Comment préparer le test de résidanat en 04 mois

Salam

mes amis, j'ai rencontré un ancien ami et il m'a demandé de lui donner quelques conseils pratiques pour préparer le prochain concours de résidanat. On a discuté de plus de 30 minutes et a la fin j'ai eu l'idée d'écrire ce document et le partager avec vous tous. Ce document est un guide pour mieux planifier la préparation au lieu de réviser anarchiquement. J'ai applique cette méthode pour préparer durant 02 mois uniquement. Je ne vais pas vous dire que je l'ai respecté de A a Z mais ça m'a beaucoup aide. Analyzer le car peut être il va vous donner quelque astuces pour avoir une bonne stratégie. Donc ca reste une expérience et a vous de juger ce que vous convient ☺

Alors on commence ! Juste un rappel

Le test de résidanat est un examen qui dure une journée et demie et comporte 03 épreuves

- Sciences fondamentales ou connues fréquemment sous le nom de biologie
- Pathologies médico-chirurgicales
- Dossiers transversaux

Chaque épreuve comporte 100 QCM a choix unique mais il existe beaucoup de questions dont la réponse est une association qui rend difficile la question !

La durée de l'examen est de 03 heures pour chaque épreuve (02 heures a blida)

On commence par les **sciences fondamentales** qui regroupent les modules qu'on a fait de la 1re année a la 3e année mais certains modules sont hypertombable par rapport aux autres (je vais citer après)

Pathologies medico-chir comporte 50 QCM variée sur les modules qu'on a fait de la 4e a la 6e année (et bien sure certains modules sont hypertombables par rapport aux autres) ... avec aussi 50 QCM repartie en 10 petits cas cliniques

Les dossiers : 10 dossiers qui sont différents des cas cliniques car ils ne sont pas oriente vers un seul module ... au cas clinique ca concerne une seule pathologie ... les dossiers ont tendance a présenter un malade qui nécessite une prise en charge multidisciplinaire

Cette introduction vous permet d'avoir une idée de ce que le test (alger, blida ....) . D'autres facultés utilisent les questions ouvertes donc ca ne les concernent pas !

On passe maintenant a l'étape de planification de notre révision. Je vais essayer d'expliquer d'une façon simple mais détaillée comment y arriver.

Combien de jours il nous reste ?

120 jours avant le test

Combien de couches on compte faire ?

02 couches avec une semaine pour résoudre les sujets des années précédentes !

Quelles sont les modules a réviser ?

Cycle clinique :

4e annee	5e annee	6e annee
Cardiologie	Pediatrie	Dermatologie
Pneumologie	Gynecologie	ORL
Gastro-enterologie	Traumatologie	Ophtalmologie
Hematologie	Rhumatologie	Travail
Neurologie	Reeducation	Epidemiologie
infectiologie	Psychiatrie	Legale
	endocrinologie	
	Urologie	
	nephrologie	

Cycle preclinique :

1e + 2e annee	3e annee
Anatomie	Anatomie-pathologique
Physiologie	Pharmacologie
Biochimie (metabolique : 2e)	Immunologie
	Radiologie
	Microbiologie
	parasitologie

Alors maintenant, on essaye d'appliquer un principe que j'ai explique une fois. Ce principe essaye de classer les modules de l'hyper-tombable au moins (hypo-) tombable. On peut les classer en 4 classer (d'après mon expérience, on a besoin vraiment de statistiques !! mais pas juste des impressions)

Alors je vais reprendre les mêmes tableaux mais je vais donner un classement de 1 a 4 dont 1 = hypertombable

Classement des modules :

4e annee	Classement	5e annee	Classement	6e annee	Classement
Cardiologie	01	Pediatrie	01	Dermatologie	04
Pneumologie	02	Gynecologie	01	ORL	03
Gastro-enterologie	01	Traumatologie	01	Ophtalmologie	04
Hematologie	01	Rhumatologie	02	Travail	04
Neurologie	02	Reeducation	03	Epidemiologie	03
infectiologie	02	Psychiatrie	02	Legale	04
		endocrinologie	02		
		Urologie	03		
		nephrologie	03		

1e + 2e annee	Classement	3e annee	Classement
Anatomie	03	Anatomie-pathologique	01
Physiologie	02	Pharmacologie	01
Biochimie (metabolique : 2e)	02	Immunologie	01
		Radiologie	03
		Microbiologie	01
		parasitologie	02

J'espère que mon idée est claire maintenant.

On va les présenter les modules maintenant selon le classement

Classe 01	Classe 02	Classe 03	Classe 04
Cycle clinique			
Cardio	Pneumo	Reedu	Dermato
Gastro	Neuro	Uro	Ophtalmo
Hemato	Infectio	Nephro	Travail
Pediatrie	Rhumato	ORL	Legale
Gyneco	Psy	Epidemio	
Traumato	Endocrino		
Cycle preclinique			
Pharmaco	Physio	Anatomie	
Immuno	Parasito	Radiologie	
Microbio	Biochimie	Génétique	
Anapath			

Alors j'ai eu l'idée d'attribuer un nombre fixe de jour pour chaque module de même classe.

Classe	**Classe 01**	**Classe 02**	**Classe 03**	**Classe 04**
Nombre de jours	04	03	02	01
total	40	27	16	4
	87 jours !!			

Donc 120 – 87 = 33 jours.

A mon avis, ça ne permettra pas de réaliser 02 couches d'une façon efficace et surtout de résoudre le maximum de QCM !!

Donc j'ai procède d'une façon un peu différente. Vous avez le choix de garder ça ou aller voir la 2e stratégie.

J'ai essayé de réduire le nombre de jours au sein de même classe. A mon avis si je compare Gastro avec hémato, je peux donner 4 jours et 3 jours respectivement.

Astuces - Résumat

Voici ce que donnent ces changements

Classe 01	jours	Classe 02	Jours	Classe 03	Jours	Classe 04	Jours
Cycle clinique							
Cardio	03	Pneumo	03	Reedu	01	Ophtalmo	01
Gastro	04	Neuro	02	Uro	01	Travail	
Hemato	03	Infectio	02	Nephro	01	Legale	01
Pediatrie	04	Rhumato	02	ORL		Dermato	
Gyneco	03	Psy	02	Epidemio	02		
Traumato	04	Endocrino	02				
Cycle preclinique							
Pharmaco	03	Physio		Anatomie	01		
Immuno	03	Parasito		Radiologie	01		
Microbio	04	Biochimie		Génétique	01		
Anapath	04						

On peut maintenant établir un autre tableau. (C'est a vous de la changer si vous n'êtes pas d'accord !)

01 jour	02 jours	03 jours	04 jours
Travail	Epidemio	Pneumo	Gastro
Dermato + Legale	Neuro	Hemato	Pediatrie
Reedu	Infectio	Gyneco	Traumato
Uro	Rhumato	Cardio	Microbio
Nephro	Psy	Pharmaco	Anapath
OR L	Endocri	Immuno	
Radio	Parasito	Physio	
Genetique		biochemie	
Anato			
Total			
09	14	24	20
67 jours			

67 jours c'est raisonnable pour moi. Ca permettra de revoir les modules surtout la 2e couche.

Astuces Résidanat

Dans quel ordre je vais réviser les modules ?

Une question importante a mon avis. Pour moi c'est inutile de commencer par les modules de la 3e classe et d'autres de la 1er ne sont pas encore fait. Je vais proposer cette ordre mais c'est a vous de faire quelques changements.

J'ai commencé par la clinique avant la biologie. A mon avis qu'il ne faut pas commencer par la biologie qui reste difficile est obscure lorsqu'on commence tardivement. La clinique est mieux claires dans nos têtes.

01-	Cardio	03 j	**11-**	Rhumato	02 j	**21-**	Microbio	**04 j**
02-	Hemato	03 j	**12-**	Psy	02 j	**22-**	Immuno	**03 j**
03-	Traumato	04 j	**13-**	Epide	02 j	**23-**	Physio	**03 j**
04-	Gyne	03 j	**14-**	Uro	01	**24-**	Parasito	**02 j**
05-	Gastro	04 j	**15-**	Nephro	01 j	**25-**	Biochem	**03 j**
06-	Pediatrie		**16-**	Reedu	01 j	**26-**	Anatomie	**01j**
07-	Pneumo	03 j	**17-**	Travail + ophatlmo	01 j	**27-**	Radio	**01j**
08-	Endocrino	02 j	**18-**	Dermato+lgale	01 j	**28-**	Genetique	**01j**
09-	Infectio	02 j	**19-**	Pharmaco	03 j	**29-**		
10-	Neuro	02 j	**20-**	Anapath	04 j	**30-**		

Pour la 2e couche il suffit de diminuer de 01 jour chaque module et les modules a 01 jour il faut faire 02 par jour.

Le but de la 2e couche est de reviser les cours qu'on a fait durant la premier couche mais il faut se baser sur nos points faibles cette fois-ci et se baser sur les cours qu'on rencontre souvent sur les QCMs.

Pour les QCM, je vous conseille vivement d'utiliser uniquement ces banques de QCM. Par ordre d'importance :

1- Melbouci les annales 1985-2011 : Il est classe par module donc il va être un bon outil. Il contient certaines erruers mais elles ne sont pas nombreuses
2- Lapin bleu : une banque de données francaise très riche (~25000 QCM). En quelque sorte c'est la mise a jour de l'hyperQCM et il marche bien sur les nouvelles versions de windows. Et il y a aussi l'option recherche qui permet de résoudre les QCM sur un particulier.
3- Sujets du test residanat : il faut les faire après la 2e couche. Ils vous donnent l'opportunité de pratiquer

Les autres ressources comme la série verte ou bleu, hyper QCM sur papier, melbouci par module ....etc sont parfois utiles mais ils ne sont pas aussi importants par rapport que j'ai cite. Ca reste un avis mais après discussion avec beaucoup de gens sur le test, je ne vois pas l'utilité de les utiliser si on fait bien ces 03 ressources principales qui sont les ressources des autres banques de QCM (je les ai analyse et j'ai trouvé qu'ils ne sont qu'une collection de QCM tirées a partir des 03 banques mais sont classe par cours au sein du même modules uniquement ! il y a aussi les QCM tirées a partir des sujets de l'externant mais je ne sens pas qu'ils sont aussi importants)

Quand est-ce je dois résoudre les QCM ?

a partir du 1er jour. Le test est compose de QCM donc il faut s'entrainer. Pour un module de 04 jour, la matinée par exemple est pour réviser les cours et l'après-midi est pour résoudre les QCM a partir de Melbouci puis de lapin bleu. Certains vont me dire que vous allez trouver des QCM sur des cours que vous n'avez pas eu encore la chance de les réviser ! c'est pas grave. C'est une occasion pour aller jeter un œil et vous permettra de voir les cours d'une façon différents car vous allez savoir sur quel point il faut se baser.

Le 4e jour sera consacré uniquement pour les QCM.

Qu'est-ce que je fais si je n'arrive pas à terminer un module ?
quand on commence un module, il faut commencer de la première a la dernière page. Il faut analyser le sommaire et choisir les cours les plus importants pour commencer. Par exemple, la cardio il faut lire attentivement le cours d'endocardite infectieuse ou RAA et zapper le cours du syndrome de brugada ou wolf-parkinson-white !!

Si malgré ce vous n'avez pas terminé les cours importants, c'est pas grave. Il y a la 2e couche qui va remédier ca !

Les sujets du test des années précédentes sont ils importants ?

Oui. Il faut essayer de résoudre au moins les sujets 2010-2011-2012-2013 après la 2e couche. Ils sont vont vous préparer au jour de l'examen ou les questions seront variées et n'ont pas sur le même module. Si vous avez du temps essayé de résoudre 2007-2008-2009. A mon avis il ne faut pas perdre du temps avec les sujet <2007.

Les jours fériés, voyages, ... on les prend pas en considération ?
le plan que j'ai établie n'est pas a respecter a 100 % .. dans la vie il y a aussi des imprévus. On peut être créative parfois. Par exemple, on a eu un arrêt de quelques jours dans ce cas on peut associer 02 modules mais a mon avis l'association idéale est un module de biologie + 01 module de clinique.

Si on sent pas qu'on pourra terminer les derniers modules, c'est simple ... ne les faites pas !!

Mes amis je ne suis pas du genre qui aime que les autres les remerciements (un simple merci ou Doua me suffira mais stp pas dans les commentaires) .... Je veux voir de vraies idées en lisant vos commentaires.

Je vous souhaite une bonne chance. J'ai une autre surprise pour les sous groups qu'on a crée et vous allez les aimer inshallah.
Je vous demande de me pardonner si je ne suis pas aussi actif comme j'étais avant quand j'a' crée ce groupe (j'ai bcp de responsabilités et groupes à gérer aussi et je veux limiter mon utilisation de FB aussi car il consomme bcp de temps et d'efforts).

Mon rêve est de voir les algériens s'entre-aident et partagent leurs expériences dans cette étape importante.

17/06/2014

Astuce Professionnel