

PLANNING · PRÉPAS SCIENTIFIQUES

La semaine type en prépa scientifique

MPSI, PCSI, PTSI, MP2I, BCPST — puis MP, PC, PSI, PT.

Les journées sont imposées. Ce qui fait l'écart tient dans les trois heures du soir et dans le week-end. En prépa scientifique, ces heures ne servent pas à relire : elles servent à **chercher**. Un exercice compris n'est pas un exercice acquis.

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
18 h 30 → 19 h 00 Relecture du cours du jour	Maths	Physique	Maths	Chimie ou SI	Physique
19 h 00 → 19 h 30 Pause et dîner					
19 h 30 → 21 h 15 Recherche — une seule matière	Exercices maths	DM de physique	DM de maths	Exercices physique	Préparation de colle
21 h 15 → 21 h 45 Reprise d'un exercice raté	Colle de la semaine	Maths	Physique	Maths	Chimie ou SI

	Samedi matin	Samedi après-midi	Dimanche matin	Dimanche après-midi
Le week-end, quatre blocs	DS	Correction du DS	Le point faible du moment	Préparation des colles

La règle des trois blocs. Une relecture courte, une recherche longue sur une seule matière, une reprise d'un exercice raté. C'est la reprise qui fait progresser, pas la recherche : un exercice qu'on n'a jamais refait sans le corrigé n'est pas su.

Modèle à adapter. La page 3 est vierge, à remplir et à afficher.

MÉTHODE

Quatre règles propres à ta filière

Chercher trente minutes avant de regarder la correction

C'est la règle la plus difficile à tenir et la plus rentable. Lire un corrigé donne le sentiment de comprendre ; chercher installe les réflexes. Le jour du concours, personne ne fournit la correction. Trente minutes de blocage productif valent trois corrigés lus.

Un exercice compris n'est pas un exercice acquis

Refais-le sans le corrigé, quarante-huit heures plus tard, feuille blanche. C'est le seul test honnête. La plupart des élèves découvrent à ce moment-là qu'ils avaient compris la solution de quelqu'un d'autre, pas construit la leur.

La chimie et l'informatique se sacrifient toujours en premier

Ce sont les premières matières abandonnées quand la semaine déborde, et ce sont souvent celles où quelques points se gagnent facilement. Donne-leur un créneau fixe dans la semaine, sinon elles disparaîtront d'elles-mêmes.

La colle se prépare, elle ne s'improvise pas

Une heure de préparation ciblée sur le chapitre annoncé change la note bien plus qu'une heure d'exercices au hasard. Le colleur teste ce qu'il vient d'annoncer.

Les cinq erreurs qui coûtent le plus

1. **Lire des corrigés au lieu de chercher.** Le piège numéro un de la première année. On avance vite, on ne retient rien.
2. **Ne jamais refaire un exercice raté.** Un exercice raté puis oublié est du temps entièrement perdu. C'est le seul gisement de progrès garanti.
3. **Accumuler les DM non terminés.** Un DM rendu incomplet mais rendu vaut mieux qu'un DM parfait rendu jamais.
4. **Négliger une matière jusqu'au DS.** Le rattrapage de dernière minute ne fonctionne pas en sciences : les automatismes ne se fabriquent pas en deux jours.
5. **Travailler trois matières dans la même soirée.** Chaque bascule coûte un quart d'heure de remise en route. Une soirée, une matière.

À REMPLIR

Ta semaine

Imprime cette page, remplis-la au crayon, et affiche-la. Un planning qui reste dans un fichier n'est pas un planning.

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
18 h 30 → 19 h 00 Relecture du cours du jour					
19 h 00 → 19 h 30 Pause et dîner					
19 h 30 → 21 h 15 Recherche — une seule matière					
21 h 15 → 21 h 45 Reprise d'un exercice raté					

	Samedi matin	Samedi après-midi	Dimanche matin	Dimanche après-midi
Le week-end, quatre blocs				

Le créneau de rattrapage. Laisse une case vide chaque semaine, volontairement. Elle servira, et c'est elle qui empêche le planning de s'effondrer à la première semaine chargée.

Le compteur de la semaine

Cinq chiffres, relevés le dimanche soir. Ce sont les seuls qui prédisent la progression : le nombre d'heures, lui, ne prédit rien.

Exercices cherchés seul, plus de 30 minutes	
Exercices ratés puis refaits sans corrigé	
DM rendus dans les temps	

Colles préparées à l'avance	
Créneaux de rattrapage utilisés	

ViragePrépa — document offert. Toute revente est interdite.