

Surlignage actif : apprendre efficacement

Qu'est-ce que c'est ?

Le surlignage actif consiste à ne pas juste colorier tout le texte, mais à repérer et retenir les mots-clés et idées importantes.

💡 Ton cerveau doit travailler pour comprendre ce que tu lis, sinon le surlignage devient inutile.

Comment faire ?

- Lire le texte une première fois pour comprendre l'ensemble.
 - Repérer les mots-clés et phrases importantes : noms, dates, définitions, idées principales.
 - Surligner seulement ces éléments avec des couleurs différentes si nécessaire.
- Exemple : rouge = dates / bleu = définitions / vert = exemples
- Ajouter des annotations dans la marge : résumer, poser une question, faire un lien avec autre chose
 - Relire le texte en utilisant uniquement les surlignages et notes → ça teste ta mémoire et facilite la révision.

Avantages

- Facilite la compréhension et la mémorisation.
- Rend la révision plus rapide : il suffit de relire les mots-clés.
- Encourage à penser activement plutôt qu'à copier passivement.

Astuces

- Ne surligne jamais tout : moins tu surlignes, mieux c'est !
- Combine avec d'autres méthodes : cartes mentales, Feynman, Anki.
- Utilise des codes couleurs pour mieux organiser tes idées.

Exemple

Les plantes utilisent la lumière du soleil pour fabriquer leur propre nourriture. Ce processus s'appelle la photosynthèse. Pendant la photosynthèse, les feuilles absorbent le dioxyde de carbone et l'eau pour produire du glucose et de l'oxygène. Le chloroplaste, présent dans les cellules des feuilles, contient de la chlorophylle, qui capte la lumière nécessaire à la réaction.