



Guide méthodologique de l'élève

I. Les 2 premières semaines

Le Lycée reste fermé mais le 3^e trimestre a commencé:

- Vous aviez été contactés par mails par l'intermédiaire de vos parents pour une diffusion des cours et le rendu de votre travail
- Vous devez passer maintenant à votre espace numérique de travail qui correspond à votre cartable :



II. A partir du 25 mars 2020

- Tous les cours sont déposés dans PRONOTE dans ton espace élèves au fur et à mesure de la semaine par chacun de vos enseignants.



- Pour accéder à votre Espace Elèves, demandez votre identifiant et votre mot de passe à vos parents qui les trouveront dans leur Espace Parent ou demandez-les à votre professeur principal
- Tout au long des prochaines semaines, les séances vont donc se passer de l'ordinateur des enseignants jusqu'à votre. Puis vous renverrez vos exercices de la même manière à vos professeurs.
- Il faut donc vous **connecter régulièrement** à votre session Elève sur Pronote afin d'organiser votre planning de travail et de révisions.



Les élèves gardent le contact avec l'établissement et toute l'équipe pédagogique.

Fréquence indicative d'envoi des cours et des activités

Disciplines	Nombre de séances envoyées par semaine et par classe			
	6è	5è	4è	3è
Français	4	4	4	4
Mathématiques	4	3	3	4
Sciences Physiques - Chimie	1	1	1	1
SVT	1	1	1	1
Histoire-Géographie	3	3	4	4
Anglais	4	3	3	3
Espagnol	3	2	2	2
Arts Plastiques	1	1	1	1
Musique	1	1	1	1
EPS	2 séances de 30 minutes par jour			

- Pour plus de simplicité, regardez attentivement le travail à faire dans chaque matière jour après jour et organisez-vous à votre rythme. Il est tout à fait possible de prendre de l'avance. En revanche, il est déconseillé de prendre du retard.
- Pour vous aider à organiser un plan de travail chaque jour, vous pouvez vous inspirer de l'organisation type suivante.



Ma semaine type au Collège

Collège	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9h-10h	FR	FR	EPS	FR	FR
10h-11h	Maths	Maths	Art	Maths	Maths
Pause de 20 min					
11h-12h	HG	HG	Ed Mus	HG	HG
Pause déjeuner					
15h -16h	Sc Phys	Techno		SVT	
16h-17h	Lang Vivante	Lang Vivante		Lang Vivante	

Ma semaine type au Lycée

2nde		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
8h30		Mathématiques	Français	Espagnol	Français	Physique Chimie
9h30				Anglais		Anglais
10h30		Histoire Géographie	Physique Chimie	SVT	Mathématiques	Espagnol
11h30						Visio conférence
12h30						
15h00		EPS	SES	EPS	SNT	
16h00			Latin		Histoire Géographie	
17h00						

1ère		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
8h30		Spécialité SPC ou HG	Spécialité SES ou SVT	Histoire géo	Français	Spécialité Maths ou anglais
9h30						
Pause 20 min						
10h30		Spécialité Maths ou anglais	Français	Spécialité SPC ou HG	Spécialité SES ou SVT	Anglais
11h30						
12h30						
Pause Déjeuner						
15h00		Anglais	Enseignement scientifique	Visio zoom PP	Histoire geo	
16h00		Espagnol			Latin	



TL					
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
8h30	Philosophie		LV2 Espagnol	HG	
9h30					
Pause 20 min					
10h30	HG	LV1	Philosophie		philosophie
11h30					spécialité Littérature
12h30	Pause Déjeuner				
15h00				spécialité Littérature	
16h00				Latin	

TES					
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
8h30	philosophie	SES	LV2 espagnol	HG	Maths
9h30					
Pause 20 min					
10h30	HG	Maths	philosophie	SES	
11h30					
12h30	Pause déjeuner				
15h00	LV1	SES		Latin	
16h00		SES			

TS					
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
8h30	philosophie	Physique Chimie	Maths	SVT	SVT
9h30					Physique Chimie
Pause 20 min					
10h30	Maths	HG	LV	Physique Chimie	Maths
11h30					
12h30	Pause Déjeuner				
15h00	Latin			LV	
16h00	Visio zoom PP	Spé			

- Ceci n'est qu'un exemple. Il faut organiser votre travail en fonction des devoirs que vous donnent vos professeurs.
- **Le soir**, privilégiez la lecture.
Ne pas faire d'activités écrites qui peuvent nuire au sommeil.
Elèves de 4ème et 3ème, en dehors du temps scolaire, profitez-en pour regarder des films intéressants!
Vous pourrez échanger avec vos camarades et vos professeurs lors de la reprise des cours.

- **Le week-end** est réservé à la lecture et aux activités familiales.



Activités sportives : une activité physique se caractérise par une élévation de la fréquence cardiaque, de fréquence respiratoire et une sensation de chaleur. Ces activités peuvent prendre plusieurs formes (les enseignants proposeront des exemples). Si les règles sanitaires le permettent, il faudra privilégier les activités de plein-air mais seul.

III. Conseils pratiques pour bien apprendre à distance



Où travailler ?

- Il est très important d'être dans de bonnes conditions de travail.
 - Pour bien apprendre à la maison, c'est comme en classe, il faut être concentré. Installez-vous dans un endroit calme et adapté au travail (par exemple, dans votre chambre, assis devant votre bureau, ou bien assis sur une chaise devant la table de la salle à manger).
 - Evitez de faire d'autres choses qui peuvent gêner votre concentration: écouter la musique, regarder la télévision, les frères et soeurs qui jouent à côté de vous...

- Etre méthodique

- Avant chaque activité, préparez le matériel dont vous aurez besoin pour la matière travaillée : cahier ou classeur de cours, trousse, crayons de couleur, manuel, leçons en cours, dictionnaire, et tout autre matériel.
- Organisez votre temps chaque jour en fonction du travail donné dans chaque matière; vous devez pour cela répartir les activités sur les créneaux du matin et de l'après-midi (voir semaine type).
- Ne pas remettre au lendemain les activités
 - ⇒ La règle d'or: être sérieux et faire le travail donné tout en travaillant à un rythme raisonnable.
 - ⇒ Votre meilleur allié? PRONOTE Réalisez les activités en temps voulu, en respectant les délais indiqués sur le cahier de texte Pronote.



- **Ne pas rester seul:** les bons réflexes
 - Vous ne comprenez pas la consigne d'un exercice, une leçon? Pas de panique!
 - Il faut absolument utiliser les outils à votre disposition.
Demandez de l'aide à un parent, un adulte.
Vous pouvez, à tout moment, envoyer un message sur Pronote au professeur concerné pour lui poser toutes les questions que vous vous posez et/ou lui faire part de votre difficulté. Il vous répondra au plus vite et pourra vous expliquer comment faire et vous aider à avancer dans votre leçon.
- **Qui contacter en cas de difficulté?**
 - le professeur principal
 - les professeurs de chaque discipline
 - la CPE

Préserver son bien-être: les bons gestes

- Bien dormir, bien manger, faire du sport!



www.shutterstock.com · 1029074628

- Limiter les activités visuelles tout au long de cette période d'enseignement à distance et les réserver ponctuellement au week-end (jeux vidéos, tv, smartphone, ordinateur...).
 - Autres recommandations: Essayer de se coucher aux heures habituelles des périodes scolaires.
- ⇒ Votre OBJECTIF? garder le rythme scolaire et continuer d'apprendre dans chaque discipline!



IV. Conseils techniques pour suivre une leçon



A - Télécharger le support et éventuellement l'imprimer si cela est possible. Vous pouvez également recopier la leçon du jour dans votre cahier ou votre classeur sur les copies

simples que vous utilisez habituellement en classe. Tous les fichiers peuvent être enregistrés sur votre clé USB. Pour cela, il est possible de créer un dossier « Cours à la maison » puis un sous-dossier par matière dans lequel vous pourrez stocker les fichiers de cours au fur et à mesure.

B - Les leçons (imprimées ou recopiées) doivent être écrites ou rangées chaque jour dans le cahier ou le classeur. Il faut respecter l'organisation habituelle indiquée par chaque professeur en début d'année. Bien entendu, les leçons ou traces écrites sont à apprendre régulièrement.

C - Lorsque les activités sont faites, vous devez les envoyer au fur et à mesure au professeur sur Pronote, dans l'espace réservé.

D - Lire les corrigés et comparer avec le travail réalisé.

E - Poser toutes les questions nécessaires à la compréhension des séances et des exercices dans « Discussion » via Pronote

F - Pointez le travail fait sur votre cahier de texte Pronote au fur et à mesure. Il vous suffit d'ouvrir votre session et de cocher « Travail Fait ».

Quelles ressources utiliser?

Au fil des séances, chaque professeur indiquera les ressources à utiliser pour suivre: manuel, outils, sites à consulter pour d'éventuelles recherches...



V. Conseils pour utiliser Pronote



Pronote est accessible depuis un ordinateur mais aussi depuis un smartphone ou une tablette (Android et Apple). Dans tous les cas, il faut impérativement se connecter avec **votre identifiant élève. N'utilisez pas celui de vos parents.**

1. Le travail à faire

- Dès la page d'accueil, vous voyez une partie du travail à faire. N'hésitez pas à cliquer sur tout faire pour visualiser l'ensemble du travail.
- Les professeurs vont également mettre à votre disposition de nombreux documents qui vous verrez dans la partie « ressources pédagogiques ». De même, cliquez sur « Tout voir » pour plus de détail.

Vous pouvez les interpellier en leur envoyant un message par « discussion »

- Vous pouvez utiliser l'option « Fait-Non Fait » et ensuite vous pourrez n'afficher que le travail qu'il vous reste à faire

2. Le travail à rendre

Pour certaines tâches, les enseignants vont vous demander de rendre un travail. Il faut cliquer sur "Déposer ma copie" (voir ci-dessus et ci-après). Vous pourrez sélectionner un fichier que vous aurez préalablement produit numérique (fichier libreoffice, pdf, image, photo, mp3, ...) ou numérisé .

Remarque : depuis une tablette ou un smartphone, il est possible de prendre une photo directement depuis Pronote.

Vous pourrez ensuite supprimer ou modifier ce fichier jusqu'à la date de rendu sauf si le professeur verrouille ce travail.