

Une journée-type d'école à la maison

Conseil : Choisissez **1 seule activité pour chaque temps** de la journée. N'épuisez pas la liste d'activités en une journée. Observez votre enfant, et si l'activité lui plaît, n'hésitez pas à **lui proposer** plusieurs jours d'affilé. **La répétition permet l'apprentissage.**

Temps 1 : Jeux d'apprentissage

Il est important de favoriser le langage pendant ce temps de jeux. Mettre un nom sur chaque chose, poser des questions, attendre une réponse de l'enfant, ...

Temps 2 : Moment à bouger

Les enfants ont besoin de bouger. Il va falloir leur offrir un moment d'exercice physique dans le jardin, sur la terrasse voire au sein même de la maison t si vous n'avez pas d'extérieur.

Temps 3 : Jeux symboliques

Les jeux symboliques ont une place importante dans une journée d'école classique. Laisser vos enfants jouer librement tout en favorisant le langage. Le rangement est un moment propice pour catégoriser, trier, nommer les objets.

Temps 4 : La sieste

Le sommeil a de nombreux effets positifs et bienfaits sur l'enfant.

Pendant que l'enfant dort, **l'hormone de croissance est sécrétée**, les déchets sont éliminés, **le système immunitaire activé**, ainsi que la cicatrisation et la **construction osseuse**.

Pendant le sommeil de la sieste: le cerveau organise le traitement de l'information et la mémorisation, le **système nerveux central mûrit, favorisant les apprentissages et l'équilibre émotionnel.**

Temps 5 : Moment créatif / sensoriel

Ce temps permet aux enfants de laisser libre court à leur imagination, à leur sensibilité, à leur créativité. C'est aussi un éveil au sens par le toucher, l'odorat, la vue, ...

Temps 6 : Histoires et comptines

C'est un moment privilégié d'écoute et de partage. Le langage y est là encore au cœur de ce temps d'activité.