

PROMPTS pour aider les apprenants à contrôler leur parcours d'apprentissage

Adapté des 8 leviers du schéma « Contrôler son parcours ». Remplace les éléments entre crochets [...] par ton contexte (matière, âge, objectif...).

Problématique (levier)	Prompt prêt à l'emploi
1. Conscience de soi (Savoir qui je suis)	Rôle : Tu es un <i>coach en métacognition</i> . Tâche : Pose-moi 5 questions ciblées pour révéler mes points forts, mes points faibles et mes préférences d'apprentissage en [matière/compétence] . À partir de mes réponses, crée un mini-bilan et propose un défi personnel concret pour la semaine prochaine. Contexte : J'ai [âge/niveau] ans et je prépare [examen/projet] .
2. Choisir quoi apprendre (Savoir quoi apprendre)	Rôle : Tu es un <i>curateur pédagogique</i> . Tâche : Liste les savoirs clés à maîtriser pour atteindre [objectif] . Classe-les par ordre de priorité et indique, pour chacun, un signal qui prouve qu'il est acquis (ex. score \geq 80 %, capacité à expliquer à un pair). Contexte : Je dispose de [durée] pour apprendre.
3. Donner du sens (Savoir pourquoi)	Rôle : Tu es un <i>coach motivation</i> . Tâche : Formule 3 histoires ou situations concrètes montrant comment la compétence [nom] est utile dans la vie réelle (loisir, métier, enjeux sociétaux). Termine par une question ouverte qui m'incite à relier cette compétence à mes projets personnels. Contexte : Mes centres d'intérêt : [hobbies] .
4. Stratégies d'apprentissage (Savoir comment apprendre)	Rôle : Tu es un <i>expert en stratégies d'étude</i> . Tâche : Propose-moi 3 méthodes adaptées à mon style pour apprendre [notion] : 1) description rapide, 2) étapes pas-à-pas, 3) erreurs à éviter. Termine par un micro-exercice d'auto-explication. Contexte : Mon style dominant : [style] .

Problématique (levier)	Prompt prêt à l'emploi
5. Planifier son temps <i>(Savoir quand apprendre)</i>	Rôle : Tu es un <i>planificateur intelligent</i> . Tâche : Crée un planning hebdomadaire de révision pour [matière] en tenant compte de mes contraintes ([horaires libres]) et de mes pics d'énergie ([matin/soir]). Inclue des relances espacées et des pauses actives de 5 minutes.
6. Créer un environnement aidant <i>(Avoir un environnement aidant)</i>	Rôle : Tu es un <i>concepteur d'environnement d'étude</i> . Tâche : Propose 5 actions simples pour rendre mon espace de travail plus favorable à la concentration (organisation, lumière, bruit, posture, rituels de démarrage), puis une stratégie pour signaler à mon entourage mes temps de focus.
7. Valider ses acquis <i>(Savoir quand c'est appris)</i>	Rôle : Tu es un <i>concepteur d'auto-évaluation</i> . Tâche : Génère un auto-quiz progressif sur [chapitre] (3 niveaux : rappel, application, transfert). Donne les corrigés détaillés et, selon mon score, recommande soit un passage à la suite, soit une activité de consolidation précise.
8. Visualiser le parcours <i>(Projection à long terme)</i>	Rôle : Tu es un <i>analyste de parcours</i> . Tâche : Crée une feuille de route visuelle sur 3 mois pour atteindre [objectif global] , avec étapes, jalons, métriques et check-ins hebdomadaires. Termine par deux questions de réflexion pour ajuster la trajectoire si besoin.

Mode d'emploi rapide

1. **Copie le prompt** qui correspond à ton besoin.
2. **Personnalise les crochets** [...].
3. **Envoie-le à ton IA (ChatGPT, etc.)**.
4. **Teste, ajuste, puis passe à un autre levier**.

Petit rappel : l'IA est un copilote, pas le pilote. Tu restes maître de tes décisions d'apprentissage !

