

RASED Bailleul-Hazebrouck  
Circonscription Dunkerque-Bailleul  
41 rue du Milieu  
59524 HAZEBROUCK

## S'organiser avec les enfants à la maison

### Prévoir un emploi du temps, un planning.

→ Imprimer un planning ou créer un planning de la semaine. [Exemple en annexe 1 \(ci-dessous\)](#)

On pourra utiliser un timer si besoin pour aider l'enfant à se repérer dans le temps.

→ Remplir le planning idéal en fonction de vos enfants à l'aide de crayons de couleur (jaune, vert, bleu, rouge par exemple) ou de dessins...

- **en vert : les temps de vie quotidienne la douche, les repas**, si possible à heure fixe chaque jour, même pour le petit déjeuner! Prévoir plus de temps si besoin le WE.

- **en jaune : les temps de travail scolaire** (à titre indicatif : primaire : minimum 1h le matin et 1h l'après-midi.) Prévoir les pauses !

La répartition peut être différente de la semaine scolaire habituelle. On pourra adapter les temps de travail en fonction des enfants : plutôt le matin, y compris le mercredi par exemple ou autre... Si à un moment l'horaire n'a pas pu être respecté pour telle ou telle raison, rien n'est dramatique !

- **en rouge : les temps de services pour la famille** pour que l'ambiance reste bonne et que l'appartement ou la maison reste agréable à vivre (ex : mettre le couvert, desservir, réorganiser ma chambre, trier mes affaires, aider à la cuisine, et encore plein d'idées que vous trouverez et qui développent de nombreuses compétences chez vos enfants)

- **en bleu : les moments de détente.** ([Exemples en annexe 2](#))

## **Le travail scolaire :**

Les enseignants vous donnent du travail et vous accompagnent dans cette période particulière. Si vous souhaitez renforcer certaines connaissances de vos enfants, il existe des documents sur internet, des cours et exercices mis en ligne gratuitement pour aider les familles : Cned, cours Griffon (utilisateur : griffon, mot de passe : griffon).

### Sites à visiter :

logicieleducatif.fr (lecture son, lecture compréhension, confusions de sons...)

Calculatrice

IXL exercices de maths

EDUSCOL

Pour les plus petits : PAPAPOSITIVE.FR (Plus de 100 histoires à écouter en famille)

→ Idées tirées du site Hop dans la tête

## Annexe 1 : Exemple de planning :

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
8h							
9h							
10h							
11h							
12h							
13h							
14h							
15h							
16h							
17h							
18h							
19h							
20h							

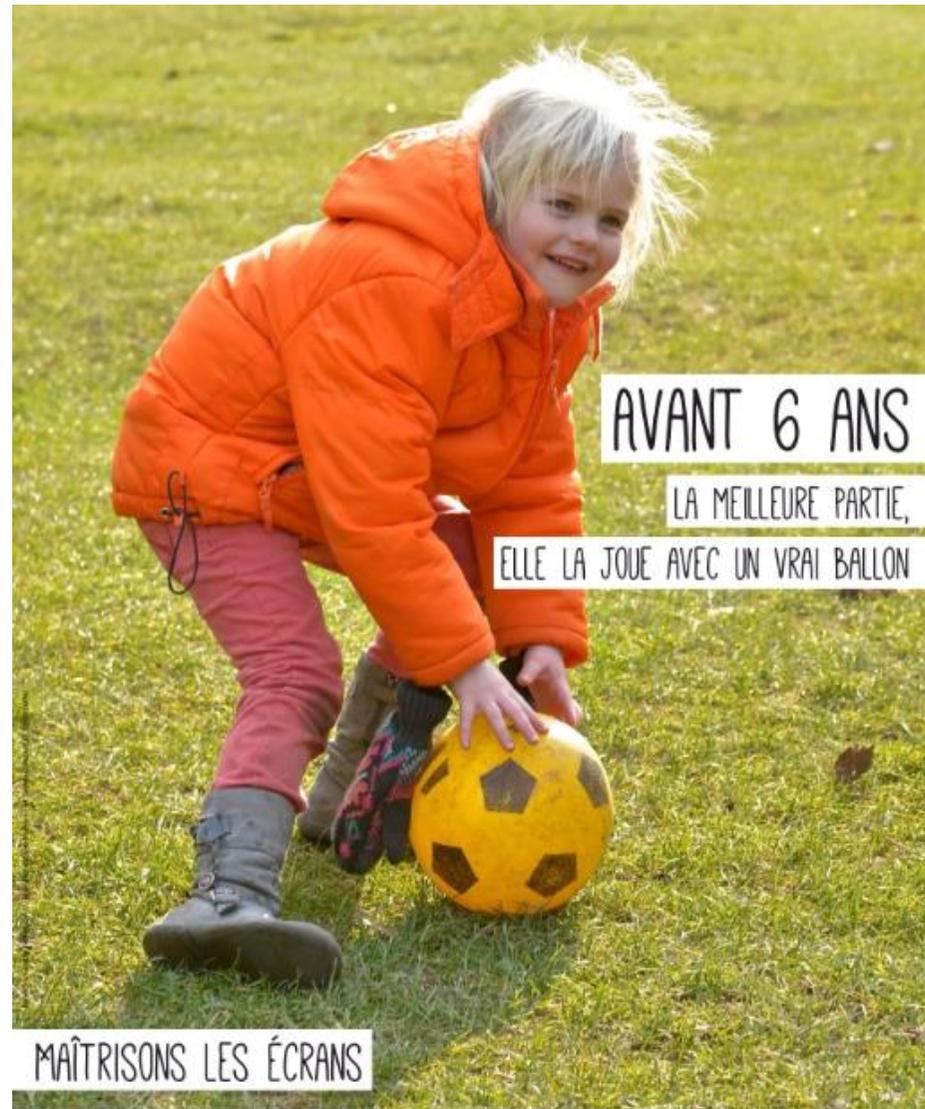
## Annexe 2 : les moments de détente :

Voici quelques exemples d'activités que vous pouvez réaliser avec vos enfants, mais l'éventail est large !

- dessiner, peindre
- lecture
- jeux de société
- jeux dehors si vous avez un jardin
- faire les semis pour planter début mai.
- faire de la musique, écouter de la musique
- cuisiner un gâteau pour le goûter, faire des cookies, des muffins, le gâteau au yaourt (*une bonne occasion de travailler la lecture compréhension, la mesure de quantités, les fractions pour les plus grands...*)
- prendre le temps de discuter
- téléphoner à vos grands-parents, oncles et tantes, cousins pour prendre des nouvelles régulièrement.
- bricoler
- origami
- et les écrans... mais minuter les temps ([Annexe 3 : les enfants et les écrans](#))

→ Idées tirées du site [Hop dans la tête](#)

### Annexe 3 : Les enfants et les écrans



**3 PAS DE TV AVANT 3 ANS**

**3 PAS DE TV AVANT 3 ANS** **3 PAS DE CONSOLE DE JEU AVANT 6 ANS**

Avant 3 ans, l'enfant a d'abord besoin de construire ses repères.

Écran d'ordinateur, à l'école, à la maison, les écrans sont omniprésents et peuvent avoir de graves conséquences.

Dans le temps, à travers les histoires qu'ils lui racontent et les livres qu'ils lisent.

La télé captivante par le rythme rapide des images et des sons qui se succèdent sur l'écran risque d'entraîner ce rythme rapide pour le développement du cerveau.

Des repères clairs sur [www.yapaka.be/fr/parents](http://www.yapaka.be/fr/parents)

**FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES**

[yapaka.be](http://yapaka.be)

**6 PAS DE CONSOLE DE JEU AVANT 6 ANS**

**3 PAS DE TV AVANT 3 ANS** **3 PAS DE CONSOLE DE JEU AVANT 6 ANS**

Avant 6 ans, l'enfant a besoin de découvrir toutes ses possibilités. Il est primordial qu'il ait des activités engageantes, soit de plein air, soit à l'intérieur, soit à l'extérieur, et surtout son cerveau.

Le temps des écrans est en effet limité, occupant toute son attention, tout son temps.

Il est important dès lors d'établir des règles claires sur le temps d'écrans, d'installer les écrans dans le salon, de privilégier les jeux vidéo que l'on peut à plusieurs, sans avoir le droit de jouer avec les amis.

Des repères clairs sur [www.yapaka.be/fr/parents](http://www.yapaka.be/fr/parents)

**FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES**

[yapaka.be](http://yapaka.be)



AVANT 9 ANS

LA MEILLEURE DÉCOUVERTE,  
CELLE QU'ILS FONT DE LA RÉALITÉ

MAÎTRISONS LES ÉCRANS

**9** PAS D'INTERNET SEUL  
AVANT 9 ANS

Avant 9 ans, l'enfant continue à explorer le monde à l'échelle de son vécu.

Il est important d'encadrer son accès à Internet et de privilégier les activités hors écran.

Il est important d'encadrer son accès à Internet et de privilégier les activités hors écran.

Des règles claires sur [www.yapaka.be/parents](http://www.yapaka.be/parents)

FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES

yapaka.be

3 PAS DE TV AVANT 3 ANS

6 PAS DE CONSULE DE JEU AVANT 6 ANS

9 PAS D'INTERNET SEUL AVANT 9 ANS

12 PAS DE RÉSEAU SOCIAL AVANT 12 ANS



AVANT 12 ANS

LA MEILLEURE CONNEXION,  
CELLE QU'IL A EN VRAI AVEC SES COPAINS

MAÎTRISONS LES ÉCRANS

**12** PAS DE RÉSEAU SOCIAL  
AVANT 12 ANS

Avant 12 ans, l'enfant a besoin d'explorer la complexité du monde réel.

Il a besoin d'explorer ses relations sociales, de tester ses compétences et ses réactions qu'il s'agit, sans la distance créée par les écrans.

Il est important de privilégier le jeu en famille et entre amis, dans le même espace, d'instaurer les règles dans le cadre de la vie réelle, sans la distance créée par les écrans.

Des règles claires sur [www.yapaka.be/fr](http://www.yapaka.be/fr)

FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES

yapaka.be

3 PAS DE TV AVANT 3 ANS

6 PAS DE CONSULE DE JEU AVANT 6 ANS

9 PAS D'INTERNET SEUL AVANT 9 ANS

12 PAS DE RÉSEAU SOCIAL AVANT 12 ANS