

Travailler chez soi tout en gardant le cap (et la motivation)!



**UNIVERSITÉ  
DE GENÈVE**

Chères étudiantes, chers étudiants

Nous avons répertorié quelques astuces pour vous aider à garder un rythme agréable de travail et un bon niveau de motivation alors que vous devez rester «chez vous» durant ce semestre de printemps 2020.

Pour toute questions sur les stratégies d'apprentissage, n'hésitez pas à contacter [delphine.rinaldi@unige.ch](mailto:delphine.rinaldi@unige.ch)

Retrouvez toutes nos ressources sur Moodle, code «REUSSIRETUDES»

**On pense à vous!**

*Delphine Rinaldi, responsable du soutien à l'apprentissage, pôle SEA, DIFE, UNIGE*

# #1 Créez une routine d'études: lieu et tâche

Ce n'est pas facile d'organiser une journée sans beaucoup changer de lieux

Essayez d'associer le travail académique à un lieu spécifique (une pièce, une table, etc.) et ne conservez ce lieu que pour étudier



Alternez les tâches académiques avec des moments de détente: pour cela, prenez de la distance avec votre lieu de travail et changez-vous les idées (dans la mesure du possible)



## #2 Créez une liste des tâches à effectuer

Listez les tâches à effectuer pour chacun des enseignements à distance

Le type de ressources mises à votre disposition

Le lieu de dépôt des ressources

Le type de tâche demandé



- Vous devez lire?
- Vous devez alimenter un wiki, un forum sur moodle?
- Vous devez écouter un cours?
- Vous devez mémoriser des concepts?

Plus vous serez précis dans votre liste et plus il sera facile de la suivre!

# #3 Créez un planning ou des objectifs d'apprentissage

Si vous fonctionnez bien avec la réalisation de plannings hebdomadaires, utilisez-les (pour le remplir efficacement, reportez-vous au tutoriel « Gérer ses cours à distance et bien s'organiser, [ici!](#))

	Lu	ma	me	jeu	ven	sa	dim
7-8	☀️🌙🌙🌙	☀️🌙🌙🌙	☀️🌙	☀️🌙	☀️🌙	☀️🌙	☀️🌙
8-9	📚📚📚	📚📚		📚📚	📚📚	📚📚	📚📚
9-10	📚📚	📚📚		📚📚	📚📚	📚📚	📚📚
10-11	📚📚	📚📚					📚📚
11-12	📚📚	📚📚	🏃		📚	📚📚	📚📚
12-13		📚				📚📚	
13-14	🔍	📚	🍷	🔍	🍷	📚📚	🍷
14-15				📚	📚		
15-16	📚	📚		📚	📚		
16-17	📚	📚		📚	📚		
17-18	📚	📚				📚	
18-19	📚	📚					📚
19-20	🏃	📚					📚
20-21	📚	📚📚	🔍📚	📚	📚	📚	📚
21-22	📚	📚📚					
22-23	☀️🌙	☀️🌙	☀️🌙	☀️🌙	☀️🌙	☀️🌙	☀️🌙
23-24	☀️🌙	☀️🌙	☀️🌙	☀️🌙	☀️🌙	☀️🌙	☀️🌙

Si vous n'aimez pas les plannings, essayez de vous fixer des objectifs: qu'est-ce que je dois avoir terminé et pour quand: reprenez votre liste des tâches à faire et ajoutez-y une échéance!

## #4 N'abandonnez-pas, gardez la motivation

C'est compliqué de garder la motivation sans assister à un cours à côté de ses amis et échanger, avec eux ou vos profs et assistant-e-s.

Restez en lien avec vos collègues pour garder la motivation. Nous vous proposons de créer des moments d'échanges avec l'outil Zoom par exemple.

Ces moments d'échange peuvent être académiques: parler d'un cours que vous avez écouté, les difficultés de compréhension rencontrées, etc.

Ces moments d'échange peuvent être purement sociaux: parlez de ce que vous voulez.

Alternez ces moments dans vos journées et restez en contact!

## #5 Echangez sur les cours écoutés via zoom

Créez un espace de discussion avec l'outil et invitez vos amis qui suivent le même programme

Discutez avec des collègues à propos de la matière et de vos apprentissages

- > Cela permet de maintenir un rythme
- > Cela vous aide à réviser pour les examens
- > Cela permet de se rassurer

Réservez des espaces de discussion académiques, le but est d'apprendre et d'échanger sur la matière

## #6 Demandez de l'aide à propos des cours

N'hésitez pas à demander de l'aide si nécessaire sans trop attendre

Si vous avez des doutes ou des questions par rapport aux cours écoutés

> Demandez de l'aide à vos ami-es

selon les modalités de communication qu'elles-ils ont mis en place (forum sur Moodle, permanence en visio-conférence, etc.)



## #7 Demandez de l'aide par rapport à vos stratégies

N'hésitez pas à contacter [delphine.rinaldi@unige.ch](mailto:delphine.rinaldi@unige.ch)

Nous mettons régulièrement à jour l'espace «réussir ses études» dans Moodle, code «REUSSIRETUDES»

On pense à vous! Courage et restez connecté-es!

