



## FICHE PARRAINAGE L.AS 2023/2024 N° 70

Cette fiche est à destination des étudiants engagés dans une licence accès santé (L.AS) au cours de l'année 2023/2024.

**NOM :** Loiseau  
**Prénom :** Axelle  
**Filière :** Médecine

**Quelle était ta licence l'année dernière (ex : L.AS 60 ECTS SVT-PC...) ?**

L.AS 2 STAPS

**Au lycée quel(le) genre d'élève étais-tu ?**

- Sérieux(se) et travailleur(se)
- Bon(ne) élève
- Flemmard(e) et pas très motivé(e)
- Mauvais(e) élève

**Étais-tu un(e) L.AS stressé(e) ?**

- Extrêmement stressé(e), ça m'empêchait même de dormir parfois
- Stressé(e) mais en général j'arrivais à contrôler ça
- Moyennement stressé(e), surtout à l'approche des partiels/oraux
- Pas stressé(e) du tout, j'étais cool toute l'année !

**A quelle fréquence assistais-tu au cours ?**

- Tout le temps, ça m'aidait à comprendre et à apprendre
- Quasiment tout le temps, sauf pour les cours qui me paraissaient inutiles
- Des fois, je n'allais que à ceux qui m'intéressaient ou qui semblaient difficiles
- Jamais (sauf cours obligatoire), je n'avais pas envie de perdre du temps !

**Où est ce que tu travaillais en général ?**

- A la BU (Ma deuxième maison)
- Chez moi : la tranquillité avant tout !
- Les deux

**Pendant ta L.AS, où est-ce que tu habitais ?**

- Chez tes parents ou ta famille
- Dans un appart seul
- Dans un appart en coloc

**As-tu suivi une prépa ou le tutorat au cours de l'année ?**

- Tutorat seulement
- Prépa seulement
- Prépa & Tutorat

**As-tu fait un PASS avant ta L.AS ?**

- Oui
- Non

**Si OUI, comment appréhendais-tu cette année dans un cursus qui n'était pas forcément ton premier choix au départ, avec du recul comment ça s'est passé ? Comment as-tu trouvé la charge de travail par rapport à la PASS ?**

En rentrant en STAPS j'appréhendais surtout la partie sportive. J'avais réussi à courir tous les dimanches en PASS mais ça faisait quand même un an que je ne faisais pratiquement plus de sport, face à des élèves dont c'est la spécialité je m'inquiétais vraiment de ne pas être au niveau. Au final les profs ont été très compréhensifs. J'avais choisi comme spécialité handball, et il y avait un gouffre entre les filles qui jouaient toutes en nationales, voir pro et moi qui avait pas touché un ballon depuis le collège. J'ai expliqué ma situation aux filles et au prof et il a tout de suite compris, il ne faut pas hésiter à expliquer notre situation, surtout que la LAS est encore inconnue pour plein de professeurs. Et bien préciser que les notes qu'ils nous mettent comptent pour la filière santé. En tout cas pas de raison de s'inquiéter. La charge de travail n'a juste rien à voir avec la PASS, il faut travailler car le niveau augmente d'année en année mais pas de pression, on peut largement sortir le soir (en tout cas en STAPS).

**Comment répartissais-tu ton temps de travail entre TP, TD, CM, possiblement la mineure et tes pauses ? Quelle était globalement ta journée type ?**

Généralement dans une journée STAPS on a 2h de CM, 3h de TD et 2h de sport (que ça soit la spécialité sportive, ou les activités sportives du tronc commun). Ça laisse largement le temps de travailler à la BU. Souvent j'y allais l'après midi et je rentrais chez moi quand j'avais faim (vers 19h). A l'approche des partiels je travaillais encore un peu chez moi le soir. Je me laissais environ 1h30 de pause le midi. C'est difficile de donner une journée type précise parce que clairement j'étais beaucoup moins organisée qu'en PASS et je ne calculais pas du tout le nombre d'heures travaillées, ni le nombre de pauses. Vraiment le contrôle continu et les différents travaux à rendre aident à être régulier dans le travail et savoir où on en est sans tout compter précisément.

**Comment as-tu appréhendé les TP (qui peuvent être source de stress) ou plus généralement la pédagogie de la licence qui est un peu différente de celle du PASS ou du lycée ?**

Ce qui a été compliqué c'est de se remettre à rédiger et comprendre les attendus des profs qui sont bien différents des qcms de la PASS. Mais on s'y remet vite, et il y'a quand même des matières transversales avec PASS (comme la physiopathologie) qui fait qu'on est pas perdu. Les TP sont carrément accessibles, c'est un moment où tu peux davantage travailler avec tes potes et où les profs t'accompagnent vraiment donc au contraire ça fait un peu de concret c'est cool, pas de stress à avoir.

**Pour ta méthode de travail, comment organisais-tu ton travail et tes révisions ? Etais-tu plutôt organisé(e) (la fameuse méthode des J par exemple), ou plutôt au feeling ?**

J'ai suivis la méthode des J pour la PASS et je m'organisais en prévoyant mon emploi du temps heure par heure. Ça me permettait d'être plus efficace car si je me faisais simplement une liste de cours à voir dans la journée, je prenais trop mon temps en me disant c'est bon il reste encore le reste de la journée. Avec cette méthode je voyais mon retard à l'instant même. Je sais que pour certains c'est une pression mais moi ça me poussait réellement au travail et les j me rassuraient. Je trouvais que ça fonctionnait mieux.

Pour la LAS je n'ai pas utilisé cette méthode, je trouve qu'elle n'était pas du tout adaptée au cours et à la charge de travail qu'on avait. L'avantage avec STAPS c'est qu'il y'a des partiels régulièrement dans le semestre et espacés dans le temps. Cela permet de travailler une matière après l'autre et de ne pas avoir une semaine banalisée avec tout d'un coup. On peut aussi vite voir notre moyenne générale et adapter nos révisions en fonction. La difficulté était d'apprendre vraiment en fond, car ce n'est pas comme avec les qcms où tu peux repérer la réponse et te dire que ça tu l'as déjà vu. Là il faut que tu ressortes tout les principes du cours toi même, donc dans tes révisions sans cesse te poser des questions dans ta tête. Je trouve que c'est un défaut de l'écrire mais après les épreuves rédactionnelles ont aussi leurs avantages, notamment elles n'ont pas l'ambiguïté des qcms et elles nous laisse plus de liberté en terme de réponse (parfois on peut contourner le problème). La clé c'est de sans cesse se remettre en question dans sa méthode de travail pour être toujours plus performant.

### **Comment t'es-tu préparé aux oraux (si tu les as passé) pendant ton année ?**

J'avais déjà passé les oraux en PASS et c'est ce qui m'avait fait sortir du numerus, donc autant vous dire que j'avais pas trop trop envie d'y retourner. Pourtant j'ai du y aller de nouveau avec cette fois-ci une position en dehors du numerus, et au final je pense que cette position m'a aidé, je me suis dis j'ai tout à gagner et ça m'a mis une pression supplémentaire pour me mettre au travail parce qu'il fallait que je grappille des places. Je me suis énormément préparée cette année, rien à voir avec l'année dernière, j'ai rencontré des médecins, passer mon oral devant pleins pleins de personnes différentes. Fin je pourrais tout vous expliquer en détail si vous me choisissez comme marraine. Ce qui était particulièrement compliqué c'est qu'on a aucun retour sur nos notes aux oraux, par exemple en PASS j'ai eu 10 au niveau de mon oral de motivation, ce qui veut dire que ce n'est pas juste les autres qui ont été meilleurs que moi, mais que je suis réellement passée complètement à côté de mon épreuve, et maintenant en ne sachant pas mes erreurs il fallait que je refasse ce même oral qui va déterminer ma vie. Et au final c'est en discutant avec les médecins que j'ai vraiment essayé de comprendre quel profil ils attendait, c'est un monde vraiment à part la médecine. En tout cas maintenant je suis paré au niveau de l'oral et je suis sûre que cette expérience m'aidera pour mes futurs concours.

### **Comment se sont déroulé tes oraux ? Quel était ton ressenti après ces derniers ?**

C'est toujours difficile d'avoir un ressenti après un oral. Personnellement à chaque fois je me sentais plutôt sereine que ça soit en PASS ou en LAS. Mais bon comme j'avais eu des mauvaises notes en PASS, quand je suis sortie la 2e fois, je ne m'attendais plus à rien. J'étais contente j'avais pas fait de grosses boulettes, t'as toujours des doutes, tu te poses toujours des questions, mais t'as fais de ton mieux et maintenant ce n'est plus entres tes mains.

### **Comment as-tu ressenti ta L.AS en général ? As-tu vécu des moments difficiles ? Et une fois cette dernière finie, estimes-tu que cela t'apporté quelque chose ?**

C'est toujours compliqué de te remotiver pour une LAS. Personnellement j'avais l'impression d'être sans cesse en échec. Quand j'ai appris qu'en plus les notes de PASS ne comptait plus du tout j'étais dégoûtée. En plus les modalités d'évaluations change chaque année, l'administration nous avait dit qu'il y aurait une pondération entres les licences il n'y en a jamais eu. Fin c'est compliqué d'y croire quand t'as l'impression que même si tu donnes tout, il y'a plein d'injustices! Mais ça c'est pas de notre ressort, il faut y croire. Je me suis accroché, j'étais nul en natation et forcément c'est une UE qui est tombée et bah tampus j'ai été m'entraîner avec une pote 4 fois par semaine et j'ai finis par avoir une super note. Ça c'est de notre ressort de se donner les moyens et ça fini forcément par payer!!! Maintenant que j'ai fini mon année, je suis persuadée que c'était une chance, ça m'a apporté une ouverture d'esprit, beaucoup d'expérience, des rencontres et surtout quelque chose qui n'a pas de prix: la certitude que c'est médecine que je veux faire. Je suis sûre que si je n'étais pas passée par là, dans les moments difficiles je me serais dis mais si ça se trouve j'aurai été bien plus heureuse en STAPS, alors que là je suis persuadée que non et ça m'apporte 2 fois plus de motivation que les autres.

### **Et le mot de la fin ! Que dirais-tu aux L.AS pour les encourager et les motiver à affronter cette année ?**

Je vais essayer de ne pas répéter comme tout le monde. C'est une année qui quoi qu'il arrive va t'apporter quelque chose, peut être que tu ne vas pas en voir le sens tout de suite mais un jour je suis sûre que ça sera le cas. Il faut y croire sinon c'est perdu d'avance et nous on est là pour ça, pour vous raconter encore pleins d'anecdotes qui vous donnerons confiance en vous et ajouter notre motivation à la vôtre. Le système medecine fait que vous pensez sans arrêt à ça, mais déjà LAS remet un peu d'équilibre dans votre vie et vous voyez tellement de gens qui s'en foutent Royal de médecine, moi ça m'a fait tellement du bien. Faut croire au destin !!! Si c'est pas la bonne c'est que quelque chose de mieux vous attends ailleurs. Je vous fais des bisous et j'ai hâte de vous rencontrer.  
Axelle