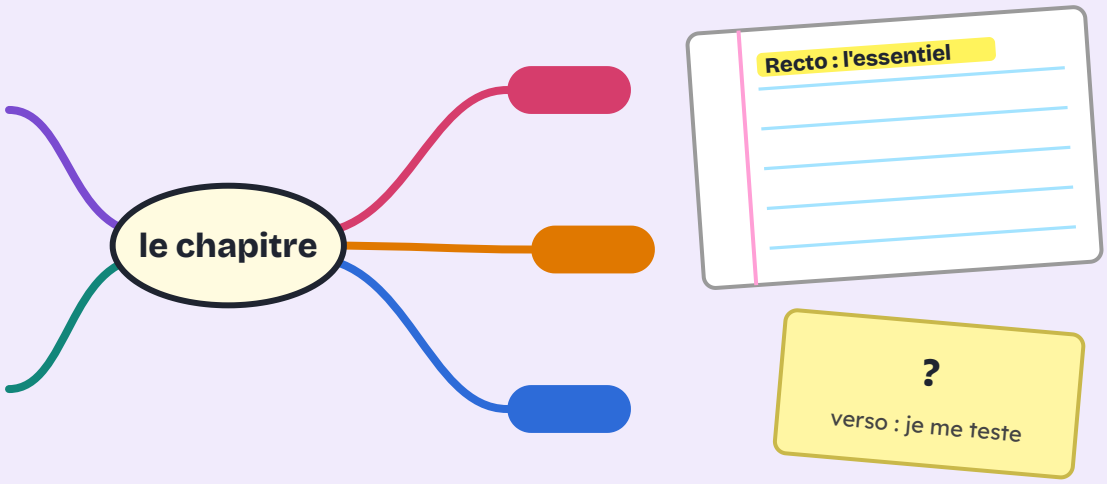
Fichelo

CM2 → terminale

Cartes mentales et fiches de révision

La méthode pour réviser en se testant, du CM2 au bac : la fiche qui sert, la carte mentale avec quatre exemples dessinés, les flashcards et la boîte de Leitner, et des plannings pour un contrôle, le brevet ou le bac.



- La fiche de révision : format, tri, questions au verso
- 4 cartes commentées : histoire, SVT, français, maths
- Plannings : 1 semaine, 2 semaines, 8 semaines
- Les 8 règles de la carte mentale
- Flashcards et boîte de Leitner à fabriquer
- Ce que dit la recherche, sans exagérer

9
chapitres de méthode, du principe au planning

12
outils à imprimer : gabarits, boîte, plannings

4
cartes mentales dessinées et commentées

Édition 2026-2027, à jour au 31 octobre 2026 · Pour l'élève, et le parent qui l'aide
Fichelo est un site indépendant, sans lien avec le ministère de l'Éducation nationale ni avec les plateformes citées. Chaque fait renvoie à sa source, listée en fin de guide.

Sommaire

1 Ce qui fait vraiment retenir 3
Une fiche, une carte mentale ou une carte à questions ne servent pas à « avoir révisé » : elles servent à se tester.

2 La fiche de révision qui sert 5
Une bonne fiche ne recopie pas le cours : elle trie ce qu'il faut savoir redire et refaire, tient sur un recto, et porte au verso les questions qui permettent de se tester.

3 La carte mentale : les règles 7
Une carte mentale met le sujet au centre et fait partir de lui les grandes parties du cours, puis les détails.

4 Quatre cartes mentales commentées 9
Un chapitre d'histoire, une notion de SVT, une œuvre en français et un chapitre de maths.

5 Flashcards et boîte de Leitner 12
Une question au recto, la réponse au verso, et une boîte qui fait revoir souvent les cartes ratées et plus rarement les cartes sues.

6 Se tester : huit façons, sans matériel ou presque 14
Se tester n'est pas faire un contrôle à la maison.

7 Du CM2 à la terminale : la même méthode, à la bonne taille 15
Les gestes sont les mêmes à tout âge : trier, se tester, espacer.

8 Planifier : un contrôle, le brevet, le bac 16
Espacer, c'est revenir sur un chapitre plusieurs fois, à quelques jours d'intervalle, plutôt qu'une seule longue fois la veille.

9 Les pièges, et vos questions 18
Ce qui donne l'impression de travailler sans faire retenir, et les questions que les parents se posent le plus souvent.

A Gabarits de fiche, recto et verso 20

B Gabarit : histoire-géographie et œuvres 21

C Gabarit : mathématiques et sciences 22

D Carte mentale vierge 23

E La boîte de Leitner à découper 24

F Intercalaires et cartes vierges 25

G Cartes vierges : recto 26

H Cartes vierges : verso 27

I Planning de révision sur deux semaines 28

J Planning de révision sur huit semaines 29

K Ma liste de chapitres : le feu tricolore 30

· Sources 31

Mode d'emploi

Élève : chapitre 1, puis la fiche (2), la carte mentale (3 et 4) ou les flashcards (5) ; le planning au chapitre 8, les modèles en annexes.

Parent : les chapitres 1, 6 et 9 disent comment aider en dix minutes sans refaire le travail. Les numéros entre crochets renvoient aux sources.

Chapitre 1

Ce qui fait vraiment retenir

Une fiche, une carte mentale ou une carte à questions ne servent pas à « avoir révisé » : elles servent à se tester. Voilà l'idée qui traverse tout ce guide, et ce que la recherche en dit, sans en rajouter.

> **En une phrase :** on retient mieux en essayant de retrouver de mémoire ce qu'on a appris (se tester) et en recommençant à plusieurs jours d'intervalle (espacer) qu'en relisant ou en surlignant. La fiche, la carte mentale et les flashcards ne sont que trois supports pour faire ces deux gestes.

Deux études, ce qu'elles montrent et ce qu'elles ne disent pas

Une grande synthèse de dix techniques. En 2013, cinq chercheurs en psychologie ont passé en revue les études publiées sur dix techniques que les élèves utilisent pour apprendre.[1] Deux techniques reçoivent leur meilleure note d'utilité : **se tester** (questions, cartes, exercices sans regarder la réponse) et **espacer** les séances de travail sur un même contenu. Trois reçoivent une note moyenne : se demander « pourquoi est-ce vrai ? », s'expliquer à soi-même ce qu'on fait, et alterner des exercices de types différents. **Surligner**, **relire** et **résumer** reçoivent une note faible, comme deux techniques de mémorisation par des images.[1]

« Faible » ne veut pas dire inutile : les auteurs expliquent que les preuves de bénéfice sont limitées ou instables, selon les élèves et les tâches. Et les cartes mentales ne faisaient pas partie des dix techniques étudiées : ce guide ne prétend donc pas qu'elles « marchent mieux » que le reste. Elles sont utiles ici parce qu'on s'en sert pour **se tester** (on les refait de mémoire), ce qui, lui, est bien établi.

Une expérience simple sur le test. En 2006, deux chercheurs ont fait lire des textes en prose à des étudiants, puis les ont fait soit relire, soit écrire de mémoire tout ce dont ils se souvenaient.[2] Cinq minutes après, relire donnait un léger avantage. Deux jours et une semaine après, c'étaient les étudiants qui s'étaient testés qui retenaient le plus. Dans la seconde expérience, ceux qui avaient seulement relu, plusieurs fois, se croyaient pourtant mieux préparés.[2]

Ce que cela change à la maison

- Relire donne une impression de maîtrise qui trompe : l'élève « reconnaît » son cours, il ne sait pas encore le redire.
- Le bon signal n'est pas « j'ai relu ma leçon » mais « j'ai répondu à mes questions sans regarder ».
- Se tromper pendant qu'on se teste n'est pas un échec : c'est l'endroit exact où il faut retravailler.

Les trois outils, et à quoi sert chacun

Outil	Ce qu'il fait bien	Pour quoi	Comment on s'en sert pour se tester
La fiche (chapitre 2)	Ranger en peu de place ce qu'il faut savoir dire et refaire	Définitions, méthodes, formules, plan type	Questions écrites au verso
La carte mentale (chapitres 3 et 4)	Montrer tout un chapitre d'un coup d'œil, et les liens entre ses parties	Histoire, SVT, œuvre, notion large, plan	La refaire sur une feuille blanche, puis comparer
Les flashcards (chapitre 5)	Isoler un fait par carte et le revoir au bon moment	Dates, vocabulaire, formules, conjugaisons	Question au recto, réponse au verso, boîte de Leitner

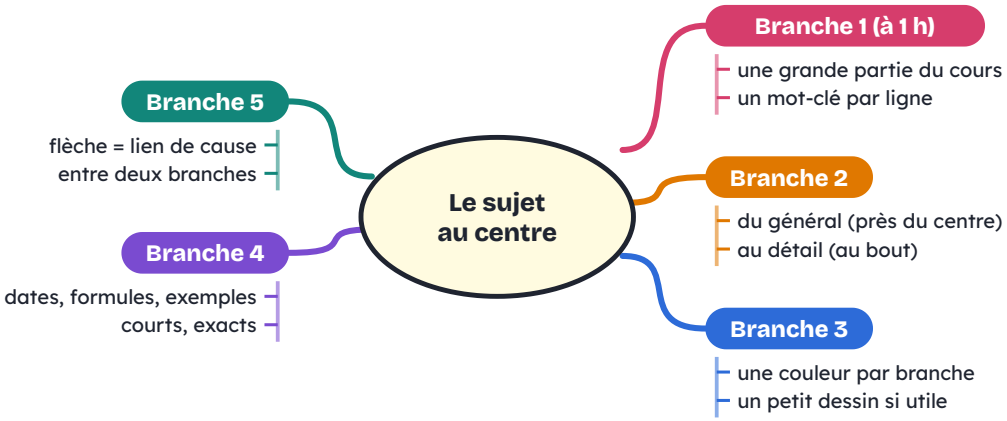
Un élève n'a pas besoin des trois pour chaque chapitre. Une règle simple : **une fiche ou une carte par chapitre** (selon la matière), et **des flashcards pour ce qui doit être su par cœur**. Le chapitre 7 dit comment doser selon l'âge, du CM2 à la terminale.

Chapitre 3

La carte mentale : les règles

Une carte mentale met le sujet au centre et fait partir de lui les grandes parties du cours, puis les détails. Elle est utile quand elle est courte, exacte, et refaite de mémoire.

Le programme du collège cite lui-même les cartes mentales parmi les productions qui permettent de « rendre compte de la complexité du monde », à côté des schémas et des croquis,[3] et le programme de langues vivantes propose d'« élaborer des cartes mentales pour mémoriser, structurer, synthétiser, rapporter ».[3] C'est un outil scolaire ordinaire, pas une mode.



La forme d'une carte mentale : le sujet au centre, une branche par grande partie, des mots-clés au bout.

Les huit règles

1. **La feuille à l'horizontale**, A4 ou A3, et le sujet au centre, en quelques mots (le titre du chapitre).
2. **De 4 à 7 branches principales** : les grandes parties du cours. Le plan du professeur (I, II, III) est souvent le meilleur point de départ.
3. **Des mots-clés, pas des phrases** : « 1916 : Verdun » plutôt que « En 1916 a lieu la bataille de Verdun ».
4. **Du général au détail** : près du centre ce qui est large, au bout des branches les dates, les exemples, les chiffres.
5. **Une couleur par branche**, la même pour ses sous-branches. Les couleurs servent à retrouver, pas à décorer.
6. **Un sens de lecture** : la première branche à « 1 heure », puis dans le sens des aiguilles d'une montre. On récite la carte dans cet ordre.
7. **Des flèches pour les liens** de cause ou de conséquence entre deux branches (« la guerre totale → la révolution en Russie »).
8. **Exacte** : une carte jolie mais fausse fait apprendre une erreur. On vérifie chaque date et chaque formule avec le cours.

Fabriquer sa carte en 25 minutes

1. **5 minutes** : relire le chapitre sans écrire, repérer les titres et les mots en gras.
2. **10 minutes** : tracer les branches principales (le plan), puis les sous-branches avec les mots-clés.
3. **5 minutes** : vérifier avec le cours ; ajouter les flèches de lien.

4. **5 minutes, le lendemain** : sur une feuille blanche, refaire la carte de mémoire, sans regarder. Comparer, et compléter dans une autre couleur ce qui manquait. C'est cette étape qui fait retenir ; les autres ne font que préparer.

Les cartes qui ne servent pas

- **La carte-dessin** : trois heures de feutres et de décorations pour un chapitre. Le temps passé à dessiner n'est pas passé à se tester.
- **La carte-cours** : des phrases entières sur chaque branche. Elle devient illisible et ne se refait pas de mémoire.
- **La carte jamais refaite** : regardée, admirée, rangée. Elle a la même limite que la relecture.

Carte ou fiche ?

Une carte mentale convient bien aux chapitres riches en notions qui se tiennent entre elles : un chapitre d'histoire ou de géographie, une notion de SVT, une œuvre en français, un plan de dissertation, une notion de philosophie. Une fiche convient mieux à ce qui se refait pas à pas : une méthode de calcul, une démonstration, une règle de grammaire avec ses exceptions. Beaucoup d'élèves font la carte pour la vue d'ensemble et gardent une petite fiche pour les méthodes. Le chapitre 4 montre une carte dans chacune des quatre matières.

Fin de l'extrait

Le guide complet contient 9 chapitres et 11 annexes, 12 outils à remplir et la liste des 5 sources. Il est en vente sur fichelo.fr/boutique/guide-cartes-mentales-fiches/.