



Les 6 règles d'or à suivre dès le premier jour

1) Privilégiez le dialogue

Il est important d'aménager un temps pour écouter votre enfant à propos de ce qu'il a vécu à l'école : ses apprentissages mais aussi ses émotions. A-t-il vécu des frustrations ? Quelles ont été les petites réussites et joies de la journée ? Comment se sent-il ?

2) Ouvrez son journal de classe

Le journal de classe fait le lien entre la maison et l'école. Il doit vous servir d'outil de communication avec le professeur. Mais il est aussi la référence à consulter pour les devoirs. Vérifiez avec votre enfant qu'il a réalisé toutes les tâches à faire pour le lendemain et anticipez celles à venir en feuilletant le reste de la semaine.

3) Définir un espace et un temps de travail

Votre enfant a besoin d'un cadre structuré de travail, un espace à lui, à l'abri du bruit et des sources de distractions. Il est aussi important de définir le moment, par exemple une demi-heure après son arrivée à la maison et ce, jusqu'au repas du soir maximum.

4) Encouragez votre enfant

Toujours partir du positif, valoriser ses réussites et les lui rappeler quand il reste bloqué sur un échec.

5) Favorisez au moins un autre domaine que celui de l'école

Le sport, la créativité et tous autres loisirs qui intéressent votre enfant sont des moyens d'épanouissement nécessaires au développement cognitif et émotionnel. Il a besoin de pouvoir s'identifier à d'autres éléments que ceux qu'il rencontre à l'école.

6) Surveillez son alimentation et son sommeil

Ces deux facteurs sont souvent à l'origine de troubles qui causent des difficultés scolaires : problème de concentration, fatigue à l'école, oublis, etc. Proposez-lui des repas équilibrés et variés ainsi que des horaires fixes et raisonnables de sommeil.