

L'Envol vers la Réussite en prépa

A majestic eagle with its wings fully extended, perched atop a dark, jagged rock formation. The eagle's feathers are detailed, showing a mix of dark and light brown tones. The background is a dramatic sky with a bright sun low on the horizon, creating a golden glow and long, radiating rays of light that illuminate the scene. The overall mood is one of power, freedom, and aspiration.

Méthodes de Travail, Conseils et Réussites

L'aigle en prépa

01

POURQUOI JE FAIS CET E-BOOK

BONJOOOOUUUUURRRR tout le monde, et bienvenue sur mon E-Book. Aujourd'hui, vous allez enfin découvrir cet E-book qui me tient à cœur. Je l'ai intégralement rédigé pour vous aider, vous ma communauté, à **réussir vos années en prépa !**

« Je ne perds jamais. Soit je gagne, soit j'apprends. » Nelson Mandela

C'est exactement cette philosophie qui a guidé chacune de mes étapes en prépa. Chaque obstacle que j'ai rencontré m'a permis de grandir, et chaque difficulté est devenue une occasion d'apprendre et de progresser. Ce que je vais te transmettre dans cet e-book, **ce ne sont pas seulement des méthodes et des conseils, c'est un véritable état d'esprit pour réussir.**



POURQUOI DOIS-JE LIRE CET E-BOOK ?

C'est sûrement la question que tu te poses, et si tu es là, c'est que **tu as envie de réussir et d'apprendre à maximiser tes chances** pendant tes années de prépa. Si c'est le cas alors tu es bien tombé car cet E-Book a été créé pour :

- 1) Répondre aux questions clés sur la prépa
- 2) Partager les leçons tirées de mon propre parcours
- 3) Gérer les moments de doute et rester motivé
- 4) Adopter des méthodes efficaces d'organisation et de gestion du temps
- 5) Découvrir des outils pratiques pour booster ta productivité
- 6) Maîtriser des techniques de relaxation et de gestion du stress
- 7) Adopter une mentalité d'aigle pour rester déterminé 🦅
- 8) Trouver un équilibre entre travail, repos et vie personnelle
- 9) Explorer les parcours possibles après la prépa
- 10) Faire les bons choix pour ton futur
- 11) Ne pas te sentir seul(e) dans cette aventure
- 12) Gagner en confiance à travers des exemples inspirants
- 13) Découvrir les expériences et méthodes d'autres étudiants
- 14) **Réussir ta prépa avec succès !**





QUI SUIS-JE ?

Tout le monde m'appelle « **L'aigle en prépa** », mais moi, c'est **Maxence**, un étudiant comme toi, mais qui a décidé de partager son aventure sur YouTube, **le 3 septembre 2022**, et depuis, vous avez été nombreux à me suivre, à m'encourager, et à faire grandir cette communauté. Si aujourd'hui je partage cet e-book avec vous, c'est pour vous **remercier** et pour transmettre tout ce que j'ai appris pendant ces années.

J'ai commencé à partager mon quotidien en prépa avec une seule idée en tête : **garder une trace** de cette expérience incroyable. Mais rapidement, ma chaîne est devenue **une véritable communauté d'entraide**, grâce à vous tous, qui m'avez encouragé quand j'avais envie d'abandonner. C'est pour cela que Prép'Aide est né, pour créer **un véritable guide, rempli de conseils concrets, d'outils pratiques, et de motivation** pour vous redonner ce que vous m'avez donné.



MON PARCOURS

Je n'étais pas forcément destiné à entrer en classe préparatoire. Comme beaucoup d'entre vous, j'ai douté, j'ai fait face à des difficultés, et j'ai remis en question mes capacités. Mais à force **de travail, de rigueur et de détermination**, j'ai été accepté en **PCSI** au lycée Marcelin Berthelot, puis j'ai réussi à passer en **PSI***, une filière plus exigeante.

En prépa, les moments difficiles ne manquent pas, surtout en deuxième année. Mais ce qui m'a poussé à **ne jamais abandonner**, c'est l'envie de vous prouver qu'avec la bonne mentalité (celle de l'aigle) et une organisation solide, on peut **réaliser ses rêves**. C'est ainsi que j'ai intégré une école prestigieuse comme **Télécom Paris**, et aujourd'hui, je suis fier de dire que je suis un Télécomien. L'objectif de cet E-Book et de ma chaîne, c'est **que vous aussi vous soyez fier de vous après votre prépa !**



MON ÉTAT D'ESPRIT ET MA MÉTHODE

Pour réussir en prépa, je n'ai pas simplement accumulé des heures de travail. La clé de ma réussite, c'était une combinaison entre une organisation méthodique, une mentalité d'acier et la capacité à toujours garder le bon équilibre entre travail et repos. Voici ce qui m'a aidé à tenir pendant ces années :

UN ÉTAT D'ESPRIT D'AIGLE

Mon surnom, “l'aigle en prépa”, ne vient pas de nulle part. L'aigle est un oiseau qui **vole au-dessus des tempêtes**, qui garde toujours un œil sur son objectif, et qui ne recule jamais devant l'adversité. C'est cet état d'esprit que j'ai adopté en prépa : **voler haut**, au-dessus des obstacles, avec une vision claire de mon objectif final. Tu devras traverser des tempêtes, mais en gardant **cette mentalité d'aigle**, tu sauras toujours pourquoi tu te bats. 

UNE ORGANISATION MILLIMÉTRÉE

La prépa est une course contre la montre. Si tu veux réussir, tu dois être organisé(e) à la minute près. Dans les pages suivantes, je vais te donner des **méthodes concrètes** pour optimiser ton temps, mais sache déjà que **la régularité est la clé**. Pas besoin de travailler 12 heures par jour si tu n'es pas régulier(e) ou si tu travailles de manière désorganisée. Ce qui fait la différence, c'est la capacité à **travailler intelligemment**.

L'ÉQUILIBRE ENTRE TRAVAIL ET REPOS

Beaucoup pensent que la prépa, c'est sacrifier tout le reste de sa vie. Moi, je pense que **l'équilibre est essentiel**. Tu ne peux pas donner le meilleur de toi-même si tu t'épuises mentalement et physiquement. C'est pourquoi, dans cet e-book, je te parlerai aussi de **techniques de relaxation, de gestion du stress**, et de l'importance de maintenir **une activité physique**.

LA PERSÉVÉRANCE AVANT TOUT

Ce n'est pas une question de talent, mais de **persévérance**. Tu ne réussiras pas en une seule fois, et c'est normal. En prépa, tu apprendras plus de tes échecs que de tes réussites. Chaque échec est une **opportunité d'apprendre** et de progresser. Si tu gardes en tête que chaque difficulté te rapproche de ton objectif, tu ne baisseras jamais les bras.

COMMENT EST STRUCTURÉ CET E-BOOK ?

Mon e-book est divisé en trois parties pour t'accompagner à chaque étape de ton parcours en classes préparatoires, que tu sois au lycée, en prépa ou vers une école d'ingénieur, avec des conseils pratiques adaptés.

LE LYCÉE : PRÉPARER SON ENTRÉE EN PRÉPA

Cette section est destinée aux lycéens souhaitant **optimiser leurs chances** d'entrer en prépa. Elle aborde les **spécialités** à choisir dès la Seconde, les stratégies pour **obtenir de bons bulletins**, et la **gestion de l'année** de Terminale. Un guide complet sur **Parcoursup** est également inclus pour aider à faire les meilleurs choix pour l'avenir.

LA PRÉPA : RÉUSSIR EN SUP ET EN SPE

Que tu sois en première année (SUP) ou en deuxième année (SPE), cette section est remplie de conseils pratiques pour t'aider à t'adapter au rythme exigeant de la prépa. Nous parlerons **d'organisation, de méthodes de travail spécifiques, et de comment rester motivé**. Tu apprendras aussi à gérer les khôlles, les DS, et les concours blancs pour exceller dans chaque matière. Enfin, tu trouveras des **astuces** pour bien te préparer **aux concours**, aussi bien du point de vue des révisions que de la logistique.

L'ÉCOLE D'INGÉNIEUR : CE QUI T'ATTEND APRÈS LA PRÉPA

Cette dernière section te donnera un aperçu de ce qui t'attend après la prépa, en particulier en **école d'ingénieur**. Je partagerai de la vie étudiante, des **conseils** sur les doubles diplômes et sur les opportunités qui t'attendent une fois que tu auras intégré ton école. Cela te permettra d'aborder cette nouvelle étape de ta vie **avec confiance et sérénité**.

Le Lycée :

Seconde :

1. Est-ce vraiment le début de la prépa.....p14
2. Choix des spécialités.....p15
3. Suis-je fait pour la prépa.....p19
4. Les questions à se poser avant la prépa.....p20

Première :

1. Soignez son bulletin (+mes bulletins).....p23
2. Se renseigner sur la prépa.....p28
3. Réussir son Bac Français.....p32
4. Bilan.....p37

Terminale :

1. Comment se préparer ?.....p40
2. Équilibre Travail et loisirs.....p41
3. Comment travailler/ s'organiser en Terminal.....p44
4. Méthodes par matière.....p48
 - i. Mathématiques
 - ii. Physique-Chimie
 - iii. Mathématiques expertes
5. Bilan et conseils pour vraiment s'améliorer.....p57
6. Mes Bulletins Scolaires.....p58
7. Parcoursup : Mon guide complet.....p59
 - i. Mon expérience
 - ii. Comment maximiser ses chances
 - iii. La Lettre de motivation

8. Le BAC.....	p64
i. <u>Organiser ses révisions</u>	
ii. <u>Réussir son Grand Oral (Avoir 20/20)</u>	
9. Vacances d'été ; Préparer sa rentrée.....	p71
10. L'avenir vers l'enfer.....	p73

La Prépa :

Introduction :

1. Qu'est-ce que c'est ? Pourquoi y aller ?.....	p76
2. Quel est le fonctionnement de la prépa ?.....	p77
3. Vivre la prépa : Mon expérience.....	p79
4. Quel profil pour réussir en prépa ?.....	p81
5. Comment obtenir la <u>MENTALITÉ D'AIGLE</u> 🦅 ?.....	p83

La SUP :

1. S'adapter au rythme intense de la prépa.....	p87
2. Mon Organisation.....	p90
3. Mes Méthodes de Travail.....	p95
i. <u>Mathématiques</u>	
ii. <u>Physique</u>	
iii. <u>SI</u>	
iv. <u>Chimie</u>	
v. <u>Informatique & Anglais</u>	
vi. <u>Français</u>	
4. Mes Bulletins.....	p109
5. Maintenir la motivation.....	p110
6. Équilibre entre la prépa et la vie personnelle.....	p114
7. En route vers la spé.....	p117

La SPÉ:

1. S'adapter au rythme de la Spé.....p120
2. Mes nouvelles méthodes en Spé.....p124
 - i. Mathématiques
 - ii. Physique
 - iii. SII
 - iv. Chimie
 - v. Français
 - vi. Anglais
 - vii. Mon Bulletin
3. Vie social, week-end, vacances.....p144
4. Direction les concours.....p146

Les concours:

1. Informations importantes.....p149
2. Les semaines de révisions.....p151
3. L'ultra importance du repos.....p154
4. Gérer le stress.....p157
5. Jour J.....p160
6. Les résultats d'admissibilités.....p164
7. Les Oraux.....p171
8. TIPE.....p174
9. Les résultats des admissions.....p179

L'école d'ingénieur :

1. La vie en école d'ingénieur.....p185
2. Les cours en école.....p188
3. Désormais c'est ton envol !.....p190

Le Lycée :

Se préparer pour
la prépa 🏆



LYCÉE :

Le lycée n'est pas seulement une étape à franchir avant les études sup, c'est le point de départ de ton aventure vers la prépa. C'est ici que tu vas poser les bases qui te permettront de réussir en prépa!

LE LYCÉE, UNE ÉTAPE CLÉ POUR L'AVENIR

Les décisions prises aujourd'hui auront un **impact significatif** sur ton futur. Les choix de spécialités, la gestion du temps et la structuration de l'apprentissage en Seconde et Première influenceront ta réussite en prépa. Le lycée est une **préparation à un mode de vie exigeant**, pas seulement aux examens.

POURQUOI SE PRÉPARER DÈS MAINTENANT

Anticiper les attentes de la prépa dès le lycée te donnera une longueur d'avance. C'est durant ces années que tu vas développer les **compétences fondamentales** pour réussir : une bonne méthode de travail, la rigueur, l'autonomie et la gestion du stress. C'est également le moment de **réfléchir à ton orientation** et de choisir des spécialités adaptées à tes ambitions.

« **Le succès est la somme de petits efforts répétés jour après jour.** »
– Robert Collier

UN CHOIX RÉFLÉCHI, UN AVENIR ASSURÉ

Si tu fais les bons choix maintenant, tu seras plus serein(e) et confiant(e) lorsque tu entreras en prépa. Se préparer ne signifie pas seulement **travailler plus dur**, mais surtout **travailler intelligemment**. Prends le temps de bien choisir tes spécialités, de te connaître toi-même, et de commencer à développer des méthodes de travail efficaces.