

Titre de la REL: Clés pour exceller dans l'apprentissage en ligne I !

INTRODUCTION

Bienvenue dans le guide "Clés pour exceller dans l'apprentissage en ligne!" Que vous soyez novice dans l'éducation virtuelle, ou que vous cherchiez à améliorer vos compétences, cette ressource vous fournira des conseils et des stratégies précieux pour vous aider à réussir dans votre parcours académique en ligne.

Alors que les avancées technologiques influencent le monde de l'éducation aujourd'hui, certaines personnes estiment que ce n'est pas chose aisée. Pourtant, ce mode d'enseignement et d'apprentissage s'avère être le choix pour plusieurs personnes qui préfèrent suivre des cours à distance et profiter du confort de leur maison ainsi que le soutien de leur communauté d'attache. Cependant, plusieurs facteurs simples sont à considérer afin d'assurer l'excellence lors des études en ligne. Prendre soin de soi en adoptant un mode de vie sain et ordonné est très déterminants pour assurer la réussite durant des études à distance. Consciente de l'importance croissante de l'apprentissage en ligne dans la société actuelle, l'auteure de cette ressource met l'accent sur les compétences, les astuces et les stratégies nécessaires pour mieux s'organiser et prospérer dans un environnement d'apprentissage numérique.

1. Résumé ou abstract

Cette REL est une ressource inédite de soutien pour la réussite des études en ligne. Elle inclut des conseils pratiques qui permettent aux étudiant.e.s en ligne d'adopter une posture critique face à leurs comportements pendant leurs études et de les modifier au besoin.

Cette ressource constitue donc un rappel important pour les étudiant.e.s en ligne, les exhortant à prendre soin d'eux ou d'elles et de considérer leur bien être personnel afin de concilier leurs études et leur vie personnelle.

La ressource n'a jamais été disponible publiquement dans d'autres dépôts ou bibliothèques et sera soumise pour publication sous licence libre à la Bibliothèque ouverte eCampusOntario

2. Contexte: Le cours et les raisons qui ont mené à la création de la ressource

À tous les niveaux d'apprentissage et dans tous les secteurs, les cours en ligne deviennent incontournables. Plusieurs personnes choisissent de suivre leurs études complètement à distance, profitant du confort de leur maison, des services usuels de leur communauté d'attache avec aucun souci lié aux déplacements de tous les jours. Cependant, si cette routine confortable ne s'accompagne pas d'un bon nombre de principes et d'une discipline personnelle, la performance académique est mise en danger.

Le nombre de programmes en ligne s'accroissant du jour au jour, des ressources en ligne pour appuyer les étudiant.e.s devraient l'être autant.

C'est dans ce contexte que, pendant une année d'enseignement en ligne durant la covid, j'ai proposé aux parents un guide pour mes élèves qui leur a permis de mieux réussir durant la formation en ligne.

Mon expérience d'enseignante en ligne, du cours de santé et bien être ainsi que celui de méthodologie de travail au secondaire m'ont permis de travailler sur un guide qui propose des

conseils pratiques pour que les apprenant.e.s aient le plaisir de suivre leurs cours à distance et d'y exceller.

3. Création: Les objectifs et le public visés par la REL, ainsi que le processus d'élaboration de la REL.

Cette ressource est créée pour soutenir les personnes étudiantes, principalement en ligne. Son objectif est d'encourager, à travers des conseils pratiques, les personnes étudiantes en ligne à s'adonner à de bonnes pratiques tout au long de leurs études pour mieux réussir. En tant que conseillère aux formations courtes, je travaille sur la mise en place des programmes en ligne. J'estime donc que cette ressource serait très bénéfique pour les étudiant.e.s de mon établissement et tant d'autres.

Je propose que la ressource soit publiée en tant que REL dans la Bibliothèque libre d'eCampusOntario avec l'espoir que plusieurs étudiant.e.s à distance l'utilisent.

4. Collaboration et révision

Cette ressource est le fruit d'un travail individuel. Aucun travail en équipe n'a été réalisé pour sa création.

Ainsi, en tant que publication inédite appartenant à une auteure, aucune révision formelle de la ressource n'a été effectuée, et aucune autorisation n'est requise quant à sa publication.

5. Publication

La ressource n'a pas encore été utilisée ni partagée comme REL. Une fois publiée dans la bibliothèque libre de eCampus Ontario, les professeurs ainsi que les étudiant.e.s des institutions partenaires à eCampus Ontario pourraient l'utiliser en accédant à la bibliothèque.

6. Distribution du financement

Pas applicable pour cette ressource.

7. Conseils et astuces

7.1. Avant de se lancer dans l'apprentissage en ligne

- **Choisir votre programme d'études en ligne:** Le choix d'un bon programme d'études peut constituer un défi majeur pour certaines personnes. Prenez toujours en compte vos intérêts académiques, vos objectifs de carrière et votre style d'apprentissage préféré afin de faire un choix judicieux. Prenez donc le temps de vous renseigner au sujet des différents programmes proposés par des institutions réputées, en vous assurant qu'ils correspondent à votre domaine d'études souhaité. Examinez la structure du programme, l'expertise du corps professoral et les ressources disponibles telles que les bibliothèques virtuelles et les services de soutien en ligne. De plus, il est important de recueillir les avis des étudiants actuels ou anciens en rapport avec la qualité du programme et leur satisfaction des services reçus. Prendre en compte ces facteurs vous permettra de

prendre une décision éclairée correspondant à vos aspirations académiques et professionnelles.

- **Créer un espace de travail dédié et personnalisé:** Pour démarrer votre réussite, il est essentiel de créer un espace strictement dédié pour vos apprentissages, avec un arrière-plan apaisant, une configuration ergonomique, des fournitures de bureau confortables, loin de toute distraction. Prévoyez une connexion internet fiable et tous les outils nécessaires, tels qu'un ordinateur ou une tablette, pour accéder à vos cours en ligne, un cahiers de notes, des crayons... Rendez votre espace convivial, avec de petites décorations thématiques, des photos ou tableaux qui vous inspirent, tout en songeant à rafraîchir l'air avec vos huiles essentielles préférées ou tout autre produit de votre choix. **NB:** assurez-vous d'installer les logiciels requis pour votre programme, le cas échéant.
- **Élaborer vos propres règles:** suivre ces 5C vous aidera à établir des lignes directrices claires et impactantes:
 1. Clarté: écrire vos règles avec un langage simple, dénué de toute ambiguïté laisse moins de place à la confusion dans le futur. Les afficher près de votre espace de travail vous aidera à vous en souvenir.
 2. Concision: garder vos règles brève et au point vous permet de mieux les mémoriser.
 3. Consistance: être consistant.e dans l'application de vos règles, à toutes les situations favorise le maintien de l'ordre.
 4. Courtoisie: utiliser un langage poli et des formulations courtoises pour définir vos attentes vous permet de les voir de façon plus positive.
 5. Complétude: couvrir tous les aspects nécessaires en élaborant vos règles vous évite toute confusion ou litige dans le futur.

En songeant aux 5C - clarté, concision, consistance, courtoisie et complétude lors dans le processus de création de vos règles vous définissez des lignes directrices efficaces et faciles à suivre. Ceci vous permet également d'harmoniser avec tous les aspects de votre vie durant vos études et d'être bien fonctionnel.l.e.

7.2. Se lancer dans l'apprentissage en ligne

- **Établir une routine:** L'établissement d'une routine d'étude cohérente est une des clés essentielles du succès dans l'apprentissage en ligne. Votre emploi quotidien devrait inclure un temps dédié à la participation aux cours virtuels, à l'exécution des travaux, à la révision des notes, à l'étude pour les examens, mais aussi un temps personnel et des moments de socialisation et interaction physique, en dehors de quatre murs de votre habitation et loin de vos écrans. Vous aurez ainsi défini des objectifs spécifiques qui vous garderont mieux organisé et motivé tout au long de vos études, assurant ainsi une réussite à la fois tant sur le plan académique que personnel .

Pourquoi établir une routine?

1. Pour gérer efficacement votre temps personnel et votre temps alloué aux études: la gestion du temps constitue une compétence essentielle pour les apprenants en ligne. Il est important de décomposer les tâches plus importantes en étapes plus petites, de fixer des objectifs et des échéanciers réalistes pour mieux suivre votre progrès. Les outils en ligne comme le calendrier ou des applications de productivité vous permettent de prioriser les tâches de manière plus efficace.
 2. Pour créer de bonnes habitudes: Suivre une routine vous aide à devenir consistant et développer des automatismes qui vous rendent la tâche plus facile et vous facilitent l'organisation et la concentration.
 3. Pour réduire le stress: respecter votre routine est une voie qui vous fixe chaque jour sur ce à quoi vous devez vous attendre, atténue l'anxiété et l'incertitude, tout en vous donnant la certitude d'aborder vos tâches avec plus de confiance.
- Quelques astuces pour créer une routine à succès:
1. Définir vos priorités: prévoir plus de temps pour vos activités les plus importantes. Toujours penser à réserver du temps pour prendre soin de vous-même et vous détendre.
 2. Utiliser un agenda: selon vos préférences, un agenda électronique ou physique vous aidera à mieux visualiser votre emploi du temps et à respecter vos échéanciers et les engagements pris.
NB: Toujours recommandé de revoir votre agenda à la fin de chaque journée.
 3. Prévoir des moments de pause et au moins 8h de sommeil par nuit : Vous reposer de temps en temps vous aide votre esprit à se reposer afin d'éviter l'épuisement.
NB: - songez à prendre un peu d'air frais ou d'aérer votre salle de travail de temps à autre.
 - Évitez tout contact avec les écrans avant l'heure du coucher
 4. Rester flexible car les imprévues existent! : tout en gardant en tête la constance, tolérer une certaine flexibilité facilite l'adaptation aux événements et/ou changements inattendus pouvant survenir durant vos études.
- Exemple de routine:
- 7h00 - 8h00** : Routine du matin (exercice, petit-déjeuner, hygiène)
8h30 - 12h00 : Cours et conférences
12h00 - 13h00 : Pause déjeuner
13h30 - 16h30 : Sessions d'étude et devoirs
17h00 - 18h00 : Exercice ou activités parascolaires
19h00 - 21h00 : Dîner et temps libre
21h30 : Détente (lecture, relaxation)
22h00: Heure du dodo

Il n'est pas toujours facile d'établir une routine. Ceci peut parfois nécessiter du temps et plusieurs ajustements. Il vous est recommandé d'être patient envers vous-même, de savoir vous pardonner et de ne pas vous décourager lorsque vous ne réussissez pas à la respecter. Pensez plutôt aux multiples avantages que ceci pourrait vous procurer, à savoir, l'optimisation de votre temps, la réduction du stress, l'atteinte de vos objectifs ainsi que le maintien d'un équilibre sain entre votre vie académique et personnelle.

- **S'engager avec le matériel de cours:** l'organisation est la meilleure façon de vous engager activement à votre matériel de cours, un aspect crucial du succès de vos études. Pour ce faire, il est souhaitable de prendre des notes détaillées, de participer aux discussions, de poser des questions, de revoir régulièrement vos notes, de garder une trace de vos notes, devoirs et travaux rendus en organisant vos fichiers (dossiers séparés pour chaque cours avec étiquette claire). Des ressources supplémentaires telles que les manuels, les articles et guide d'études en ligne vous permettront d'approfondir votre compréhension du matériel et de retenir plus efficacement l'information. Vous engager ainsi dans votre matériel de cours vous rend mieux équipé pour exceller académiquement et vous immerger pleinement dans votre expérience étudiante.
- **Restez concentré pendant vos études en ligne:** Pour améliorer votre concentration, votre espace d'étude dédié doit rester exempt de toute distraction. Vous pouvez également songer à utiliser des outils comme des écouteurs antibruit ou des applications d'étude qui vous aident à améliorer votre productivité. Le respect de vos règles ainsi que celui de votre routine sont également une stratégie efficace pour augmenter et maintenir le niveau de votre concentration et tirer le meilleur parti de votre expérience d'études en ligne.
- **Gardez votre motivation:** En vous fixant des objectifs réalistes, en célébrant vos accomplissements, en pratiquant des activités d'auto-soin telles que l'exercice, les techniques de relaxation, les hobbies, vous maintenez votre énergie positive qui vous fortifie.
- **Établir et maintenir des réseaux de communication et de socialisation virtuels et physiques:** faites partie des forums de discussion, des groupes ou réunions en lien avec vos cours. Trouvez un moyen pour maintenir vos interactions et rencontres physiques avec vos proches.
- **Chercher du soutien:** Vos professeurs, vos pairs ainsi que vos conseillers académiques constituent des ressources très importantes. Ne vous gênez donc pas de les solliciter pour leur soutien, conseils, lorsque vous vous trouvez face à des défis. Souvenez-vous que demander de l'aide est un signe de force, pas de faiblesse.
- **Adopter une mentalité de croissance:** Il est important de rappeler que les défis constituent d'excellentes occasions de croissance et d'apprentissage. Exercez votre résilience face aux revers, trouvez des moyens d'adaptation aux nouvelles technologies et méthodes d'apprentissage et surtout, croyez en votre capacité à surmonter les obstacles sur votre parcours académique.

CONCLUSION

En suivant les conseils proposés dans ce guide, vous pouvez naviguer dans le monde de l'apprentissage virtuel en restant confiant.e et sûr.e du succès. Retenez qu'un bon choix de son programme d'études, de son espace de travail, la cohérence, l'engagement actif, la gestion du temps, la recherche du soutien, le maintien de la motivation, de la concentration et l'adoption d'une mentalité de croissance demeurent des piliers essentiels pour produire un fruit de vos efforts académiques virtuels.

Bonne chance dans votre aventure académique en ligne!