

APPRENDRE EN AUTONOMIE

Objectif : Comment organiser son travail ?

Stratégies de planification (Avant de suivre le cours)

- Survoler le travail à faire : la table de matières, l'introduction, les objectifs d'apprentissage, les exercices, etc. : « Qu'est-ce que j'ai à faire ? »
- Estimer le temps nécessaire : « Combien de temps dois-je prévoir ? quelle est la date limite ? »
- Établir des buts d'apprentissage : « Que vais-je apprendre maintenant ? »
- Activer les connaissances antérieures : « Qu'ai-je déjà lu/vu sur ce sujet ? »
- Faire une analyse de la tâche : « Quelle(s) ressource(s) sont nécessaires ? »
- Se donner des intentions de lecture ; formuler des questions avant de lire un texte : « Que ferai-je de ce que j'aurai lu/vu/écouté ? »

Stratégies d'apprentissage (pendant le cours)

- Organiser son espace de travail : bureau propre, au calme, téléphone au loin, télé éteinte, s'interdire d'aller sur internet pour se distraire
- Conserver son attention : « allez je me concentre 20 min, et après je fais une pause de 5 min sans écran »
- Repérer ses erreurs fréquentes : « ah là je confonds toujours, il faut que je me fasse un schéma »
- Garder sa motivation en alternant les matières : 30 min de l'une, 30 min une autre
- Se tester pour booster sa mémoire : « maintenant je ne regarde plus le cours et j'essaie de me remémorer les points essentiels de ce que je viens de voir »
- Vérifier qu'on a bien compris : « essayer de trouver un exemple, une métaphore »

Stratégies de contrôle (Après avoir suivi le cours)

- S'autoévaluer et faire de l'auto-renforcement : « Bien joué ! ça j'ai compris ! »
- Conserver son attention : « Qu'est-ce que je veux faire ? Qu'est-ce qui est important ? »
- Prendre conscience de ses progrès et résultats : « Est-ce que je me suis amélioré par rapport au dernier quizz ? Que dois-je conserver/changer dans ma méthode ? »
- Évaluer l'efficacité de la stratégie choisie : « Est-ce que je me rapproche du but ? »
- Le travail collaboratif peut être une source de motivation : apprendre en autonomie ne veut pas forcément dire être seul. Les étudiants peuvent partager, échanger sur leurs pratiques, leurs doutes, etc. Donc échanger régulièrement comme ils feraient habituellement.

Stratégies de régulation

- Évaluer si une nouvelle information est cohérente avec les autres : « Est-ce logique avec ce que je viens de lire ? »
- Relire pour mieux comprendre : « Ai-je bien compris l'énoncé ? »
- Revoir les étapes passées : « Qu'ai-je fait jusqu'à maintenant ? »
- Évaluer l'efficacité de la stratégie choisie et la modifier au besoin : « Est-ce utile ? »
- Estimer le résultat attendu : « Normalement, à quel résultat dois-je m'attendre ? »
- Profiter des séances de régulation (chat, vidéo, etc.) et des forums pour interroger l'enseignant sur ce qui n'a pas été compris

Stratégies de prise de conscience de son activité mentale

- Varier les supports d'apprentissage : vidéos, document textuels, schémas, etc.
- Essayer de relier les concepts d'un cours à l'autre
- Identifier ses lacunes : « Quelles questions, quels trous, inquiétudes, me reste-t-il ? À mon avis, j'éprouve ces difficultés car... »
- Identifier les conditions d'utilisation d'une démarche et son efficacité : « Pourrais-je réutiliser cette démarche ? »

Se ménager quand même

- Faites des pauses régulièrement sans aucun écran, si possible, changez de pièce
- N'hésitez pas à marcher, vous étirer et vous détendre régulièrement ; tout comme s'hydrater !
- Ce n'est pas pour vous effrayer mais vous allez passer un nombre incalculable d'heures sur votre ordinateur, et très probablement en fin de journée. Or vous ignorez peut-être que fixer la lumière bleue d'un écran la nuit n'est pas bon ni pour nos yeux ni pour notre rythme biologique.



Attention, il ne s'agit pas de se tuer à la tâche ou de culpabiliser dès lors qu'on a moins travaillé un jour qu'un autre. L'activité académique est complexe et deux journées de travail ne se ressemblent pas forcément.

Sauvegarder ses données

Sauvegardez vos données (notes, documents de cours, devoirs, mémoire, etc.) !!! Parce que ça n'arrive pas qu'aux autres. L'un des principes de bases est d'avoir de multiples copies de sauvegarde, sur différents supports, et conservés dans différents lieux. Concernant les supports physiques pour vos sauvegardes (clé, disque dur externe, cd), à vous de choisir.

Ajoutez-y aussi une sauvegarde sur un serveur distant. Dropbox est une solution intéressante même dans sa version gratuite, pour peu que vous ne souhaitiez pas y conserver des fichiers trop volumineux. L'avantage est de retrouver, même en déplacement (à condition d'avoir internet) tout ce qui s'y trouve.