

C'est la rentrée !



On connaît tous ce petit pincement au cœur lorsque sonne la fin des vacances. Le stress qui s'installe quand la rentrée approche.

En effet, la rentrée est pour beaucoup synonyme de changements, d'angoisses, de fatigue... en soit, rien de bien attrayant ! ECL Soutien, une équipe pédagogique composée de professionnels diplômés et qualifiés, vous livre ses conseils pour appréhender et gérer au mieux cette rentrée !

Préparer la rentrée

- Grasses matinées, repas pris à n'importe quelle heure et soirées tardives... oui elles étaient bien ces vacances ! Mais la rentrée approche et il est important de reprendre un rythme régulier et plus approprié à l'année scolaire. Pour cela, il faut « presque » reprendre le rythme de l'année : se réveiller et se coucher plus tôt !
- Anticiper cette rentrée et s'organiser. Rien de mieux qu'un grand rangement et nettoyage pour débiter l'année scolaire dans un environnement serein et avoir l'esprit tranquille ! Profitez-en pour aménager un espace bureau agréable et fonctionnel.
- Par exemple, faire la liste (avec l'enfant bien sûr) de tous les crayons, classeurs, cahiers, calculette et autres qui sont encore utilisables. Cela permet de se remettre dans l'esprit de l'école tout en établissant la liste des objets dont on a réellement besoin. On peut faire ainsi des économies importantes !
- Même si on peut continuer à se faire plaisir, il est important d'adopter une alimentation saine et équilibrée à l'approche de la rentrée et pendant l'année scolaire. En effet, une bonne alimentation participe au bon développement de l'enfant mais cela permet également d'apporter l'énergie nécessaire pour étudier, apprendre et favoriser la concentration.
- Pratiquer une activité physique !
Comme le dit l'adage : un esprit sain dans un corps sain. En effet, le sport permet notamment d'augmenter les capacités mémorielles, ce qui n'est pas négligeable durant l'année scolaire. Pratiquer une activité physique régulière (quelle qu'elle soit) est important, et ce tout au long de l'année.
- Dès le début de l'année scolaire, il faut suivre la progression de son enfant sur Internet ! Aujourd'hui, SCOLINFO, PRONOTE, ENT, EDUSCOL, etc. sont très largement utilisés dans les écoles, collèges et lycées. Ces outils ne sont pas réservés qu'aux élèves. Tous les parents doivent connaître les codes et doivent se connecter régulièrement pour suivre la vie de leurs enfants.

Après l'école, comment aborder l'entrée au collège ?

La différence majeure avec le primaire est l'autonomie. Il faut être le plus organisé possible, notamment dans l'emploi du temps et le changement de classe : plusieurs professeurs et nouvelles matières. Si bien que les élèves de 6^{ème} ont toujours peur d'oublier un livre ou un cahier important. Résultat : ils prennent tout, et les sacs sont plus lourds « qu'un cheval mort ». Il faut les aider à ne prendre que le nécessaire afin de ne pas transporter tout et parfois n'importe quoi.

Après le collège, comment aborder l'entrée au lycée ?

La différence majeure avec le collège est la méthodologie. En effet, au collège les professeurs demandent surtout un apprentissage de notions sans réelle réflexion. Au lycée, les professeurs attendent surtout de la réflexion et de la méthode. Le plus important n'est pas nécessairement le résultat mais la façon dont j'ai raisonné pour arriver à ce résultat.

L'élève de collège n'est pas habitué à cette méthode et il faut souvent l'accompagner afin qu'il ne reste pas dans une réflexion « collège ».

Attention, même s'il n'y a pas d'examens en fin d'année, la classe de seconde est déterminante pour l'orientation. Il va être important d'être capable d'assimiler toutes les nouvelles méthodes de travail, tout en évoluant dans un nouvel environnement.

Enfin, d'une façon générale, il faut penser à anticiper et ne pas attendre le dernier moment pour faire ses devoirs. L'important est de ne pas laisser le travail s'accumuler pour ne pas se perdre et éviter les lacunes dès le début de l'année.

L'équipe d'ECL Soutien est là pour accompagner votre enfant dans cette transition avec de l'aide au devoir ou du soutien scolaire à domicile ou en centre.

Les plus d'ECL-Soutien

- Petits effectifs : 4 participants maximum pour 1 professeur(e)**
- Pédagogie : contenu personnalisé**
- Horaires : au choix entre 9h à 12h puis de 14h à 17h**
- Durée : adaptable entre 1h/jour et 6h/jour**