

DÉPLOYEZ PLUSIEURS STRATÉGIES DE LECTURE

Venez explorer plusieurs techniques de lecture visant à faciliter votre compréhension des textes que vous devez lire.



Dominic Brazeau
Conseiller pédagogique
Soutien à l'apprentissage et
à la réussite



**SOUTIEN À L'APPRENTISSAGE
ET À LA RÉUSSITE**

UQO
CENTRE DE SOUTIEN
ET D'INNOVATION EN
PÉDAGOGIE UNIVERSITAIRE



https://saint-nazaire.maville.com/actu/actudet_-l-ecrivaine-madeleine-chapsal-est-decedee-au-pouliguen-ce-mardi-12-mars-2024-_dep-6195887_actu.Htm

La **lecture** est
un art et tout le
monde n'est
pas artiste.

*-Madeleine Chapsal,
écrivaine*

DÉROULEMENT

1

Utilisation d'un gestionnaire bibliographique

Nous allons voir ensemble comment utiliser un outil comme EndNote ou Zotero pour mieux gérer vos lectures et vos sources.

2

Lire avec intention

À l'aide d'une méthode *Question-Réponse-Analyse*, nous allons découvrir comment utiliser l'intention de lecture pour rendre l'exercice plus efficace.

3

Prendre des notes de contenu

Nous terminerons avec une façon efficace de prendre des notes de contenu (article web, PDF, livre, vidéo, ouvrage scientifique, etc.).

4

Établir une routine de lecture

Nous découvrirons comment établir une routine de lecture productive et agréable.



UTILISATION D'UN GESTIONNAIRE BIBLIOGRAPHIQUE



EndNote



Zotero

L'utilisation d'un gestionnaire bibliographique comme EndNote ou Zotero offre des avantages considérables pour la lecture universitaire. Ces outils ne se limitent pas à la création de bibliographies ; ils deviennent de véritables compagnons de lecture et de recherche. Voici quelques exemples de fonctionnalités importantes:

- Une bibliothèque unique pour toute source (article web, livre, PDF, etc.)
- Mots-clés (tags)
- Dossiers et Collections/Groupes
- Recherche puissante
- Annotation de PDF

EXEMPLE ENDNOTE (LICENSE REQUISE)

EN

The screenshot displays the EndNote interface. On the left is a sidebar with navigation options like 'All References', 'Recently Added', and 'MY GROUPS'. The main area shows a search for 'UdeM' with 14 references listed in a table. The table has columns for Author, Title, Year, Rating, Last Updated, and Ref Type. The reference by Dufort-Gervais, J.; Provost, L.; Charbonneau, C. M.; Norris, C. M.; Calon, F.; Mongrain, V. et al. is selected. A preview of this reference is shown on the right, including the title, authors, journal information, and abstract. A 'Prévisualisation de la référence selon le style choisi' button is visible at the bottom of the preview.

Author	Title	Year	Rating	Last Updated	Ref Type
Charland-Verville, V.;...	Olfaction in athletes with concussion	2012		2020-07-09	Journal A
De Beaumont, L.; Bris...	Long-term electrophysiological changes in athletes wit...	2007		2020-07-09	Journal A
De Beaumont, L.; Lass...	Long-term and cumulative effects of sports concussion...	2007		2020-07-09	Journal A
De Beaumont, L.; Mon...	Persistent motor system abnormalities in formerly conc...	2011		2020-07-09	Journal A
De Beaumont, L.; Tre...	Altered bidirectional plasticity and reduced implicit mot...	2012		2020-07-09	Journal A
Dufort-Gervais, J.; Pro...	Neuroigin-1 is altered in the hippocampus of Alzheimer...	2020		2021-03-09	Journal A
Fournier-Farley, C.; La...	Determinants of Return to Play After the Nonoperative...	2016		2020-06-01	Journal A
Gaudet, S.; Begon, M.;...	Clus... performance and self-re...	2019		2020-06-01	Journal A
Henry, L. C.; Tremblay,...	Metz... American football play...	2011		2020-07-09	Journal A
Lungu, E.; Michaud, J...	US Assessment of Sports-related Hip Injuries	2018		2020-06-01	Journal A
Masson, Maxime; Lam...	Self-reported risk-taking and sensation-seeking behavi...	2020		2020-06-01	Journal A
Therault, M.; De Beau...	Cumulative effects of concussions in athletes revealed...	2011		2020-07-09	Journal A
Tremblay, S.; Beaulé...	Multimodal assessment of primary motor cortex integrit...	2014		2020-07-09	Journal A
Turgeon, C.; Champo...	Auditory processing after sport-related concussions	2011		2020-07-09	Journal A

Neuroigin-1 is altered in the hippocampus of Alzheimer's disease patients and mouse models, and modulates the toxicity of amyloid-beta oligomers

J. Dufort-Gervais, C. Provost, L. Charbonneau, C. M. Norris, F. Calon, V. Mongrain, et al.

Sci Rep 2020 Vol. 10 Issue 1 Pages 6956

Accession Number: 32332783 PMID: PMC7181681 DOI: 10.1038/s41598-020-63255-6

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32332783>

Synapse loss occurs early and correlates with cognitive decline in Alzheimer's disease (AD). Synaptotoxicity is driven, at least in part, by amyloid-beta oligomers (Abetao), but the exact synaptic components targeted by Abetao remain to be identified. We here tested the hypotheses that the post-synaptic protein Neuroigin-1 (NLGN1) is affected early in the process of neurodegeneration in the hippocampus, and specifically by Abetao, and that it can modulate Abetao toxicity. We found that hippocampal NLGN1 was decreased in patients with AD in comparison to patients with mild cognitive impairment and control subjects. Female 3xTg-AD mice also showed a decreased NLGN1 level in the hippocampus at an early age (i.e., 4 months). We observed that chronic hippocampal Abetao injections initially increased the expression of one specific Nlgn1 transcript, which was followed by a clear decrease. Lastly, the absence of NLGN1 decreased neuronal counts in the dentate gyrus, which was not the case in wild-type animals, and worsens impairment in spatial learning following chronic hippocampal Abetao injections. Our findings support that NLGN1 is impacted early during neurodegenerative processes, and that Abetao contributes to this effect. Moreover, our results suggest that the presence of NLGN1 favors the cognitive prognosis during Abetao-driven neurodegeneration.

vancouver-fr-udem Copy Citation

1. Dufort-Gervais J, Provost C, Charbonneau L, Norris CM, Calon F, Mongrain V, et al. Neuroigin-1 is altered in the hippocampus of Alzheimer's disease patients and mouse models, and modulates the toxicity of amyloid-beta oligomers. Sci Rep. 2020;10(1):6956.

EXEMPLE ZOTERO (GRATUIT)



Welcome, Felix de la Durantaye - Settings - Inbox - Download - Log

Upgrade Storage

Home My Library Groups People Documentation Forums Get Involved

Search Title, Creator, Year

Home > People > Felix de la Durantaye > Library

Library

- Bibliothèque privée
- Centre de partage
- Groupes partagés
- Ressources d'aide
- Profil personnel
- Configurations du profil

Libraries

- Bibliothèque économique
- Import. Bib.
- Philosophie
- Test
- Trash

Tags

Filter Tags

Recherche et visualisation des marqueurs

Collections (dossiers) de votre bibliothèque

Title	Creator	Date Modified
A Dimensional Analysis of Creativity and Mental Illness: Do ...	Silvia and Kimbrel	01/09/2017 09:45
A Discourse on Novelty and Creation	Hausman	01/09/2017 09:45
A Lecture on "Having" a Poem		01/09/2017 09:45
A Note on Creation in Art		01/09/2017 09:45
A Principle of Uncertainty for Inf...		01/09/2017 09:45
A Psychology of Art Creation	Portnoy	01/09/2017 09:45
A Treatise on Human Nature	Hume	01/09/2017 09:45
A critical reflection on Arnheim's Gestalt Theory of Aesthet...	Cupchik	01/09/2017 09:45
A model of information practices in accounts of everyday-lif...	McKenzie	01/09/2017 09:45
A sensorimotor account of vision and visual consciousness	O'Regan and Noe	01/09/2017 09:45
Aaron Ridley's defense of Collingwood pursued (Art principle...	Hausman	01/09/2017 09:45
Achieving Extraordinary Ends: An Essay on Creativity	Bailin	01/09/2017 09:45
Action in perception	Noë	01/09/2017 09:45
Activation and metacognition of inaccessible stored informat...	Yaniv and Meyer	01/09/2017 09:45
Actual intentionalism vs. hypothetical intentionalism	Iseminger	01/09/2017 09:45
Addressing Immigrants' Information Needs.	Chapralis	01/09/2017 09:45
Aesthetics: problems in the philosophy of criticism (2nd ed...	Beardsley	01/09/2017 09:45

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fbib.umontreal.ca%2Foter%2Flogiciels-bibliographiques%2Fzotero%2Fdebuter&psig=AOvWaw3XYAHUzsfzAZ7Zqllz6Pkf&ust=1748446389035000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=OCBcQjhxqFwoTCNiOlSP8w40DFOAAAAAdAAAAABBE>

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fbib.umontreal.ca%2Foter%2Flogiciels-bibliographiques%2Fzotero%2Fdebuter&psig=AOvWaw3XYAHUzsfzAZ7Zqllz6Pkf&ust=1748446389035000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=OCBcQjhxqFwoTCNiOlSP8w40DFOAAAAAdAAAAABBE>

LIRE AVEC UNE INTENTION: QUESTION-RÉPONSE-ANALYSE

Intention de lecture:

L'intention de lecture est extrêmement importante lorsqu'on doit faire des lectures universitaires. Plus elle est précise, plus il sera facile d'extraire l'information nécessaire. Une fois que celle-ci est établie, on peut suivre les étapes suivantes:

01

Poser des questions:

Je m'interroge sur le sujet en me posant des questions directement en lien avec mon intention de lecture. Souvent, ces questions vont commencer par *pourquoi*, *comment*, *qu'est-ce que*, etc. Parfois, la question n'arrive pas sur-le-champ... je dois donc lire et être attentif aux questions qui viennent à moi.

02

Trouver des réponses:

J'identifie les réponses à mes questions tout en évaluant l'étendue de celles-ci. La plupart du temps, la réponse n'est pas qu'une seule phrase, mais bien un passage du texte.

03

Analyser les réponses:

J'analyse la réponse en créant une connection avec mon intention. Donc, dans le passage que j'ai relevé, je cherche des preuves qui soutiennent ou qui contredisent celle-ci.



PRENDRE DES NOTES DE CONTENU

Prendre des notes de lecture est une tâche que plusieurs considèrent longue et ardue. Ce sentiment provient souvent d'un manque d'organisation dans notre méthodologie de travail ou d'une baisse de productivité. La structure de votre système de note est essentielle à un rythme de travail confortable et agréable. La méthode qui vous sera proposée s'adopte autant dans un système papier que numérique. Il vous faut:

- Un endroit pour compiler l'information extraite (toutes les notes d'un même ouvrage au même endroit)
- Un endroit pour paraphraser les informations extraites que vous allez avoir filtrées
- Un endroit pour conserver les citations que vous jugez essentielles.



Il faut voir la note de contenu un peu comme une fiche de lecture. La différence, c'est qu'on y met un maximum d'informations déjà travaillées, prêtes pour la rédaction. Comme dans une fiche de lecture, on peut même y ajouter un court résumé si on ressent le besoin de solidifier la compréhension du contenu dont il est question.

COMMENT GÉRER LES NOTES DE CONTENU

1. Au lieu d'extraire des parcelles d'information dans un ensemble cohérent, on isole un passage complet qui est directement en lien avec notre intention de lecture.
2. On inscrit chaque passage dans un endroit dédié au contenu consulté (section d'un cahier de notes ou fichier spécifique dans un dossier)
3. Une fois ce processus terminé, on fait un filtrage en révisant chaque extrait et en analysant s'il est toujours pertinent pour nous.
4. On paraphrase (reformule dans nos mots) ensuite chaque passage choisi. On s'assure que notre paraphrase reste toujours parallèle à notre intention de lecture.
5. Si certains extraits sont des citations essentielles, on les ajoute dans une section *Citations*.
6. On conserve les extraits non retenus dans un fichier "brut".



EXEMPLE DE NOTES DE CONTENU

Kadavy, D. (2021) - Digital Zettelkasten: Principles, methods and examples

Kadavy, David. *Digital Zettelkasten: Principles, Methods, & Examples*. Place of publication not identified: Kadavy Inc., 2021.

« Someday/Maybe is borrowed from the Getting Things Done productivity system. You often come across things that are interesting, but not interesting enough and/or not relevant enough to your current projects to investigate further. The "someday/maybe" designation helps reduce worries that the idea might fall through the cracks, without obligating you to follow up on the idea right now. »

« By keeping the raw highlights in your database, you can search and quickly find the exact passage. »

« Now as a separate task you're asking yourself which parts are interesting enough that you want to re-write them in your own words later. »

- Lorsque je prends des notes de référence, quand j'ai terminé le livre, je filtre et distille encore plus les passages que j'ai surligné ou paraphrasé. Je conserve seulement ce que je considère incontournable. C'est ce qui va entrer dans le Zettelkasten, sous forme de note de référence. Le procédé est le même pour les articles web et les vidéos.

- Je peux garder l'ensemble de mes notes de référence dans un dossier intitulé « Références bruts ».

Note brut

Oppenheimer, T. (2003) - The flickering mind

Oppenheimer, Todd. *The Flickering Mind: The False Promise of Technology in the Classroom, and How Learning Can Be Saved*. 1st ed. New York: Random House, 2003.

Notes de contenu:

P.196 - Dans les années 1990, aux États-Unis, plusieurs établissements scolaires ont aboli des programmes artistiques (art visuel, musique, danse, chant, théâtre, etc.) pour investir en technologie.

P.203 - Dans les années 2000, une étude démontre que dans 100 000 écoles américaines, les élèves ayant appris à lire à l'aide d'une application ont réduit leur créativité de 50%!

P.235 - La capacité à réfléchir et la créativité dépendent des 2 hémisphères: l'IA empêche le développement de l'hémisphère gauche si on l'utilise comme substitut.

P.253 - L'effet « Mozart » (1993): écouter de la musique classique pendant 10 minutes peut augmenter le QI de 9 points, mais c'est temporaire. Jouer de la musique, en contrepartie, peut rendre cet effet permanent.

Résumé / Commentaires:

La première moitié du livre ne parlait que de l'évolution de la technologie en éducation. La deuxième partie m'a toutefois interpellée, car il était vraiment question de l'émergence de l'intelligence artificielle en salle de classe. J'ai toujours été un enseignant qui s'intéresse à la technologie éducative, mais le livre m'a tout de même ouvert les yeux sur plusieurs dangers, notamment sur les problèmes de développement que ça peut occasionner chez les enfants. Je peux seulement imaginer l'ampleur des dégâts chez les jeunes, quand de mon côté, je me suis vite rendu compte que je retenais moins l'information si je la faisais reformuler par ChatGPT.

Citation(s):

P.201 - La technologie tue l'imagination, rendant les enfants hautement exposés, blasés et insensibles

Note de contenu

COMMENT CRÉER UNE ROUTINE DE LECTURE

Comme dans tout accomplissement, l'accumulation de succès dans une pratique ne se mesure pas selon la quantité, mais selon la répétition du comportement désiré. En d'autres mots, si on veut faire preuve de productivité dans nos lectures, il est plus efficace de se concentrer sur la création et l'adoption d'une routine que de compter combien de lectures on a fait. Voici plusieurs astuces pour vous aider :

- NE PAS FAIRE PLUS D'UNE TÂCHE À LA FOIS, dédier le temps de lecture à la lecture et la prise de notes (ex: ne pas lire en même temps qu'on rédige un travail);
- Trouver un endroit calme, dépourvu de distractions, où on peut y associer la lecture (associer un nouvel environnement à une habitude peut faciliter celle-ci);
- Déterminer à l'avance un temps de lecture dans notre journée et le mettre à l'agenda (ou au calendrier);
- Mettre un repère visuel à notre endroit de lecture. Par exemple, déposer le livre à la bonne page sur le fauteuil où on s'assoit pour lire;
- Inclure un élément positif et satisfaisant, comme se préparer une tasse de thé, de café, ou même se mettre de la musique d'ambiance relaxante.
- Utiliser la technique des deux pots, le premier étant plein de petits objets (ex: trombones) et le deuxième étant nommé *Lecture*. Chaque fois qu'on lit, on transfère un objet du pot plein au pot de lecture. On peut aussi utiliser un cahier ou une application pour suivre cette habitude.



PRENEZ RENDEZ VOUS POUR DE L'AIDE SUPPLÉMENTAIRE



Courriel:

reussir@uqo.ca



Page de réservation



En personne:

Local: D-0416

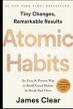
Pavillon Alexandre-Taché



RÉFÉRENCES



Ahrens, S. (2022). How to Take Smart Notes : One Simple Technique to Boost Writing, Learning and Thinking.



Clear, James. Atomic Habits: Tiny Changes, Remarkable Results: An Easy & Proven Way to Build Good Habits & Break Bad Ones. New York: Avery, an imprint of Penguin Random House, 2018.

