

Marseille le 17 mars 2020

Courrier n°5

Chers parents

Nous voici au premier jour du confinement. Pour « 15 jours au moins ». Tout le monde aura compris qu'il faut s'attendre à une période plus longue afin d'éradiquer cette épidémie en France.

Avec le confinement et une meilleure connaissance des risques, ce que certains avaient envisagé il y a quelques jours est devenu caduque. Par exemple, regrouper les enfants de familles différentes dans un même lieu n'est plus possible. A l'heure où les contacts et les déplacements doivent être envisagés avec parcimonie, il y a des attitudes à revoir radicalement.

Merci d'être vigilants !

Avec le confinement, la situation professionnelle de beaucoup de parents s'est vue bousculée, modifiée, transformée. Beaucoup sont désormais à la maison. Ce que nous vous écrivions dimanche soir, reste d'actualité : votre présence et votre vigilance auprès de vos enfants doivent se décupler.

Mais certains parents n'ont pas l'habitude de faire travailler leur enfant. Nous pensons particulièrement aux élèves de l'école primaire et du collège. Même si les enseignants font le maximum pour s'engager dans un mode d'enseignement nouveau pour eux, et ce malgré les imperfections technologiques, même si c'est difficile pour vous, il faut que les parents, tous les parents, même ceux qui n'ont jamais fait travailler leur enfant, se mobilisent.

Pour vous aider, vous trouverez ci-dessous une fiche « comment aider son enfant à la maison ? ». Ce n'est qu'un exemple. Mais il pourra aider certains à avoir une méthode et des points de repère (en tant que parent) et permettre de conseiller et d'accompagner son enfant dans son travail quotidien et dans ses révisions.

Bon courage à tous !

Et soyez un modèle pour vos enfants : si vous limitez l'usage des téléphones portables pendant la journée afin qu'ils travaillent, faites-en de même. Passer votre temps auprès d'eux dans leur travail plutôt que de vous plonger dans Internet et les réseaux sociaux !!!

Pierre CAPUTO

Denis DEHEZ

Pierre-Jean COLLOMB

COMMENT AIDER SON ENFANT A LA MAISON ?

Gérer le stress

Se retrouver à devoir travailler à la maison n'est pas chose simple. A l'inquiétude ambiante liée à l'épidémie de Coronavirus, vient se greffer le stress qui peuvent amener à deux types de réaction : la panique et l'effolement / La démobilité.

Pour gérer au mieux son stress, il est important de **gérer son temps** : il faut réussir à gérer une situation inconfortable pour la rendre la plus confortable possible. Pour cela, quelques petites astuces :

- Il est important de garder des horaires réguliers (heure de lever, de coucher, de travail, de pause, de repas).
- Il est essentiel de s'informer du travail à effectuer : pour cela, connectez-vous sur le cahier de texte de l'Espace Numérique de Travail. Certains enseignants ont pris de l'avance et ont noté le travail pour la semaine. Ou alors, selon les enseignants, attendez de recevoir le travail qu'ils vont vous envoyer directement.
- Etablissez ensuite un planning de travail à la semaine. Celui-ci sera relativement souple pour pouvoir y intégrer les temps de pauses nécessaires et les imprévus.

Par exemple

| Semaine du 16 au 20 mars 2020 | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|---|--|-------|----------|-------|----------|
| Réveil – Petit déjeuner | 7h30 | | | | |
| Travail à faire | 8h15-10h15 : français... | | | | |
| Pause | 10h15-10h30 | | | | |
| Relecture des cours et révisions | 11h00-12h00 : Révisions chapitre 1 ^{er} de mathématiques | | | | |
| Pause Repas | 12h00-13h30 | | | | |
| Elaboration fiches de révisions L'apprendre | 13h30-15h30 : fiche de révision HG (La 1 ^{ère} guerre mondiale) ... | | | | |
| Pause | 15h30-15h45 | | | | |
| Apprendre les leçons données ce jour | 15h45-16h45 | | | | |
| Loisirs | 16h45-17h45 | | | | |
| Exercices d'application | 17h45-19h15 | | | | |

Bien évidemment ce n'est qu'un exemple. Il faut intégrer dans cet emploi du temps, le travail donné par les enseignants, au fil de la semaine, les tchats ou autres rencontres en direct avec les enseignants.

Pour gérer son stress, il est aussi important de **gérer son espace** : le temps est peut-être venu de ranger ou de réorganiser son espace de travail, de ranger ses cours, de se créer un espace où l'on se sent bien pour travailler.

Lorsque les leçons demandées sont terminées

- Compléter le cours ou refaire les exercices donnés : ce travail suscitera peut-être de nouvelles questions d'approfondissement.
- Pouvoir éventuellement poser des questions sur des points de cours non compris.

Organiser des fiches de révisions pour les élèves des classes à examen

Dans votre livre de cours, vous trouverez les grandes articulations du programme à connaître pour l'examen. Vous pouvez vous constituer un dossier pour chaque thème du programme à connaître. Dans chacun des dossiers, vous reporterez la synthèse de chaque thème, les exercices effectués, les devoirs réalisés sur ce chapitre.

Vous réaliserez ensuite vos fiches de révisions sur des feuilles en bristol en effectuant des regroupements thématiques, par chapitre...

Réviser pour l'examen à partir de fiches de révision

Pour apprendre ses fiches de révision, il est intéressant de se les réciter :

- @ Cacher ses fiches et essayer d'en réécrire le plan et les principales sous-parties
- @ Expliquer à soi-même ou à quelqu'un d'autre les fiches
- @ Demander à un proche de vous faire réciter les définitions, les dates importantes
- @ Se réciter régulièrement les fiches
- @ Tenter de répondre à des sujets tirés des annales à l'aide de ses connaissances

Elargir le travail d'apprentissage

Les cours peuvent être prolongés par des ressources documentaires (Vidéos, internet, liens, etc...)