

L'école à la maison : comment s'organiser ?

Votre rôle ?

Enseigner est difficile et ce n'est pas ce qu'on vous demande, rassurez-vous ! On vous demande d'aider votre enfant à garder une régularité dans les apprentissages. Vous en êtes tous capables et nous sommes là pour vous aider !

Organisation

L'hygiène de vie

Les enfants ne sont pas en vacances :

Levez votre enfant à heure fixe tous les matins et couchez-le à des heures raisonnables.

Fixez un horaire approximatif pour les repas (riches en énergie).

Tout en suivant les consignes gouvernementales, la pratique d'une activité physique régulière (marche, jeux de ballon, trampoline, vélo, danse, etc) est recommandée.

L'espace de travail

Privilégiez le calme et le silence autour de l'enfant (éteindre télévision, tablette, console et toute autre source de distraction).

La pièce doit être suffisamment éclairée.

Votre enfant doit être confortablement installé à la table ou au bureau. Lorsqu'une fratrie travaille à une même table, il est important de respecter une distance suffisante et de créer un espace de travail individualisé et ritualisé, pour favoriser la concentration de chacun.

La gestion du travail

Votre enfant ne travaillera pas 6 heures par jour. Favorisez plusieurs plages de 10 à 30 min, dans la journée, selon son âge. Il doit avoir un rythme régulier et des repères.

Anticipez ses besoins matériels, afin d'éviter des déplacements superflus.

Alternez les activités : français, mathématiques, anglais, histoire, géographie, sciences.

Des temps de pause sont nécessaires et vous pouvez lui proposer des jeux, des livres, de vous aider pour la cuisine, etc.

Limitez autant que possible les écrans, durant les moments récréatifs.

Enfin, rassurez votre enfant et encouragez-le, c'est une situation nouvelle pour lui aussi !