



# 10 conseils pour réussir sa rentrée au collège

publié le 27/08/2014 - mis à jour le 27/06/2016

C'est bientôt la rentrée pour votre collégien, voici quelques conseils pour lui et pour vous, pour bien commencer l'année, pour l'aider à retrouver son rythme et le rassurer s'il rentre en 6ème.

## 1- Une chambre clean

Pour bien démarrer l'année, il est recommandé de ranger sa chambre, trier ses affaires (livres et cours) en un mot préparer son environnement pour travailler dans de bonnes conditions.

## 2- Trouver son rythme

Le jour de la rentrée, le réveil sonnera à 6h30. Pour reprendre le rythme, il est conseillé de s'y prendre 1 semaine avant et se lever un peu plus tôt chaque jour afin que le corps se mette en mode « rentrée ».

Eviter les petits-déjeuners à midi, reprendre des repas réguliers, adopter une alimentation équilibrée, faire le plein de vitamines (légumes et fruits de saison)

## 3- Le temps des retrouvailles

La rentrée signifie aussi que tu vas retrouver tes potes et rencontrer de nouveaux amis

## 4- Choisir un sac ou un cartable léger

Il doit être solide mais léger, son poids ne doit pas excéder 10 % de celui qui le porte

A la rentrée...

## 5- Apprivoiser l'emploi du temps

Se familiariser avec les différentes matières et les changements de salle après chaque cours

## 6- Consulter son carnet de correspondance

Car il permet d'établir un lien entre les parents et les professeurs

## 7- Assister à la réunion parents-professeurs

Elle sera organisée quelques semaines après la rentrée et permettra aux parents de connaître le programme scolaire de l'année dans chaque matière.

## 8- Rencontrer le CPE (Conseiller Principal d'Education)

C'est lui qui organise la vie à l'intérieur du collège

## 9- Prendre contact avec le professeur principal

Il est le référent des élèves et de leur famille.

## 10- Vérifier son agenda et son travail

Afin de lui montrer que ce qu'il fait vous intéresse et que vous êtes à l'écoute

Bonne rentrée à tous !

