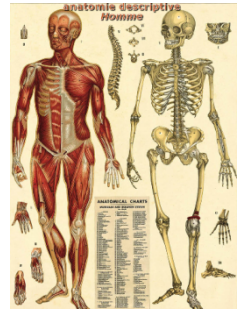




UE 5 -Anatomie Fiche méthodologique

L'anatomie est je trouve, la matière qui vous sera le plus utile pour vos années à venir dans la santé mais aussi pour votre culture générale.



I) En cours

Le plus gros du travail se fait en cours, il est important d'écouter le prof et de savoir de quoi il parle. L'anatomie ne change pas d'année en année (sauf la nomenclature...) mais il arrive que les profs rajoutent ou enlèvent des parties donc il faut rester **attentif**.

Vous pouvez vous munir d'un dictaphone ou d'une application d'enregistrement sur votre téléphone ou ordinateur pour pouvoir si besoin réécouter des moments importants ou des moments que vous n'avez pas eu le temps d'écouter.

Comme d'habitude il y a plusieurs types « d'élèves types » en amphithéâtre :

- Certains prennent les cours sur leurs ordinateurs, soit vous écrivez tout en partant d'une feuille blanche ou alors vous pouvez vous munir du cours de l'année précédente qui est sur le site du tutorat et le compléter petit à petit.
- Certains écrivent tout à la main (ça à l'air difficile mais pas impossible) cela permet aussi de faire des schémas dans la marge.
- Vous pouvez aussi avoir votre ordinateur et à côté une feuille blanche pour dessiner si vous avez une mémoire plus visuelle.
- J'ai aussi entendu parler des « binômes d'anatomie » : une personne suit le cours à l'ordinateur et l'autre dessine à la main

Petit conseil : avant d'aller en cours vous pouvez lire la veille ou le matin le cours. Cela vous permet de visualiser ou sont les informations dans votre cours, ou même de savoir de quoi va parler le prof.

II) Travail à la maison

Après avoir fait une première approche en cours, il faut le travailler à la maison. Pour cela, vous pouvez vous munir de plusieurs **supports** comme :

- Des livres d'anatomie : le Netter, le Kamina...
- Des logiciels d'anatomie : Human Anatomy Atlas 2018, Essentiel Anatomy...
- Internet.

Apprendre par cœur son cours c'est bien mais **comprendre et visualiser c'est mieux**. Pour cela pour réciter votre cours, vous pouvez prendre une feuille blanche et redessiner l'os et les insertions par exemple.

Petite astuce : vous pouvez utiliser une ardoise (retour au primaire !) mais aussi prendre une feuille blanche et dessiner par exemple l'os au stylo puis mettre cette feuille dans une poche plastique de classeur pour y écrire au véléda.

L'anatomie ne s'apprend pas en un jour et c'est à force de **répétition** que tous les détails vont rentrer.

III) Entraînements

Toujours, toujours des **QCMs**... Evidement que c'est important d'apprendre le cours mais les QCMs permettent vraiment de savoir si vous connaissez bien votre cours. Par exemple si vous voyez que vous faites des erreurs toujours sur un même chapitre ou une partie de cours, vous savez que plus tard il faudra passez plus de temps.

Les QCM sont importants mais il faut garder une trace de ce que vous avez fait comme erreur, **on apprend toujours de ses erreurs**, c'est pour cela que faire une « **fiche erreur** » sera pour vous très bénéfique. Vous écrivez toutes vos erreurs et quand vous avez le temps ou même avant d'attaquer un cours vous relisez cette fiche. Faire des erreurs n'est pas une honte, loin de là, il vaut mieux faire des erreurs pendant l'entraînement que le Jour J.

Petites astuces :

- *imprimer une feuille avec écrit ABCDEF sur chaque ligne ce qui vous fera gagner beaucoup de temps.*
- *Si vous avez un classeur, écrivez sur la première page le nom de tous les chapitres avec un numéro (pour ne pas se perdre) et en dessous vous mettez une croix ou même la date dès que vous le travaillez. Cela permet de voir où vous en êtes pour vos révisions et si certains chapitres ont été mis de côté. (à faire dans les autres matières aussi)*

IV) Révisions concours

Les révisions permettent de revoir tous les chapitres une ou plusieurs fois et d'avoir une vision d'ensemble. Ce qui est génial c'est d'arriver à faire des **liens** entre les différents chapitres.

En révisant tous les chapitres pendant vos révisions, vous pouvez créer une nouvelle fiche, encore plus précise que celles faites au cours de l'année, la « **fiche détail** » (faire des fiches n'est pas une obligation !). Cette fiche permet d'écrire tout ce que vous avez du mal à apprendre, des petits détails dits dans un cours qui est assez facile à mettre dans une QCM ou même ce que vous pensez qui va tomber (en fonction de l'intonation du professeur pendant son cours). *Pendant mes révisions j'ai fait cette fiche et deux de mes détails sont tombés au concours.*

V) Jour J

Le Jour J est arrivé, vous n'avez plus le temps de tout revoir. Vous avez peut-être l'impression d'avoir tout oublié mais c'est faux. Ce qui est bien c'est de **relire** les « fiches erreurs » ou votre « fiche détail » ou même regarder vos schémas si vous avez plus une mémoire visuelle.

Pendant le concours vous pouvez évidemment dessinez sur votre sujet ou votre brouillon (pas la grille !!) pour vous souvenirs de certains détails. Gardez-vous quelques minutes pour vérifier ne pas avoir fait de fautes quand vous avez cochez vos réponses.