

## Comment aider votre enfant à la maison ?

Pour réussir au collège, votre enfant a besoin de vous : consacrez-lui au moins 10 minutes par jour pour l'aider à bien travailler.

Vous pouvez par exemple lui demander ce qu'il a appris de nouveau, quel a été son moment préféré de la journée et celui le plus difficile, et les devoirs qu'il pense avoir à faire.

### 1. Aidez- le à s'organiser :



- Votre enfant doit regarder son carnet de liaison tous les jours : lisez avec lui le travail à faire pour les jours suivants. Vous pouvez également vérifier le travail qu'il a à faire sur le logiciel PRONOTE.
- Votre enfant doit organiser son travail : encouragez-le à travailler régulièrement pour éviter qu'il n'ait trop de devoirs en même temps.
- Votre enfant doit préparer son sac de cours : vérifiez avec lui que son cartable contient tout le matériel nécessaire : la trousse, les différents cahiers, les livres, le carnet de liaison, les classeurs et les feuilles de classeur, et les affaires de sport si besoin.

### 2. Aidez- le à faire ses devoirs dans le calme :



- Votre enfant doit s'appliquer : encouragez-le à écrire correctement pour faciliter la relecture.
- Votre enfant doit apprendre, retenir et comprendre ses leçons : faites-le lire, puis réciter le vocabulaire, les bilans, les définitions, les poésies) et demandez-lui de vous expliquer ce qu'il a compris (mots importants, formules...)
- Votre enfant doit faire ses exercices : vérifiez que les exercices sont faits et qu'il en reste une trace.
- Si votre enfant doit faire des recherches, il peut trouver de l'aide et des ressources dans différents lieux : au collège au CDI, à la maison avec les livres, au centre social, à la médiathèque...).
- Votre enfant peut également participer aux dispositifs d'Aide aux Devoirs et de Devoirs Faits au sein du collège, sur son temps libre.



### 3. Aidez- le à être en forme :

- Votre enfant a besoin de dormir (de préférence dans le noir et dans le silence) : un enfant de cet âge a besoin en moyenne d'au moins 9 heures de sommeil par nuit.
- Votre enfant a besoin de déjeuner le matin : l'absence d'un petit déjeuner entraîne une forte baisse de l'attention au cours de la matinée, ayant des conséquences sur les apprentissages (travail et comportement).
- Votre enfant a besoin de faire du sport en plus des créneaux prévus par l'emploi du temps : à l'UNSS, au centre social, avec des amis ou simplement en privilégiant le vélo ou la marche quand c'est possible pour les trajets quotidiens.
- Votre enfant doit limiter les écrans (téléphones, télévision, consoles de jeux, tablettes, ordinateurs) : tous les écrans doivent être éteints au moins une heure avant l'endormissement.