



## Coronavirus Covid-19

# Comment étudier pendant la fermeture du collège ou du lycée ?

Suivre les cours à distance n'est pas toujours simple, mais le travail donné par vos professeurs et ces quelques conseils vous aideront à y arriver. Objectifs : consolider vos connaissances et continuer à apprendre de nouvelles notions.



### UTILISER TOUTES LES RESSOURCES DISPONIBLES

- ✔ Utilisez vos manuels habituels, en suivant la progression donnée par vos professeurs.
- ✔ Connectez-vous à la plateforme du Cned, Ma classe à la maison, pour suivre des classes virtuelles et vous entraîner.
- ✔ Révisez avec des ressources du Cned spécifiques comme Jules (Devoirs faits, pour le collège) ou Ma spé maths (pour les élèves de 1<sup>re</sup> ayant choisi la spécialité mathématiques).
- ✔ Découvrez la plateforme Lumni qui regroupe des ressources de plusieurs médias comme Arte, France Télévisions, Radio France, l'INA, etc.



### ORGANISER SON TEMPS, PLANIFIER SES ACTIVITÉS

- ✔ Consultez régulièrement les consignes des professeurs dans l'ENT de votre établissement pour vous organiser dans votre travail (dates des devoirs à rendre, temps à consacrer à chaque thématique, à chaque exercice).
- ✔ Essayez de consacrer au moins trois à quatre heures par jour à des activités scolaires.
- ✔ Établissez un programme journalier et une planification sur la semaine.
- ✔ Conservez vos habitudes d'apprentissage : fiches de révision, cahiers de cours.



### VEILLER À RESTER EN FORME

- ✔ Essayez de garder les mêmes bonnes habitudes que durant le reste de l'année : dormir suffisamment, prendre un petit déjeuner et manger équilibré, faire de l'exercice et du sport quand c'est possible, en respectant les consignes dues au confinement.
- ✔ Faites des pauses et profitez-en pour aérer la pièce où vous travaillez.
- ✔ Limitez le temps passé devant les écrans, y compris pour le travail scolaire.
- ✔ Prenez des nouvelles de vos amis sans contrevenir aux règles de confinement.



### SE CULTIVER, ÉLARGIR SES CONNAISSANCES

- ✔ Profitez du confinement pour faire des découvertes !
- ✔ Lisez des romans, de la poésie, des BD.
- ✔ Visionnez des documentaires, des films.
- ✔ Écoutez des podcasts.
- ✔ Visitez (virtuellement) des musées comme Le Louvre ou le musée d'Orsay.
- ✔ Tous les programmes estampillés « Nation apprenante » ont été sélectionnés pour vous instruire et vous divertir. À consommer sans modération !