



L'IA pour apprendre partout, même dans les temps morts

Découvrez comment transformer chaque minute perdue en occasion d'apprentissage grâce aux outils d'intelligence artificielle. Que vous soyez dans les transports, en salle d'attente ou pendant une pause, votre smartphone devient votre assistant pédagogique personnel.

Objectifs de cette formation

Temps morts = temps utiles

Profiter des moments perdus dans les transports, pendant le sport ou les attentes pour continuer à apprendre efficacement.

Transformation des habitudes

Transformer ces instants en véritables **occasions d'apprendre** plutôt que de les subir passivement.

Outils adaptés

Découvrir les bons outils d'IA pour chaque situation et maximiser votre temps d'apprentissage.



🧠 ChatGPT : Votre assistant de poche

Où l'utiliser ?

📱 Dans le métro, en salle d'attente, avant un cours, pendant une pause déjeuner

Exemples concrets d'utilisation :


- Poser une question rapide sur un concept non compris en cours
- Générer un quiz éclair de 5 questions en 2 minutes chrono
- Transformer une définition compliquée en **explication simple**
- Demander des exemples concrets pour illustrer une théorie abstraite

📌 **Astuce pro** : Commencez vos questions par "Explique-moi comme si j'étais" pour obtenir des réponses plus accessibles !



NotebookLM : Vos cours deviennent des podcasts

Où l'utiliser ?

 Dans le bus, le train, en marchant vers l'université, pendant vos séances de sport cardio

Exemples concrets d'utilisation :

- Importer vos cours PDF → demander un **résumé audio** à écouter en mobilité
- Créer une **fiche de révision condensée** pour la lire sur smartphone
- Transformer des documents complexes en conversations audio dynamiques
- Générer des questions-réponses audibles pour réviser en marchant



🔍 Perplexity : Votre moteur de recherche intelligent



Où l'utiliser ?

📱 En pause entre deux cours, pendant l'attente chez le médecin, dans les transports en commun

Exemples concrets d'utilisation :

- Lancer une recherche rapide avec **sources fiables automatiquement citées**
- Demander un **résumé de l'actualité scientifique** lié à vos études
- Explorer un sujet nouveau en 5 minutes au lieu de perdre du temps sur Google
- Vérifier rapidement des informations contradictoires

"Contrairement à Google, Perplexity vous donne directement la réponse avec ses sources, sans avoir à fouiller dans 10 sites différents !"

Claude : Créateur de serious games

Où l'utiliser ?

🏠 À la maison ou en bibliothèque, mais aussi 🚆 pendant une longue attente ou trajet

Exemples de serious games avec Claude :



Jeux de rôles
pédagogiques

Incarner un personnage historique et débattre, ou jouer un scientifique qui doit expliquer sa découverte



Escape games éducatifs

Résoudre une énigme mathématique ou scientifique pour "s'échapper" d'une situation



Simulations interactives

Gérer un budget, diriger une entreprise ou prendre des décisions stratégiques selon vos matières

Claude peut aussi charger un gros PDF de cours et générer un **plan de révision gamifié** avec des défis quotidiens et des récompenses virtuelles !

🎵 Suno : L'apprentissage par la musique



En faisant du sport

Créer une **musique de concentration** adaptée à vos goûts musicaux et votre rythme d'entraînement



Chansons mnémotechniques

Générer une chanson pour retenir un concept difficile ou une liste de formules



Mémoire + rythme

Utiliser la musique pour **associer mémoire et rythme** dans un apprentissage actif



Conseil : La musique active différentes zones du cerveau et peut considérablement améliorer la mémorisation à long terme !



Bonnes pratiques pour optimiser l'apprentissage

1

Maximiser les micro-moments

Utiliser les **petits moments** du quotidien pour réviser autrement : 5 minutes d'attente = 1 quiz rapide

2

Équilibrer digital et physique

Alterner **IA + cours papier** pour consolider les connaissances avec différentes approches

3

L'IA comme complément

Garder l'IA comme un **support pédagogique** et non un substitut à vos cours et professeurs

4

Variation des formats

Mixer audio, visuel, interactif selon le contexte : métro = audio, attente = visuel, maison = interactif

🎬 En résumé : votre nouvelle routine d'apprentissage

👉 Avec ChatGPT, NotebookLM, Perplexity, Claude et Suno, chaque temps mort devient un temps d'apprentissage productif.

👉 Transport, sport, attente = autant d'occasions de réviser plus intelligemment et efficacement.

30min

Temps mort moyen/jour

Transformés en apprentissage actif

5x

Plus efficace

Qu'un apprentissage passif traditionnel

100%

Mobilité

Apprenez n'importe où, n'importe quand

