

Révisé ton bac en 10 jours

Chaque jour tes révisions vont comporter 4 étapes :

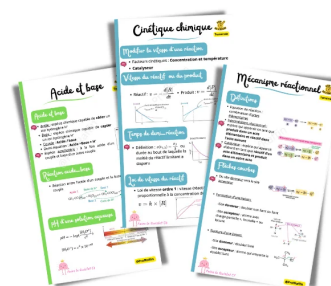
1 COMPRÉHENSION avec des vidéos (courtes de 5 minutes) associées à des questionnaires corrigés	2 MÉMORISATION des formules, lois et définitions avec le livret et Quizlet	3 AUTOMATISATION les questions les plus fréquentes au bac qu'il faut maîtriser	4 ENTRAÎNEMENT sujet de bac
--	--	--	---

Si tu as des difficultés concentre toi sur les 3 premières étapes uniquement mais engage toi vraiment pour progresser.

💡 Pour l'étape de compréhension : mes vidéos de cours et QCM corrigés sont disponibles gratuitement sur mon site profraffin.fr. Tu peux aussi commander un de mes lives de l'année en replay.

💡 Pour l'étape de mémorisation : utilise mon livret de formules (gratuit). Tu peux aussi utiliser mes flashcards sur l'application Quizlet de mémorisation.

💡 Astuce : tu peux commander mes fiches de révisions avec l'essentiel du cours pour être sûr de ne rien oublier et avoir le logo 🧠 spécifique définition du bac.



Ressources disponibles sur :
<https://raffinflorence.systeme.io/profraffin>



Les chapitres du bac

Chimie

- ☐ C1 - Espèces chimiques acide et base (pH)
- ☐ C2 - Evolution spontanée d'un système d'espèces
- ☐ C3 - Evolution spontanée d'un système d'espèces (la pile)
- ☐ C4 - Evolution spontanée d'un système d'espèces (acide et base : force, diagramme)
- ☐ C5 - Evolution forcée d'un système d'espèces chimiques - Electrolyse
- ☐ C6 - Méthode physique d'analyse d'un système d'espèces chimiques (spectre IR, étalonnage)
- ☐ C7 - Méthode chimique d'analyse d'un système d'espèces chimiques (titrage)
- ☐ C8 - Suivi temporel d'une transformation chimique (macroscopique : cinétique)
- ☐ C9 - Suivi temporel d'une transformation chimique (microscopique : mécanisme réactionnel)
- ☐ C10 - Suivi temporel d'une transformation nucléaire
- ☐ C11 - Optimisation de synthèse
- ☐ C12 - Stratégie de synthèse

Ondes et signaux

- ☐ O1 - Atténuation des ondes
- ☐ O2 - Diffraction et interférences
- ☐ O3 - Systèmes électriques capacitifs
- ☐ O4 - Lunette astronomique
- ☐ O5 - Effet Doppler
- ☐ O6 - Effet photoélectrique

Mécanique

- ☐ M1 - Forces et mouvement
- ☐ M2 - Mouvement dans un champ uniforme
- ☐ M3 - Mouvement dans un champ non uniforme
- ☐ M4 - Mouvement d'un fluide

Thermodynamique

- ☐ E1 - Décrire l'état d'un système thermodynamique
- ☐ E2 - Echanges d'énergie et premier principe

Jour 1 : La mécanique dans un champ uniforme

Compréhension du cours

★ Consulte les vidéos des **chapitres Mécanique 1 et 2** sur mon site gratuit et réponds aux QCM



★ Utilise **mes fiches de révision** «mécanique champ de pesanteur», «mécanique champ électrique»



Mémorisation

★ Utilise mes **flashcards Quizlet** M1 et M2 pour mémoriser tout le cours efficacement



★ Apprends par coeur dans mon livret gratuit les formules des **chapitres Mécanique 1 et 2**



★ Apprends par coeur les définitions souvent demandées au bac, elles sont indiquées par le logo 🧠 sur mes fiches de révision



Automatisation

★ Révise les automatismes et coche ceux que tu ne maîtrises pas bien pour les réviser en jour 10

M1	Déterminer les composantes et normes des vecteurs vitesse et accélération	 https://youtu.be/bIBvzqxMnuo	M1	Appliquer la 2ème loi de Newton	 https://youtu.be/HSp4-lmNzjg
----	---	--	----	---------------------------------	--

M2	Déterminer les équations horaires du mouvement dans un champ de pesanteur	 https://youtu.be/2wplLa_rnsE	M2	Utiliser la conservation de l'énergie mécanique	 https://youtu.be/wgWvC_x4prQ
M2	Déterminer les équations horaires du mouvement dans un champ électrique	 https://youtu.be/dfQl7nT6cSc	M2	Déterminer l'équation de la trajectoire d'un mouvement	 https://youtu.be/uBeG8Ui-15Q
M2	Utiliser le théorème de l'énergie cinétique	 https://youtu.be/K3CFIc0zbVQ			

Entrainement

M1 M2	<u>Métropole - 2021</u> Mouvement champ pesanteur, énergie	
----------	---	---

M1 M2	<u>Métropole - septembre 2023 - jour 2</u> Mouvement champ électrique	
----------	--	---

M1 M2	<u>Métropole - 2024 - SI</u> Mouvement champ électrique, théorème énergie cinétique	
----------	--	---

Jour 2 : La chimie

acides / équilibre / méthode physique

Compréhension du cours

★ Consulte les vidéos des **chapitres Chimie 1, 2, 4, 6** sur mon site gratuit et réponds aux QCM



★ Utilise **mes fiches de révision** «équilibre», «acide et base», «acide faible», «analyse d'un système chimique»



Mémorisation

★ Utilise mes **flashcards Quizlet** C1_évolution spontanée, C2, C3, C4 pour mémoriser tout le cours efficacement



★ Apprends par coeur dans mon livret gratuit les formules des **chapitres 1, 2, 4, 6**



★ Apprends par coeur les définitions souvent demandées au bac, elles sont indiquées par le logo 🧠 sur mes fiches de révision



Automatisation

★ Révise les automatismes et coche ceux que tu ne maîtrises pas bien pour les réviser en jour 10

C1	Réaliser le schéma de Lewis d'un acide ou d'une base	 https://youtu.be/iAGzJvpwht0	C2	Calculer le taux d'avancement final (et tableau avancement)	 https://youtu.be/5G-FOnpd0wI
----	--	--	----	---	--

C1	Déterminer une équation acide-base	 https://youtu.be/UDCL5nzNjiw	C2	Calculer le quotient de réaction et prévoir le sens d'évolution	 https://youtu.be/rq89luYmWEs
C1	Calculer le pH ou la concentration en ion oxonium	 https://youtu.be/zBVioxY_qhg	C4	Exprimer la constante d'acidité en fonction de C et $[H_3O^+]$	 https://youtu.be/nvA8E4bBVJI
C4	Réaliser un diagramme de prédominance	 https://youtu.be/Ub5H0VZi5l8	C4	Démontrer la relation entre le pH et le pK_a	 https://youtu.be/P0WZKYkjStw
C6	Exploiter un spectre infrarouge	 https://youtu.be/F05TP-V8HJ4	C6	Réaliser une solution par dilution	 https://youtu.be/Bn2eG8A9gTA
C6	Exploiter un dosage par étalonnage	 https://youtu.be/RaTV9bYO2BM			

Entrainement

C1 C2 C6	<u>Asie 2023</u> Dilution, solution tampon, constante d'équilibre K, caractère total d'une réaction, dosage spectrophotométrique, Beer-Lambert, z-score.	
C2 C4 C6	<u>Polynésie 2023 septembre</u> Loi de Kohlrausch, quotient de réaction, K_a , équation du second degré accès à avancement final, taux avancement.	

Jour 3 : La mécanique dans un champ non uniforme (satellite)

Compréhension du cours

★ Consulte les vidéos du **chapitre Mécanique 3** sur mon site gratuit et réponds aux QCM



★ Utilise **ma fiche de révision** «mécanique champ gravitationnel»



Mémorisation

★ Utilise mes **flashcards Quizlet** M3 pour mémoriser tout le cours efficacement



★ Apprends par coeur dans mon livret gratuit les formules du **chapitre Mécanique 3**



★ Apprends par coeur les définitions souvent demandées au bac, elles sont indiquées par le logo 🧠 sur mes fiches de révision



★ **Révisé les formules et Quizlet du jour 1 et du jour 2**

Automatisation

★ Révisé les automatismes et coche ceux que tu ne maîtrises pas bien pour les réviser en jour 10

M3	Utiliser la 2ème loi de Kepler pour montrer que le mouvement n'est pas uniforme	 https://youtu.be/EpyaF9VSEUs	M3	Montrer que le mouvement d'un satellite est uniforme	 https://youtu.be/j9SkAOP_U5k
----	---	--	----	--	--

M3	Utiliser la 3ème loi de Kepler pour déterminer une période	 https://youtu.be/N2I7jM2eKjg	M3	Déterminer l'expression de la vitesse d'un satellite	 https://youtu.be/silezin1B1c
----	--	--	----	--	--

Entraînement

M3	<u>Centres étrangers - 2022 - Jour 2</u> Mouvement champ gravitationnel, lois de Kepler	
M3	<u>Métropole - 2022 - Jour 1</u> Satellites	

Jour 4 : Lunette - Effet Doppler - Atténuation - Diffraction et interférences

Compréhension du cours

- ★ Consulte les vidéos des **chapitres Ondes 1, 2, 4 et 5** sur mon site gratuit et réponds aux QCM



- ★ Utilise **mes fiches de révision** «atténuation», «effet Doppler», «Diffraction et interférences», «lunette astronomique»



Mémorisation

- ★ Utilise mes **flashcards Quizlet** O1_attenuation, O1_Bis_Doppler, O2, O4 pour mémoriser tout le cours efficacement



- ★ Apprends par coeur dans mon livret gratuit les formules des **chapitres Ondes 1, 2, 4, 5**



- ★ Apprends par coeur les définitions souvent demandées au bac, elles sont indiquées par le logo 🧠 sur mes fiches de révision



Automatisation

- ★ Révise les automatismes et coche ceux que tu ne maîtrises pas bien pour les réviser en jour 10

O4	Tracer les rayons à travers la lunette astronomique	 https://youtu.be/Vq-v1uBmH1s	O4	Déterminer si on peut distinguer 2 points à l'aide d'une lunette	 https://youtu.be/Xe8Le_v2TCo
----	---	--	----	--	--

O4	Montrer la formule du grossissement en fonction des distances focales	 https://youtu.be/CXX2gHp8t9Q	O2	Etablir les conditions d'interférences	 https://youtu.be/tjtJsV4yE20
O2	Déterminer précisément la valeur de l'interfrange	 https://youtu.be/MJAK5F8FHFw	O2	Etablir l'expression de la largeur L de la tache centrale de diffraction	 https://youtu.be/BQDy9sVQr0Q
O1	Déterminer une intensité sonore à partir du niveau sonore	 https://youtu.be/qOdAZqITIMQ	O5	Exploiter l'expression du décalage Doppler	 https://youtu.be/tS3eR2_zrug

Entraînement

O1 O2	<u>Polynésie - 2024 - septembre</u> Diffraction, incertitude, z-score, niveau intensité sonore	
O4 O5	<u>Métropole - 2024 - Jour 1</u> Lunette, effet doppler	

Jour 5 : La chimie cinétique et titrage

Compréhension du cours

★ Consulte les vidéos des **chapitres 7, 8, 9** sur mon site gratuit et réponds aux QCM



★ Utilise mes **fiches de révision** «dosage», «cinétique», «mécanisme réactionnel»



Mémorisation

★ Utilise mes **flashcards Quizlet** C5, C6, C7 pour mémoriser tout le cours efficacement



★ Apprends par coeur dans mon livret gratuit les formules des **chapitres 7, 8, 9**



★ Apprends par coeur les définitions souvent demandées au bac, elles sont indiquées par le logo 🧠 sur mes fiches de révision



★ **Révisé les formules et Quizlet des jours 3 et 4**

Automatisation

★ Révisé les automatismes et coche ceux que tu ne maîtrises pas bien pour les réviser en jour 10

C7	Calculer une concentration à partir du titre massique	 https://youtu.be/gEd6MEIQzS0	C9	Représenter les flèches courbes d'un acte élémentaire	 https://youtu.be/vVUtAOxxE7E
----	---	--	----	---	--

C7	Exploiter une courbe de titrage (volume équivalent)	 https://youtu.be/Zy8tbh5vUKU	C9	Identifier un intermédiaire réactionnel, un catalyseur et établir l'équation	 https://youtu.be/4qdsWTaJt-A?si=F-WeDKUBS5i7M4AP
C8	Calculer une vitesse volumique à partir d'un graphique	 https://youtu.be/VRz39Akj0mY	C7	Déterminer l'équation de réaction support de titrage et faire le schéma légendé	 https://youtu.be/d0xz-qTXRFo
C8	Déterminer si la loi de vitesse est d'ordre 1	 https://youtu.be/IW30D4GZCXo	C7	Exploiter une courbe de titrage (volume équivalent)	 https://youtu.be/rx8Oz-q-t44
C8	Déterminer le temps de demi-réaction	 https://youtu.be/Q7qX1ZsVJpY	C8	Déterminer l'expression du temps de demi-réaction en fonction de la constante de vitesse k	 https://youtu.be/VvVAm2eK59c
C7	Réaliser une solution par dilution	 https://youtu.be/Bn2eG8A9gTA			

Entraînement

C1 C4 C6 C7	<u>Amérique du sud 2022 Jour 1</u> Schéma de Lewis, spectroscopie IR, calcul concentration en quantité à partir du titre et de la masse volumique, acide-base, force d'un acide, K_a , relation entre pH et pK_a , diagramme de distribution, titrage conductimétrique, incertitude-type.	 questions 9.1 et 9.2 difficiles
----------------------	--	--

C8	<u>Métropole - 2024 - Septembre</u> loi vitesse ordre 1, mesure graphique vitesse, temps de demi-réaction	
C9	<u>Amérique du Nord - 2024 - jour 1</u> Groupes caractéristiques, mécanismes réactionnels, schéma de Lewis, quantité de matière, stœchiométrie.	

Jour 6 : Circuit RC et effet photoélectrique

Compréhension du cours

★ Consulte les vidéos des **chapitres Ondes 3, 6** sur mon site gratuit et réponds aux QCM



★ Utilise **mes fiches de révision** «circuit RC», «effet photoélectrique»



Mémorisation

★ Utilise mes **flashcards Quizlet** O3, O5 pour mémoriser tout le cours efficacement



★ Apprends par coeur dans mon livret gratuit les formules des **chapitres Ondes 3 et 6**



★ Apprends par coeur les définitions souvent demandées au bac, elles sont indiquées par le logo 🧠 sur mes fiches de révision



★ **Révisé les formules et Quizlet des jours 1, 2 et 5**

Automatisations

★ Coche le ou les automatisme(s) que tu ne maîtrises pas bien pour les réviser en jour 10

O3	Etablir l'équation différentielle de la tension du condensateur	 https://youtu.be/wkhBIS7gsf8	O6	Décrire l'effet photoélectrique et exploiter l'énergie d'extraction	 https://youtu.be/ntOTWUyExfc
----	---	--	----	---	--

O3	Vérifier la solution fournie de l'équation différentielle d'un circuit RC	 https://youtu.be/O5BYP4PhhQI	O3	Déterminer le temps caractéristique d'un circuit RC	 https://youtu.be/sFUnCHCQMbl
----	---	--	----	---	--

Entrainement

O1 O3	<u>Polynésie - 2023 - Jour 2</u> Circuit RC, niveau sonore	
O6	<u>Métropole - 2024- Jour 2</u> Effet photoélectrique, fréquence seuil, rendement d'un panneau photovoltaïque	

Jour 7 : Chimie synthèse organique - Nucléaire

Compréhension du cours

★ Consulte les vidéos des **chapitres Chimie 10, 11, 12** sur mon site gratuit et réponds aux QCM



★ Utilise **mes fiches de révision** «nucléaire», «synthèse», «stratégie de synthèse»



Mémorisation

★ Utilise mes **flashcards Quizlet** C8, C9_A, C9_B, C10 pour mémoriser tout le cours efficacement



★ Apprends par coeur dans mon livret gratuit les formules des **chapitres Chimie 10, 11, 12**



★ Apprends par coeur les définitions souvent demandées au bac, elles sont indiquées par le logo 🧠 sur mes fiches de révision



★ **Révisé les formules et Quizlet des jours 3, 4 et 6**

Automatismes

★ Coche le ou les automatisme(s) que tu ne maîtrises pas bien pour les réviser en jour 10

C 10	Ecrire une équation de désintégration nucléaire	 https://youtu.be/B9R99JDID7w	C 10	Etablir l'expression du temps de demi-vie	 https://youtu.be/2cSkQXO1QsI
---------	---	--	---------	---	--

C 11	Déterminer le rendement d'une synthèse	 https://youtu.be/kjg1QAD8t5M	C 10	Etablir l'équation différentielle d'une désintégration radioactive	 https://youtu.be/f-BDmMsuxl4
C 11	Réaliser une extraction liquide - liquide	 https://youtu.be/0l7AZoaMA_s	C 11	Représenter une formule topologique, identifier un groupe caractéristique et nommer une famille	 https://youtu.be/hNYN35rAtvE
C 12	Déterminer la catégorie d'une réaction	 https://youtu.be/yEUUoYZiill	C 12	Identifier les étapes de protection / déprotection	 https://youtu.be/2NJTYWlf7BY

Entrainement

C10	<u>Polynésie - 2010</u> Composition d'un noyau, équation de désintégration, lois de conservation, isotopes, temps de demi-vie, loi de décroissance radioactive, relation activité et nombre de noyaux,	
C11	<u>Métropole - 2022 - Jour 2</u> Synthèse organique, CCM	

Jour 8 : La thermodynamique

Compréhension du cours

★ Consulte les vidéos des **chapitres Energie 1 et 2** sur mon site gratuit et répons aux QCM



★ Utilise **mes fiches de révision** «état d'un système thermodynamique», «thermodynamique»



Mémorisation

★ Utilise mes **flashcards Quizlet** E1, E2 pour mémoriser tout le cours efficacement



★ Apprends par coeur dans mon livret gratuit les formules des **chapitres Energie 1 et 2**



★ Apprends par coeur les définitions souvent demandées au bac, elles sont indiquées par le logo 🧠 sur mes fiches de révision



★ **Révisé les formules et Quizlet des jours 1, 5 et 7**

Automatisation

★ Coche le ou les automatisme(s) que tu ne maîtrises pas bien pour les réviser en jour 10

Etablir l'équation différentielle de la température à partir de la loi phénoménologique de Newton	 https://youtu.be/6fxlz8s-J9E
---	---

Déterminer les constantes de la solution de l'équation différentielle	 https://youtu.be/nRXeySdVgXo
Etablir une relation à partir du 1er principe	 https://youtu.be/ocVmqP5ITGg
Exploiter l'équation d'état d'un gaz parfait	 https://youtu.be/8nuklbOBMsY

Entrainement

E1 E2	<u>Nouvelle calédonie 2022</u> Bilans d'énergie, 1er principe	
E1 E2	<u>Septembre 2022</u> 1er principe, flux par conduction	
E1 E2	<u>Métropole - 2022 - Jour 1</u> 1er principe, flux par convection (loi Newton), équation différentielle	

Jour 9 : Piles - Electrolyse - Mécanique des fluides

Compréhension du cours

★ Consulte les vidéos des **chapitres Chimie 3, 5 et Mécanique 4** sur mon site gratuit et réponds aux QCM



★ Utilise **mes fiches de révision** «piles», «évolution forcée», «mécanique des fluides»



Mémorisation

★ Utilise mes **flashcards Quizlet** C1_piles, C11 et M4 pour mémoriser tout le cours efficacement



★ Apprends par coeur dans mon livret gratuit les formules des **chapitres Chimie 3, 5 et Mécanique 4**



★ Apprends par coeur les définitions souvent demandées au bac, elles sont indiquées par le logo 🧠 sur mes fiches de révision



★ Révise les formules et Quizlet des jours 7 et 8

Automatisation

★ Coche le ou les automatisme(s) que tu ne maîtrises pas bien pour les réviser en jour 10

C3	Déterminer l'équation d'une pile	 https://youtu.be/NRPZQRNwMEo	C3	Déterminer la capacité d'une pile	 https://youtu.be/BibAtgxu82s
----	----------------------------------	--	----	-----------------------------------	--

C5	Déterminer les variations de quantités de matière à partir de la durée de l'électrolyse et de l'intensité du courant	 https://youtu.be/XYDWps32UjU	M4	Exploiter la conservation du débit volumique et la relation de Bernoulli	 https://youtu.be/o3RdbniBu_g
			M4	Utiliser l'expression vectorielle de la poussée d'Archimède	 https://youtu.be/-E2Ycj6O34c

Entrainement

C5	<u>Centres étrangers - 2024 - Jour 2</u> Faire LA PARTIE 2 stœchiométrie avancement, électrolyse étude quantitative.	
C3	<u>Métropole septembre 2021</u> Piles, évolution d'un système chimique	
E1 E2 M1 M2 M4	<u>Métropole septembre 2024</u> Masse molaire de l'air, équation des gaz parfaits, poussée d'Archimède, 2e loi de Newton, flux thermique, loi phénoménologique de Newton, temps caractéristique.	
M4	<u>Amérique du Nord - 2025 - Jour 2 - secours</u> Effet Doppler, débit volumique, relation de Bernoulli	
M4	<u>Amérique du Nord - 2025 - Jour 1</u> Poussée d'Archimède, débit volumique, relation de Bernoulli	
M4	<u>Amérique du Nord - 2025 - Jour 2</u> PARTIE 2 Uniquement effet Venturi, débit volumique, relation de Bernoulli	

Jour 10 : Révision de toutes les formules et automatismes

Mémorisation

★ Consulte dans mon livret gratuit les formules. Vérifie que tu les connais toutes



★ Utilise mes 4 paquets de flashcards Quizlet «**Révision du Bac Energie, chimie, Ondes et signaux et Mécanique**» pour vérifier que tu as tout mémorisé



Automatisation

★ Refais les automatismes que tu as coché tout au long du programme de révision