

GERER LE TEMPS DE TRAVAIL . Anticiper-Réfléchir-Rechercher-Vérifier.

Un temps de travail bien géré permet de mieux se concentrer, d'être motivé et de se faire plaisir en gardant du temps libre pour les loisirs.

A la maison

C'est **gérer** le temps libre pour préparer le travail de demain, de la semaine, du mois ;pour cela il faut bien connaître son emploi du temps tenu impérativement à jour en y ajoutant les activités et rendez vous extra scolaire.

-il faut gérer la notion de **durée du travail à préparer** .Se poser des questions tel que :combien de temps, je vais passer sur cette leçon en se fixant un objectif :10 minutes, 20 minutes, 1 heureEtre réaliste avec soi-même :impossible je ne vais pas tenir 1 heure. Marquer sur le cahier de texte en face de la leçon ou du devoir à faire la durée réelle à passer .

-il faut travailler le temps que l'on s'est fixé sur une leçon ou une préparation, faire des exercices puis se **garder** un temps un temps de recherche.

Exemple : leçon d'histoire :je me donne 10 minutes pour lire le cours puis je passe à autre chose .Je reviens ensuite sur l'histoire et je me pose des questions à moi-même **à haute voix** :pourquoi j'apprends cela ? C'est quelle période-Est-ce que j'ai retenu le nom des personnages , les lieux, les dates –quels sont les évènements importants cités par le professeur en classe.

Je vérifie en relisant le cours dans le cahier et le livre (voir résumé) , je cherche dans un dico , atlas historique , je pose la question à mon entourage : parents, fratrie plus âgée, copains. Qu'est ce que les autres savent sur le sujet .

-il faut se préparer à être interrogé à l'oral .

Il est concevable de travailler par étape *.Je travaille , je vais voir mes emails , je retourne travailler .* La réussite réside dans l'acquisition du reflexe FREINAGE en acceptant de respecter le temps prévu pour le travail et pour la pose .Beaucoup de lycéens n'arrivent pas à se concentrer , l'appel des autres étant devenu une lourde charge .Les interdictions, les menaces ne font qu'aggraver la charge qui finit par parasiter l'apprentissage de l'écologiste .Fixer des règles simples en allégeant les contraintes sont une clé pour améliorer la motivation .

Au collège , au lycée

1-En classe :Gérer le temps de travail en classe est égal à un temps de concentration .

-c'est gérer un temps d'écoute pour retenir les explications du professeur.

-c'est s'obliger à limiter les temps d'évasion. *Mon corps est bien là mais ma tête est partie faire un tour.*

Faire l'effort de revenir *physiquement* écouter .Demander de l'aide à un copain voir à son professeur .Un rappel discret et répéter est plus efficace qu'un sursaut discriminant .

-c'est gérer un temps de participation : demander la parole pour répondre à une question orale. Même si l'on n'est pas retenu par le professeur pour répondre ,le fait de participer c'est prouver qu'on est bien **Présent** dans le cours. C'est aussi faire les exos demandés en classe, pas faire semblant de griffonner....

2-En étude : Gérer le temps étude pour faire des recherches, approfondir un sujet , lire , poser des questions aux autres afin de comparer ses connaissances .

[Tapez un texte]

Sylvie Bauche .arcenciel64@hotmail.fr