

Objectifs du cours : maîtriser les principes de la prise de notes pour pouvoir aller plus vite au cours de l'année.

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

Travail réalisé en formation MEEF SES à L'Espé de Grenoble
par Aurélie MANON

Introduction

Est-ce que vous savez ce qu'est la prise de notes ? Certains d'entre vous pratiquent déjà la prise de notes ?

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.

Il existe plusieurs méthodes pour écrire l'essentiel.

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.

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.

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, je le répète, 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 abrégia°. 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

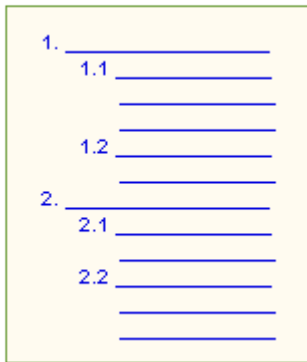
-Niveau mer ↗

Organiser ses notes

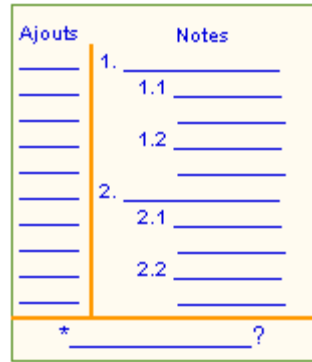
Il faut que le plan soit visible, en retournant à la ligne et en décalant les titres en fonction de leur rang. A chaque nouvelle idée, il faut retourner à la ligne. Utiliser les alinéas et les sauts de ligne pour aérer votre prise de notes et mieux repérer les idées. Il peut aussi être utile de garder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

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

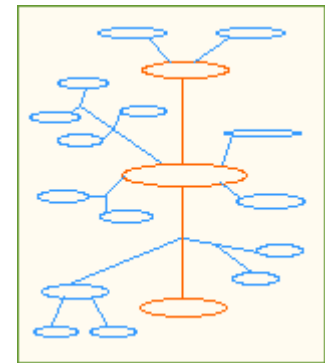
La prise de notes linéaire est la plus courante mais il existe d'autres façons, comme le schéma heuristique, censé mieux respecter le fonctionnement du cerveau et améliorer la mémorisation



Prise de notes linéaire
Facilitée par le plan de
cours du professeur



Modèle linéaire avec
marge permettant ajouts et
approfondissements



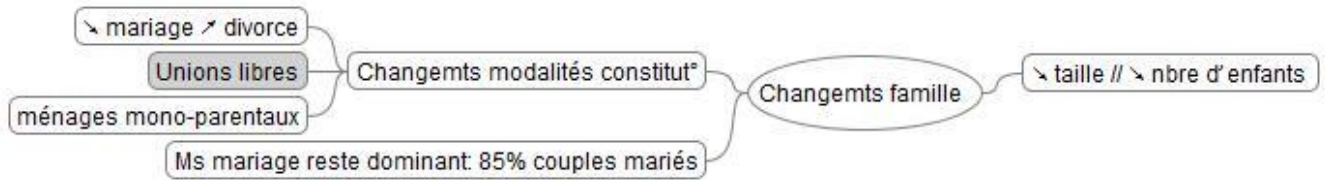
Prise de notes en
schéma heuristique

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 (paragraphe) et **détecter** les **mots-clés** (surligner)
- **Détecter** 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 mono-parentaux** (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.



= aujourd'hui, plusieurs modèles familiaux

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.

La prise de note en cours

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.

Cas pratique : prise de notes à partir d'une « dictée » professeur

Texte librement inspiré d'un passage du livre *Vers une civilisation du loisir ?* de Joffre Dumazedier (1962)

J'ai mis des répétitions, des temps de pause avec des exemples et des explications additionnels, et j'insiste sur les mots-clefs. Il faut aussi bien faire ressortir la structure du texte (ici par des sauts de ligne). Le débit est modéré pour ce premier exercice.

« Il y a trois fonctions aux loisirs. En effet, les loisirs ont plusieurs propriétés pour les individus.

La première fonction est le délasserment. Le délasserment délivre de la fatigue. En ce sens, le loisir est réparateur des détériorations physiques ou nerveuses provoquées par des tensions. Ces tensions résultent des obligations quotidiennes, et particulièrement du travail. En effet, la fatigue reste présente malgré l'allègement des tâches physiques. Il reste le rythme de la productivité ou la longueur des trajets du lieu de travail au lieu de résidence par exemple, ce qui accroît le besoin de repos et de silence.

La seconde fonction est celle du divertissement. Si la fonction précédente délivre surtout de la fatigue, celle-ci délivre surtout de l'ennui. Il y a une recherche d'évasion vers un monde différent, voire contraire, au monde de tous les jours. Les individus veulent une vie de complément, une fuite par la diversion. Ils s'orientent soit vers des activités réelles, à base de changement de lieu ou de rythme comme les voyages, les jeux, le sport... soit vers des activités fictives à base d'indentification, comme le cinéma, le théâtre, la lecture de romans... c'est alors le recours à la vie imaginaire.

Une troisième fonction du loisir est la fonction de développement de la personnalité. Elle délivre des automatismes de la pensée et de l'action quotidienne. Elle permet une participation sociale plus large et plus libre. Elle offre de nouvelles possibilités d'intégration volontaire à la vie des groupements récréatifs, culturels et sociaux. Elle permet de développer librement les aptitudes et les capacités de chacun. »

Qu'est-ce qu'il fallait retenir ?

- trois fonctions : délasserment pour éliminer la fatigue, divertissement pour s'évader de la vie quotidienne, développement de la personnalité

Avez-vous assez aéré votre prise de notes ? Est-ce qu'on repère d'emblée les trois fonctions ?

Est-ce qu'il fallait tout noter ?

- Non, beaucoup d'exemples inutiles et d'énumération des justifications. Ce qu'on pouvait aussi retenir éventuellement pour la fonction de divertissement par exemple, c'est la distinction entre les activités réelles et les activités fictives

On tente une prise de note sur une vidéo. C'est trois minutes de concentration intense. A vous de jouer !

J'ai choisi de passer Dessine-moi l'éco intitulée « Pas d'économie sans confiance ».

Tableau récapitulatif.

Exercice 1 : Réécrire les phrases avec la méthode de la prise de notes (abréviations, signes...)

La population mondiale a considérablement augmenté ces cinquante dernières années, ce qui a provoqué des crises économiques graves.

.....

.....

Il est difficile de prévoir l'avenir climatique de la Terre. Mais les chercheurs ont quelques certitudes. Dans 100 ans, le climat va changer. La température augmentera de 1,4 à 5,8 degrés. Les précipitations se feront plus nombreuses et plus intenses. Le niveau de la mer va augmenter.

.....

.....

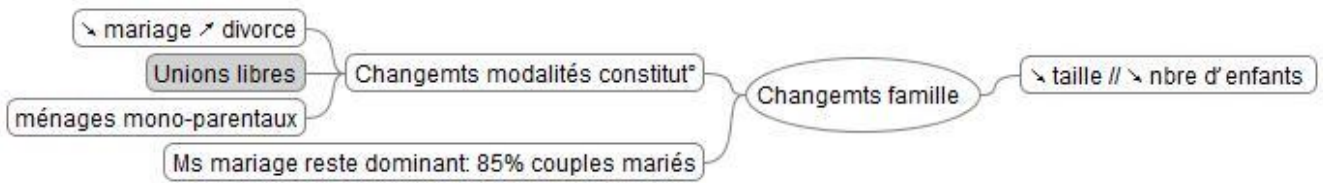
.....

Exercice 2 : Entraînement à la prise de note sur un texte

- Surligner les mots / expressions clefs (pas nécessairement avec une seule couleur).
- Entourer les connecteurs logiques
- Essayer de transposer ce texte en une prise de notes.

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 mono-parentaux (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.

Prise de notes en schéma heuristique



= aujourd'hui, plusieurs modèles familiaux

Prise de notes linéaire

Changements famille :

Reduct° taille : nombre enfants < 2

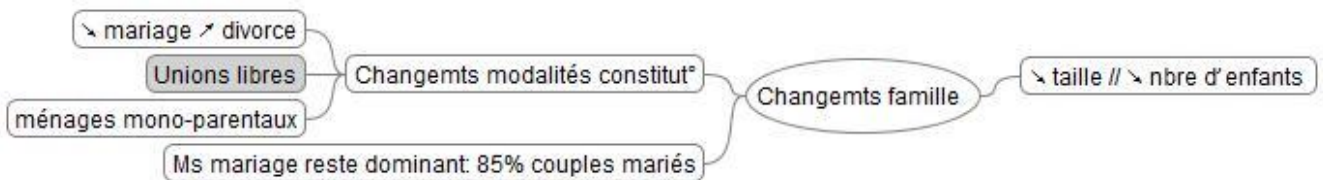
Chgts modalités constitution famille

- mariages
- + divorces
- + union libre : 1 enfant/3 hors mariage
- + ménages mono-parentaux

Mais mariage reste dominant (85% couples sont mariés)

⇒ plusieurs modèles familiaux.

Prise de notes en schéma heuristique



= aujourd'hui, plusieurs modèles familiaux

Prise de notes linéaire

Changements famille :

- reduct° taille : nombre enfants < 2
- Chgts modalités constitution famille
- mariages
- + divorces
- + union libre : 1 enfant/3 hors mariage
- + ménages mono-parentaux

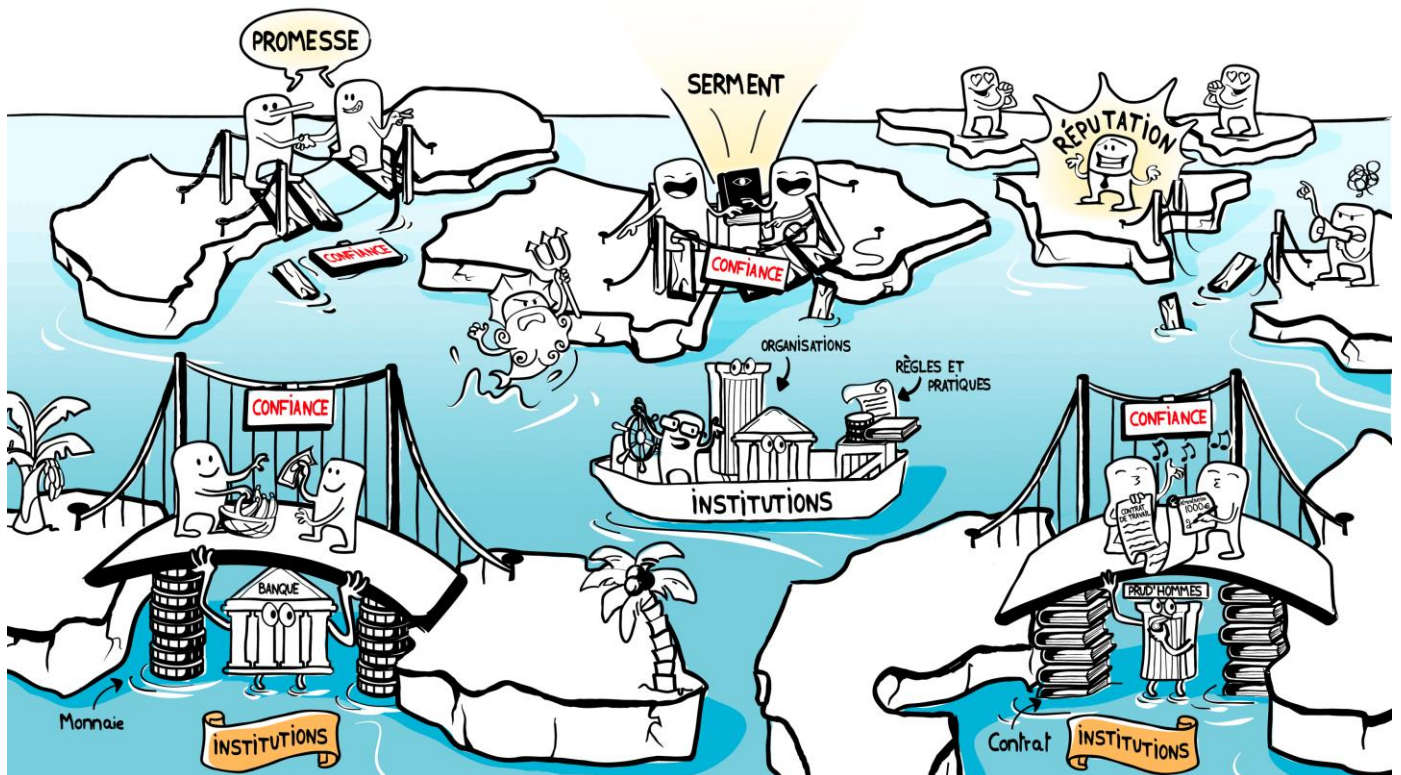
Mais mariage reste dominant (85% couples sont mariés)

⇒ plusieurs modèles familiaux.

Pas d'économie sans confiance

Dessine-moi l'éco, novembre 2013

	<i>Ce que vous avez noté</i>
Pourquoi la confiance est-elle essentielle en économie ?	
Quelles sont les 3 bases sur lesquelles repose la confiance traditionnellement ?	<ul style="list-style-type: none"> - - -
Qu'est-ce que les sociétés mettent en place pour instaurer la confiance lors des échanges ?	
Que sont les institutions ?	
Quelles sont les deux grandes institutions nécessaires à l'échange ?	<ul style="list-style-type: none"> - -
Est-ce que vous notes sont aérées ? Est-ce qu'on retrouve facilement les idées principales ?	



Prise de notes : 5 réflexes pour être efficace en cours

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

D'abord, être attentif

Prendre des notes, c'est avant tout **retenir l'essentiel d'un cours** ou d'un exposé. Il ne faut pas vouloir tout écrire, même si c'est rassurant.

Comment repérer ce qui est important de ce qui l'est moins ? **Pour commencer, il ne faut prendre en notes les idées avant tout, et ne pas noter tous les exemples**, mais il faut garder un ou deux exemples qui sont particulièrement utiles à la compréhension. Il ne faut pas paniquer quand vous ne notez pas la formulation exacte. Le professeur répète plusieurs fois la même information importante avec des formulations différentes, l'essentiel c'est de retenir l'idée/le concept. Il faut donc être attentif et concentré. En revanche, **ne pas tout noter, ne signifie pas ne rien noter du tout**, sinon vous risquez de ne plus rien comprendre au moment où vous allez reprendre vos notes.

Comprendre ce que l'on prend en notes

Pour être efficace, la prise de notes suppose d'avoir été préparée. Comment ? En relisant votre cours avant de vous présenter en classe, histoire de savoir un minimum de quoi vous allez y parler. Sortez sans attendre stylos et cahiers, pour être prêt dès que le prof commencera son cours. Puis, mettez-vous en mode écoute. Noter ce n'est pas se précipiter dès que le prof prononce sa première phrase, au risque d'écrire n'importe quoi et de passer à côté de l'essentiel : **avant de commencer à écrire quoi que ce soit, écoutez, et assurez-vous que vous avez bien compris le contenu du message**. Si vous ne saisissez pas bien ce que votre professeur raconte, n'hésitez pas à le lui dire.

Utiliser abréviations et symboles sans modération

Prendre des notes ça s'apprend. **Pour noter vite, il faut vous débarrasser de tout ce qui n'est pas indispensable à la compréhension**. Ayez le plus souvent **recours aux abréviations** (surtout n'essayez pas d'écrire les mots en entier, c'est une perte de temps). À chacun sa méthode mais **quand vous avez choisi une abréviation, vous devez vous y tenir, au risque de ne plus vous y retrouver**.

Pensez également à laisser une marge et de l'espace entre les lignes pour pouvoir faire des ajouts au besoin. Vous pouvez aussi décaler les titres pour mettre en avant le plan.

Après les cours, compléter les notes

N'attendez pas une semaine avant de relire vos notes, au risque de ne plus rien y comprendre. Ce qui vous semblait clair en classe, peut ne plus l'être quelques jours plus tard, lorsque vous aurez oublié le contexte dans lequel les propos ont été énoncés. Donc, **chaque soir, prenez le temps de relire vos notes, de les mettre au propre** : surlignez, mettez de la couleur, complétez si vous avez des informations manquantes. Il est aussi utile de faire une synthèse des parties/sous-parties plus rédigée, afin de réviser.

S'entraîner !

Même si vous avez le sentiment que vous n'y arriverez pas, que tout va trop vite, **accrochez-vous** et continuez de prendre le plus possible le cours en note, quitte à laisser de gros blancs que vous complétez plus tard. La pire des choses serait de renoncer trop vite et d'attendre, les bras croisés que le cours passe, alors que **c'est justement à force d'entraînement, que l'on progresse et que l'on trouve petit à petit sa propre méthode**. Vous pouvez également vous entraîner chez vous.

Tableau des symboles

Ci-dessous, une dizaine de symboles courants. À vous ensuite de compléter la liste avec vos propres repères !

Σ	somme
\emptyset	absence
\neq	différent
$=$	équivalent à, égale
\approx	à peu près, environ
$>$	supérieur à, l'emporte sur
$<$	inférieur à
\in	appartient à
p/r	par rapport à
$+$	s'ajoute à
\pm	plus ou moins, environ
♀	féminin
♂	masculin
\dots	etc.
Δ	variation
\times	multiplié
$/!\backslash$	attention
$/$	divisé par
\nearrow	en augmentation
\searrow	en baisse
\rightarrow	conséquence
\leftarrow	origine

Tableau des abréviations en SES

Ci-dessous, une dizaine d'abréviations courantes en SES. À vous ensuite de compléter la liste !

X	exportation
M	importation
R	revenu
K	capital
I	investissement
L	travail (<i>labour</i>)
W	salaire (<i>wage</i>)
CA	chiffre d'affaires
VA	valeur ajoutée

Tableau des abréviations

Ci-dessous, une dizaine d'abréviations courantes. À vous ensuite de compléter la liste avec vos propres repères !

càd	c'est-à-dire
ns, vs	nous, vous
qq	quelque
qqch	quelque chose
qqn	quelqu'un
tt	tout
dc	donc
pq	pourquoi
pcq	parce que
cpdt	cependant
jms	jamais
tjs	toujours
ex	exemple
avt	avant
svt	souvent
pdt	pendant
bcp	beaucoup
cf	se reporter à, voir
gd	grand
pt	petit
tps	temps
gvnt	gouvernement
ê	être
Ê	comme
°	« tion » ex : initia°
mt	« ment » ex : essentielmt