

Après l'étude

- 1) Laissez-lui le temps de faire une activité qu'il aime pour le valoriser et l'encourager dans sa persévérance.
- 2) Aidez-le à visualiser qu'il est en train de réussir. S'endormir sur des images positives peut être gagnant.
- 3) L'heure du coucher est importante, pas seulement la veille d'un examen. Les enfants ont besoin de 9-12 heures de sommeil pour activer les fonctions réparatrices du cerveau et assimiler les acquis de la journée



Conseils à lui donner le jour de l'examen

- 1) **RESPIRE**
- 2) **Sois organisé**
Assure-toi d'avoir tout ton matériel: crayons, efface, règle...
- 3) **Prends ton temps**
Lis bien toutes les questions, deux fois plutôt qu'une.
- 4) **Fais toi confiance**
-Tu connais la matière, tu as bien étudié !
-Réponds aux questions plus faciles en premier
-Regarde les mots-clés dans la question, ça peut te donner des pistes de réponses
-Si tu as un blanc, passe la question, tu y reviendra plus tard

5) **RESPIRE**



7 lois du succès en un mot

Connaissance

Amour

Persévérance

Action

But

Leçon

Énergie

SUCCÈS =

APPRENTISSAGE ET

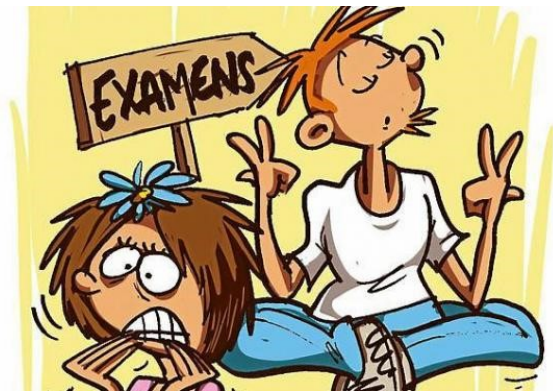
AMÉLIORATION

PAS SEULEMENT LA
VICTOIRE



Aider mon enfant à étudier, par où commencer?

Trucs pour aider mon enfant à étudier et bien s'organiser



La période des devoirs et des leçons peut être un casse tête. Les enseignants répètent aux enfants de réviser, de ne rien oublier, de s'organiser mais comment peut-on les aider?

L'organisation

Aidez votre enfant à organiser adéquatement ses cahiers/ tables/ duo-tang. Chaque matière à sa place: notes de cours, exercices, fiches supplémentaires,

Rappelez-lui de ranger au fur et à mesure ses notes de cours et aidez-le à y faire du ménage régulièrement. Garder son pupitre en ordre est aussi une bonne habitude à avoir. Comme on garde sa chambre en ordre.



Ayez une trousse de matériel à la maison: crayon, efface, colle, dictionnaire... Cela permet à l'enfant d'éviter les déplacements fréquents durant la période de devoirs et s'il oublie ses effets scolaires à l'école il en aura de secours dans sa trousse.

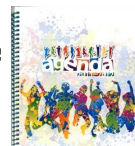
Vous pouvez voir avec votre enfant si toutes ses notes sont bien complétées. Les manuels sont souvent accessibles sur le moodle de l'enseignant. Il n'y a plus d'excuse pour ne pas avoir tout à portée de main.

Posez-lui des questions sur ce qu'il a appris durant sa journée ou demandez lui de vous faire un bref résumé de ses lectures. Ça garde le cerveau actif.

Son agenda, son meilleur ami et le vôtre

Assurez-vous que votre enfant utilise bien son agenda et qu'il l'ait avec lui en tout temps. L'agenda est utilisé pour noter les travaux et les examens à faire mais sert aussi d'outil de communication entre l'école et la maison. Consultez-le **régulièrement!**

À l'aide de l'agenda aidez-le à planifier le travail à faire « Que dois-tu faire ce soir? Que vas-tu faire en premier »



Une fois les devoirs/études terminés, donnez-lui l'habitude de tout replacer dans son sac et de préparer toutes ses choses pour le lendemain. Placez le tout près de la porte pour ne rien oublier dans la course du matin.

Sensibilisez votre enfant à l'importance de la routine établie à la maison et faite preuve de rigueur dans le maintien de celle-ci.

Avant l'étude

Astuce: Faites une affiche avec un avertissement pour les membres de la famille, exemple: « Silence, études en cours »

1) Offrez-lui un espace de travail dégagé, bien éclairé et loin des distractions. Fermez la télévision, les appareils électroniques ou autre gadget qui pourrait détourner son attention.

2) **Il faut prendre de l'avance.** Compter le nombre de jours dont l'enfant dispose pour étudier l'examen et diviser avec lui son travail en petites bouchées, c'est moins décourageant. Un chapitre/ thème par jour par exemple.



3) Proposez-lui de l'aider à faire tableau ou un horaire d'étude. Utilisez des autocollants afin de créer une séquence visuelle. Il pourra l'afficher dans sa chambre.

4) Suggérez de passer plus de temps sur les matières pour lesquelles il a le plus de difficulté.

5) Les périodes d'étude ne devraient pas dépasser 30 minutes à la fois (15 min pour les enfants de le-2e année) suivi de 5 minutes de pause pour changer de position, de pièce, aller marcher.

6) S'il a de la difficulté à se mettre à la tâche, sortez avec lui ses effets scolaires

Pendant l'étude

1) L'enfant est le premier responsable de ses études mais vous pouvez vérifier occasionnellement et discrètement s'il a besoin d'aide

2) Proposez-lui de commencer par la matière la plus difficile ou celle qu'il aime le moins pendant qu'il est encore motivé.

3) Alternez entre la lecture et les exercices pratiques.

4) La mémoire ça se développe, il y a plusieurs façons d'étudier. Lire à haute voix, chanter, recopier les notes, marcher en étudiant. Chaque enfant doit trouver ce qui est bon pour **LUI**.



5) La répétition est la clé du succès. Le cerveau qui reçoit l'information de façon répétitive, décodera l'importance de la matière et la retiendra plus longtemps.

6) Montrez-lui à faire des associations entre les mots, donner un sens à l'information, aide-le à se raconter une histoire pour l'aider à bien comprendre les concepts. Faites-lui des petits quiz, une bonne pratique

Astuce: Ne surchargez pas trop l'horaire de l'enfant par un trop grand nombre d'activités, un enfant fatigué ou surexcité aura de la difficulté à se concentrer