





L'apprentissage en ligne

Comment soutenir mon enfant ?



L'enseignement à distance ne doit pas être une source de stress et d'anxiété pour les élèves, les familles et les enseignants. Dans cette optique, voici quelques conseils, pour vous les parents, afin de vivre le mieux possible cette période d'incertitudes. Soyez assurés que nous travaillons ensemble afin de maintenir le bien-être de tous en favorisant les apprentissages.

<p>L'école est fermée !</p> <p>Comment on s'organise?</p> 	<p>Dédier un temps de la journée à l'apprentissage</p> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> ❑ J'appuie mon adolescent à structurer sa journée en consacrant du temps à son travail scolaire dans un lieu propice à la concentration. (Équilibrer étude, activités physiques, activités de divertissement) 	<p>Comprendre les exigences</p> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Je sais que la charge de travail par cours et par semaine pour mon adolescent est de: <ul style="list-style-type: none"> 7-8e année: ≈ 1.5hrs 9-10e année: ≈ 2.5 à 4 hrs 11-12e année: ≈ 4 hrs <p>Exemples d'horaire:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Horaire 7e à la 8e année ■ Horaire 9e et 10e année ■ Horaire 11e et 12e année 	<p>Accès à la technologie</p> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Je favorise l'accès à la technologie pour que mon adolescent puisse utiliser l'environnement <i>Google</i> pour ses apprentissages.
<p>Qu'est-ce que je peux faire pour appuyer mon enfant?</p> 	<p>Avoir des conversations empathiques</p> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> ❑ J'amorce des conversations sur les travaux à réaliser. ❑ Je favorise les questions ouvertes. ❑ Je choisis un bon moment pour la discussion. ❑ Je pose des questions concernant ses émotions "La méthode RULER". ❑ Je suis à l'écoute de ses inquiétudes. 	<p>Ne pas accomplir les tâches pour mon adolescent.</p> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> ❑ J'appuie mon adolescent à formuler et à mettre par écrit des questions qu'il pourra poser à son enseignant lors des discussions en ligne. ❑ Je sais que mon enfant obtiendra une réponse de son enseignant pendant les sessions de clavardages assignées à l'horaire. 	<p>Favoriser l'action</p> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> ❑ J'encourage mon adolescent à se créer une liste de contrôle pour passer à l'action. ❑ Je suggère à mon adolescent d'utiliser le référentiel afin de devenir plus autonome. <p>Lien: Référentiel pour l'élève pour l'autorégulation</p>
<p>Comment s'est passée la journée?</p> 	<p>Me familiariser avec Google Classroom</p> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Je visionne le tutoriel pour mieux comprendre la plateforme au besoin. <p>Lien: Guide Google Classroom pour les parents</p>	<p>Apprendre avec les autres</p> <hr/> <p>Je motive mon adolescent à rechercher des partenaires ou à former une petite équipe pour apprendre ensemble en ligne.</p>	<p>Observer mon niveau de stress et d'anxiété</p> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> ❑ J'utilise les ressources mises à la disposition de mon adolescent pour favoriser mon bien-être comme parent. ❑ Je m'accorde des moments de détente. ❑ Je comprends qu'il n'est pas attendu que je devienne l'enseignant de mon enfant. <p>Lien: Ressources pour le bien-être et la santé mentale</p>
<p>Comment s'est passée la journée?</p> 	<p>Retour sur la journée</p> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Avec mon adolescent, j'observe ce qui s'est bien passé et ce qui ne s'est pas bien passé dans l'apprentissage en ligne aujourd'hui afin de nous ajuster pour demain. 		<p>Garde en tête que la situation est temporaire. Prenez soin de vous !</p> 