



FICHE PARRAINAGE L.AS 2024/2025 N° 6

Cette fiche est à destination des étudiants engagés dans une licence accès santé (L.AS) au cours de l'année 2024/2025

NOM : GUERN
Prénom : Mathilde
Filière : Kinésithérapie

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

LAS 2 Sciences de la Vie, BCMP

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 ?

Après mon bac, j'ai fait un PASS option SVT-PC, que j'ai validé. Suite à ça, j'avais besoin de voir autre chose et je ne me sentais pas d'enchaîner directement avec une LAS2 donc j'ai fait un BTS Diététique. Après avoir diplômée, je suis revenue vers ma LAS2 de Biologie puisque je voulais aller en kiné. Tout s'est très bien passé, j'ai beaucoup aimé la fac, les différentes modalités d'enseignements, la diversité des matières proposées entre le premier et le deuxième semestre ainsi que le dépassement de soi que cela implique. La charge de travail était différente : pour ma part, j'ai trouvé qu'elle était moindre, que le rythme était moins soutenu (nombre de chapitres à apprendre par semaine) par rapport au PASS et que nous avions quand même plus le temps (pas forcément à la fin des semestres mais au début) d'approfondir certaines notions.

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

J'allais à tous les cours. Je travaillais quand j'avais des trous entre mes cours à la bu ou avec des copines et je rentrais chez moi vers 18h le soir. Je ne touchais pas à mes cours avant 20h au moins : je faisais du sport, prenais une douche, me préparais à manger et me détendais. Je reprenais après jusqu'à 23h grand max. J'avais des TP de Biochimie tous les mercredis et des TP de Physiologie Végétale tous les vendredis donc je les préparais le we et je faisais les comptes rendus avec mon binôme dans la semaine qui suivait. Je reprenais mes cours de CM le soir en rentrant ou le we qui suivait pour les apprendre le plus rapidement possible après. J'essayais de préparer mes TD en avance mais si je n'avais pas le temps, j'y allais juste et je les reprenais ensuite.

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 ?

J'adore travailler en autonomie et préparer moi même mes cours donc aller en CM sans avoir de support, prendre le maximum d'informations et mettre en forme mes propres cours me plaisait beaucoup. Le fonctionnement de la fac m'a plu et me correspondait. Les TP me stressaient un peu au début avec la rédaction des synoptiques mais je les préparais en avance pour être sûre d'avoir le temps d'y revenir si j'avais besoin. J'avais un binôme avec qui tout était fluide, on s'aidait beaucoup et c'est aussi ça qui m'a permis d'être plus détendue.

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 ?

Dès qu'on avançait en CM j'essayais de reprendre et remettre en forme mon cours le soir même mais si je n'avais pas le temps, je le faisais le we qui suivait. Ensuite, j'imprimais, je faisais un premier passage de lecture active et j'apprenais par cœur en me récitant et en m'expliquant le cours. Puis je faisais des cartes mentales, des schémas et des tableaux s'il y avait besoin avant de refaire plusieurs fois les exercices de TD et les annales. Je ne faisais pas la méthode des J, j'apprenais au fur et à mesure et j'essayais au maximum de ne pas attendre la fin du chapitre pour le travailler. Je savais quels cours je maîtrisais plus que d'autres donc je me focalisais sur ceux qui m'étaient plus difficiles jusqu'à ce que je les maîtrise bien. Pour les partiels, je me faisais un planning avec un mois de révisions à chaque fois : je mettais tous les cours du semestre en les répartissant sur chaque jour de la semaine et en alternant les matières et les chapitres.

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

Ma préparation a duré trois semaines environ. Pour l'oral d'analyse d'article scientifique, je m'entraînais tous les jours sur 3 textes différents (thèmes, sujets, type de plan et longueur) que je prenais dans la banque de texte du tuto en respectant les modalités de l'examen (30 min de prépa, 5 min d'oral). Je m'enregistrais puis je corrigeais avec les corrections du tuto.

Pour celui de présentation du projet professionnel, j'avais écrit le script, contacté des amies qui étaient passées en P2 suite à l'oral et des K1 pour avoir tous leurs conseils et astuces et je l'ai modifié au fur et à mesure. Je l'avais appris par cœur, fait devant le plus de personnes possible et créé un document avec toutes les questions que le jury pouvait me poser pour pouvoir y répondre ensuite.

Comment se sont déroulés tes oraux ? Quel était ton ressenti après ces derniers ?

Mes oraux se sont très bien passés. J'étais dans les temps à chaque fois (important +++ de ne pas dépasser les 5 min) et les entretiens que j'avais avec le jury après étaient à chaque fois des échanges.

J'avais choisi un texte hors santé pour l'analyse d'article qui m'a bien mise en confiance puisque le thème était accessible et que l'article était court.

Lorsque je suis sortie, j'étais contente de moi à chaque fois mais je ne pouvais pas dire si j'avais forcément réussi ou pas puisque cela reste très difficile de savoir.

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'a apporté quelque chose ?

Cette année a été une année d'endurance qui m'a permis de me dépasser et de rester focalisée sur chaque étape. J'avancais au jour le jour en faisant de mon mieux pour rester sereine jusqu'au bout. J'ai énormément aimé cette année pour la force qu'elle m'a apportée, les connaissances que j'ai acquises et l'aboutissement de l'investissement.

Oui, certains moments ont été difficiles : la fin du S1 (je commençais à fatiguer avec tous les TP, les cours qui se poursuivaient et qui étaient durs, les partiels à réviser), l'attente des résultats du S1, le questionnement du maintien de la candidature, la préparation des oraux et les révisions du S2. Mais tous ces moments m'ont énormément appris et permis de renforcer l'endurance dont il fallait faire preuve jusqu'au bout.

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

Cette année se fera au mental : vous avez les connaissances, vous avez les compétences et les ressources nécessaires mais vous devrez vous appuyer sur vous-même et votre capacité d'endurance pour faire abstraction des distractions. Portez en vous toutes les versions de vous qui vous ont amenées jusque-là et faites-le pour elles. Levez-vous tous les matins en visualisant votre futur vous dans votre cabinet, à l'hôpital, en salle d'accouchement, sur un plateau technique ou derrière le comptoir de votre pharmacie. Sentez en vous que vous serez ce professionnel de santé et que vous êtes destinés à faire ce métier pour la personne que vous êtes, pour les valeurs que ce métier porte et que vous avez depuis que vous êtes petits.