

La Meta

S'organiser au mieux en mathématiques

Live du 31 Janvier 2026



L'intervenant : Antoine Lagarde



Professeur de mathématiques

MyPrepa (prépa EC) / professeur particulier

Préparateur pour épreuves psychotechniques et entretiens de personnalité.

Passionné par la méthodologie scolaire et étudiante : apprentissage, gestion du temps etc.



Le live d'aujourd'hui

Partie I – Les meilleures techniques pour travailler le cours

Partie II – Tirer profit au mieux des exercices

Partie III – De la bonne gestion des épreuves écrites



Partie I - Les meilleures techniques pour travailler le cours



En classe

- Mettez-vous dans les premiers rangs : c'est plus simple pour se concentrer.
- Posez des questions dès que vous en avez. Encore mieux : préparez quelques questions sur ce que vous avez déjà vu.
- Notez le cours et les exos de façon à vous donner envie de vous relire : couleurs, schémas etc.
- Organisez vos notes de façon à séparer le cours des exos (cahiers ou classeur par exemple), et le brouillon du propre.

Bonus : si possible, lisez le cours à l'avance.



A éviter

Ne **négligez pas** votre cours. L'accumulation d'exos peut passer pour le bac mais cela fait très peu progresser en maths.

Ne **fichez pas** votre cours de maths. Ce serait une pure perte de temps. Pourquoi ?

- Une bonne prise de notes en cours permet de retrouver simplement tous les éléments importants du cours.
- Faire des fiches, c'est produire du contenu : ça prend énormément de temps.
- La mémorisation en recopiant son cours est très peu efficace (malgré les apparences).

Ne **relisez pas** votre cours de maths avant un DS. Il y a bien mieux →



A privilégier

Préparez une feuille pour vous interroger sur votre cours.

Exemple :

- déf : dérivée de f en a ?
- prop : $(u \times v)' = \dots ?$

Avantages :

- Bien plus rapide à créer qu'une fiche car le contenu est réduit.
- Vous préparez votre feuille une fois par chapitre et vous ne la modifiez plus ensuite.
- Vous vous testez avec : vous **apprenez activement** ! Restituez en partie mentalement (visuellement), en partie à l'écrit sur brouillon.



Organisation proposée

- 1) Une fois le cours passé (le soir même, par exemple), vous :
 - Relisez votre cours et essayez de comprendre tous les éléments. Demandez à chatgpt ou autre si certains éléments ne sont pas clairs.
 - Testez-vous avec votre feuille « interro ». Pour chaque question, allez voir votre cours si vous avez un doute. Indiquez sur la feuille quand vous vous trompez.
- 2) Un peu plus tard (le week-end, ou bien avant un DS), vous vous testez uniquement, sans relire le cours au préalable.
- 3) Plus tard (vacances, révisions du bac...), vous vous testez à nouveau.



Echange et questions



Partie II – Tirer profit au mieux des exercices



A éviter

Ne refaites pas les mêmes exercices en boucle si vous les avez compris.

MAIS...

N'accumulez pas les nouveaux exercices si vous n'avez pas réussi les anciens.

→ Un **juste dosage** est à trouver



Organisation proposée

1) Faites bien tous vos devoirs à temps : rien de plus frustrant que d'avoir la correction sans avoir pu y réfléchir.

Passer du temps sur des exercices est normal : ne vous précipitez pas sur la correction ! Mais ne passez pas des heures à bloquer non plus...

2) Suivez bien la correction en classe, surtout si vous n'avez pas réussi.

3) Le soir (idéalement), relisez les énoncés et repensez à la méthode dans votre tête. Lisez ensuite le corrigé.

4) Plus tard (le week-end ?), refaites l'exo.

5) Si vous n'avez pas réussi, refaites-le plus tard. Et encore. Et encore.



Les meilleurs outils

- Une feuille ou un cahier de **méthodes**. La structure idéale est :

Situation \rightarrow Méthode

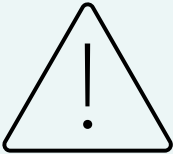
Ex : $P(A \cup B) = \dots \rightarrow$ Si incompatibles : $= P(A) + P(B)$

Sinon : $= P(A) + P(B) - P(A \cap B)$

But : travailler les automatismes.

- Une feuille ou un cahier **Attention !**. La structure idéale est :

Situation  Danger potentiel

Ex : $\frac{1}{\dots}$  est-ce que $\dots \neq 0$?

But : ne plus refaire ses erreurs et gagner en rigueur



Partie III – De la bonne gestion des épreuves écrites



Avant une épreuve

- Testez-vous avec votre feuille « interro » la veille si besoin. L'idéal est de ne même pas en avoir besoin !
- Comme les champions, visualisez-vous la veille en train de tout donner et de réussir au mieux ! (*ça change tout*)
- Ne rognez pas sur votre temps de sommeil pour réviser : c'est très contre-productif.
- Avant l'épreuve : faites le vide mentalement et préparez-vous à réussir au mieux.

Bonus : mâchez un chewing-gum 10 à 30 minutes avant le début de l'épreuve ! Une étude a montré que ça booste les performances (oui oui) !



Pendant l'épreuve

- 1) Avant de vous lancer dans la rédaction, lisez tout l'exercice et :
 - Encadrez toutes les données de l'énoncé.
 - Soulignez les résultats à montrer.
 - Indiquez à côté vos idées de résolution.
 - Pointez vers les autres questions si vous pensez en avoir besoin.
- 2) Une fois que vous êtes prêts à rédiger :
 - Ne faites un brouillon que si vous avez un doute sur la méthode.
 - Rédigez bien, de façon appliquée et rigoureuse.
 - Allez vite, mais ne stressez pas 😊



Merci pour votre attention !

