

## R1.06 Intégration à l'Université (UI)

Niveau d'étude  
**Bac +1**

Composante  
**Institut universitaire de technologie d'Angoulême**

### Présentation

### Description

Cette ressource s'inscrit comme un outil fondamental, voire un prérequis, pour aider l'étudiant à appréhender la méthodologie de l'approche par compétences.

C'est une initiation concrète à la démarche réflexive sur son fonctionnement cognitif (métacognition) afin de l'enrichir et de prendre confiance en soi, par l'expérimentation de méthodes efficaces, de se motiver pour acquérir de nouvelles compétences. Il permettra aussi à l'étudiant d'utiliser toutes les ressources proposées par son nouvel environnement universitaire pour réussir la transition élève-étudiant. Apprendre à apprendre, avant tout !

### Objectifs

- \* Thème : l'Environnement universitaire
- s'approprier les ressources matérielles, numériques et humaines à disposition
- apprendre à les utiliser à bon escient

Apprentissages visés : identifier, expliquer et utiliser les différents services et outils pour

résoudre un problème.

- \* Thème : la méthodologie universitaire pour optimiser ses méthodes de travail et gagner en confiance en soi pour acquérir de nouvelles compétences.

A partir d'échanges, d'expérimentation via des tests, des questionnaires, des mises en situation, (jeux de rôle, vidéos...), l'étudiant va identifier ses méthodes de travail, les interpréter à la lumière de l'analyse cognitive, rechercher puis mettre en oeuvre de nouvelles méthodes qu'il aura choisies, et qu'il va tester pour élaborer un programme de travail optimal.

Contenu :

- élève vs étudiant : qu'est-ce qui change ?
- s'organiser dans son travail en gérant son temps, ses priorités, ses prises de notes et en aménageant son espace
- identifier les différentes sources de motivation et les utiliser pour mobiliser attention et concentration. Application à la communication respectueuse (faits, croyance, jugements).
- s'approprier diverses techniques de mémorisation, de représentations mentales
- pratiquer des méthodes de gestion du stress
- appréhender le travail en équipe, la coopération et l'entraide.

Apprentissages visés :

- développer une attitude réflexive sur ses méthodes d'apprentissage (son fonctionnement cognitif)

- choisir (rechercher) et mettre en oeuvre de nouvelles méthodes

- construire un contrat de travail argumenté et évaluer sa pertinence pour acquérir de

nouvelles compétences

## Heures d'enseignement

Cours magistraux	CM	4,5h
Travaux dirigés	TD	4,5h
Travaux pratiques	TP	6h