



FICHE PARRAINAGE L.AS 2025/2026 N° 82

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

NOM : Rigaud
Prénom : Eva
Filière : Maïeutique

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

L.AS Biologie des organismes, populations et écologie

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 colocation

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 ?

X

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

Chaque dimanche je prévoyais mon emploi du temps de la semaine avec mes temps de pauses, sport et travail.

SEMESTRE 1 (licence importante +++): réveil 7h15 tous les jours (sauf le samedi - dimanche = 8H30), matin si pas cours = CM matières compliquées, fiches si besoins et exos TD compliqués ; PAUSE repas 1H ; aprèm = relecture des cours - TD de la veille et notions importantes et révisions des cours + simples. Soir = temps plus calme, TP, lecture des erreurs (Annales licence +++).

SEMESTRE 2 (Concours +++): J'avoue qu'à cette période j'ai été qu'aux TD et TP, je relisais mes CM du drive déjà écrits et je fonctionnais de la même manière que le SEM 1 version concours; la licence c'était + secondaire.

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 ?

Les TP de biologie demandent beaucoup d'anticipation et de travail (et rapportent des points !). J'ai eu la chance d'avoir une excellente binôme, ce qui m'a beaucoup soulagée. Avec l'emploi du temps et le dossier fourni en début d'année, j'anticipais les TP et les préparais souvent le soir ou pendant mes temps libres (lectures, protocoles, synopsis). Comme la biologie m'intéressait, c'était presque pour moi un temps plus calme, loin du "par cœur".

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 ?

La méthode des J ne me convenait pas : j'accumulais trop de cours sans vraiment les retenir. Globalement, chaque dimanche je faisais mon planning. Le matin, je travaillais les matières urgentes ou difficiles ; l'après-midi, celles que j'aimais le plus ainsi que la relecture des chapitres de la veille et mes erreurs. Chaque jour, après un nouveau chapitre, je faisais direct des QCM d'Annales (des PASS + LAS et licence), notais mes erreurs puis les relisais le soir et le lendemain. Avant d'aborder un chapitre, je regardais la fiche récap du tutorat (et drive pour la licence) et les Annales associées. Je variais mes matières sans dépasser 4 par jour pour éviter de me mélanger. Je cherchais à comprendre ce que j'apprenais et à repérer les notions clés. Les chapitres difficiles étaient appris sur mes fiches faites par moi, tandis que les plus simples restaient sur le livre tutorat (concours) et note du drive (licence) que j'annotais.

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

Pendant la période des oraux, j'étais stressée car je n'avais pas eu la chance de les passer en LAS1 : c'était donc ma dernière chance en LAS2 et je n'avais aucune expérience. J'ai commencé par les séances du tuto qui m'ont rassurée et permis de m'entraîner. J'ai construit une méthodologie de base pour MES et DOC que j'ai affiné au fil des semaines. Le plus important est de s'entraîner ++ et de solliciter son entourage : en poussant au max les contacts de mon entourage, j'ai même pu m'entraîner avec des avocats, je n'y aurais jamais cru !!! et bien sûr, il y a eu des baisses de motivation, mais j'ai gardé une discipline + légère avec des quotas chaque semaine de DOC et MES à faire.

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

Mes oraux m'ont paru moyens : au premier (DOC), j'étais très stressée car je n'avais jamais vécu un oral aussi important. Au deuxième (MES), j'étais déjà plus à l'aise. J'ai ressenti beaucoup de pression, mais je suis sortie avec le sentiment d'avoir donné le meilleur de moi-même, et c'est l'essentiel ! Un sourire + montrer sa méthodologie et sa culture générale, ça compte énormément !! Tout le monde stresse et bafouille un peu, c'est normal. Ceux qui retentent l'oral, vous avez déjà eu une préparation, et pour les autres : c'est totalement faisable, la preuve pour moi c'est finalement passé !

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 ?

La L.AS 1 et 2 n'ont pas été simples. Je me sentais souvent seule et je culpabilisais d'avoir choisi ce parcours alors que mes amis vivaient une vie étudiante plus cool. J'avais du mal à m'accorder des moments avec ma famille ou mes proches, alors qu'avec du recul ça m'aurait fait du bien. La L.AS reste perturbante car il t'arrive d'être avec des personnes sans concours. Heureusement, mon entourage m'a aidée à garder ma motivation. J'ai retenu qu'il fallait avoir confiance en son travail et sa méthode, et privilégier un entourage de travail peut-être plus restreint mais surtout fiable ! Et oui, franchement aucun regret d'avoir tenté la L.AS !!! J'ai appris à être plus indépendante et j'ai gagné en maturité.

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

NE LÂCHE RIEN !!! Il n'y a vraiment que toi qui est maître de ton avenir, tu as tes objectifs et tu sais ce que tu vaux. C'est qu'une année dans ta vie, alors c'est le moment de s'écouter et tout donner ;) !!!!!!!