

# 8 conseils pour apprendre à distance



Le mode d'enseignement à distance exige pour certains une adaptation et plus d'autonomie. La gestion du temps, de l'organisation, des méthodes d'études adaptées et une bonne motivation sont des ingrédients essentiels pour la réussite des études à distance. Voici quelques conseils pour garder votre motivation.



## Installez-vous confortablement

- ✓ Cliquez [ici](#) pour des conseils d'aménagement de votre poste de travail et comment adapter vos postures
- ✓ Si possible aménagez-vous un endroit au calme (et mettez les notifications de vos applications en mode silencieux)



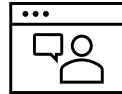
## Travaillez en groupe grâce aux outils collaboratifs

- ✓ gestion de projets : [Trello](#) , [Slack](#) , [Miro](#) ou encore [Toggl](#)
- ✓ mindmapping de type collaboratif : [Mindmeister](#), [Ayoa](#)
- ✓ [Teams](#) (documentation [ici](#))



## Utilisez les ressources numériques

- ✓ [ressources numériques de la Source](#)
- ✓ [educnet](#)
- ✓ Ressources multi-domaines sur [FUN MOOC](#)



## Soyez actif en distanciel

- ✓ Favorisez les interactions : allumez votre webcam pendant les cours
- ✓ Osez participer : tchat, visio ou forum, continuez à poser vos questions pour éviter les incompréhensions
- ✓ Prenez le temps de maîtriser les outils de visioconférence
- ✓ Restez motivé(e), vous allez y arriver et n'attendez pas pour demander de l'aide



## Organisez-vous

- ✓ Créez un planning ou des objectifs d'apprentissages (réalistes)
- ✓ Etablissez votre routine d'études (lieu, tâche, temps...). Présence à tous les cours à distance, participation, respect des délais de rendus, gardez vos bonnes habitudes
- ✓ Alternez les temps d'études et les temps de pause



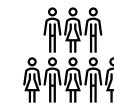
## Aérez-vous les neurones !

- ✓ [Culture, musique, expo](#) en ligne



## Echangez

- ✓ Ne restez pas isolé(e)
- ✓ Groupes sur les réseaux sociaux, appels, forums : prenez soin les uns des autres
- ✓ Partage de notes, d'infos, documents de cours, entraidez-vous



## Gardez le contact avec l'École

- ✓ Avec les enseignants : forum, tutorat, échanges par mails ou dépôt de devoirs et consignes sur educnet
- ✓ Avec les personnes dédiées (responsables de formation, inspectrices des études, Direction de l'enseignement, Bureau de la Vie étudiante, service de santé...)
- ✓ Lisez vos mails sur l'adresse [@eleves.enpc.fr](mailto:@eleves.enpc.fr)
- ✓ Les réseaux sociaux de l'École : [instagram](#), [Facebook](#)

---

## Sources

conseils d'aménagement du poste de travail et postures : Université de Nantes <https://www.univ-nantes.fr/comment-bien-s-installer-devant-son-poste-de-travail-2620445.kjsp?RH=1585133937039>

Aérez-vous les neurones : etudiant.gouv.fr <https://www.etudiant.gouv.fr/cid150608/-ongardelelien-%7C-se-cultiver-gratuitement-pendant-le-de-confinement.html>