



## FICHE PARRAINAGE L.AS 2025/2026 N° 59

*Cette fiche est à destination des étudiants engagés dans une licence accès santé (L.AS) au cours de l'année 2025/2026*

**NOM :** GILLOT  
**Prénom :** Evan  
**Filière :** Médecine

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

L.AS 2 Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives (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 aux 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
- Aucun des deux

### 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 au PASS ?**

Quand j'ai su que j'allais en L.AS STAPS, j'avais peur des barèmes de sport et de la charge de travail qui m'attendait en combinant le domaine santé et la licence. Toutefois, je me suis aperçu qu'avec un peu d'organisation ça le fait très bien ! De plus, si vous aimez le sport c'est la licence parfaite, les cours de sport m'ont permis de me dépenser et de faire une pause dans les révisions. Par rapport à PASS, j'ai trouvé qu'en L.AS la charge de travail était moins conséquente, en effet, le domaine santé est moins conséquent et les cours sont moins longs. Toutefois, il faut quand même savoir jongler entre le domaine santé et la licence qu'il ne faut pas délaissé !

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

Au premier semestre j'allais à tous les TP, TD et CM car c'est ce semestre qui compte pour le classement de LAS. Contrairement au deuxième semestre, j'allais juste aux cours obligatoires et je travaillais à fond le domaine santé. Globalement en STAPS, les cours ne sont soit que le matin ou que l'après-midi alors j'allais en cours durant cette demi-journée tandis que l'autre demi journée je travaillais les anciens cours de licence ou de domaine santé selon le semestre. Je faisais généralement une petite pause de 5 à 10 min entre chaque cours et une grosse pause de 1 heure le midi pour manger avec les collègues.

**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 ?**

Pour les TP, je relisais rapidement le dernier TP afin de ne pas arriver en ayant tout oublié et pour les TP notés je me préparais quand même bien en avance pour avoir la meilleure note possible. C'est vrai que ce mode de fonctionnement (TD, TP, CM) change de PASS et du lycée mais on s'y fait rapidement.

**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 ?**

Ma méthode de travail reposait principalement sur la méthode des J ( meilleure méthode ) mais je l'ai utilisée à ma manière , c'est-à-dire que je revois mes cours J0, J3, J7, J15, J30, J60,...

A côté de ça j'utilise des flashcards que je fais tous les jours pour ne pas oublier des notions importantes, les flashcards c'est vraiment trop fort je vous assure.

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

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

**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 ?**

En général, cette année de L.AS a été plus que bénéfique. Au départ, j'ai eu du mal à encaisser le fait de ne pas être pris en PASS mais je pense que la L.AS m'a aussi permis de voir autre chose que la médecine, découvrir de nouvelles personnes et aussi prendre du recul sur mon choix de carrière. Alors ne voit pas la LAS comme un fardeau mais plutôt comme une opportunité de découvrir de nouvelles choses !

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

Comme je te l'ai déjà dit cette année de L.AS est plus que bénéfique ! Vous allez voir différentes matières passionnantes, faire du sport, faire un stage où vous allez découvrir de nouvelles personnes. Alors je vous conseille de donner TOUT ce que vous avez cette année, même si comme moi t'as raté PASS ne regrette rien et avance vers l'avant !  
Bon courage pour cette année !