

La Meta

Travailler efficacement

Live du 08 février 2026



Intervenant : Matthieu Humbert



Étudiant & Khôlleur

Ginette – HEC / ENSAE / ASSAS

Collaborateur de longue date de Major Prépa

Fondateur de **moncolleur.fr**, l'alternative IA aux cours particuliers pour les étudiants en prépa



Le live d'aujourd'hui

Partie I – Pourquoi faire un planning de travail ?

Partie II – Pourquoi utiliser Anki ?

Partie III – Q&A



Partie I - Pourquoi faire un planning de travail ?



Partie I - Pourquoi faire un planning de travail ?

- 1. Être plus efficace**
- 2. Réduire son stress**



Partie I - Comment faire un planning de travail ?

Les 4 étapes :

1. Définir les temps de travail et de repos
2. Allouer les plages de travail à chaque matière
3. Établir précisément le programme de chaque session de travail
4. Respecter le planning !



Planifier Son Travail : La Clé de la Réussite



La Meta

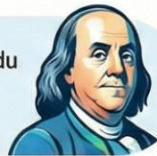
Pourquoi Planifier ?

Les Bénéfices



« Le succès est le résidu de la planification »

· Benjamin Franklin



Mieux Gérer son Stress

Évitez la sensation d'être submergé et retrouvez une concentration optimale.

Améliorer sa Productivité

Contrez la loi de Parkinson : une tâche tend à s'étirer pour occuper tout le temps alloué.



Comment Planifier ?

La Méthode en 3 Étapes



3 Règles d'Or

à Respecter



Commencez par le plus important

Attaquez toujours votre session de travail par les tâches prioritaires.

Ne débordez pas

Respectez le temps alloué à chaque matière pour ne pas sacrifier la suivante.

Protégez vos temps de repos

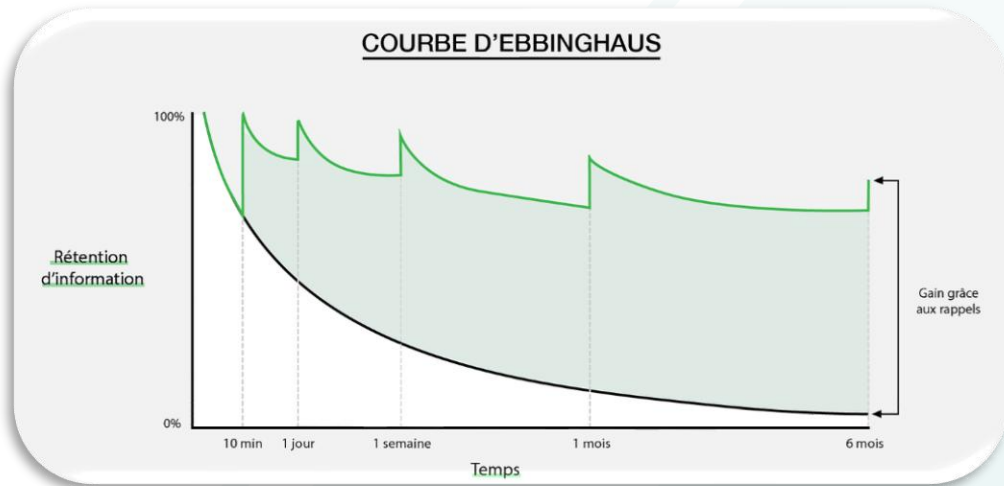
Sauf urgence, ne renoncez jamais à une pause planifiée.



Partie II - Pourquoi utiliser Anki ?



Partie II – Pourquoi utiliser Anki ?



1. Mémoriser à long terme
2. Réduire le stress organisationnel
3. Apprendre en s'amusant



Partie II – Comment utiliser Anki ?

1. Toutes les matières
2. Tous les jours
3. Mais jamais par cœur !

Unité et diversité de la Chine

Qu'est-ce que la **diplomatie du loup guerrier** ?

Quésaco ? Stratégie adoptée par les diplomates chinois sous la présidence de **XJ**. En rupture avec la traditionnelle retenue chinoise, les diplomates se montrent agressifs.

Origine ? Un film d'action patriotique, **Wolf Warrior 2**, paru en **2017**.

Exemple ? Le ministre des AE **Wang Yi** et son porte-parole **Zhao Lijian** n'hésitent pas à accuser frontalement les USA d'être à l'origine de l'introduction du covid en Chine.



Anki : Votre Allié Pour Mémoriser sur le Long Terme

Pourquoi Choisir Anki ?



Mémorisation à long terme

Le système de répétition espacée combat la courbe de l'oubli en vous montrant les fiches au bon moment.



Contenu 100% personnalisable

Vous décidez quoi et comment apprendre : vocabulaire, formules, dates, notes de cours, etc.

Motivation et discipline

Les rappels quotidiens vous "poussent" à réviser et à maintenir une bonne habitude de travail.



Comment Réviser Efficacement ?



Quand réviser ? La régularité avant tout.

Fixez un créneau quotidien, même de 15 minutes, pour créer une routine solide.



Comment réviser ? Privilégiez la relecture active.

Lisez attentivement recto et verso pour comprendre et mémoriser les points clés, sans réciter par cœur.

“Un parcours scolaire c'est un marathon, pas un sprint.”

Anki est votre meilleur allié pour retenir une masse impressionnante de connaissances sur la durée.



La Meta



Quelques vidéos utiles pour découvrir Anki

1. [Major Prépa](#)
2. [MonColleur 1](#)
3. [MonColleur 2](#)



Partie III – Q&A

