

Organiser une journée de « Classe à la maison » :

Proposer des rituels

Ce sont des activités répétées plusieurs fois dans la journée et tous les jours. Cela permet à l'enfant d'être rassuré et de se repérer dans le temps.

Exemples d'activités :

- ✓ Se dire quel jour on est
- ✓ Parler de ce que l'on va faire dans la journée
- ✓ Lire une histoire
- ✓ Chanter une chanson ou dire des comptines
- ✓ Compter des objets, montrer avec ses doigts des petites quantités
- ✓ Parler de ce que l'on a fait dans la journée

Jouer avec l'enfant

- ✓ Les jeux où l'on « fait semblant » : dinette, poupée, garage et petites voitures, jeu du docteur, déguisements, figurines...
- ✓ Les jeux de société, où l'on respecte une règle : loto, memory, dominos...
- ✓ Les jeux de construction : cubes, briques de type Lego, Duplo...

Parler avec l'enfant

- ✓ A partir de la vie quotidienne : la toilette, l'habillage, les repas, les jeux, les sorties ;
- ✓ A partir des livres lus et des histoires racontées
- ✓ A partir de jeux de langage : écouter puis imiter un bruit, un cri d'animal, un son, répéter un mot de plus en plus fort...

Bouger

Tout en évitant les regroupements, organiser des sorties pour permettre à l'enfant de se dépenser plusieurs fois par jour :

- ✓ Marcher, courir, sauter
- ✓ Rouler : trottinette, tricycle, vélo, rollers
- ✓ Jouer : cache-cache, ballon...
- ✓ Danser

Garder une trace des activités réalisées

Chaque fois que cela sera possible, garder un souvenir écrit des activités réalisées, par exemple en les regroupant dans un cahier ou dans une pochette :

- ✓ Dessins
- ✓ Feuilles ou fleurs séchées collectées durant une promenade
- ✓ Photocopie des livres lus
- ✓ Recette d'un gâteau cuisiné
- ✓ Photographies de l'enfant en activité
- ✓ ...

On pourra, éventuellement, demander à l'enfant d'expliquer en quelques mots ce qu'il a fait et écrire ce qu'il a dit. Si l'enfant a déjà eu l'habitude d'écrire en classe, il pourra copier un mot pour compléter.

Limiter le temps d'exposition aux écrans

(téléphone, tablette, télévision, ordinateur)

- ✓ Limiter le temps quotidien d'exposition aux écrans à une durée maximale d'une heure trente
- ✓ Réduire l'utilisation des outils interactifs comme les tablettes à des périodes courtes, d'environ un quart d'heure au maximum
- ✓ Accompagner si possible l'usage des écrans, par exemple en parlant avec l'enfant du dessin animé qu'il vient de regarder.

Proposer des activités courtes, dans tous les domaines d'apprentissage :

- ✓ Parler et s'intéresser à l'écrit
- ✓ Pratiquer des activités artistiques
- ✓ Pratiquer des activités mathématiques
- ✓ Découvrir son environnement
- ✓ Pratiquer des activités physiques