luke*, le juge ne remplit pas correctement son travail parce qu'il condamne Lucky Luke sans preuve, sans défense, juste pour le condamner.
- 2/ Dans la B.D., le juge ne respecte pas l'égalité devant la loi, la présomption d'innocence, le droit à la dignité humaine, la non-rétroactivité des lois et le droit de faire appel.
- 3/ Dans cette bande dessinée, les auteurs parodient la justice en créant un personnage qui montre les abus de pouvoirs d'un juge.

La justice en France doit respecter des principes, et notamment :

- la présomption d'innocence : tout individu doit être traité comme innocent tant qu'il n'a pas été reconnu coupable.
- les droits de la défense : l'accusé a le droit de se défendre (seul ou avec un avocat, si besoin avec l'aide juridictionnelle) lors de la procédure.
- le droit au recours : on peut contester son jugement et faire un recours (ex : appel).
- la non-rétroactivité des lois : nul ne peut être jugé en vertu d'une loi qui n'existait pas à l'époque des faits.
- l'égalité : la justice juge les faits, et non les individus qui sont tous égaux face à la justice.



# FAIRE UNE FICHE DE RÉVISION

Lexique pour mieux comprendre :

aide juridictionnelle : prise en charge par l'État des frais de défense d'un accusé quand celui-ci ne peut les payer

recours : nouvel examen d'une cause par une juridiction supérieure

impartialité : neutralité, sans prise de parti, sans prise de position

vengeance : action de se faire justice soi-même

La justice en France est un service public qui doit garantir le respect du droit. Tout Français est justiciable, c'est-à-dire que chacun peut faire appel à la justice et être jugé. La justice protège le droit, punit ceux qui ne le respectent pas, s'en sert pour départager ceux qui s'y opposent. En respectant des principes, la justice se veut équitable.

La justice garantit en France l'État de droit. L'esprit de justice est la reconnaissance de la dignité humaine de chacun, au nom de l'égalité.

II/ Comment fonctionne la justice en France ?

En France, la justice est divisée entre trois juridictions :

- les tribunaux pénaux : ils jugent les infractions à la loi (le tribunal correctionnel pour les délits, la cour d'assises pour les crimes, et le tribunal de police pour les contraventions),
- les tribunaux civils : ils règlent les litiges de la vie quotidienne (ex : au sein de la famille, au travail),
- le tribunal administratif : Il intervient pour les affaires dans lesquelles l'État est mis en cause.

Exercice : La justice des mineurs

1/ Le droit des mineurs a longtemps été nié en France.

2/ Au XVIIIe siècle, les philosophes des Lumières défendent les droits des mineurs, comme par exemple Rousseau.

3/ Aujourd'hui, les mineurs sont reconnus juridiquement. La justice des mineurs a trois rôles : protéger, juger et punir.

4/ Dans cette affaire, le rôle de la justice est de juger. Ce sont les parents de Simon qui sont condamnés. D'après le document, "La mère a écopé de quatre mois de prison avec sursis pour l'absentéisme de son fils".

5/ Dans cette affaire, Marine a 14 ans : elle est condamnée pour son vol à une "mesure de réparation pénale", c'est-à-dire qu'elle doit travailler plusieurs mois dans une association (les Restos du coeur) pour réparer son délit.

La justice des mineurs est spécifique car elle intervient à la fois en matière civile et pénale. Avant 1850, les enfants étaient jugés comme des adultes. Progressivement, une justice adaptée aux mineurs se met en place avec la création de tribunaux pour enfants et de juges des enfants. Les sanctions sont graduées en fonction de l'âge. La justice des mineurs a aussi pour rôle de les protéger (ex : mesures d'assistance éducative).

# FICHE DE RÉVISION

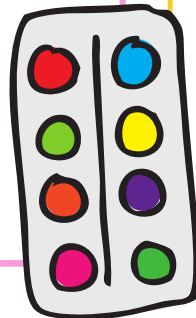
COLLÈGE MICHEL SERVET (ANNEMASSE)

## JE RETIENS !

Pour apprendre correctement, je dois prendre le temps de hiérarchiser les informations contenues dans la leçon (des idées principales aux détails).

### UN CODE COULEURS

Je choisis un code couleurs pour tous mes cours et je le garde dans toutes mes fiches.



### DU MATÉRIEL ET DU SOIN

Je prends du beau matériel et j'écris très proprement sur mes fiches, pour avoir envie de les relire.

### DES IDÉES HIÉRARCHISÉES

Je ne recopie pas les exercices. Je résume le cours. Je ne garde que les informations à retenir absolument.

