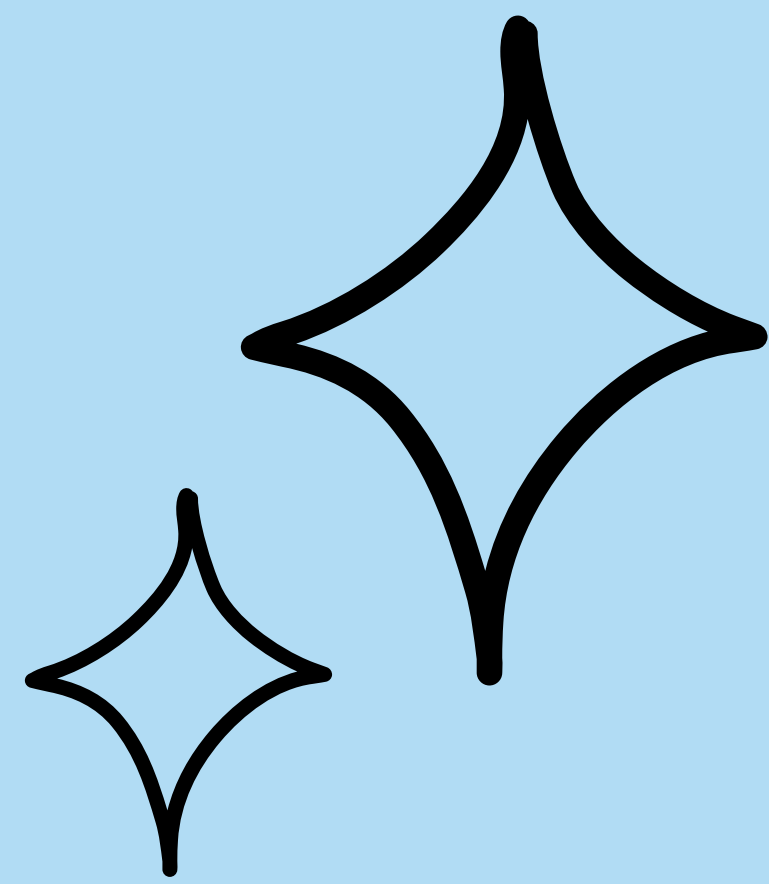


Créer un planning de révision



1. Trouver une routine qui vous correspond

6h50: réveil

7h-12h : cours un peu compliqués/denses

12h-14h : pause repas + sieste + promenade

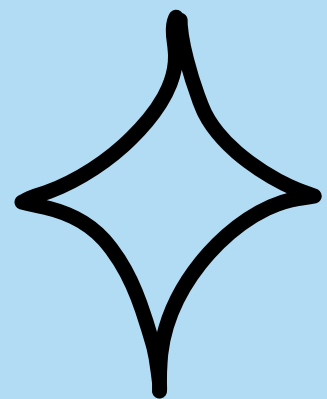
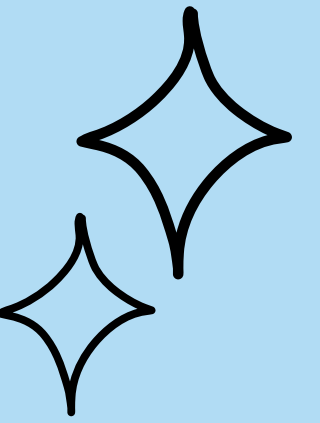
14h-16h : cours faciles ou cours avec application (chimie/biophy/biostat)

16h-16h15 : pause (j'avais besoin de plus de pauses l'aprèm)

16h15-19h : encore des cours

19h-20h : repas

20h-max 22h : retard que j'ai pris, QCMs en plus, cours que j'aimais bien (j'avais plus d'EDT après le repas)

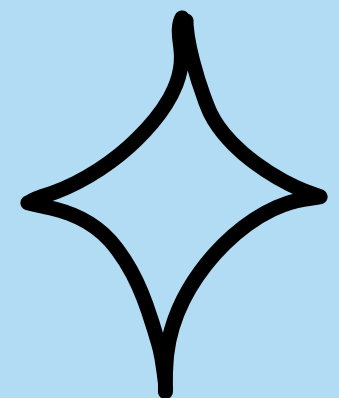
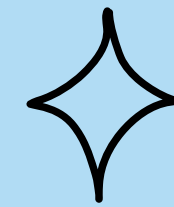


2. Méthode des J pour les premières fois

- sur 2 semaines
- petite marge d'erreur pour tout bien répartir
- permet de “faire du bourrage de crâne” pour avoir des bases solides
- mettre TD licence et caser autour la médecine



J0-J1-J3-J7-J15

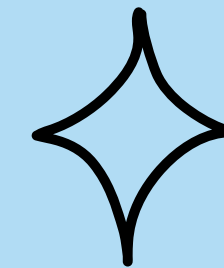


3. Faire des blocs

- répartir les cours en bloc
- facilite les liens entre les cours
- faire selon thème
- ex: bloc 1 de bioch= GL, GGL, GGG, NGG

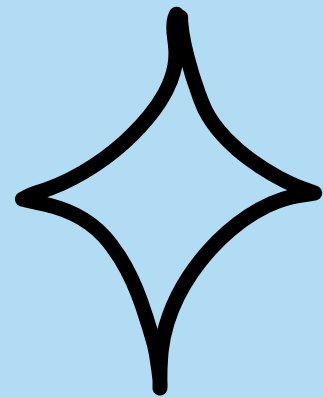
• Chimie

Bloc1	Intro, liaisons et VSEPR
Bloc 2	Nomenclature, Stéréoisomérisation
Bloc 3	EE



• Biochimie :

Bloc 1	CRM / ATP synthase / CK / PDH
Bloc 2	GL/GGG
Bloc 3	AA / Intro métabo
Bloc 4	Intro métabo

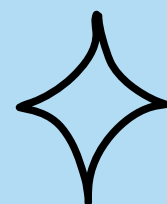


• Biophysique :

Bloc 1	Osmoles/propriétés colligatives/concentrations/eau/ moles et osmoles
Bloc2	Circulation
Bloc 3	Cardiaque
Bloc 4	RI (4cours)
Bloc5	Transformations radioactives (3cours)

• Physiologie

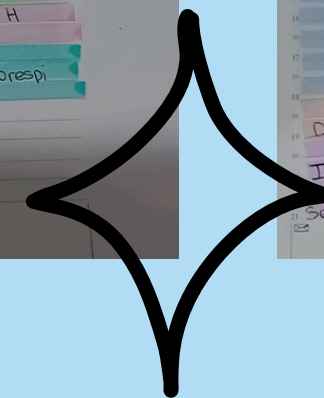
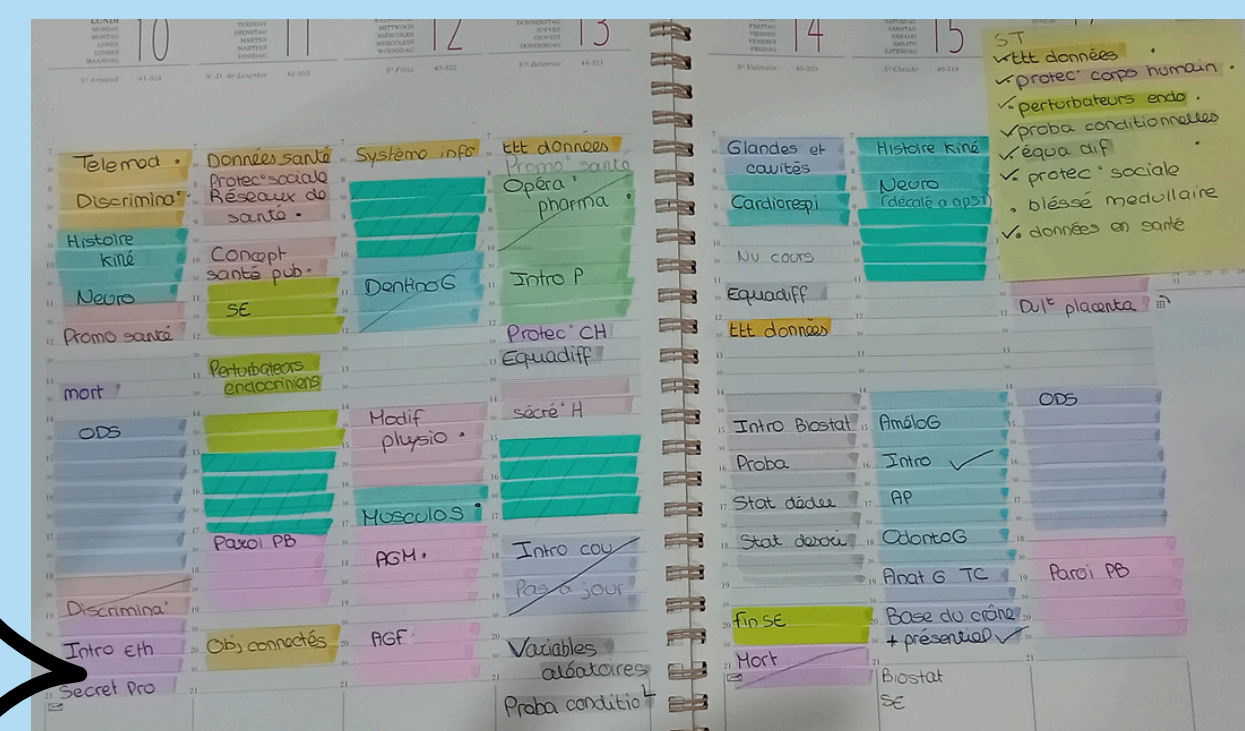
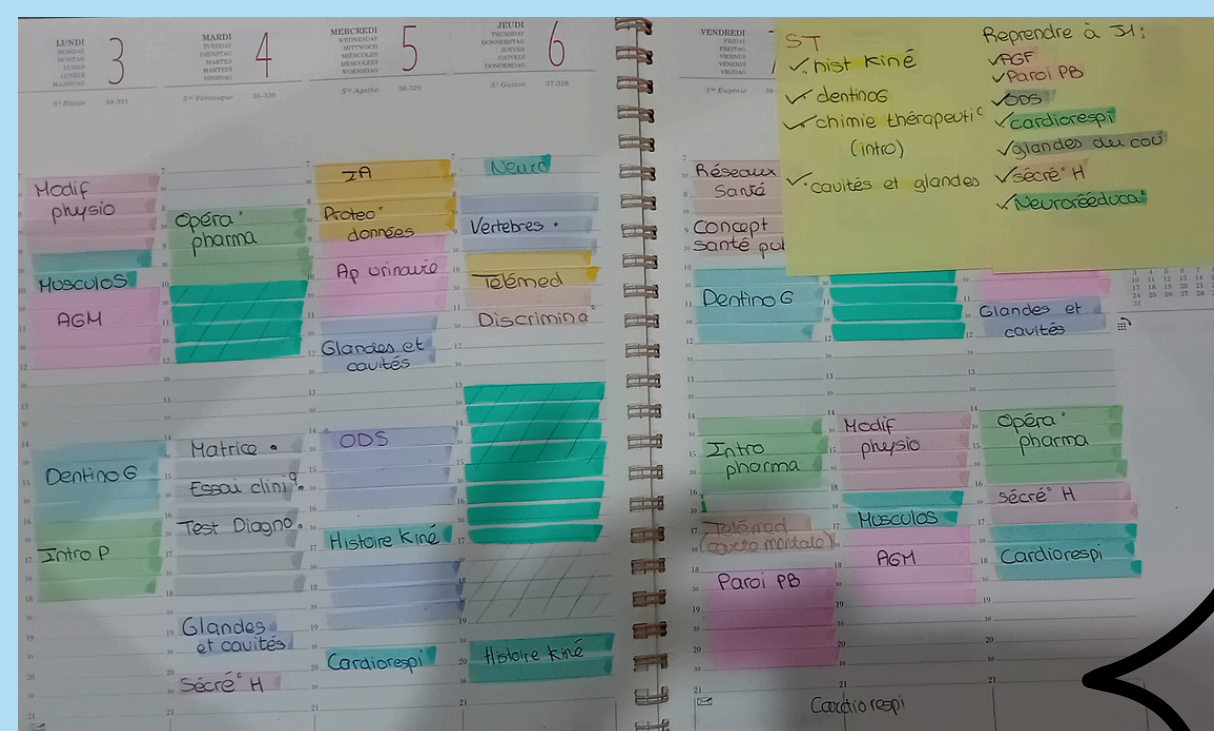
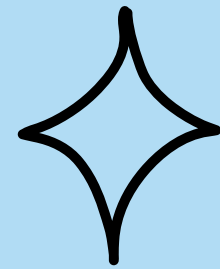
Bloc 1	Régulation pression artérielle/Homéostasie
Bloc 2	PC, PE, PR, diffusion MI, Canaux ioniques, <u>co</u> transporteurs



Bloc 1	Pharmacocinétique (4h)
Bloc 2	Pharmacodynamie
Bloc 3	Histoire mdc; développement pré-clinique et clinique
Bloc 4	Cibles et mécanismes

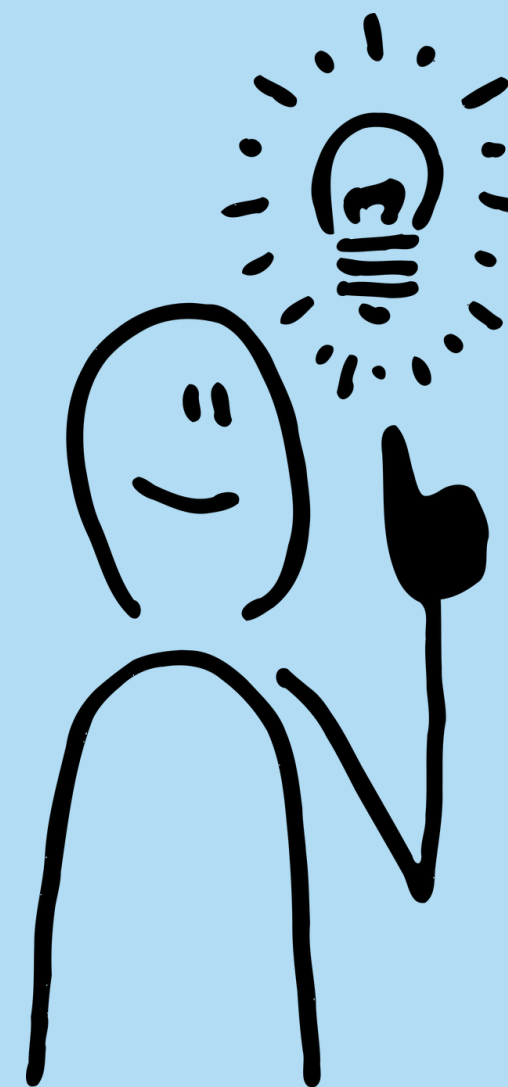
4. Faire des emplois du temps par semaine

- essayer de mettre les blocs toutes les 2 semaines
- mettre les cours plus compliqués toutes les semaines / 2 semaines
- les cours plus simples tout les mois pour permettre de mettre l'accent sur les difficultés
- programme ST/EB



5. Garder en tête le nombre de fois les que cours ont été travaillés ✨

Biomol/Génétique	Acides nucléiques et réplication (ronéo)	27/08 (6,5/10)	28/08 (11,5/20)	1/09 (12,5/20)	6/09 (14/20)	30/09 (14/20)
	Expression génique et régulation chez les procaryotes et chez les eucaryotes	5/09 (7/10)	10/09 (6/10)	20/09 (7/12)	24/09 (10/19)	10/10 (25/32)
	Méiose et hérédité	28/09	13/10 (5,5/7)	19/11 annales 7/8		
	Mutabilité et maintenance du génome, dynamique du génome et évolution	27/10 (3/4 annatut 24-25)	28/10 (11/16 annatut 23-24)	19/11 3,5/5 annales et 7/8		
	Intro génétique moléculaire (ronéo)	15/08	18/08 (7/10)	29/08 (8/11)	12/09 (11/13 et 9/11)	25/09 (8/8 annales)
	Extraction ADN et PCR + Digestion enzymatique et séquençage	5/09	10/09	16/09 (14/20)	21/09 (9/10)	25/09 (14/16)
	Digestion enzymatique et séquençage					
	séquençage haut débit	27/10	3/11 (30/35 QCM prof) 3/11 (49/62 annales)	22/11 31,5/35		
Biocell	Intro	6/09	10/09 (10/12)	15/05 (8/10)	20/09	18/10 (3,5/5 annales prépa)
	Méthodes d'étude microscopie	17/10 (19,5/25)	1/11 18/23 annales			
	Méthodes d'étude	17/10 (19,5/25)	1/11 9/16 annales			
	Compartiments membranaires + transduction du signal	30/10	1/11 13/33 annales prépa	11/11 (21,5/28 annales)		
	Cytosquelette	4/09 (5/10)	12/09 (7/10)	17/09 (12,5/16) pas relu	26/09 (8,5/11 et 8/11)	1/10 (3,5/4 annales)
	Cycle cellulaire	4/09 (7/10)	16/09 (6/10)	16/09	21/09 (7/12)	25/09 (4,5/6) (8/10)



Biophys	eau (fiche)	12/08	20/08 (23/30)	16/09 (4/8)	20/10 (9/14 annales)	6/11 (12/14 annales)
	Moles et osmoles (fiche)	12/08	20/08 (23/30)	16/09 (4,5/7)	20/10 (4,5/5 annales)	6/11 (4/5 annales)
	Concentration des solutions (fiche)	6/08	7/08 (1,9) ressenti	20/08 (23/30)	20/09	20/10 (7/12 annales)
	Diffusion et passages transmembranaires	16/09 (3/4)	22/09	20/10 (2/2 annales)	6/11 (2/2 annales)	
	Osmose (fiche)	5/08	7/08 (4/6) ressenti	20/08 (23/30)	16/09 (4/6)	20/10 (3/4 annales)
	Propriétés colligatives (fiche)	6/08	7/08 (1,5/4) ressenti	20/08 (23/30)	16/09 (3/4)	20/10 (4/5 annales)
	Biophys circu (fiche)	09/08	21/08 (10/19) mieux+++	28/08 (11/20) (7,5/10)	15/09 (2,5/10) et (7/10)	29/09 (6,5/10)
	Biophys cardiaque	22/08	23/08 (13/20)	31/08 (16/20)	4/09 (11/17) (9/10)	21/09 (5,5/8) pas relu
	Notions masse et énergies	20/09	21/09 (8,5/10)	26/06 (14/20)	30/09 (12,5/17)	6/10 (15/17)
	Particules et ondes	20/09	21/09 (8,5/10)	26/06 (14/20)	30/09 (12,5/17)	6/10 (15/17)
	Structures électronique de l'atome	20/09	21/09 (8,5/10)	26/06 (14/20)	30/09 (12,5/17)	6/10 (15/17)
	Intro rayonnement ionisant (ronéo)	27/08	1/09 (14,5/20)	5/09 (12/20)	10/09 (6/11 5,5/10 9,5/10)	6/10 (16/21 annales)
	Interactions RI matière (ronéo)	27/08 (2/3)	1/09 (14,5/20)	5/09 (12/20)	10/09 (6/11 5,5/10 9,5/10)	6/10 (16/21 annales)
	Photons matière (ronéo)	27/08 (4/5)	1/09 (14,5/20)	5/09 (12/20)	10/09 (6/11 5,5/10 9,5/10)	6/10 (16/21 annales)
	Particules matière (ronéo)	27/08	1/09 (14,5/20)	5/09 (12/20)	10/09 (6/11 5,5/10 9,5/10)	6/10 (16/21 annales)
	RX	23/10 (3/9 Qcours + moodle)	26/10 (3/7 annatut 24-25)	28/10 (6/8 annatut 23-24) moodle 3,5/6 11/11 annales	4/11 (11,5/16 annales)	
	Application des RX	23/10 (3/4 Qcours)	26/10 (4/6 annatut 24-25)	28/10 (6/8 annatut 23-24) 3,5/4 moodle	4/11 (11,5/16 annales)	
	Noyau	24/10	29/10 (8,5/14 annatut 24-25)	3/11 (14,5/21) annales	4/11 (19/21 annales)	
	Radioactivité alpha isobarique	30/08	31/08 (8,5/10)	10/09 (17/25 et 8,5/10)	13/09 (14/24)	29/09 (7/10)
	radioactivité isométrique	30/08	31/08 (8,5/10)	10/09 (17/25 et 8,5/10)	13/09 (14/24)	29/09 (7,5/10)
	Familles radioactives	Date	Date	29/09 (3/5)		
	Radiobiologie/radioprotection	1/10	2/10 (9/10)	7/10 (7,5/10)	13/10 (12,5/16)	16/10 (10/14 annales prépa)
	Lois cinétiques	24/10	26/10 (5,5/6 annatut 24-25)	3/11 (12/17 annales)	24/11 5/6	
	Radiothérapie	8/10 (16/19)	13/10 (12,5/16)	16/10 (10/14 annales prépa)	22/10 (9,5/10 DM annales 23-24)	RECAP