COMPRENDRE · S'ENTRAÎNER · REPRENDRE

Mémoriser en rappelant, puis en espaçant

Des explications, des applications et des corrections pour préparer votre concours.

AAE Intérieur, examen professionnel B vers A, session 2027 : début des oraux au 7 décembre 2026 confirmé sur la page ministérielle le 2 novembre. Calendrier et repères du coach uniquement ; RAEP du 9 novembre conservé.

Ce document conserve la version indiquée en pied de page. Les exercices sont des créations pédagogiques, distinctes des annales officielles. Consultez la notice de votre session pour ses règles et ses échéances.

Méthode de travail · 15 min

Mémoriser en rappelant, puis en espaçant

Vérifiez ce que vous pouvez retrouver sans regarder, puis revenez dessus après un intervalle.

À la fin de cette fiche

- Construire une boucle de progression.
- Appliquer la méthode à une situation nouvelle et justifier les choix.

Reconnaître n’est pas rappeler

Un texte paraît parfois familier parce qu’on vient de le lire. Cette impression ne dit pas si l’on saura l’expliquer le lendemain. Le rappel actif consiste à chercher la réponse de mémoire avant de consulter la fiche. Des travaux expérimentaux sur la mémoire ont observé l’intérêt des tests de rappel pour la rétention différée ; ce résultat ne constitue pas une garantie de réussite à un concours.

Une séance de rappel simple

Méthode éditoriale : lire une notion, fermer la fiche, répondre à une question ouverte, vérifier, puis corriger avec ses mots. Sur une carte, formulez une seule idée à rappeler. Si vous avez reconnu la bonne réponse d’un QCM mais ne pouvez pas expliquer pourquoi les autres ne conviennent pas, reprenez la distinction plutôt que de compter la notion comme définitivement acquise.

Espacer sans transformer le planning en punition

Revenir plusieurs fois à distance permet de tester une autre difficulté que la répétition immédiate. Commencez avec quelques rappels courts dans les jours et semaines suivantes, puis ajustez selon les erreurs et l’échéance. Aucun intervalle unique ne convient à tous les contenus ou candidats. Un rappel oublié doit revenir dans une séance raisonnable, pas créer une dette de travail impossible.

À vous de jouer

Après une fiche sur les données personnelles, fermez-la et expliquez la minimisation en deux phrases. Inventez un exemple de donnée utile et une donnée inutile pour une démarche fictive. Rouvrez la fiche et corrigez le point qui manque. Programmez ensuite une nouvelle tentative sans relire immédiatement le corrigé.

Correction et transfert

Une bonne reprise compare la réponse produite à l’idée attendue, puis identifie le manque : définition, condition ou exemple. Pour les méthodes d’écrit et d’oral, ajoutez une production complète ; la mémoire des principes ne suffit pas à savoir rédiger ou répondre sous contrainte. Les indicateurs « lu », « répondu » et « revu à distance » décrivent des activités différentes.

Construire une boucle de progression

Une erreur peut provenir d’une notion inconnue, d’une lecture trop rapide, d’un calcul ou d’un choix non justifié. La reprise doit cibler sa cause : relire toute la bibliothèque après une faute de dénominateur n’est pas le meilleur entraînement.

Alternez rappel de notions et tâches de production. Dans un journal simple, notez question, cause probable, explication corrigée et nouvel exemple. À la séance suivante, commencez par chercher avant de rouvrir la correction.

À vous de jouer · approfondissement

Vous avez relu trois fois une fiche, puis vous échouez sur un exemple différent. Proposez une séance de 20 minutes incluant une réponse sans aide et une correction.

Correction · raisonnement attendu

5 minutes : expliquer la notion sans support. 5 minutes : résoudre un cas nouveau. 5 minutes : comparer au cours et nommer précisément la confusion. 5 minutes : refaire une question proche avec une donnée modifiée. Prévoyez une nouvelle tentative un autre jour. Les temps sont un exemple pratique ; l'essentiel est la tentative avant feedback puis le transfert.

Vérifier votre réponse

Votre programme crée des occasions de chercher et d'appliquer ; il ne se limite pas à relire ou reconnaître.

À retenir

• Essayer de rappeler avant de regarder.

• Corriger puis revenir à distance.

• Combiner mémoire et mise en application.

Vérifiez vos connaissances

1. Quelle activité est un rappel actif ?

A. Expliquer une notion de mémoire avant d'ouvrir la fiche

B. Relire la fiche trois fois sans s'interroger

C. Surligner chaque phrase du chapitre

D. Regarder directement le verso de chaque carte

Correction : A
Le rappel demande de chercher l'information avant la vérification. La lecture reste utile, mais ne mesure pas la même activité.

2. Vous trouvez la bonne réponse mais ne savez pas expliquer votre choix. Que faire ?

A. Classer la notion comme définitivement maîtrisée

B. Reprendre la distinction puis la reformuler sans les choix

C. Ignorer l'explication parce que le score est bon

D. Supprimer cette question de toutes les reprises

Correction : B

Un bon choix peut venir de la reconnaissance ou du hasard. Une explication autonome apporte une information complémentaire.

3. Quel intervalle de rappel faut-il présenter comme universellement optimal ?

A. Exactement un jour pour toute notion

B. Toujours sept jours quels que soient les résultats

C. Aucun : l'intervalle dépend notamment de la tâche et de l'échéance

D. L'intervalle le plus long possible dans tous les cas

Correction : C
Les recherches sur l'espacement ne prescrivent pas un calendrier individuel unique. Le produit propose des repères ajustables.

4. Pourquoi conserver des exercices de rédaction en plus des cartes ?

A. Pour augmenter le seul nombre d'heures affiché dans le planning

B. Pour apprendre des copies modèles à réutiliser sans adaptation

C. Pour vérifier uniquement la vitesse de copie de phrases déjà rédigées

D. Pour entraîner la production et l'application que le rappel seul ne couvre pas

Correction : D
Connaître un principe et produire une réponse structurée sont deux capacités liées mais différentes. Le parcours doit entraîner les deux.

Références

Roediger et Karpicke — étude expérimentale sur le rappel et la rétention, 2006 ; notice PubMed
pubmed.ncbi.nlm.nih.gov

Cepeda et al. — synthèse quantitative sur la pratique espacée, 2006 ; notice PubMed
pubmed.ncbi.nlm.nih.gov