

**« Apprendre à apprendre » :
comment accompagner efficacement son
enfant dans ses devoirs et ses révisions ?**

Au programme :

Expérience n°1

Comment encourager sans décourager ?

Expérience n°2

Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Expérience n°3

Comment aider mon enfant à se concentrer à la maison ?

Faire progresser mon enfant sans qu'il ait l'impression de travailler, c'est possible ?

Au programme :

Expérience n°1

Comment encourager sans décourager ?

Expérience n°2

Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Expérience n°3

Comment aider mon enfant à se concentrer à la maison ?

Faire progresser mon enfant sans qu'il ait l'impression de travailler, c'est possible ?

Expérience n°1

La difficulté entraîne une baisse de motivation.

La motivation par la valorisation est plus puissante que par la contrainte.

Au programme :

Expérience n°1

Comment encourager sans décourager ?

Expérience n°2

Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Expérience n°3

Comment aider mon enfant à se concentrer à la maison ?

Faire progresser mon enfant sans qu'il ait l'impression de travailler, c'est possible ?

S'intéresser :

- Montrez de l'intérêt au quotidien.
- Posez des questions sur la journée de votre enfant.
- Parcourez ses cahiers, lisez ses travaux, feuillotez ses livres.
- Montrez que ce qu'il fait à l'école compte à vos yeux.
- Donnez du sens aux apprentissages.

Comment encourager sans décourager ?

Encourager :

- La valorisation est plus puissante que la contrainte.
- Encourager est plus efficace que la pression de la note.
- Attention aux petites phrases qui découragent inconsciemment.

Comment encourager sans décourager ?

Mettre en place une routine fixe :

- Ne pas faire à la place mais donner un cadre rassurant.
- Temps régulier de travail : 30 min / 1h par jour.
- Même si c'est difficile au début, la régularité en fait une habitude non négociable.

Comment encourager sans décourager ?

Au programme :

Expérience n°1

Comment encourager sans décourager ?

Expérience n°2

Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Expérience n°3

Comment aider mon enfant à se concentrer à la maison ?

Faire progresser mon enfant sans qu'il ait l'impression de travailler, c'est possible ?

Expérience n°2

La mémoire à court terme :

Pratique : permet de se rappeler rapidement.

Limitée : ne permet pas de se souvenir d'un grand nombre d'informations, l'information est vite oubliée.

Conclusion :

Piège scolaire fréquent → surinvestissement de la mémoire à court terme

On retient davantage ce qui fait sens que ce qui ne fait pas sens →
attention au piège du par cœur.

! Illusion de savoir !

Au programme :

Expérience n°1

Comment encourager sans décourager ?

Expérience n°2

Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Expérience n°3

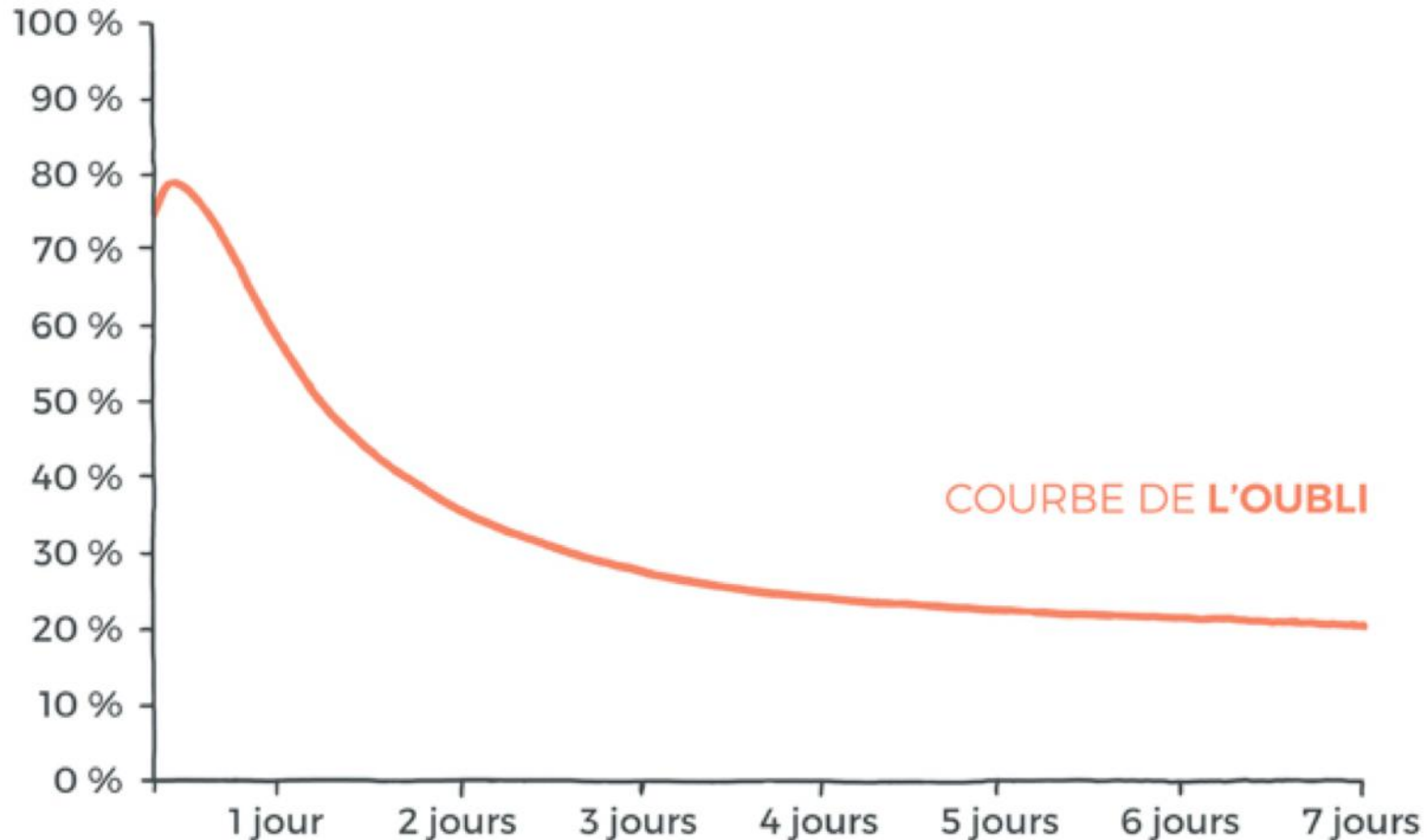
Comment aider mon enfant à se concentrer à la maison ?

Faire progresser mon enfant sans qu'il ait l'impression de travailler, c'est possible ?

Collège Camille Claudel

MARIGNIER

Mémoire court terme : rapide mais fragile, s'appuie sur des méthodes passive (« *Relis ta leçon* »).

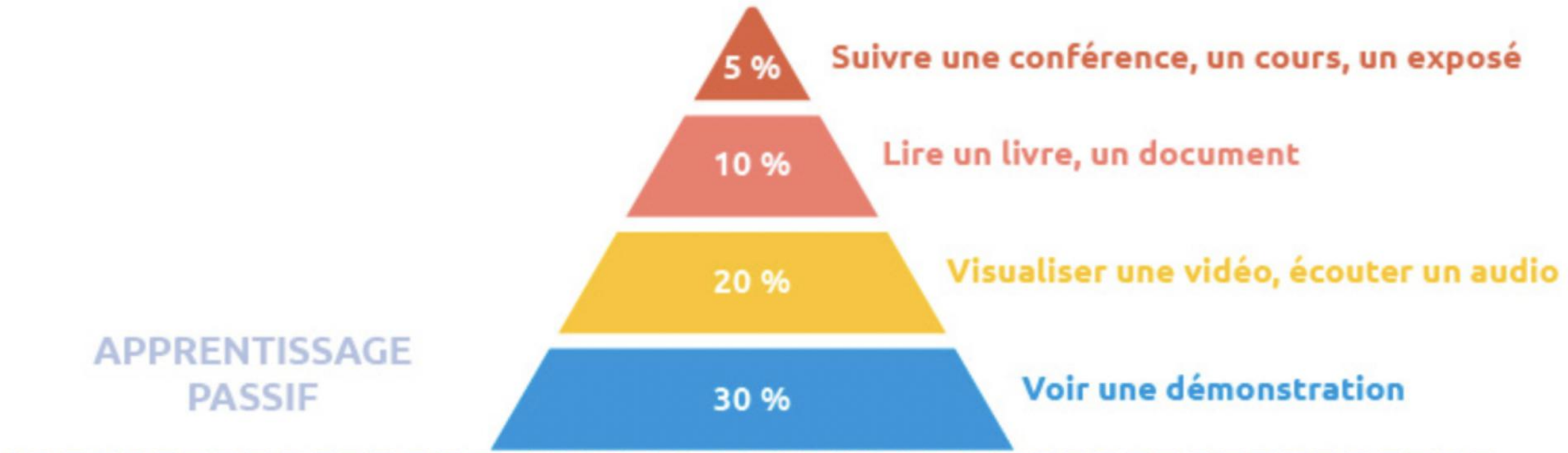


Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Collège Camille Claudel

MARIGNIER

Mémoire court terme : rapide mais fragile, s'appuie sur des méthodes passive (« *Relis ta leçon* »).

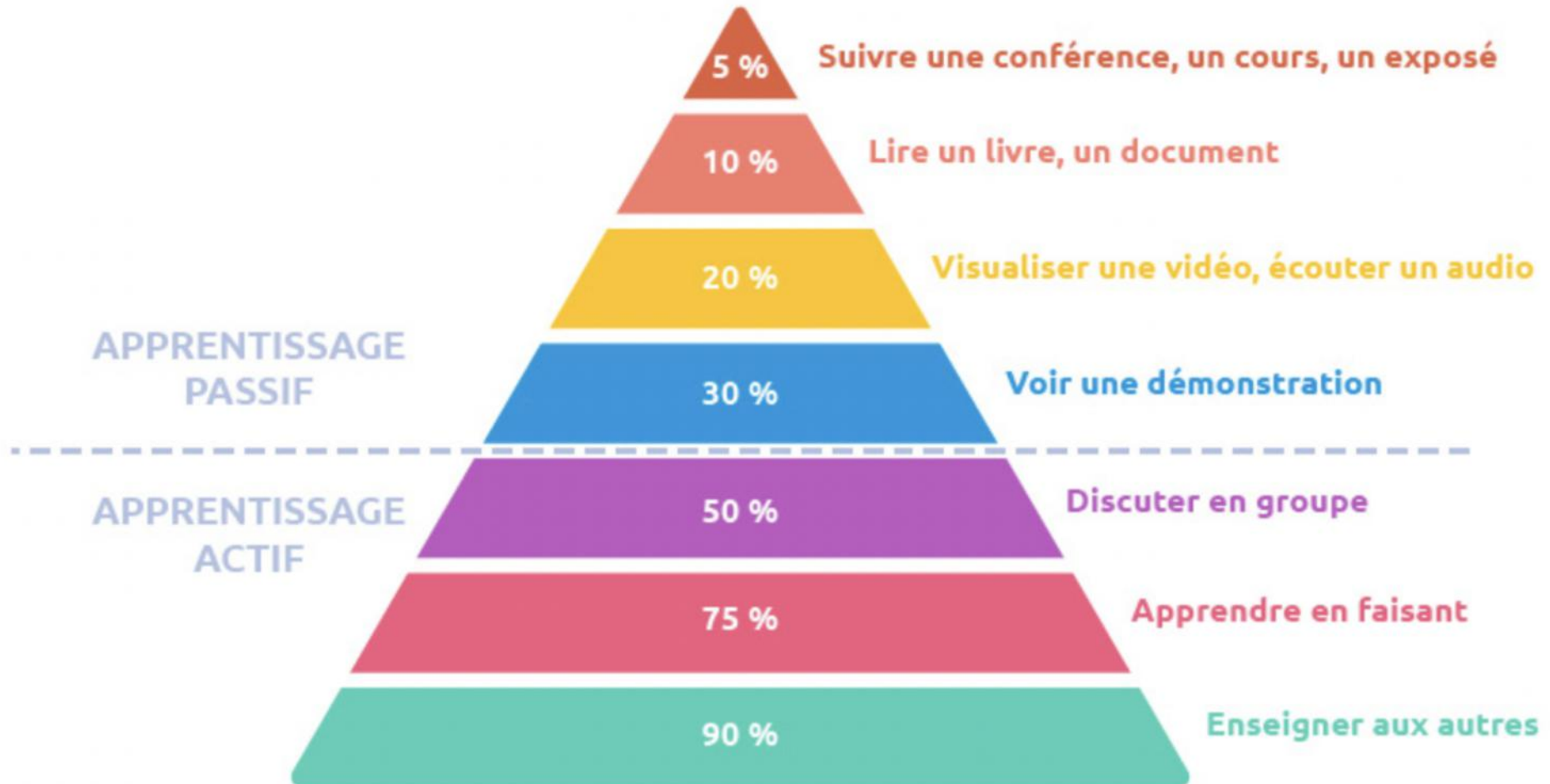


Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Collège Camille Claudel

MARIGNIER

Mémoire long terme : solide mais demande de passer par des méthodes actives + répétition.



Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Collège Camille Claudel

MARIGNIER

Mémoire long terme : solide mais demande de passer par des méthodes actives + répétition.



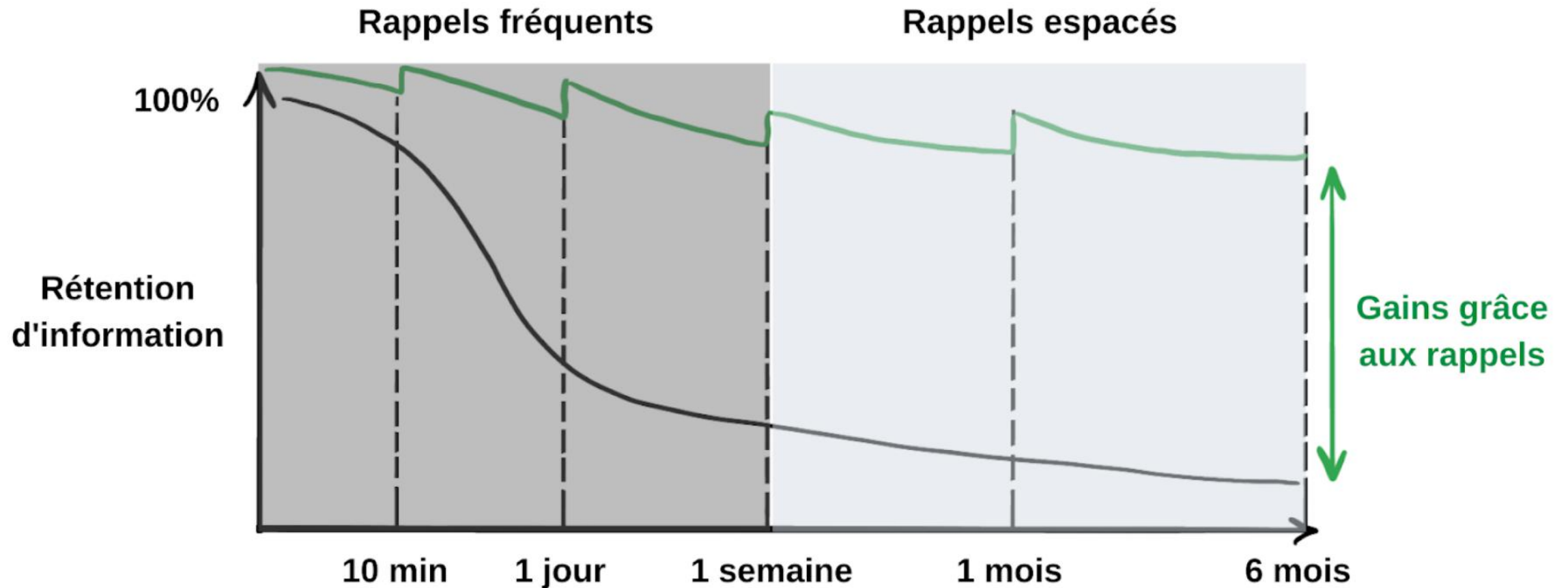
- **Méthodes actives** : **réexpliquer**, cartes mémoire (Leitner), **refaire exercices**, schémas, mimer, inventer ses exemples.

Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Collège Camille Claudel

MARIGNIER

Mémoire long terme : solide mais demande de passer par des méthodes actives + répétition.

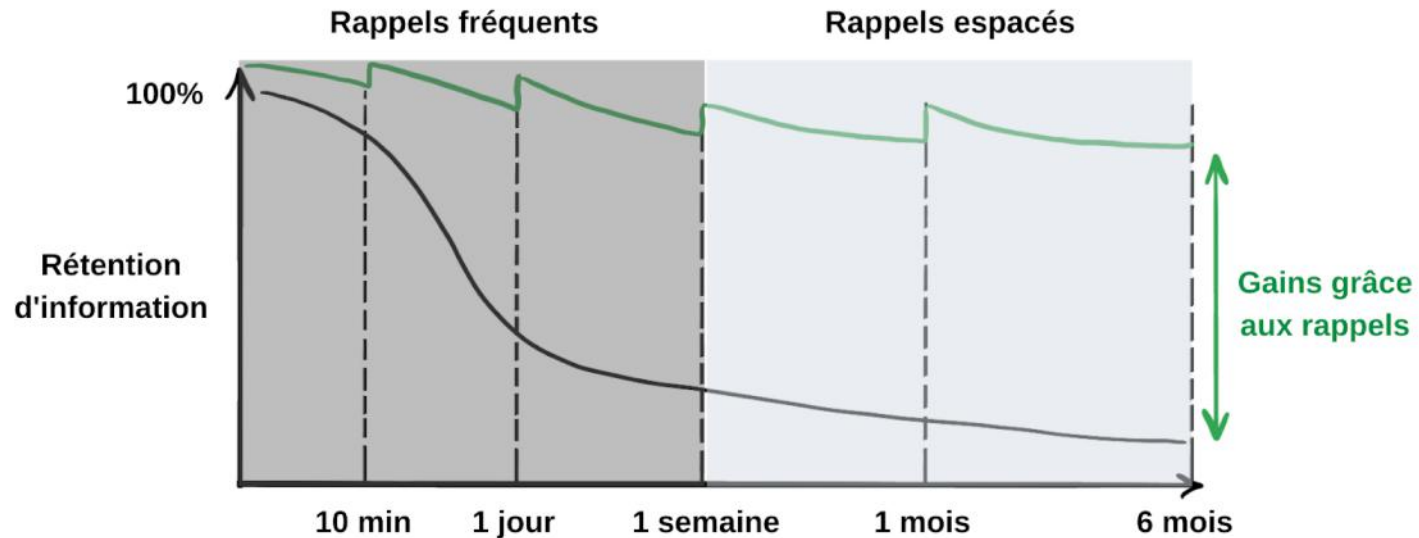


Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Collège Camille Claudel

MARIGNIER

Mémoire long terme : solide mais demande de passer par des méthodes actives + répétition.



- Réactivation régulière :

5 × 10 min > 1 × 60 min.

Revoir le soir même + la veille du prochain cours.

Espacer progressivement.

Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Collège Camille Claudel

MARIGNIER

Objectif : réutiliser durablement, pas juste connaître le jour J.

Conseil pratique : **planifier sa semaine** → anticiper contrôles / devoirs → éviter le dimanche soir en panique.

Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Collège Camille Claudel

MARIGNIER

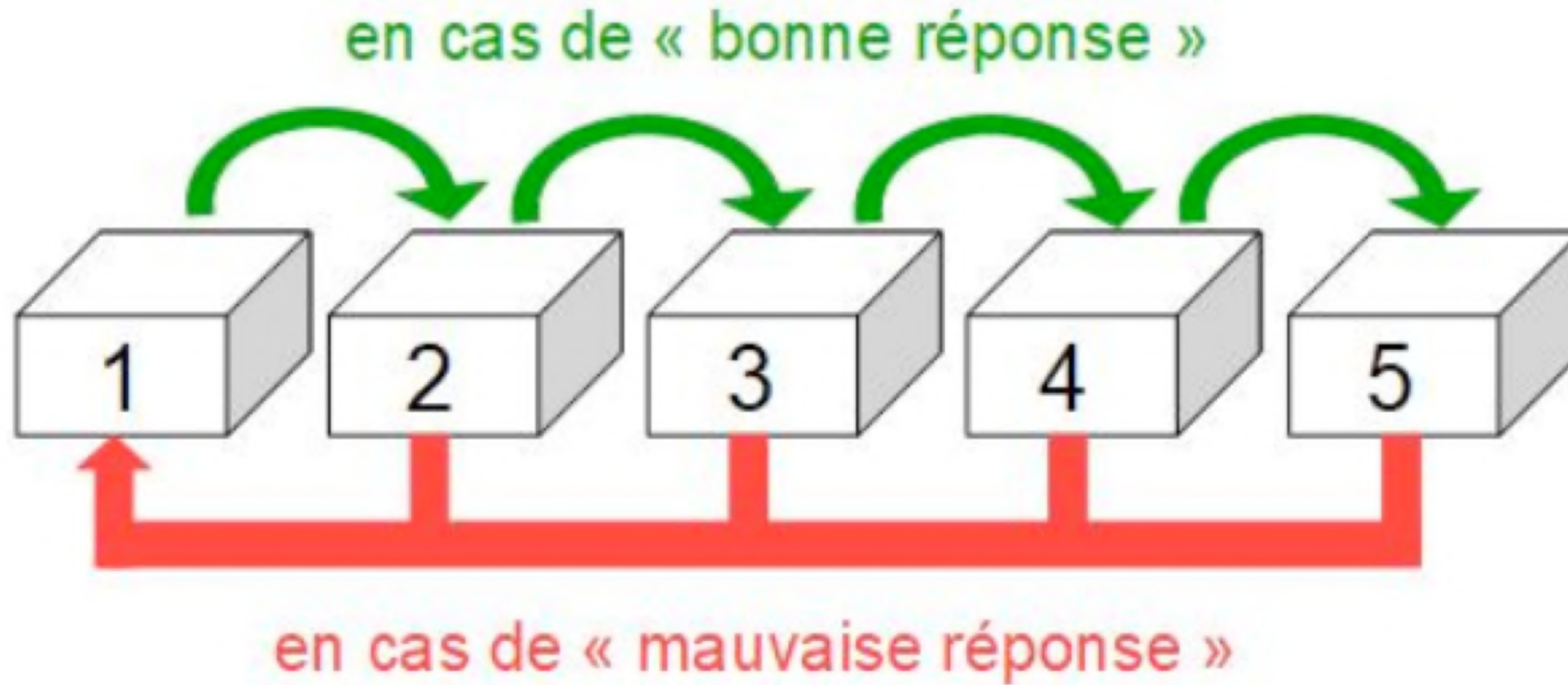
L'évaluation = une étape d'apprentissage :

« Après une mauvaise note, l'important n'est pas 'combien tu as eu ?', mais 'qu'est-ce que tu as compris de tes erreurs ?' »

Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Collège Camille Claudel

MARIGNIER



Niveau 1 : tous les jours / Niveau 2 : tous les 2 jours / Niveau 3 : tous les weekends /
Niveau 4 : toutes les 2 semaines / Niveau 5 : tous les mois

Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Au programme :

Expérience n°1

Comment encourager sans décourager ?

Expérience n°2

Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Expérience n°3

Comment aider mon enfant à se concentrer à la maison ?

Faire progresser mon enfant sans qu'il ait l'impression de travailler, c'est possible ?

Expérience n°3

Lien : <https://www.youtube.com/watch?v=E-pLmE3uHGc>

Conclusion :

- Le cerveau est monotâche → pas de multitasking.
- Importance de couper distractions (téléphone, TV, notifications).
 - « 15 minutes concentrées valent mieux qu'1 heure déconcentrée. »

Motivation : montrer à l'élève que dans de bonnes conditions, il progresse vite
→ effet très encourageant.

Au programme :

Expérience n°1

Comment encourager sans décourager ?

Expérience n°2

Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Expérience n°3

Comment aider mon enfant à se concentrer à la maison ?

Faire progresser mon enfant sans qu'il ait l'impression de travailler, c'est possible ?

Collège Camille Claudel

MARIGNIER

- . Supprimer distractions : couper les notifications, pas de TV.
- . Avoir un endroit calme, toujours le même.
- . Assurer un sommeil suffisant (sans écrans avant de dormir).
- . Rôle du parent = garantir les conditions favorables (cadre, calme, sommeil), pas d'enseigner toutes les notions.
- . Motivation : l'enfant se sent soutenu quand ses parents s'intéressent à son travail et créent un climat de confiance.

Comment aider mon enfant à se concentrer à la maison ?

Au programme :

Expérience n°1

Comment encourager sans décourager ?

Expérience n°2

Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Expérience n°3

Comment aider mon enfant à se concentrer à la maison ?

Faire progresser mon enfant sans qu'il ait l'impression de travailler, c'est possible ?

Collège Camille Claudel

MARIGNIER

- Chaque soir → poser 3 questions simples :
 1. Qu'as-tu fait aujourd'hui ?
 2. Qu'as-tu appris ?
 3. Qu'est-ce qui est important à retenir (avec un exemple) ?

→ Permet de vérifier la compréhension et d'ancrer la mémoire.

Motivation : ces échanges montrent à l'enfant que ce qu'il apprend a de la valeur.

Bannir la TV lors des temps de repas.

Faire progresser mon enfant sans qu'il ait l'impression de travailler, c'est possible ?

Collège Camille Claudel

MARIGNIER

- . Plus largement :
 - . encourager la curiosité → lecture,
 - . **films/séries en VO**,
 - . discussions en famille,
 - . musées, culture générale.

Faire progresser mon enfant sans qu'il ait l'impression de travailler, c'est possible ?

Conclusion & échanges

- Chasser les idées reçues :
 - Relire / recopier $\neq$ apprendre.
 - Par cœur sans comprendre = inefficace.
 - Réviser = activité active, pas cahier ouvert.
- Les méthodes ont changé : inutile de comparer avec "comment on faisait avant".
- Féliciter pour la méthode employée (« *Bravo, tu as refait les exercices !* ») plutôt que pour la seule note.
- Message final : ce qui compte, ce n'est pas la perfection, mais **des progrès réguliers, la confiance et la curiosité.**