

« Apprendre à apprendre »

Comment accompagner efficacement son enfant dans ses devoirs et ses révisions ? ?

Objectif : donner des **clés simples et concrètes** pour accompagner son enfant, l'aider à progresser en autonomie et à retenir durablement ses leçons.

Comment encourager sans décourager ?

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

Encourager

- Valoriser les **efforts** et les **petits progrès** → plus efficaces que la contrainte.
- Autoriser le **droit à l'erreur** → une étape normale de l'apprentissage.
- Éviter les phrases négatives (« Tu es nul en maths ») → préférer : « Qu'as-tu appris aujourd'hui ? »

Installer une routine de travail

- 30 min à 1h par jour, à **heure fixe** et dans un **lieu calme**.
- Le parent n'est pas là pour faire à la place, mais pour donner un **cadre rassurant**.
- Si le rythme est acquis en 6e, le collège se déroule mieux.

Comment aider mon enfant à apprendre efficacement ?

Privilégier les apprentissages actifs

- ✗ Relire ou apprendre la veille ≠ efficace → mémoire fragile.
- ✓ Méthodes actives :
 - expliquer avec ses mots,
 - refaire les exercices,
 - schémas ou cartes mentales,
 - cartes mémoire (méthode Leitner),

Réviser régulièrement pour retenir

- La mémoire s'ancre **par la répétition** :
 - 5 × 10 min > 1 × 60 min,
 - revoir le soir même + la veille du cours,
 - espacer progressivement.
- Objectif : **retenir durablement**, pas seulement pour le contrôle du lendemain.
- « Après une mauvaise note, l'important n'est pas : combien tu as eu ? mais : qu'as-tu compris de tes erreurs ? »

Comment aider mon enfant à se concentrer à la maison ?

Créer de bonnes conditions de concentration

- Couper distractions (téléphone, TV, notifications).
- Endroit calme, toujours le même.
- Bien dormir (sans écran avant de se coucher).
- Le rôle du parent : **garantir les conditions**, pas enseigner toutes les notions.

Faire progresser mon enfant, sans lui donner l'impression de travailler, c'est possible ?

- 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) ?
- Intéressez-vous à ce que l'enfant apprend / Discutez, échangez. → pas seulement aux notes.
- Plus largement : lecture, films/séries en VO, discussions, culture générale.

À retenir :

- Apprendre, ce n'est pas relire.
- Répéter régulièrement = mémoriser durablement.
- Un cadre calme et stable + des méthodes actives = réussite.

Pour en savoir plus.

La page du site de M. Joly, Apprendre à apprendre :



La page du site de M. Joly, le déroulé de cette réunion :

