

**1, 2, 3 ...**

**Vive l'école**





*C'est le grand jour : votre « petit » qui n'est plus un bébé va faire ses premiers pas à l'école. Un saut dans la nouveauté pour lui, et certainement un cocktail d'émotions pour vous : joie, fierté, appréhensions, angoisses, réjouissances, questions, impatience, nostalgie...*

*Parce que cette grande étape ne laisse aucun parent indifférent, ce livret vous invite à la réflexion. Il donne des pistes que vous pourrez adopter suivant le moment et les questions rencontrées. Bienvenue à votre enfant et à vous dans le monde de l'école !*

## COMMUNICATION

*Depuis que mon enfant est à l'école, je ne sais pas ce qui s'y passe. Il/elle ne me raconte rien.*



Il est normal que votre enfant ne vous raconte pas grand-chose de sa journée à l'école. Il vit essentiellement dans le présent et il doit également s'acclimater et intégrer un nouveau monde.

Au lieu de lui demander ce qu'il a fait, posez-lui des questions à partir des informations que vous connaissez (par exemple, si c'est le jour de la gymnastique, demandez-lui l'exercice qu'il a préféré pendant le cours) ou montrez-lui l'exemple en lui expliquant votre journée.

N'hésitez pas à aller trouver l'enseignant(e) en début ou fin de journée pour savoir comment s'est passée la journée de votre enfant, le thème du moment...

Participez aux réunions de parents pour mieux comprendre la vie de la classe ainsi qu'à la vie de l'école (fêtes, marches, soupers...).

## SÉPARATION

Mon cœur se serre quand je dois déposer Théo à l'école. Je sais qu'il va pleurer. J'ai peur qu'il se sente perdu.

La plupart du temps, l'enfant a acquis à 2.5-3 ans une sécurité intérieure suffisante que pour pouvoir se séparer de ses parents sereinement après quelques jours d'école. Par contre, comme à tout âge, l'enfant fonctionne comme une « petite éponge à émotions » et peut ressentir l'angoisse et les craintes de Papa ou Maman.



-Mettez en avant les bons côtés de la vie scolaire (jeux, copains...)

-Racontez à votre enfant vos propres bons souvenirs de l'école (si possible de maternelle)

-Évitez de

longtemps le

rassurant :  
enfant pleure,  
les instants.

-Pensez bien au doudou rassurant, à la peluche fétiche... pour les moments plus délicats.

-Rappelez bien à votre enfant qui vient le chercher.

-Veillez à être à l'heure.

Si l'anxiété de votre enfant est un peu plus importante :

-Dessinez-lui un petit cœur sur la main qui symbolise votre lien avec lui durant la journée.

-Laissez-lui un petit coussin pour la sieste imprégné de votre odeur.

-Prévoyez un petit calendrier visuel qui évoque les activités du jour.

## LE RYTHME

Mon enfant peut

Les journées d'école sont bien remplies de jeux, bricolages ... et parfois malgré le moment de la sieste, l'enfant peut revenir de l'école fatigué, grincheux, excité...

C'est normal, surtout au début. Tant à l'école qu'à la maison, l'enfant a besoin de rituels pour trouver son nouveau rythme. Il sera ainsi rassuré et deviendra plus autonome s'il connaît les habitudes de la maison (pour les repas, le coucher, le moment avant d'aller à l'école...).



L'utilisation d'un routinier, de rappels pourra l'aider à mieux se situer dans le temps.

L'enfant qui a bien dormi sera serein pour sa journée d'école.

L'enfant qui n'a pas dû se presser le matin et qui a pris un bon petit-déjeuner sera apaisé au moment de vous quitter.

## **SOCIALISATION**

*Je me demande si ma fille s'est fait des copines à l'école.*



L'objectif principal de l'accueil et de la 1<sup>ère</sup> maternelle, c'est la socialisation : vivre avec les autres, communiquer, intégrer les règles de vie à l'école...

Qu'il ait déjà fait ou non l'expérience de la collectivité, chaque enfant trouve sa place à son rythme dans sa classe et la cour de récréation. Gardons à l'esprit qu'à 2.5-3 ans, les enfants peuvent partager des espaces, des jeux et des activités sans pour autant créer et investir déjà des liens d'amitié forts. Ceux-ci se développeront tout au long de ses maternelles.

L'enseignante peut vous partager les observations et les contacts que votre enfant a avec les autres.

N'ayez pas trop peur des « grands », quand ils s'intéressent aux plus petits, c'est le plus souvent pour les protéger ou les pouponner.

## **L'AUTONOMIE**

*Mon enfant est si petit, comment va-t-il se débrouiller à l'école?*



Soutenir le développement de l'autonomie de son enfant, c'est lui faciliter son quotidien en classe mais cela ne peut se faire qu'en respectant son rythme et idéalement en partenariat avec son enseignant(e) (remettre son pantalon, chercher sa mallette, ouvrir sa boîte à tartines...)

Entraînez le à être autonome avec ses affaires (vêtements, doudou, gourde...)

Valorisez chaque petit progrès sans lui mettre de pression.

Vérifiez à la maison qu'il est capable d'ouvrir sa boîte à tartine, sa gourde...

Mettez-lui des vêtements faciles à enfiler et qu'il connaît bien (chaussures à tirettes ou scratch)

## PROPRETÉ

Mon enfant est PRESQUE propre...



Il est important de respecter le rythme de votre enfant. Quand vous sentez qu'il est prêt, la grande aventure de la propreté peut commencer. Une bonne cohérence entre la maison et l'école est essentielle. Communiquez les progrès de votre enfant à l'enseignant(e) et demandez-lui un retour sur ce qui se passe en classe. Par exemple, accordez-vous avec l'enseignant(e) sur le port du linge.

Il est important de connaître le fonctionnement de l'école à ce sujet (renseignez-vous auprès de l'enseignant sur les règles par rapport à la propreté...)

Mettez à votre enfant des vêtements faciles à enfiler et des vêtements de rechange dans sa mallette.

Encouragez votre enfant, montrez-lui votre intérêt et faites-lui confiance.

N'hésitez pas à lire à votre enfant des livres sur le sujet et pour votre part, à lire des brochures sur le sujet.



*Dans cette nouvelle aventure, vous pourriez ressentir le besoin/l'envie d'échanger par rapport à votre vécu de parents. En parler avec d'autres parents qui vivent la même chose peut être rassurant. L'enseignant est une ressource également car il peut vous faire part de ce qu'il vit avec lui pendant la journée. En parallèle, notre centre PMS se veut, avant tout, un lieu de rencontres et de réflexions. Vous pouvez nous joindre au 085/21 29 14*

*Faites-vous/lui confiance 😊!*

