

### Comment réagir si mon enfant me dit qu'il n'a rien à faire?

Il se peut que votre enfant n'ait pas d'exercices à compléter, car il les a terminés en classe. Toutefois, vous pouvez demander à votre enfant de :

- Résumer** chaque cours qu'il a eu durant la journée;
- Planifier l'étude des examens à venir;
- Revoir** des concepts difficiles lors des dernières évaluations;
- Faire une dictée en ligne;
- S'avancer** dans ses lectures (roman).

### Mon enfant a de la difficulté à demeurer concentré

- Utiliser des bouchons pour les oreilles;
- Mettre de la musique (pour les enfants plus auditifs);
- Enlever la musique – pour les enfants plus visuels – (attention le choix et le volume de la musique sont à considérer).

### Mon enfant a beaucoup d'activités le soir et il n'a pas le temps de faire ses devoirs

Votre enfant a besoin d'activités autres que celles reliées à l'école pour pouvoir s'épanouir. Par contre, elles ne devraient pas nuire à la gestion de son travail scolaire.

Voici d'autres moments de travail à considérer pour faire ses devoirs :

- Pendant la pause du midi à l'école;
- Le matin avant que les cours ne commencent;
- La fin de semaine (attention, il peut avoir des travaux à remettre le lendemain de sa réception);
- Gérer le travail le jour avant ou après l'activité.

#### Si des problèmes persistent

Aller chercher de l'aide auprès de l'enseignant ou de la direction.

**Il existe aussi plusieurs sites Internet pour accompagner votre enfant, renseignez-vous!**

Parcours d'enfant offre des ateliers thématiques qui peuvent aider votre enfant à développer des stratégies afin de rendre ce moment moins laborieux.

Si les difficultés persistent, un suivi en orthopédagogie pourrait s'avérer pertinent.

#### Pour information ou inscription

Sans frais 1 866 653-2397

[parcoursdenfant@morneaushepell.com](mailto:parcoursdenfant@morneaushepell.com)

#### Visiter notre site web :

[parcoursdenfant.morneaushepell.com](http://parcoursdenfant.morneaushepell.com)



## Comment aider mon enfant dans ses devoirs et leçons à la maison?

La période des devoirs et des leçons à la maison n'est pas toujours synonyme de plaisir. Voici quelques trucs pour rendre cette période quotidienne agréable et constructive avec votre enfant.

Parcours d'enfant

[parcoursdenfant.morneaushepell.com](http://parcoursdenfant.morneaushepell.com)

## L'organisation : physique

- Choisir un **lieu calme** et **confortable** (table de la cuisine, bureau dans la chambre de l'enfant);
- Éviter que l'enfant soit attiré vers des **stimuli extérieurs** (télévision, ordinateur, téléphone etc.);
- S'assurer que le lieu de travail soit peu encombré et bien éclairé;
- Avoir une **trousse de matériel scolaire** à votre disposition (Bescherelle, grammaire, dictionnaire, crayons, efface, surligneurs, règles, crayons de couleur, aiguisoir, ensemble de géométrie, feuilles lignées, calculatrice).

## Planification travail

- Demander à votre enfant **d'inscrire les examens** à venir et les **travaux** à remettre dans son agenda;
- Faire la **liste** des devoirs et des leçons à effectuer;
- Estimer** un temps de travail pour chaque tâche;
- Créer une **routine**. Privilégier toujours le même moment pour la période de travail;
- S'assurer que l'enfant ait eu un temps de **repos** entre la fin des cours et la période de devoirs et de leçons;
- Prévoir une **collation** avant de commencer à travailler;
- S'assurer que l'enfant dorme suffisamment.

## Dans le feu de l'action

- Laisser l'enfant **choisir la tâche** qu'il désire faire (ce n'est pas obligé d'être dans l'ordre);
- Biffer** les tâches terminées;
- Utiliser une **minuterie** pour que l'enfant puisse voir le temps s'écouler (minuterie de la cuisine, sablier, Time Timer);
- Accorder des **pauses** entre les tâches (si nécessaire, faire lever et marcher l'enfant);
- Ne pas parler à l'enfant pendant qu'il travaille;
- Ne pas souffler les réponses et ne pas faire les devoirs à sa place. Les devoirs constituent un outil pour apprendre et intégrer la matière;
- Éviter les phrases du type : « Tu es comme moi, j'étais nul en mathématique » qui sont démotivantes.

## À faire en tout temps

- Encourager et féliciter votre enfant;
- Mettre l'accent sur ses progrès personnels;
- Demeurer à l'écoute de ses besoins;
- S'intéresser à ce qu'il fait;
- Garder un œil sur le travail qu'il fait;
- Rester constant et persévérer dans vos interventions;
- Garder votre calme en situation de crise (il faut éviter d'argumenter).

## D'autres stratégies gagnantes

- Avec votre enfant, choisir des privilèges facilement réalisables au quotidien, accordés lors d'un travail bien accompli;
- Placer des conséquences, que vous choisirez avec l'enfant, à appliquer lorsque la période est plus difficile (attention de ne pas punir de manière excessive);
- Créer, avec votre enfant, un contrat d'engagement que vous signerez tous les deux;
- Utiliser des bouchons ou des coquilles pour les oreilles, s'il y a trop de bruit.



## Au primaire

### Temps accordé aux études

Niveau	Temps	Rôle du parent
1re et 2e année	30- 35 minutes	Aide directe, lire les consignes avec l'enfant
3e et 4e année	40-45 minutes	Supervision
5e et 6e année	45-60 minutes	Légère supervision

Si votre enfant dépasse énormément ce temps d'étude, n'hésitez pas à en parler avec son enseignant.

### Mon enfant bouge constamment

- Placer une corde autour de sa chaise afin de délimiter une zone à ne pas dépasser pendant la période de travail;
- Prendre des pauses régulièrement;
- Accepter qu'il fasse des **tâches debout** (épeler ses mots, apprendre ses tables de multiplication);
- Varié** les modes d'études (visuel, auditif, moteur).

### Mon enfant manque de motivation

- Mettre en place un système de motivation (à la journée ou à la semaine);
- Segmenter le travail à effectuer;
- Faire des pauses après 10 minutes pour une règle à apprendre et des pauses après 20 minutes lorsqu'il fait des exercices;
- Utiliser un tableau blanc ou à craie afin de rendre cette période plus ludique.

## Au secondaire

### Dois-je continuer d'encadrer mon enfant dans ses devoirs au secondaire?

Même si votre enfant est plus vieux, il peut toujours avoir besoin d'aide pour structurer sa période de devoirs et de leçons à la maison. C'est aussi ce qui permettra une meilleure transition vers le secondaire. La gestion de ce travail fait partie de son apprentissage. La supervision offerte devrait dépendre du degré d'autonomie de votre enfant. Souvent, le parent sera plus présent dans les premières années du secondaire et tentera de s'éloigner graduellement dans le but de développer l'autonomie de l'enfant.

### Temps accordé aux études

1re et 2e années	1h - 1h 30
3e, 4e et 5e années	1h 30 - 2h
Fin de semaine	Environ 2 h

Réaliser des périodes d'environ 30 minutes avant de prendre une pause.

