

SITES INTERNET

Allô prof!

<http://www.alloprof.qc.ca/>

Cyberpapy

<http://www.cyberpapy.com/>

Je réussis!

<http://www.jereussis.com/>

L'escale

<http://www.webalistik.com>

SOS devoirs

<http://www.sosdevoirs.org/>

L'Envolerie

<http://www.envolerie.com/accueil.html>

<http://www.netoo.com/6731.html>

<http://www.foad-spirit.net>

http://www.aideauxdevoirs.ca/trucs_astuces.aspx

Les devoirs et les leçons: Comment accompagner mon enfant?



INTRODUCTION

Lorsque notre enfant se retrouve dans le milieu scolaire : Une question se pose :

Comment l'accompagner à bien faire et bien vivre le moment consacré aux devoirs et aux leçons?

Ce petit dépliant vise principalement à vous informer et à vous guider.

Bonne lecture!

RÉFÉRENCES

Au retour de l'école... La place des parents dans l'apprentissage scolaire, Marie-Claude Béliveau, éditions de l'Hôpital Sainte Justine, collection Parents, 2000, 169 pages.

Guider mon enfant dans sa vie scolaire, Germain Duclos, éditions de l'Hôpital Sainte-Justine, collection Parents, 2001, 235 pages.

Devoirs sans larmes, Lee Canter et Lee Hausner, Trad. : Irène Dionne, Odette Laurin et Martine Waisvisz, Éditions de la Chenelière, 1995, 149 pages.

Les troubles d'apprentissages : comprendre et intervenir, Destrempe-Marquez, D. et Lafleur, L., éditions de l'Hôpital Sainte-Justine, collection Parents, 1999, 123 page

**École Saint-Paul
2014-2015**

Les devoirs peuvent répondre à des buts différents.

- Aider l'élève et le parent à rester à jour avec le programme de classe;
- Développer le niveau de maîtrise d'une compétence nouvellement acquise;
- Préparer les bases d'information, de connaissances ou d'expériences préalables à une leçon à venir;
- Encourager la pensée créative et critique dans une démarche de résolution de problèmes.

Référence:

Pour soutenir une réflexion sur les devoirs à l'école primaire, Conseil supérieur de l'Éducation, mars 2010.



Commission scolaire des
Portages-de-l'Outaouais

225, rue Saint-Rédempteur
Gatineau (Québec) J8X 2T3
Téléphone : 819-771-4548
Télécopieur : 819-771-6092
www.cspo.qc.ca



Commission scolaire des
Portages-de-l'Outaouais

GUIDER

Pour bien guider, il est important d'établir clairement avec l'enfant le but poursuivi et le fonctionnement mis en place pour atteindre ce but.

ATTENTION/CONCENTRATION

L'ATTENTION est spontanée et n'exige pas d'effort car elle est soutenue par une stimulation extérieure : bruit, source lumineuse, objets attrayants.

LA CONCENTRATION est volontaire et demande un effort. Elle s'associe à la capacité de persistance pour atteindre un but.

TRUCS :

Augmenter ou éliminer les éléments sollicitant les sens : l'ouïe (bruits), la vue (éclairage), le toucher (balle de stress), la motricité (bouger, changer de position). Il faut trouver la stimulation favorable à la concentration et éliminer le plus possible les autres sources de stimulation.

MÉMORISATION/ STRATÉGIES D'ÉTUDE

LA MÉMORISATION est la capacité de conserver l'information. Une notion étudiée peut être oubliée après 24 heures, tant qu'elle n'est pas enregistrée au niveau de la mémoire permanente. C'est à ce moment que l'on développe des automatismes.

LES STRATÉGIES D'ÉTUDES sont mobilisées pour développer des automatismes : relire la matière, souligner ce qui est important, étudier à haute voix, s'enregistrer, s'écouter, expliquer à une autre personne, répartir les notions à mémoriser dans le temps, etc.

TRUCS :

Faire appel à plusieurs sens lors de l'étude : chanter en lisant, varier la voix, expliquer à quelqu'un, cacher et redire ce qui est caché, surligner, associer des gestes, etc. Utiliser des trucs mnémotechniques (associations, liens) l'évocation auditive, visuelle, motrice, schématiser, faire des symboles, des dessins, finalement répéter, répéter et répéter.

ENCADRER

Pour faire comprendre à l'enfant qu'il a beaucoup de valeur à vos yeux, il faut mettre en place de règles claires et des conséquences ce qui l'aidera à structurer sa personnalité et être en contact avec le monde réel où les réussites ne sont pas magiques.

GESTION DU TEMPS/DU STRESS

LA GESTION DU TEMPS est l'équilibre d'un horaire qui favorise l'étude, les loisirs, les activités de la vie quotidienne, tout en ayant de bonnes habitudes de vie.

GESTION DU STRESS est la capacité de mobiliser ses ressources internes de manière efficace. Les causes du stress peuvent être nombreuses et variées : pression face aux résultats, difficultés familiales, décès, changements, désorganisation, difficulté dans une relation amicale... Le stress peut nuire à la capacité d'une personne à performer en provoquant des maux physiques, des comportements inadéquats, des malaises psychologiques, émotionnels et autres.

TRUCS :

Un horaire visuel, des blocs d'activités, le respect des besoins de sommeil, de se nourrir, de loisirs et afficher l'horaire bien à la vue de tous.

Afin d'améliorer la résistance au stress, on accorde une attention particulière au sommeil, à l'alimentation, à l'exercice physique, à l'image positive de soi, et à l'attitude calme. On pourra mettre en place des stratégies de détente, de respiration, d'imagerie mentale.

ORGANISATION MATÉRIELLE (OUTILS, LIEU, ENVIRONNEMENT)

TRUCS :

Travailler dans un même lieu, cibler un moment de la journée, travailler dans le calme, ne mettre que le matériel nécessaire à la portée de la main, travailler sur une surface propre et dégagée, adopter une bonne posture, varier les façons d'étudier, se fixer un petit objectif à la fois, commencer par ce qui semble le plus difficile, faire une seule chose à la fois, prendre des pauses après un temps fixe, se récompenser d'un travail bien fait. Il faut se donner des méthodes de travail (démarche de résolution de problème), et les afficher. Utilisation d'outils variés : ordinateur, minuterie, matériel de manipulation.

MOTIVER

Pour soutenir les efforts ou pour créer un changement d'attitude, il faut faire preuve de ténacité et de constance dans les exigences mais également de créativité (type d'activité, tableau de renforcement, points bonis, collants, privilèges,...).

CONFIANCE EN SOI/PERSÉVÉRANCE

CONFIANCE EN SOI :

La confiance en soi, c'est la conviction qu'il est possible de réussir.

TRUCS :

Prioriser le temps des études, utiliser un dialogue positif et encourageant, féliciter les petits efforts fournis et les légers progrès. Utiliser des moyens visuels et concrets pour renforcer les réussites. Démontrer de l'intérêt à ce qui est appris, écrire des pensées positives ou des messages de félicitations, persévérer.

PERSÉVÉRANCE :

La persévérance est étroitement liée au fait que l'on est convaincu que nos efforts nous mèneront à la réussite.

TRUCS :

Se placer devant des défis qui visent des objectifs réalistes. S'engager dans une boucle de pensées positives qui vont dans le sens de se projeter dans la réussite. Ressentir la fierté associée à la réussite pour avoir le désir de la ressentir à nouveau.

