

Une période « d'école à distance » a commencé. Vous n'avez pas à faire l'école à la maison mais à accompagner votre enfant pour qu'il garde le lien avec l'école et ses apprentissages.

L'objectif est de maintenir un lien pédagogique entre les professeurs et les élèves afin d'entretenir et de consolider des connaissances déjà acquises par les élèves. Cela permettra d'éviter, notamment pour les élèves les plus fragiles, une coupure trop importante ou trop longue avec l'école et de faciliter la reprise des apprentissages.

- Continuer à coucher et lever les enfants à des heures fixes. Ils ne sont pas en vacances...
- Ne pas faire travailler les enfants toute la journée comme à l'école. Adapter le temps de travail à l'âge de l'enfant. Répartir dans la journée plusieurs plages de travail, allant (plus ou moins) de 10 à 15 minutes pour les enfants de maternelle, de 20 à 25 minutes pour les enfants de CP-CE1-CE2 et de 30 à 40 minutes pour les enfants de CM1 et CM2, pour atteindre une durée totale de 2h à 3h maximum par jour.
- Varier les activités, alterner les plus « sollicitantes » pour la concentration avec les plus ludiques (cf. exemple d'organisation du temps sur une journée).
- Les deux grands écueils pour cette période sont le stress et les écrans. Vous allez les soutenir dans leur travail, mais profitez-en pour leur fournir la sécurité de base qui permet d'apprendre mieux. Attention à ne pas les exposer trop longtemps aux écrans (tablettes, télévision, téléphone).
- Leur proposer de créer des objets, préparer des exposés, des recettes, écrire, lire des livres qu'ils pourront partager avec leurs camarades et leur enseignant.e, via des vidéos ou lors de leur retour à l'école.

Nous avons le choix : subir ou transformer cette contrainte en opportunité. Subir ou agir ?

Comme le soulignait Viktor Frankl, psychiatre : « *Nous ne choisissons pas toujours les circonstances, mais nous pouvons choisir notre façon de les vivre.* »

Exemple d'organisation du temps sur une journée

Matin	Petit déjeuner Démarrer la matinée par des activités calmes et éviter les écrans.
	Après le petit déjeuner Proposer les activités les plus « sollicitantes » fournies par l'enseignant.e. Les séances doivent être adaptées à la capacité d'attention des enfants. Prévoir des moments de pause.
	En fin de matinée Eviter les activités qui demanderaient trop d'attention. Possibilité d'utiliser des supports numériques ludiques sur écran. Préparer les menus, cuisiner, mettre la table.
Midi	 TEMPS LIBRE
Après-midi	Après le repas, Sieste pour les plus petits. Activités calmes : lecture ou écoute d'histoires, jeux, écoute musicale, peinture, dessin, collages, bricolages, vidéos éducatives, poétiques, « ne rien faire »,...
	En milieu d'après-midi Poursuivre les activités plus « sollicitantes » du matin. Ne pas oublier de faire des pauses et de goûter.
	Après le goûter Faire en famille quelques activités physiques et sportives : gym à la maison !
Fin de journée	Parler, écrire, dessiner ce que l'on a fait, travaillé dans la journée sur un support dédié (comme un « journal »). Jeux, activités diverses. Préparer le dîner avec les parents, mettre la table, etc.