

Journal De Bord de l'Enseignant



Comment commencer ?	3
Leçon n° 1 : Commencer une Checklist de Nouvelle Année	4
Leçon n° 2 : Vous ne pouvez pas organiser le désordre	9
Leçon n° 3 : Nettoyer la salle de classe.....	11
Leçon n° 4 : Les routines quotidiennes.....	12
Leçon n° 5 : Comment construire de bonnes habitudes de travail.....	20
Leçon n° 6 : Mettre en place notre Journal De Bord.....	24
Leçon n° 7 : Exemple de fiche pour remplaçant de Jamie.....	26
Comment construire votre Plan de Base Hebdomadaire pour la Maison et l'École..	37
Lundi à la Maison	39
Lundi à l'École	40
Mardi à la Maison	41
Mardi à l'École	42
Mercredi à la Maison	43
Mercredi à l'École	44
Jeudi à la Maison.....	45
Jeudi à l'École.....	46
Vendredi à la Maison.....	47
Vendredi à l'École.....	48
Samedi : Journée d'Amusement en Famille	49
Dimanche : Jour de Renouvellement Spirituel.....	50
Projets : Comment je tiens les choses à jour.....	51
Leçon n° 8 : Donnez des ailes à vos élèves	52

Chers Enseignants,

Tout d'abord, je voudrais vous remercier du fond du cœur parce que vous avez choisi d'enseigner à nos enfants. Cela peut être un travail difficile et ingrat, et je veux m'assurer que vous savez combien je vous estime ! Ma chère belle-fille-d'amour est enseignante, ma mère était enseignante, et le père de mon fils est enseignant. J'ai vu leurs combats avec les horaires de classe, les problèmes administratifs, le manque d'argent, et le manque de temps dans une journée ! Tout ce qu'ils ont toujours voulu, c'était de faire une petite différence dans la vie d'un enfant.

C'est exactement ce que vous faites ! Vous donnez aux enfants sous votre responsabilité les fondations dont ils ont besoin pour réussir dans un monde cruel. Ces enfants s'épanouissent dans un cadre et c'est exactement ce que vous leur donnez. Ils savent ce qui arrive ensuite. Et c'est tout ce que nous voulons, avoir le sentiment de maîtriser nos vies. Parfois, le fait de savoir suffit à nous calmer.

Votre salle de classe est votre foyer d'apprentissage. Elle prend soin de vos élèves jour après jour avec le cadre plaisant de vos routines. À la maison beaucoup de ces enfants ne savent pas quand sera le dîner ou ce qui se passe ensuite. Vous leur donnez quelque chose sur lequel ils peuvent compter.

Chaque été, nous recevons des centaines de courriers d'enseignants qui souhaitent reprendre le contrôle sur leur foyer pendant qu'ils sont à la maison pour les vacances scolaires. Mon objectif avec ce Journal De Bord de l'Enseignant est de vous aider à la maison et à l'école. Nos routines pour la maison se transposent très bien pour la salle de classe. Même nos outils fonctionnent dans la salle de classe.

Tous les enseignants que j'ai rencontrés ont été submergés par leur matériel pédagogique. Les placards de rangement ne peuvent pas tout contenir. Les fournitures prennent vie d'elles-mêmes. Leurs maisons deviennent encombrées d'objets qui ne peuvent pas être rangés dans la salle de classe. Il est essentiel que vous désencombriez tous les jours. Ça peut être juste un 27 Fling Boogie chaque jour. Il contiendra votre bazar d'enseignement. Vous pouvez aider un jeune professeur à construire ses collections en mettant en place une boîte A Donner dans la salle des profs.

Je n'ai pas de diplôme en éducation mais je sais enseigner. Nous sommes très créatifs ou nous n'aurions pas choisi d'aider les autres en partageant nos compétences avec eux. J'ai vu notre méthode fonctionner pour chaque profession et elle peut fonctionner pour vous aussi ! Vous devez juste l'adapter pour vous et votre classe. Ceci est juste un manuel d'instructions pour vous aider à réfléchir à ce qui doit être fait et comment l'implémenter.

Si vous lisez ce Journal De Bord de l'Enseignant et que vous instruisez vos enfants en famille, il est impératif que votre maison soit en ordre, que vous soyez habillé jusqu'aux chaussures chaque matin et votre classe commence à la même heure chaque jour. Si vous n'êtes pas prêt à faire ces choses, alors vous n'êtes pas prêt à enseigner à ces

enfants. Enseigner est un métier que vous avez choisi, vous devez agir comme si vous le maîtrisiez. Ne venez pas gémir que leur éducation est la chose la plus importante. S'ils ne peuvent pas trouver une surface dégagée pour écrire, il y a un problème.

Je le dirai encore et encore. Les enfants s'épanouissent dans l'ordre. Vivre dans le CHAOS (Cas où l'Hôte n'Arrive pas à s'Organiser Sereinement), aussi bien à la maison qu'à l'école, n'offre pas un environnement propice à l'apprentissage. Vous donnez le ton de votre classe. Ils vous regardent ! Ils sont à l'écoute de chacun de vos mots. C'est à vous de leur montrer au lieu de leur dire. De cette façon, ils comprennent ce que l'on attend d'eux.

Lorsque vous ne dépensez pas de précieuses minutes à chercher des choses, vous pouvez passer plus de temps à être créatif dans vos techniques d'enseignement. Vous pouvez le faire ! Vous tous ! Un Pas de Bébé à la fois ! Une habitude à la fois ! Avec nos routines simples, nous pouvons transformer notre salle de classe en un lieu de paix. Et où il y a la paix, il y a l'apprentissage !

Vous pouvez tout faire pendant 15 minutes !

FlyLady

www.flylady.net

Comment commencer ?

C'est la question à un million de dollars. Lorsque vous avez été diplômé, vous n'avez pas reçu de manuel d'instructions pour savoir comment gérer votre salle de classe. Vous avez appris comment présenter le matériel mais pas nécessairement comment gérer votre salle de classe, comment stocker votre matériel pédagogique, ou comment organiser votre journée du début à la fin. Nous avons tendance à laisser le temps nous échapper. C'est pourquoi je pense que le plus important pour vous est d'avoir un minuteur dans votre classe et dans votre maison. On peut être si facilement distrait et nos minuteurs nous gardent concentrés.

Chaque automne, nous commençons une nouvelle année scolaire. Cela s'accompagne de l'anxiété ainsi que de l'espoir d'un nouveau départ. Nous démarrons l'année scolaire que l'on veut organisée et à la fin de l'année, nous nous retrouvons à nous battre pour juste traverser la journée. Ça ne sera pas comme ça, cette année !

Voici les outils dont vous aurez besoin pour construire votre Journal De Bord de l'Enseignant :

- Du papier – soyons créatifs et utilisons du papier de couleur et du blanc.
- Des pochettes transparentes – je ne sais pas combien nous allons en utiliser.
- Une perforatrice.
- Un minuteur.
- Des marqueurs de couleur.
- Des marqueurs effaçables à sec.
- Des chemises ou dossiers de couleurs.
- Une boîte ou une caisse pour les dossiers.
- Un calendrier avec de grosses cases.
- Un classeur à anneaux.
- Un porte-documents à couverture zippée pour ranger dedans – Notre Bureau dans un Sac¹ fonctionne bien pour éviter de perdre nos affaires.
- Des intercalaires – Vous devrez peut-être les sortir des dossiers en raison des pochettes de protection qui sont plus larges que la plupart des intercalaires. Le magasin de fournitures de bureau peut avoir des intercalaires plus larges adaptés aux pochettes de protection².

Voici votre liste de matériel. Préparez-le pour votre organisation du premier jour d'école !

Nous voulons être prêts !

¹ Ndlr : le Bureau dans un sac est un porte-documents à 3 anneaux zippé avec compartiments pour ranger les fournitures et poignées de transport, vendu sur le flyshop (format US non compatible avec le A4)

² Ndlr : Format A4+

Leçon n° 1 : Commencer une Checklist de Nouvelle Année

Dès maintenant, je veux que vous réfléchissiez à ce que vous devez faire avant le premier jour d'école. Faites une liste approximative sans ordre particulier. Nous les réarrangerons plus tard pour votre Journal De Bord de l'Enseignant. Voici un exemple donné par un membre précieux, Jamie :

Préparation en Août

- ❖ Envoyer les lettres de bienvenue aux élèves.

- ❖ Affichages de classe :
 - Nouveau papier.
 - Nouvelles bordures.
 - Tableau des amitiés.
 - Tableau des récompenses.
 - Tableau des matières.
 - Tableau des responsabilités.
 - Préparer de nouvelles fiches d'emploi du temps (plastifier !).

- ❖ Photocopies :
 - Organiser les copies pour septembre sur les étagères.
 - Listes d'orthographe.
 - Travaux pratiques.
 - Travail en binôme.
 - Lettres des clubs de lecture.
 - Tickets Oups

- ❖ Emploi du temps/Planning
 - Imprimer les calendriers mensuels. Y noter les événements de la région, les animations pédagogiques, les événements de l'APEL
 - Créer un programme directeur.
 - Modifier le gabarit de votre cahier journal. Assurez-vous d'y inclure :
 - Le temps d'évaluation des vendredis matin.
 - La révision de l'orthographe les jeudis.
 - L'entraînement aux diplômes nationaux.
 - L'enseignement quotidien de l'écriture.
 - Les temps de soutien d'apprentissage.
 - Les horaires des spécialistes (ergothérapie, alphabétisation, orthophonie, soutien en langue pour élèves étrangers).
 - Les réunions d'équipe.
 - Planifier les deux premières semaines en incluant :

1. Un temps pour faire connaissance.
2. Décoration de la classe.
3. Projet Qui Suis-Je/Collage MOI.
4. Conseil des maîtres.
5. Miss Nelson (trouver un équivalent en France : livres illustrés qui assistent le professeur)
6. Evaluation diagnostique de Mathématiques.
7. Evaluation diagnostique d'orthographe.
8. Evaluation diagnostique de lecture.
9. Exercice incendie et PPMS.

❖ Listes de la classe :

- Liste de classe initiale.
- Liste de suivi des évaluations des élèves.
- Liste des Métiers.
- Fiche informatique avec les identifiants et mots de passe.
- Logiciels à l'usage des élèves.
- Notes en Mathématiques.
- Notes en Arts du Langage.

❖ Faites des étiquettes

- 3 étiquettes pour dossiers au nom de chaque élève.
- Dossier de travaux en cours.
- Dossier à emporter à la maison.
- Carnet pour les prises de notes.
- Cahier de lecture dirigée.
- Sciences.
- Sciences sociales.

❖ Ecrivez les noms ou mettez des étiquettes sur :

- Les étiquettes prénom des porte manteaux (plastifiez et découpez au préalable).
- Les marque-place des bureaux.
- Le tableau des récompenses.
- Le tableau des métiers.
- Les classeurs et dossiers suspendus.
- Les trieurs.
- Les chemises de travaux en cours.
- Les dossiers à emporter à la maison.
- Les carnets de prise de notes.
- Les cahiers de lecture dirigée.
- Le tableau des anniversaires.
- Les extraits de naissance.

- ❖ Placement des élèves
 - Plan de classe.
 - Casiers.
 - Plan de classe pour le cours de sciences.

- ❖ Fournitures de l'élève
 - Dossier de travaux en cours.
 - Dossier à emporter à la maison (le classeur Aigle de l'APEL)
 - Carnet de prise de notes.
 - Cahier de lecture dirigée.
 - Cahier de textes.
 - Crayons.
 - Stylos.
 - Ardoise.
 - Manuel / Cahier de Mathématiques.
 - Texte de lecture / exercices de lecture.
 - Livret de réponses Lecture
 - Livret de réponses Mathématiques.
 - Cahier d'écriture.
 - Cahiers de révision quotidienne Langage/Mathématiques.

- ❖ Organiser les dossiers ; ajouter les nouveaux élèves.

- ❖ Organiser la bibliothèque de la classe.

- ❖ Revoir les cartes/fiches des élèves.

- ❖ Consommables nécessaires selon les besoins.

- ❖ Rencontrer les enseignants du RASED (Réseau d'Aides Spécialisées aux Élèves en Difficulté.)

Checklist Nouvel élève

- ❖ Inscrire son nom sur :
 - Etiquette de bureau
 - Badge nominatif
 - Etoile (programme d'encouragement aux devoirs)
 - Fiche d'anniversaire et extrait de naissance.
 - Navire (se familiariser avec le projet de classe).
 - Carte de cantine.
 - Tableau des Métiers.
 - Fiches des mots de passe informatiques.
 - Cahier d'écriture
 - Dossier de l'élève (notes aux devoirs, notes des parents, excuses d'absence)
 - Cahier de notes des devoirs
 - Liste de la classe

- ❖ Fournitures :
 - Dossier de travaux en cours.
 - Dossier à emporter à la maison (le classeur Aigle de l'APEL)
 - Carnet de prise de notes.
 - Cahier de lecture dirigée.
 - Cahier de textes.
 - Crayons.
 - Stylos.
 - Ardoise.
 - Manuel / Cahier de Mathématiques.
 - Texte de lecture / exercices de Lecture.
 - Livret de réponses Lecture
 - Livret de réponses Mathématiques.
 - Cahier d'écriture.
 - Cahiers de Révision Quotidienne Langage.

- ❖ Documents à distribuer :
 - Lettre de bienvenue de début d'année.
 - Lettre annonçant la soirée de réunion parents-professeurs.
 - Documents scolaires.
 - Binôme de travail.

- ❖ Étiquettes :
 - 3 étiquettes de dossier avec le nom de l'élève.
 - Étiquettes pour fournitures : travail en cours, à emporter, prise de note, lecture guidée, sciences, sciences sociales.

Prenez les listes de Jamie et utilisez-les pour vous aider à vous souvenir de ce que vous avez à faire. Ensuite commencez à construire votre propre checklist ! Quelques minutes de planification vous épargneront tellement de temps sur le long terme. Vous avez votre checklist. Glissez-la dans une pochette de protection, vous réutiliserez cette liste chaque année. Vous n'aurez jamais plus à la recommencer. Cette liste correspondra à votre façon d'enseigner. Vous pourrez avoir à ajouter au crayon de nouvelles choses qui vous viennent à l'esprit. Conservez donc ce document dans un classeur appelé Journal De Bord de l'Enseignant. A mesure que vous construisez chaque section et établissez des modèles pour chacune, conservez-les ici pour ne pas réinventer la roue chaque année.

C'est à ça que sert un Journal De Bord : ne pas avoir à refaire les choses chaque jour, chaque semaine et chaque année. Cela vous fait gagner du temps et évite la frustration d'avoir à repenser et réécrire des choses simples. Votre temps est mieux employé à être créatif dans vos compétences pédagogiques que dans leur administration.

Maintenant que j'ai préparé le terrain en vous enseignant les principes de ce Journal De Bord, il est temps de le mettre en pratique. N'est-ce pas ce que vous faites à chaque heure de votre journée d'enseignement ? Vous présentez le sujet. Vous donnez des exemples. Vous discutez puis vous faites un devoir qui renforce les principes appris.

Préparation du début d'année

Je veux que vous régliez votre minuteur sur 15 minutes, que vous vous asseyiez et que vous écriviez sur papier ou saisissiez sur ordinateur votre liste pour qu'elle corresponde à votre classe. Cela n'a pas à être parfait. Vous devez juste pouvoir vous relire. Ne laissez pas votre perfectionnisme vous arrêter à ce stade. Ce ne sera que pour vos yeux. Il peut être modifié par la suite. Un Journal De Bord, même avec des imperfections, fonctionnera très bien pour vous et vos élèves. Je ne m'attarderai pas sur l'écriture de votre Journal De Bord de l'Enseignant. Lâchez prise et laissez couler !

Leçon n° 2 : Vous ne pouvez pas organiser le désordre

Chaque jour, nous perdons un temps précieux à chercher des choses que nous savons être devant nous, et nous ne les voyons pas à cause du fouillis avec lequel nous l'avons entouré. Vous donnez l'exemple à vos élèves, et c'est à vous d'agir en conséquence.

Vous ne pouvez pas organiser le désordre, vous pouvez seulement vous en débarrasser. Cela vaut pour vos placards de rangement, vos classeurs, vos tiroirs de bureau, votre bureau, votre table ou tout autre surface plane, ainsi que votre mallette ou sac fourre-tout. Débarrasser les espaces n'est pas une tâche limitée dans le temps ; cela se fait tout au long de l'année.

Pour désencombrer, vous utiliserez la même méthode que nous utilisons lorsque nous désencombrons nos maisons. Voici les outils dont vous aurez besoin.

- Un minuteur.
- Une boîte À Donner.
- Une boîte À Jeter avec beaucoup de sacs poubelles.
- Une boîte À Ranger.
- Une bouteille d'eau.
- Une étiqueteuse ou du scotch résistant et un morceau de papier cartonné
- Des stylos colorés.
- Un lecteur CD avec de la musique plaisante.

Le minuteur, c'est pour rester concentré. La bouteille d'eau pour vous garder dynamisé. Gardez une chose à l'esprit lorsque vous désencombrez votre salle de classe. **Celui qui a le plus de fournitures scolaires ne gagne pas de concours.** C'est la façon dont nous utilisons ce que nous avons qui fait la différence. Une fois que vous aurez désencombré votre matériel scolaire, il y aura une place pour chaque chose et chaque chose aura sa place.

Réglez votre minuteur sur 15 minutes et commencez dans un coin. Une façon amusante de le faire est de se tenir à la porte puis de faire le tour de la pièce dans le sens des aiguilles d'une montre. D'abord, nous allons commencer avec votre bureau. Une fois le bureau désencombré, vous pouvez commencer à la porte d'entrée. **VOTRE BUREAU EST L'ÉVIER BRILLANT DE VOTRE CLASSE !**

Avec vos boîtes à côté de vous, démarrez sur le côté gauche de votre bureau examinez une pile à la fois. Éliminez les choses que vous n'utilisez pas, n'aimez pas, ou qui sont bonnes à jeter. Si quelque chose mérite d'être conservé mais n'appartient pas à votre bureau, placez-le dans la boîte "À Ranger". À la fin, vous obtiendrez une boîte pleine de choses à ranger ailleurs et vous devrez prendre plusieurs décisions et faire des étiquettes. En remplissant la boîte, et avec un peu de chance, vous dégagerez un espace de rangement.

La mise en place d'un plan de rangement est facile si vous réfléchissez à l'année scolaire et aux thèmes pour chaque mois. Vous pouvez utiliser des boîtes à archives étiquetées par mois. Vous savez ce dont vous avez besoin et quand vous en avez besoin.

Garder les choses confinées vous évite de vider tout le placard pour trouver ce que vous cherchez. Il existe des méthodes pour les systèmes de rangement. Demandez l'aide d'un ami Né Organisé pour qu'il vous explique ce qui fonctionne le mieux pour lui. Ils adorent partager leur bon sens avec les autres. Tout ce que vous avez à faire, c'est de demander ! Nous avons juste besoin un exemple pour nous aider. C'est pourquoi je veux remercier Jamie Hawley pour tous ses exemples qu'elle a partagés pour m'aider à vous aider.

Maintenant, voici le but. Je ne veux pas que vous vous brûliez les ailes alors que vous avez tant de choses à faire pour vous préparer au premier jour d'école. Nous allons suivre des Pas de Bébé et nous apaiser tout le long de ce processus. C'est une autre raison pour laquelle je veux que vous utilisiez votre minuteur.

Leçon n° 3 : Nettoyer la salle de classe

Avez-vous déjà dû vous préparer à recevoir votre mère en visite ? Vous passez des jours à nettoyer et lorsqu'elle arrive, vous êtes épuisé. Je vous veux heureux et reposé pour le premier jour d'école. Nous utilisons une petite technique simple pour nous empêcher de nous brûler les ailes. Dans le même temps, elle nous garde frais et enthousiaste sur ce que nous faisons.

Nous allons faire ce que j'appelle un nettoyage de crise pour la salle de classe.

Le but du nettoyage de crise est de maintenir notre niveau d'énergie sans nous lasser de ce que nous faisons. Dans nos maisons, nous passons 15 minutes dans notre cuisine, 15 minutes dans notre salon, et 15 minutes dans notre salle de bains.

Les 15 dernières minutes de chaque heure sont passées avec nos pieds relevés à penser à ce que nous allons faire ensuite, nous reposer et boire de l'eau.

A présent, si vous souhaitez diviser votre salle de classe en zones, ce serait un bon moment pour le faire.

Zone 1 - Le devant de la pièce.

Zone 2- Votre bureau et l'endroit où vos élèves travaillent.

Zone 3 - Le mur sur lequel se trouve la porte.

Zone 4 - Le mur du fond (ou le mur latéral, si votre porte est à l'opposé de votre mur du fond).

Zone 5 - Le mur en face de la porte.

Ça, c'était facile !

Vous pouvez utiliser le nettoyage de crise avec ces zones ou vous pouvez inclure de travailler le désencombrement et le nettoyage selon les modèles de votre Journal De Bord. C'est votre pièce et vous pouvez y jouer comme vous le souhaitez.

N'oubliez pas de prendre des pauses chaque heure. Je ne veux pas que vous vous brûliez les ailes ! Trouvez votre rythme et amusez-vous. Travaillez avec un ami. Mettez de la musique un peu énergique et VOLEZ !

Leçon n° 4 : Les routines quotidiennes

Les routines sont la base de mon enseignement. Une routine est un ensemble d'habitudes reliées ensemble dans un ordre chronologique. C'est comme apprendre un pas de danse. Puisque les habitudes deviennent une partie de nous et de nos élèves, nous savons tous ce qui vient ensuite sans même demander ou le dire. Vos élèves adoreront les routines.

Voici un témoignage pour vous donner un exemple :

Je vous ai récemment envoyé un témoignage sur l'adaptation du Bureau dans un sac pour les enseignants. Je FLY à la maison depuis des années, mais j'ai encore du mal au travail, parce que je me sens tellement "chargée". J'ai appris à contourner ce problème de "sentiment de surcharge". J'ai pensé que je devais partager quelques autres conseils que j'ai adaptés pour les enseignants (et je ne l'avais même pas réalisé jusqu'à ce que j'écrive cet autre témoignage) mais cela peut s'appliquer à d'autres CDD³ qui travaillent :

Une autre utilisation de la peluche Flylady : j'ai collé un aimant dessus et l'ai collé sur mon armoire à l'école.

J'utilise le calendrier et les autocollants pour les enfants à l'école.

J'utilise le bureau dans un sac pour mes papiers scolaires.

J'utilise le cordon pour les clés de mon école.

Le minuteur est utilisé de tant de manières que je ne sais même pas par où commencer. Je l'utilise principalement pour les enfants avec des problèmes d'attention. Cela les aide à rester concentrés sur une tâche et ils essaient de battre le minuteur. Il m'aide également à nettoyer mon bureau à la fin de la journée quand je veux rentrer voir mes enfants.

Je suis pressée d'y aller et je suis tentée de laisser le désordre pour le lendemain, mais je vois ma peluche aimantée et cela me remémore de lui consacrer 15 minutes. Je finis toujours en moins de temps.

Mon bureau propre est mon évier brillant. J'ai aussi un évier dans ma classe, et j'ai appris aux enfants comment le garder propre et sans taches d'eau.

Nous faisons des sauvetages de 5 minutes chaque jour et nous nettoyons les bureaux tous les vendredis. Ce qui prend moins de 5 minutes !

J'ai adapté mes routines du matin et du soir à l'école.

³ Ndlr : CCD = Cadres Domestiques en dérouté.

Consultez votre FLY liste scolaire du matin

1. Avez-vous prévu vos vêtements de sport, votre bouteille d'eau, votre déjeuner et votre collation ?
2. Avez-vous vérifié vos points chauds et éteint les incendies ?
3. Remplissez votre tasse de café.
4. Défaites votre sac d'école.
5. Avez-vous pris votre petit-déjeuner ?
6. Réalisez votre liste de tâches avant la sonnerie de la cloche.
7. Avez-vous pris une pause ce matin ? Avez-vous bu de l'eau ?

Consultez votre FLY liste scolaire de l'après-midi

1. Avez-vous déjeuné / bu ?
2. Avez-vous fait de l'exercice aujourd'hui ?
3. Allez faire un sauvetage de bureau / placard pendant 5 minutes !
4. Avez-vous pris une pause cet après-midi pour simplement vous asseoir et prendre soin de vous ?
5. Avez-vous vérifié le classement / l'archivage ?
6. Préparez les photocopies / leçons pour demain, y compris les fournitures nécessaires.

Consultez votre FLY liste scolaire du soir

Vérifiez votre liste "Avant de partir"

1. Préparez vos leçons pour le lendemain. Les photocopies sont-elles faites ?
2. Votre BUREAU est-il PROPRE ?
3. Allez ranger vos hotspots !
4. Partir à une heure décente (17h30 pour moi)
5. Faites de l'EXERCICE.

Commencez votre Routine du Soir dès la fin du dîner

Nous avons besoin d'un repos réparateur aussi bien pour nos corps que pour nos esprits.

1. Préparez les vêtements de sport et une bouteille d'eau.
2. Préparez vos vêtements pour demain, y compris les chaussures.
3. Préparez votre sac d'école
4. Préparez votre déjeuner et votre en-cas.
5. Faites une liste de choses à faire.
6. Allez au lit avant 10h00.

J'utilise également les zones de FlyLady dans ma salle de classe : il y a l'art, l'écriture, la bibliothèque, leurs bureaux (y compris les ilots) et mon bureau (y compris les boîtes, depuis que je les utilise et les étagères). Chaque semaine, je désencombre et effectue un nettoyage détaillé de chaque zone (mais les enfants portent le poids de la responsabilité - ne faites jamais pour un enfant ce qu'il peut faire lui-même !). Cependant, mon bureau doit toujours être propre chaque jour avant de partir. Pendant cinq minutes en début de journée, nos "responsables de classe" m'aident² à garder notre salle de classe rangée et efficace. J'ai un bibliothécaire, un gardien, un botaniste, un secrétaire, un reporter et un météorologue. Mes plantes ne meurent jamais, les livres de bibliothèque ne sont jamais rendus en retard, l'appel est fait, la salle est toujours propre et le journaliste et le météorologue m'aident à me rappeler de faire le calendrier et la météo, et ils gèrent mieux que moi (je suis encore une CDD et j'oublie les choses). J'ai très peu de charge mentale le matin. Je peux commencer à enseigner à 9h précises au lieu de 9h30 - AVEC UNE CLASSE PROPRE.

Le Bibliothécaire : retourne tous les livres de la bibliothèque dans la caisse à livres, remet les livres en ordre, arrange les coussins dans le coin de lecture

Le Gardien : efface le tableau et frappe les tampons dehors, garde le sol propre, porte les choses lourdes comme les déjeuners et les équipements pour la récréation, lave les tables, s'assure que les bureaux sont bien organisés.

Le Secrétaire : remplit les fiches de travail dans le dossier à emporter à la maison pour chaque élève, fait les paquets du vendredi, note les présences, répond au téléphone et à l'intercom, transmet les messages, remplace les tickets de déjeuner.

Le Botaniste : arrose, fertilise et taille les plantes.

Le Météorologue : garde la trace des cartes météorologiques sur le tableau d'affichage, consulte le temps et la température, donne le bulletin météo du matin, dirige la routine météo du matin.

Le Reporter : assure le suivi et effectue les tâches du calendrier, mène la classe selon le schéma établi.

J'espère que ces conseils aideront d'autres enseignants et que certaines astuces aideront d'autres CDD qui travaillent. La meilleure façon d'apprendre, c'est d'enseigner, et écrire ce témoignage me rappelle les choses que je fais bien.

Merci du fond du cœur !

Je m'enseigne moi-même en enseignant aux enfants à VOLer !

Dès à présent, je veux que vous réfléchissiez à une journée de classe ordinaire.

Que devez-vous avoir fait avant même de rentrer dans la salle de classe chaque jour ? c'est une partie de votre routine d'Avant la Classe. Cela peut être fait à la maison ou après l'école. Je ne veux pas que cela pèse sur vous lorsque vous passez la porte le matin. Faites-les ainsi vous pourrez vous amuser. Voici vos devoirs à la maison : corriger les copies, plans de cours, reporter les notes, effectuer les appels téléphoniques et répondre aux emails des parents. C'est la routine la plus importante de la journée.

Routine d'Avant la Classe, / d'Après l'Ecole ou maison ; pas le matin

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

Ensuite, que faites-vous en premier lorsque vous passez la porte le matin ? Faites une liste des choses que vous devez faire chaque jour avant que les élèves n'arrivent. C'est votre checklist. C'est comme de s'habiller jusqu'aux chaussures pour commencer la journée. N'oubliez pas les choses dont vous avez besoin pour prendre soin de vous : de l'eau.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

Routine pour les jours/moments de Classe

- 1^{ère} heure : _____
- 2^e heure : _____
- 3^e heure : _____
- 4^e heure : _____
- 5^e heure : _____
- 6^e heure : _____

C'est un programme jour après jour, à moins que vous ne travailliez en université et que vous avez un programme pour les lundis/mercredis/vendredis et un autre pour les mardis/jeudis.

Voici un autre témoignage d'un professeur d'anglais au collège qui utilise le pouvoir des 15 minutes dans son enseignement.

Chère FlyLady,

Grâce à vous, j'ai pu reprendre l'enseignement l'année dernière. Notre plus jeune enfant est entré en CE2 et mon mari et moi avons décidé que notre famille pourrait vraiment faire des bénéfices financiers si je trouvais un poste d'enseignant. J'étais vraiment nerveuse à l'idée de retourner au travail parce que j'avais peur que nous retournions vivre dans le CHAOS. Il y a eu des moments où j'ai reculé, mais mon mari était toujours là pour nous aider et nous avons passé l'année en assez bonne forme. C'était une expérience éducative à plus d'un titre ! Le poste que Dieu m'a envoyé était celui d'enseignant en collège. Pour être honnête, j'étais terrifiée.

Je n'avais pas enseigné depuis plusieurs années et je n'avais JAMAIS enseigné aux élèves de Troisième, mais j'ai estimé que cela doit être l'endroit où je suis censée être en ce moment. Plutôt que de souffrir de "paralyse d'analyse"

Je savais que j'avais besoin d'un plan d'enseignement. J'ai décidé de mettre en place mon horaire d'enseignement à la façon FLYlady qui a fonctionné à la maison - par créneaux de 15 minutes maximum.

Les cinq premières minutes de cours, les élèves entrent et placent le matériel requis pour le cours sur leur bureau (Où sont vos chaussures ?). Pendant qu'ils travaillent sur une mini -leçon de grammaire, je vérifie qu'ils ont leur matériel, qui comprend leur agenda quotidien (CALENDRIER).

Nous passons cinq minutes à discuter de ce qui se passe dans leur vie, comme les matchs de football, les concerts, les réunions, etc. Le lundi, je préviens les élèves du calendrier prévu pour la semaine (contrôles, assemblées, etc.). Les élèves écrivent ces événements dans leurs calendriers et nous nous préparons à commencer la leçon de la journée.

Je passe quinze minutes à présenter le cours du jour. Oui ! C'est ça, quinze minutes. Lorsque je prépare mes cours, je me demande : "Que veux-je vraiment qu'ils sachent sur ce sujet ?" et je condense en une présentation de 15 minutes. Je donne ensuite une affectation ou une activité pour renforcer la leçon et - oui, vous l'avez deviné ! - ils ont 15 minutes pour travailler dessus. Nous passons en revue pendant cinq minutes et ensuite NOUS FAISONS BRILLER NOS ÉVIERS (ranger et nettoyer les bureaux). C'est tout !

La beauté de ce système, c'est qu'il n'y a pratiquement pas de devoirs. Les enfants et les parents me regardent avec incrédulité lorsque je déclare que ce n'est pas ma politique de donner des devoirs. Maintenant, cela ne veut pas dire qu'ils n'ont pas pour mission de finir chez eux de temps en temps, mais la majorité du travail se fait à l'école. C'est un bonus pour moi parce que je peux surveiller s'ils comprennent ce qu'ils font (et s'ils le font !) et c'est un avantage pour eux de ne pas avoir trop de devoirs. Je leur dis d'utiliser la traditionnelle demi-heure de devoirs d'anglais pour

PASSER DU TEMPS A FAIRE QUELQUE CHOSE AVEC LEURS FAMILLES.

Maintenant, la prochaine partie de mon témoignage n'est certainement pas pour me vanter (Dieu sait que j'ai un long chemin à parcourir !), mais pour vous rendre gloire, FlyLady. Des conseillers sont venus à dans ma classe pour savoir pourquoi des élèves qui ont généralement des problèmes à l'école réussissent dans ma classe (VOUS POUVEZ FAIRE TOUT PENDANT QUINZE MINUTES). Pour ceux qui doutent que cette méthode d'enseignement fonctionne, mon principal vous dira que les scores de mes élèves aux tests sont parmi les plus élevés de l'école. Mes élèves vous diront que même les documents de recherche et Shakespeare sont amusants quand vous avancez à Pas de Bébé.

Le plus grand compliment que je puisse vous offrir, Marla, est ce que plusieurs de mes élèves ont écrit dans mon annuaire à la fin de l'année : "Merci pour votre apprentissage de nombreuses leçons que nous utiliserons tout au long de notre vie. Merci de prendre soin de nous. "

Merci de m'avoir donné les outils pour aider les autres. Avec l'effet domino, vous avez touché plus de vies que vous ne le saurez jamais.

Flybaby M

Voici un autre témoignage :

Chère FlyLady,

Je suis membre depuis je ne sais pas combien de temps. Comme une vraie CDD, je tombe de temps en temps du train et me met dans un certain CHAOS. Je peux compter sur ma douche FLY pour revenir sur les rails. Merci, merci, merci !

Le but de cette lettre est de vous raconter comment j'utilise vos principes dans ma classe de CE2.

- 1. Le panneau "Aucune Plainte" est affiché et je n'en ai pas beaucoup.*
- 2. Les élèves utilisent mon plumeau FLY et l'adorent.*
- 3. Nous avons des 5 minutes de sauvetage de classe, sac et bureau – en réalité, ils me disent quand ils en ont besoin d'un.*
- 4. La prévention des incendies des hotspots (points chauds).*
- 5. Les routines du matin, d'après la pause du déjeuner et avant de rentrer à la maison.*

6. *J'utilise un minuteur pour terminer une activité*

7. *Le plus important est de conseiller les élèves et les parents sur la façon de réussir en utilisant le "vous pouvez tout faire pendant 15 minutes" et en ayant des routines à la maison. La plupart des enfants, pas seulement les enfants atteints de TDA ou de TDAH, se développent avec les routines. Il faut les pratiquer et les négligez, le CHAOS reviendra. De nombreux élèves dont la vie à la maison est en pagaille ont vraiment besoin de structure et FlyLady rend ça amusant. Il y a même eu des élèves qui m'ont dit que leur mère écoute aussi FlyLady.*

Je sais que je n'ai même pas commencé à aborder toutes les façons dont j'utilise votre système à l'école parce que c'est devenu une partie de ma vie. Le vrai témoignage était quand l'élève gardien m'a dit que ma classe est toujours belle et facile à nettoyer car elle n'est pas aussi encombrée que certaines des autres salles. SENSATIONNEL. Quel compliment. Bien sûr, elle a dû m'écouter lui parler de vous et de la manière dont vous avez fait une différence dans ma vie.

Professeur FLY en Ohio

Ici, FlyLady : Vous allez tous demander ce panneau "Aucune Plainte". Vous pouvez le trouver facilement en utilisant notre nouveau champ de recherche Google sur FlyLady.net.



**"VOUS POUVEZ TOUT FAIRE PENDANT
15 MINUTES... SAUF VOUS PLAINDRE !"**



FlyLady pour les francophones - www.bonenvol.fr

Leçon n° 5 : Comment construire de bonnes habitudes de travail

N'est-il pas étrange que nous essayions d'enseigner à nos élèves à décomposer les choses en Pas de Bébé mais que nous ne suivions pas nos propres instructions ? Nous sommes si fiers de nous de bien travailler sous pression. Mais la vérité, c'est que nous ne travaillons pas si bien que cela en situation de stress et que nous ne sommes pas non plus en mesure d'effectuer plusieurs tâches en même temps. On commence tout et on ne finit rien.

Nous avons aussi tendance à laisser nos maisons tomber en lambeaux lorsque notre travail commence. Il faut trouver un compromis et ça commence par faire briller votre évier et établir des habitudes à la maison ainsi que des habitudes à l'école.

Vous n'avez pas à passer votre samedi à nettoyer et votre dimanche à rattraper. Vous pouvez y arriver, mais vous devez vous calmer, cesser de procrastiner sous prétexte que vous n'avez pas le temps et régler votre minuteur. Lorsque nous nous précipitons, tout s'effondre.

Voici ce qui arrive lorsque nous remettons à plus tard. Nous avons étudié nos comportements procrastinateurs et les raisons pour lesquelles nous sommes si doués pour remettre les choses à plus tard. La principale raison pour laquelle nous ne faisons pas une chose tout de suite, c'est que nous pensons que cela nous prendra trop de temps et que, tout de suite, nous n'avons pas le temps ou pas l'envie de le faire. Regardez comment cette façon de penser provoque un véritable effet boule-de-neige et avant de s'en rendre compte, nous suffoquons sous une lourde charge de culpabilité et nous sommes paralysés par nos inactions.

Pour la plupart d'entre nous, nous sommes un groupe de personnes spontanées, vivaces et joyeuses. Nous aimons nous amuser dans tout ce que nous faisons. Lorsqu'il s'agit de travaux ménagers ou d'autres choses que nous pourrions avoir besoin de faire, nous pouvons trouver toutes les excuses du monde pour ne pas les faire. L'excuse principale que nous utilisons est : "Je n'ai pas le temps !" En vrai, c'est que nous ne voulons vraiment pas le faire parce que ça ne va pas être amusant ou que nous n'en avons pas envie. Nous n'aimons pas faire les choses qui sont les aspects ennuyeux et banals de la vie. C'est l'une des raisons pour lesquelles nos routines FlyLady nous débarrassent de ces choses afin que nous puissions enchaîner sur la partie la plus agréable de notre journée.

Les gens me demandent tout le temps si je passe ma journée à nettoyer. La vérité c'est que tant que je fais ma simple routine (15 minutes) le matin et une routine le soir (10 minutes chrono), notre maison est toujours prête à recevoir. Cela fonctionnera pour n'importe quelle taille de maison. Aussi, je dois ramasser derrière moi et surveiller mes points chauds. Cela ne me prend que deux minutes au maximum.

Voici ce qui se passe lorsque nous remettons quelque chose à plus tard. Commençons par nos routines du soir.

1. Nous allons au lit à 1h00 ou 2h00 puis nous devons nous lever à 7h00. Nous avons procrastiné en n'allant pas au lit à une heure décente. Ensuite, nous n'arrivons pas nous lever à l'heure.
2. Après avoir appuyé sur le bouton de répétition (snooze) à plusieurs reprises, il est déjà 7h30 et, pour être à l'heure au travail, nous devons partir à 7h45. Il vous reste 15 minutes pour vous habiller et sortir mais vous n'avez pas de vêtement propre.
3. Non seulement vous vous êtes couché tard, mais vous n'avez pas préparé vos vêtements pour demain. Donc, là encore, vous avez procrastiné et vous vous dépêchez.
4. Maintenant vous ressentez à nouveau le manque de temps et la pression d'être encore en retard. Puis, la culpabilité commence à s'accumuler.
5. Avec la culpabilité vient les reproches aux autres sans admettre notre responsabilité dans notre perpétuel retard. Après, viennent les martyres et les voix hurlantes qui s'ajoutent au stress et à la culpabilité.
6. A présent, nous sommes à moitié habillés, nous sautons dans la voiture et essayons de nous maquiller pendant que nous conduisons, sans prêter attention à ce que nous faisons. Sans oublier que vous avez sauté le petit déjeuner et que vous n'avez même pas le temps de passer sous les arches dorées du McDrive. En fait, cela pourrait être le seul point positif dans cette course : pas de temps pour de la malbouffe au fastfood.
7. Ensuite, nous reconnaissons cette lumière bleue clignotant dans notre rétroviseur et nous avons encore une amende pour excès de vitesse qu'il va falloir expliquer et payer.
8. Ça, c'est si nous avons de la chance et que nous n'avons pas eu un accident avec nos enfants dans la voiture.
9. Tant d'argent gaspillé, tout ça parce que nous avons procrastiné et ne sommes pas allés nous coucher à une heure décente pour nous lever et commencer notre journée du bon pied plutôt qu'en retard.

Ecrire ceci me donne la nausée. Je ne veux plus vivre de cette façon. L'afflux constant d'adrénaline est néfaste pour nos corps. Nous devons trouver un moyen de soulager le stress que notre procrastination provoque dans nos vies. Est-ce que vous m'écoutez ?! La procrastination peut nous tuer et mutiler nos enfants. Il peut s'agir d'une mort lente et douloureuse de notre corps qui se retourne contre nous à cause du déferlement constant d'adrénaline avec un dysfonctionnement immunitaire ou d'une mort rapide avec un accident de voiture. Vous avez le choix d'arrêter ça maintenant !

Si seulement je pouvais vous faire ressentir la paix qui vient par quelques routines simples dans votre vie, vous n'auriez plus jamais à vivre de cette façon.

Voici ce que vous devez faire !

1. Définissez vos priorités ! Je sais que vous entendez ça tout le temps, alors je vais vous le dire très clairement ! Est-ce que parler au téléphone ou sur l'ordinateur est plus important que la vie de vos enfants ou que votre vie ? Est-ce que regarder ce film est plus important pour vous qu'une bonne nuit de sommeil ?
2. Préparez vos vêtements pour le lendemain. Utilisez votre créativité pour accessoriser vos vêtements. Nous aimons faire cela mais nous n'avons jamais le temps quand nous sommes si pressés. Vérifiez votre calendrier et voyez ce que vous devez faire demain. Cela vous aidera à choisir vos vêtements. Placez vos chaussures près de votre tenue.
3. Allez au lit à une heure décente. Nous pouvons avoir du temps pour nous le matin si nous ne courons pas comme une poule sans tête
4. Mettez le réveil de l'autre côté de la chambre pour ne pas être tenté d'appuyer sur le bouton de répétition. C'est une mauvaise habitude. Lorsque vous commencez à dormir 7 à 8 heures par nuit, vous n'avez plus besoin de ce bouton. Il vous faudra poser les pieds au sol pour éteindre l'alarme.
5. Mettez du carburant dans votre voiture avant que le réservoir ne soit vide. Trouvez les moments où vous n'êtes pas pressé pour vous arrêter et faire le plein avant de rouler sur la réserve. Cela ne vous coûtera pas plus d'argent si vous ne mettez que la moitié du réservoir. On ne sait jamais quand on pourrait avoir besoin d'essence pour aller aux urgences au milieu de la nuit.
6. Dans le cadre de votre routine du soir, rassemblez tout ce que vous devez emporter avec vous demain près de la porte d'entrée ou dans la voiture. Cela vous évitera d'avoir à chercher des trucs demain matin et d'oublier ce papier important que vous devez présenter.
7. Commencez votre journée sans le chaos de la télévision, en écoutant de la belle musique. La télévision est remplie de mauvaises nouvelles pour lesquelles nous ne pouvons rien faire. Ouvrez votre cœur à un nouveau matin avec votre musique préférée ou le silence.
8. Levez-vous 15 minutes avant le reste de la famille afin d'être habillé jusqu'aux chaussures avant que leurs petits pieds frappent le sol. Vous aurez le contrôle ! Mettez vos chaussures. Tout ceci est possible parce que vous avez préparé

vosre tenue complète la veille : des bijoux aux chaussures et chaussettes. Vous avez vérifié votre calendrier et vous savez quoi porter.

9. Sans toute cette précipitation, vous pouvez vous asseoir et profiter d'un petit-déjeuner digne de l'altesse royale que vous êtes ! Il se peut qu'il s'agisse simplement d'un smoothie au yahourt, mais vous remplirez votre réservoir personnel de carburant avec une bonne alimentation nutritive, et non de la nourriture en route. Vous pourriez également avoir moins de problèmes digestifs si vous ralentissez votre prise de repas.

10. A présent, vous êtes dans la voiture sans devoir vous presser pour aller au travail parce que vous avez prévu votre temps de trajet dans votre routine du matin. Vous avez même ajouté quelques minutes supplémentaires pour le trafic et vous pourriez surprendre tout le monde en arrivant à l'heure au travail ou en déposant les enfants à l'école sans avoir à rédiger un mot de retard. Cela veut dire aussi plus d'amende pour excès de vitesse et de l'argent en plus dans votre poche parce que votre prime d'assurance n'a pas augmenté en raison du nombre de points restants sur votre permis de conduire.

Chaque chose que nous remettons à plus tard peut être mise dans ce scénario boule-de-neige. Arrêtez-vous et réfléchissez lorsque vous vous entendez dire "je n'ai pas le temps" ou "je n'ai pas envie de le faire maintenant". Nous n'avons jamais envie de frotter les toilettes mais c'est certain que c'est plus sympa lorsque l'on agrippe cette pièce de porcelaine pendant une série de grippe intestinale. Il n'y a pas besoin d'avoir envie de faire une chose pour nous libérer de nos Franny et de la faire ! Avec cette attitude, nous la mettons à l'écart et ainsi nous pouvons aller nous amuser et profiter de notre journée sans le stress et la culpabilité provoqués par la procrastination.

Si vous commencez juste avec un petit morceau de cet essai, vous ralentirez les effets boule-de-neige. Bientôt, vous commencerez à ressentir la paix que je ressens le matin et avant d'aller au lit. Si vous goûtez juste un petit peu de cette paix, vous ne voudrez jamais plus vivre dans le chaos de la procrastination.

Êtes-vous prêt à VOLer en faisant de petites choses simples dans la vie qui rendent la vie plus facile : les routines ?

Leçon n° 6 : Mettre en place notre Journal De Bord

Notre amie professeur Jamie nous a donné des exemples supplémentaires de ses routines pour vous aider à construire votre Journal De Bord de l'Enseignant. J'ai combiné mon JDB de travail à celui de la maison. Vous n'êtes pas obligé de le faire, mais vous devez vous promettre que vous ne laisserez pas vos maisons de se désintégrer une fois que l'école commence. Voici quelques exemples de Plans de Base Hebdomadaires.

Routines d'Après-midi Hebdomadaires

❖ **Lundi**

- Préparer les leçons de demain – vérifier les photocopies.
- Récupérer le travail du matin.
- Ecrire la leçon au tableau, changer la date sur le cahier de textes.
- Éteindre les Hot Spots sur le comptoir et le bureau.
- Emporter à la maison les Sciences Sociales à planifier pour la semaine prochaine.

❖ **Mardi**

- Préparer les leçons de demain – vérifier les photocopies.
- Récupérer le travail du matin.
- Ecrire la leçon au tableau, changer la date sur le cahier de textes.
- Éteindre les Hot Spots sur le comptoir et le bureau.
- Emporter à la maison les Mathématiques à planifier pour la semaine prochaine.

❖ **Mercredi**

- Préparer les leçons de demain – vérifier les photocopies.
- Récupérer le travail du matin.
- Ecrire la leçon au tableau, changer la date sur le cahier de textes.
- Nettoyer le tableau blanc / laver les éponges.
- Éteindre les Hot Spots sur le comptoir et le bureau.
- Emporter à la maison Lecture et Arts du langage à planifier pour la semaine prochaine.

❖ **Jeudi**

- Préparer les leçons de demain – vérifier les photocopies.
- Récupérer le travail du matin.
- Ecrire la leçon au tableau, changer la date sur le cahier de textes.
- Classer les papiers et ranger matériel/fournitures d'apprentissage utilisés cette semaine.

- Éteindre les Hot Spots sur le comptoir et le bureau.
- Emporter à la maison les devoirs à corriger et les notes à reporter.

❖ **Vendredi**

- Préparer les leçons pour lundi – vérifier les photocopies.
- Récupérer le travail du matin.
- Ecrire la leçon au tableau, changer la date sur le cahier de textes.
- Éteindre les Hot Spots sur le comptoir et le bureau.
- Varier les métiers pour la semaine prochaine
- Changer le Guide pour le Bien-Etre.
- Changer la Pensée de la Semaine

Jamie nous a aussi donné les noms de ses différents intercalaires dans son Journal De Bord d'École.

Noms des intercalaires :

- **Calendriers** (comprenant les plannings, les calendriers mensuels et les plans).
- **Liste des sujets pour l'année.**
- **Aide informatique** (incluant les mots de passe pour divers programmes, les manuels et photocopiés de divers programmes).
- **Fiche de tâches.**
- **Planning des spécialistes** (comprenant les horaires/informations sur les élèves pour les services de rééducation, séances d'ergothérapie, soutien à l'apprentissage et élocution).
- **Checklists** : Préparation en Juillet/Août (cf liste plus haut), Nouvel élève (listes du nécessaire pour un élève qui arriverait en cours d'année), fermeture de Juin (cf. liste plus haut).
- **Informations sur le bâtiment et la région** (notes de réunion du corps professoral, documents de réunion d'animations pédagogiques, etc.)
- **Formulaires/Remboursements Association des Parents d'ÉLèves** (formulaires de remboursement vierges et copies des reçus/formulaires précédemment soumis).
- **Journal Contact des Parents** (comprenant un espace pour la date/l'heure, l'élève/parent, le type d'appel, le téléphone/courriel et des notes sur la communication).
- **Dossier Joyeux** (articles utiles ou encourageants)

Leçon n° 7 : Exemple de fiche pour remplaçant de Jamie

Note pour le remplaçant : Merci pour tout ce que vous faites ! J'apprécie vraiment.

Élèves avec un PAI (Projet d'Accueil Individualisé)

Elèves allergiques : si l'un de ces enfants semble avoir une réaction allergique, l'envoyer à l'infirmier pour une injection Epipen. Appeler les urgences et demander une ambulance pour choc anaphylactique à envoyer à l'école immédiatement. Appeler l'infirmière et l'informer que l'élève est en route et qu'une ambulance a été appelée.

Elèves allergiques à l'arachide :

Elèves allergiques aux piqûres d'abeilles :

Autres allergies et noms des élèves :

Elèves dignes de confiance (demander de l'aide à ces élèves si vous n'êtes pas sûr des routines) :

Voir les cartes urgences dans le support de droite du panier noir dans mon armoire de classement à côté du bureau. **Emporter ces cartes lors d'exercice incendie.**

Gestion de la classe : La classe dans son ensemble peut gagner des coquillages pour une récompense de leur choix (par exemple, du temps de récréation supplémentaire ou une fête du bretzel). Vous êtes libre d'ajouter ou de retirer des coquillages du pot à couvercle doré. Le but est de gagner 20 coquillages pour gagner la récompense.

Tickets Aigle : Vous les trouverez dans le tiroir du bureau ou sur le dessus. Les élèves individuels "qui font la bonne chose" peuvent recevoir un ticket Aigle. L'élève mettra son nom sur le ticket et le placera dans le sac Étoile. Dites aux élèves que l'on tirera les Tickets Aigle vendredi.

APC (Activités Pédagogiques Complémentaires) : nom des élèves, noms des aides, noms des professeurs.

Mémo routine quotidiennes

- ❖ 8h40-8h55 : Les élèves arrivent, déballent leurs sacs, mettent les sacs et manteaux dans les casiers. J'essaie de rester à la porte pour saluer chaque élève avec une poignée de main. Le travail du matin consiste à terminer la leçon de la journée, de travailler sur les fiches du continent à colorier si elles ne sont pas finies et le plan de travail, et ils peuvent lire un livre en silence si les tâches précédentes sont terminées. Celles-ci sont toutes listées sur le tableau "A faire" sur le tableau blanc du fond. N'hésitez pas à ajouter des fiches d'activités comme travail du matin si vous constatez que la classe ne fonctionne pas de manière productive pendant cette période. Tous les papiers retournés à l'école doivent aller dans la corbeille métallique noire sur mon bureau. Les devoirs de mathématiques restent sur leurs bureaux jusqu'à l'heure des mathématiques.
- ❖ 8h55-9h15 : Faire l'appel (écrire les noms sur le bordereau), inscrire les demi-pensionnaires (Le compte du Déjeuner/la feuille de présences doivent être remis dans le bureau pour 9h10). Si des élèves ont des tickets de cantine, veuillez les envoyer avec le compte du Déjeuner. ... écrivez les nom et prénom de l'élève sur la ligne de note, et mettez notre numéro de classe dans le coin supérieur droit au-dessus de la ligne. Noter aussi absents sur cette feuille et me faire une copie ! Donner au messenger le compte du Déjeuner et n'importe quel document à remettre au bureau (voir tableau des tâches sur le panneau du fond). Si des élèves ont des mots pour prendre un bus autre que le leur, ils doivent présenter ce mot au bureau pour obtenir un laissez-passer d'autobus. L'élève **a besoin** de ce laissez-passer pour monter dans cet autre bus à la fin de la journée. Si un élève a un mot pour se faire récupérer, je l'accroche généralement sur la porte pour me souvenir de le leur rappeler à la fin de la journée.
- ❖ Récit du Serment d'Allégeance et de la Promesse de l'ÉLAN (devise de l'école). Nommer un volontaire pour le choix du chant patriotique de la journée. La classe chante en chœur. Pendant que les élèves continuent leur travail du matin, utiliser un tampon du tiroir du milieu à gauche du bureau pour marquer chaque cahier de devoirs qui a été signé par un parent la veille au soir. S'il manque les signatures deux jours consécutifs, l'élève voit son temps de récréation écourté de 5 minutes.
- ❖ Le calendrier des discours et des sorties est joint à cette fiche ... les enfants pourraient avoir besoin de rappels pour aller au bon endroit au bon moment.

Rencontre du matin : incluant le descriptif des routines.

Révision d'orthographe :

- ❖ Révision d'orthographe les jeudis matin de 9h45 à 10h10.

Contrôles du vendredi : Demander aux élèves de couvrir leur travail avec un dossier à plat sur le bureau : L'évaluation de la révision quotidienne du langage est effectuée indépendamment après la fin du test d'orthographe.

Déjeuner/Récréation : 11h30-12h25

- ❖ Le personnel de la cantine demande que les enfants soient placés en rang : ceux qui ont leur déjeuner, ceux qui achètent quelque chose, les demi-pensionnaires et ceux qui sont exceptionnellement inscrits. Nous travaillons dur pour nous aligner rapidement et calmement. Veiller à renforcer si nécessaire en ajoutant ou en enlevant des coquillages.
- ❖ Les surveillants emmènent les enfants à la récréation. Veiller à les récupérer dans la cour de récréation à 12h25.

Temps calme d'accueil : 12h30-13h

- ❖ N'envoyer qu'un groupe à la fois aux toilettes et boire une pause, en faisant attention que la plupart d'entre eux soient de retour avant d'envoyer un autre groupe. Utiliser le buttoir pour retenir la porte et écouter les mauvaises conduites et les voix bruyantes dans les toilettes.

Mathématiques : 13h-13h45

- ❖ Décloisonnement avec la classe d'à côté (capacité groupée). Assurez-vous que les élèves vérifient pour s'assurer qu'ils ont leur livre de mathématiques, leur cahier d'exercices, un crayon, leur cahier de devoirs et une ardoise avant de partir.

Sortie : 15h25-15h35. Voir les listes à côté de la porte pour savoir quels sont les enfants qui sont de garderie, ceux qui prennent l'autobus, ceux qui rentrent à pied, ceux qui sont récupérés par les parents ou des gardes d'enfants.

- ❖ _____ (noms des élèves) _____ doivent partir vers 15h23 pour rencontrer le responsable du périscolaire.
- ❖ Ceux qui rentrent en bus doivent partir avant 15h25. Ils s'alignent dans le couloir juste derrière les élèves d'à côté pour descendre par l'escalier A. Surveiller ceux qui rentrent à pied et ceux récupérés par les parents de la porte d'à côté tandis que l'autre enseignant surveillera les usagers du bus. Lire un livre ou jouer à la patate chaude avec les marcheurs et les parents. À 15h30, les enfants de la garderie se rendent à la cantine et constituent le reste du groupe à la porte. Attendre l'annonce de faire sortir les marcheurs. Les marcheurs descendront l'escalier B et sortiront par les portes de la cour.

Voici la liste de Jamie pour la fin de l'année scolaire

Fermeture de juin

Activités de l'élève :

- ❖ Exemples de textes : lettre pour l'enseignant de l'année prochaine.
- ❖ Lettre pour les élèves de l'année prochaine.

Rassembler les fournitures des élèves :

- ❖ Inspecter, rassembler et remettre en ordre les étagères.
- ❖ Textes de Mathématiques.
- ❖ Textes de Lecture.
- ❖ Textes de Sciences Sociales.

Retirer les noms et/ou étiquettes :

- ❖ Casiers.
- ❖ Bureaux.
- ❖ Tableau de récompenses (frotter les noms avec de l'alcool isopropylique).
- ❖ Tableau des métiers.
- ❖ Tableau des anniversaires.

Tableau d'affichage :

- ❖ Enlever les affiches.
- ❖ Effacer les cartes
- ❖ Envoyer à leurs domiciles le travail des élèves.

Photocopies (cf. checklist pour les copies nécessaires en septembre)

- ❖ Listes d'orthographe.
- ❖ Travaux pratiques.
- ❖ Travail en binôme.
- ❖ Lettres des clubs de lecture.
- ❖ Tickets Oups
- ❖ Le temps pour faire connaissance.
- ❖ Décoration de la classe.
- ❖ Projet Qui Suis-Je/Collage MOI
- ❖ Entrevues avec les collègues.
- ❖ Livres de lecture quotidienne.
- ❖ Evaluation automnale de Mathématiques.
- ❖ Copies de Mathématiques.
- ❖ Pré-test d'orthographe.
- ❖ Evaluation de lecture.
- ❖ Listes de vocabulaire.
- ❖ QCM de lecture quotidienne.
- ❖ QCM de compréhension de lecture.

Calendrier/Planning

- ❖ Mettre les plans dans un classeur, étiqueter et classer

- ❖ Sortir les informations/listes de classe de cette année : déchiqueter.
- ❖ Nettoyer le Journal De Bord.
- ❖ Déchiqueter les brouillons de bulletins.
- ❖ Vider les dossiers des élèves.
- ❖ Organiser les dossiers des élèves et les envoyer aux professeurs de l'an prochain.
- ❖ Revoir les dossiers cumulés.
- ❖ Compléter les cartes d'informations sur les élèves.

Démanteler la bibliothèque de la classe : ranger dans des caisses et stocker.

Enlever les objets au sol, stocker sur les comptoirs.

Retirer les objets de la zone de l'évier.

Nettoyer le dessus du bureau.

Objets personnels à apporter à la maison :

- ❖ Fauteuil.
- ❖ Imprimante.
- ❖ Lecteur CD.

Envoyer des lettres de remerciements aux élèves.

La section suivante est un Journal De Bord Maison/École vierge à compléter et utiliser.

Routine du Soir

(Elle commence juste après le diner)

1. Faire briller l'évier.
2. Préparer les vêtements pour le lendemain.
3. Ranger le linge propre.
4. Passer les appels téléphoniques.
5. Mettre les verres dans le lave-vaisselle.
6. Se détendre dans un bain moussant, nettoyer le visage, brosser les dents, hydrater la peau.
7. Dégager les hotspots : table basse, comptoir de cuisine, chaise...
8. Vérifier sur le calendrier les activités de la famille le lendemain.
9. Éteindre l'ordinateur à 22h.
10. _____
11. _____
12. _____
13. _____
14. _____
15. _____
16. _____
17. **ALLER AU LIT A UNE HEURE DÉCENTE !!
J'AI BESOIN DE REPOS !!**

Cette page se place à gauche du classeur, au verso d'une pochette transparente perforée. Ces deux pages se font face.

Routine du Soir École

1. Rassembler tout le nécessaire pour le lendemain matin sur la rampe de lancement devant la porte d'entrée ou sur le bureau.
2. Vérifier les éventuels rendez-vous sur le calendrier.
3. S'assurer que les vêtements préparés sont appropriés pour le programme du lendemain.
4. Noter ce dont il faut se souvenir le lendemain au bas de cette page avec un marqueur effaçable.
5. Régler le réveil.

NOTES POUR DEMAIN

Cette page se place à droite du classeur dans pochette transparente perforée.

Routine du Matin Maison

1. Se lever et faire immédiatement le lit.
2. Se doucher, s'habiller jusqu'aux chaussures, visage et cheveux.
3. Tant qu'à être dans la salle de bains, faire un Swish & Swipe. Ramasser derrière soi.
4. Prendre un petit-déjeuner et ses vitamines.
5. Démarrer une brassée de linge.
6. Vider le lave-vaisselle.
7. Prendre soin de son cœur avec quelques mouvements. Nous détestons le mot en "E".
8. _____

Ajoutez vos nouvelles routines lorsque vous en avez besoin. Ne vous surchargez pas avec une routine trop élaborée.

Routine du Matin École

Vous devez réfléchir à votre journée et à ce qui doit être fait en premier.

Les choses qui doivent être effectuées chaque matin.

Utilisez un crayon à papier pour commencer. Votre routine du matin va évoluer.

1. Relisez vos notes d'hier soir.
2. Boire de l'eau et prendre une collation saine.
3. Vérifier vos rendez-vous sur le calendrier.
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____

Routine d'Après la Classe Maison

Si vous êtes à la maison, faites-la tôt dans l'après-midi. Si travaillez, faites-la dès que vous rentrez à la maison.

1. Avez-vous déjeuné ?
2. Boire de l'eau et prendre une collation saine.
3. Relancer la lessive.
4. Commencer la préparation du dîner, même dans la tête.
5. Éteindre les Hotspots.
6. Swiffer le sol.
7. Passer le plumeau.

Adaptez pour que cela corresponde à votre maison et votre famille.

Routine d'Après la Classe École

1. Dégager le hotspot sur votre bureau.
2. Déjeuner et boire de l'eau.
3. Écouter les messages téléphoniques.
4. Traiter les appels.
5. Répondre aux emails.

A présent, réfléchissez à votre quotidien. Quelles choses devez-vous effectuer chaque après-midi ?

6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. Dégager le bureau pour rentrer.
12. Éteindre la cafetière.
13. Éteindre les lumières et verrouiller la porte.

NOTES POUR DEMAIN

Comment construire votre Plan de Base Hebdomadaire pour la Maison et l'École

Notre Plan de Base Hebdomadaire est ce qui nous permet de faire les choses. Utilisez-le pour vous rappeler les choses à faire. Ce n'est pas compliqué donc ne vous laissez pas submerger.

Je décomposerai mon heure de Bénédiction Hebdomadaire du Foyer (Blessing) sur plusieurs jours. Tami fait l'heure de blessing avec ses enfants le lundi avant de commencer l'école. Vous pouvez le faire aussi. Adaptez pour correspondre à votre maison et votre école.

A présent, je veux que vous listiez les choses qui doivent être faites à la maison et à l'école durant la semaine. Ensuite, prenez la liste et répartissez-la sur les différents jours.

Maison

École

Epicerie

Aspirateur

Poussières

Se débarrasser des magazines

Balai & Serpillière

Changer les draps

Vider les poubelles

Miroirs, fenêtres et portes

Nettoyer la voiture

Payer les factures

Nettoyer le sac à main

Lundi à la Maison

1. Faire ma Routine du Matin avant tout.

2. Vider les poubelles.

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

Lundi à l'École

1. Faire ma Routine du Matin à l'École avant tout et

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

Mardi à la Maison

1. Faire ma Routine du Matin avant tout.

2. Aspirateur ou Swiffer.

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

Mardi à l'École

1. Faire ma Routine du Matin à l'École avant tout et

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

Mercredi à la Maison

1. Faire ma Routine du Matin avant tout.
2. Planifier les menus et établir la liste de courses.
3. Nettoyer le réfrigérateur.
4. Se débarrasser des magazines.
5. Regarder le programme de la semaine suivante.
6. _____
7. _____

Mercredi à l'École

1. Faire ma Routine du Matin à l'École avant tout et

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

Jeudi à la Maison

1. Faire ma Routine du Matin avant tout.

2. Changer les draps.

3. Faire les courses.

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

Jeudi à l'École

1. Faire ma Routine du Matin à l'École avant tout et

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

Vendredi à la Maison

1. Faire ma Routine du Matin avant tout.
2. Nettoyer la voiture.
3. Nettoyer le sac à main.
4. Balayer et passer la serpillère dans la salle de bains.
5. Soirée en amoureux.
6. _____
7. _____

Vendredi à l'École

1. Faire ma Routine du Matin à l'École avant tout et

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

Samedi : Journée d'Amusement en Famille

1. Faire ma Routine du Matin et s'amuser en famille.

Dimanche : Jour de Renouveau Spirituel

1. Faire ma Routine du Matin puis s'amuser en famille et remplir mon âme avec de l'amour !

Projets : Comment je tiens les choses à jour

Nous avons tellement de choses à faire en même temps et plusieurs personnes qui travaillent dessus. La première chose que j'ai faite c'était un échange d'idées sur tout ce sur quoi nous travaillions. Ensuite, j'ai pris chaque projet et l'ai placé seul sur page.

J'ai deux jours par semaine où je prends 15 minutes pour passer ma liste de projets en revue et ajouter une petite note sur là où nous nous en sommes arrêtés. Croyez-le ou non, nous commençons à voir le bout de certains de ces projets. Nous sommes tellement fiers de ce progrès.

Ces feuilles de projet m'aident à ne pas garder toutes les informations dans ma tête.

Maintenant, prenez quelques minutes pour réfléchir à tous les projets avec lesquels vous jonglez. Ensuite, créez une page pour chacun d'eux.

Leçon n° 8 : Donnez des ailes à vos élèves

Nos enfants prendront ce qu'ils apprennent, et cela deviendra une autre brique dans leurs fondations de la vie. Vous avez le privilège de leur apprendre comment utiliser les routines et à profiter de chaque instant libre pour avancer.

Chaque jour était prévisible. Ils ont toujours su la structure de leurs journées scolaires parce que c'étaient les mêmes chaque semaine. Ils apprendront de vous comment trouver les réponses à leurs questions par la lecture et la recherche. Vous pouvez leur apprendre à aimer apprendre. Vous leur apprendrez comment faire avancer les choses avant une date limite. Ne leur apprenez pas par l'exemple de la procrastination.

Les routines sont la clé pour donner des ailes à vos élèves. Vous pouvez enflammer dans leur cœur un amour d'apprendre qui les portera toute la vie.

Il faut de l'engagement pour donner à l'enfant un environnement propice à l'apprentissage. Voici un essai que j'ai écrit pour un magazine que vous pouvez utiliser pour aider les parents de vos élèves à rendre cette année scolaire productive.

Chers parents,

En cette période de l'année, tout le monde écrit des articles sur comment préparer les enfants à retourner à l'école. Je sais que c'est un sujet important pour vous mais nous avons omis la personne principale qui doit préparer les enfants pour le premier jour d'école : VOUS !

Vous êtes celui qui doit se lever et faire bouger la famille chaque matin. C'est votre responsabilité de vous assurer qu'ils vont se coucher avoir le repos dont ils ont besoin pour passer une journée productive. Votre été a été rempli d'un esprit insouciant. Personne n'avait vraiment d'heure de coucher ou de réveil réglé pour le matin.

Puis, quand venait l'heure du repas, chacun mangeait ce qu'il pouvait trouver quand ils avaient faim. Qu'est-il arrivé à la structure de nos journées ? Qu'est-il arrivé à nos routines ? Si nous nous attendons à ce que nos enfants sautent sur le train de la routine alors nous ferions mieux d'être là pour montrer le chemin. Pas juste aboyer des ordres.

Nous enseignons le mieux par notre exemple. Pas seulement avec un simple "fais comme je fais", mais un exemple qui est donné dans l'amour et qui vient du cœur. Si vous ne prenez pas soin de vous, vous ne serez pas en mesure de prendre soin de votre famille et de leur montrer la valeur des routines.

La majeure partie de nos vies, nous avons couru éteindre des feux pour au moins garder la tête hors de l'eau des tâches ménagères, des factures, du travail et des responsabilités parentales. Si vous êtes une personne née-organisée ces choses ne vous coûtent rien ; mais si vous avez tendance à vous

laisser distraire, vous savez ce que c'est que d'éteindre ces feux. Une personne née-organisée fait juste les choses et les gens autour ne savent même pas que cela a été fait. Si vous avez été élevé par une personne né-organisée, vous avez expérimenté cela lorsque vous avez pris votre indépendance. N'était-ce pas un choc quand les toilettes ont commencé à faire pousser des choses ? Qui savait qu'il fallait nettoyer régulièrement la base ?

Si vous êtes cette personne née organisée, je ne vous rabaisse pas. Tout ce que je dis, c'est que vos enfants ne savent pas ce qui se passe. Quand vous leur dites d'aller nettoyer la salle de bains ou leur chambre, ils n'ont aucune idée de ce que vous attendez. Principalement parce que c'était juste plus facile pour vous de le faire vous-même que de leur montrer qu'il y a effectivement une routine pour le ménage et pour la plupart des choses dans la vie. Pour les autres 80% d'entre nous qui ne sommes pas nés organisés il y a de l'espoir ! Nous pouvons apprendre à être organisé. Imaginez ça ! Prendre les méthodes qu'une personne née-organisée fait naturellement et les utiliser pour nous aider à prendre le contrôle de nos maisons et nos vies et, enfin, donner à nos enfants les outils pour avancer dans le monde par leurs propres moyens. Les personnes nées-organisées ne peuvent même pas nous apprendre ce qu'elles font parce qu'elles n'ont jamais eu à comprendre. Elles le font, tout simplement.

J'ai regardé les gens autour de moi qui sont nés organisés et ce que j'ai remarqué, c'est qu'ils ont tendance à faire la même chose dans le même ordre chaque matin. Au début, je pensais que ça doit être terriblement ennuyeux et puis j'ai réalisé que c'était génial. Le génie c'est que les choses banales de la vie soient prises en charge afin que vous puissiez vous amuser. N'est-ce pas ce que tous nous désirons vraiment : avoir du plaisir. Nous aimons nous amuser et la plupart du temps nous nous amusons. Sauf quand on se bat parce que les enfants sont en retard à l'école, parce que l'on a trop dormi.

Il est temps pour nous de faire l'école avec vos enfants et d'apprendre quelque chose qui vous aidera à profiter de la vie sans la culpabilité que nous nous imposons. Je vais l'appeler l'École de VOL. Nous allons commencer notre première leçon avec notre routine du Soir.

Sans la routine du soir, vous courez en panique dans la maison le matin. C'est là que nous oublions des choses. Votre routine du soir vous aide à commencer votre journée d'un pas calme.

1. Préparez vos vêtements pour demain. Même si vous devez d'abord lancer une lessive pour le faire. C'est mieux que d'avoir à le faire le matin alors que tout le monde court. Lorsque vous préparez vos vêtements, vos enfants vous voient faire. Maintenant, voici la partie amusante et nous aimons rendre les choses amusantes. Réglez votre minuteur et faites-en un jeu.
2. Pensez à ce que vous devez emporter lorsque vous passez la porte le matin. Définissez une rampe de lancement près de votre porte d'entrée.

Cela peut être aussi simple qu'un porte-manteau ou une table. Si vous avez plusieurs enfants, une dame a mis une vieille commode dans son entrée et chaque enfant avait un tiroir pour mettre ses affaires pour le lendemain. Utilisez cet espace pour y mettre les sacs à dos, les cartables, ou tout ce dont vous avez besoin pour ne pas avoir à revenir en courant à la maison récupérer l'instrument de musique oublié. Si vous montrez cet exemple, vos enfants vont l'utiliser aussi, avec une petite suggestion de votre part.

3. Allez au lit à une heure décente. C'est la partie la plus importante de la routine du soir. Commencez à y penser longtemps avant votre heure de coucher réel. La mienne commence juste après le dîner avec un bain. Déterminez une heure de coucher pour tout le monde dans la maison, vous compris. Vous n'avez peut-être pas besoin d'autant de repos que vos enfants mais je devine que vous n'en avez pas assez. Nous avons tendance à vouloir nous amuser jusqu'aux petites heures du matin, puis nous tentons de nous traîner hors du lit avec seulement quelques heures de sommeil. Cela doit cesser. Vous êtes comme un petit enfant qui confond le jour et la nuit et vous avancez sans sommeil. Cette habitude inefficace vous tue et inculque à vos enfants que c'est bien de ne pas prendre soin de soi-même. Vous devez aller au lit pour donner l'exemple à vos enfants. Quand vous commencez à avoir le sommeil que vous méritez, vous trouverez plus facile de se lever le matin. Voici la récompense pour vous et vos enfants : un parent qui n'est pas grincheux le matin. Cela arrivera si vous arrêtez de trouver des excuses pour rester debout tard. Ce n'est pas le seul moment où vous pouvez être seul.

C'est une routine simple en trois étapes qui fera que votre matinée roulera tranquillement. Vous allez adorer la paix que cela apporte à votre matinée. Lorsque ces choses deviennent une habitude, vous pouvez ajouter une nouvelle habitude, mais n'en empilez pas trop en même temps. Avancez à Pas de Bébé.

A présent, réfléchissons à notre matinée. Ne pensons pas à ce que c'était avant. Utilisons une routine matinale simple pour avancer sans mauvaise humeur.

1. Votre premier pas le matin est de vous lever 15 minutes avant le reste de la famille. Vous êtes le directeur de cette routine. Vous devez être habillé jusqu'aux chaussures avant que la famille se lève. Je sais que cela semble difficile parce que vous avez besoin de café pour démarrer et être d'attaque. Mais restez avec moi. Il est important que vous soyez entièrement préparé pour que, lorsque le plan B arrive, vous ne soyez pas là, en pyjama, à attendre pour commencer votre journée que vos enfants se lèvent. Habillez-vous et débarrassez-vous de ça en premier. Ceci dynamisera votre journée. Vos vêtements sont déjà préparés. Hop ! sous la douche, coiffez vos cheveux, maquillez-vous et enfiler vos vêtements. Vous allez adorer vous sentir bien. Le supplément de sommeil va aider. Je vous le promets.

2. Lorsque vos enfants se lèvent, demandez-leur de s'habiller en premier. Plus ils restent longtemps dans leur pyjama, plus il est difficile de le leur faire enlever. Un parent avait une règle : Vous ne pouvez pas prendre le petit déjeuner tant que vous n'êtes pas vêtu jusqu'aux chaussures. Ne vous inquiétez pas pour le petit déjeuner sur leurs vêtements, c'est à ça que servent les serviettes. Aucune pleurnicherie n'est autorisée.
3. Dites à toute la famille à quelle heure commencera la journée scolaire. Prévoyez une période de transition.

Ensuite, dans vos routines, ce qui vous aidera à avoir plus de temps pour vous, c'est votre routine d'après la classe. Les enfants ne vont pas apprécier, mais vous êtes le directeur et c'est une leçon importante pour tout le monde.

Déterminez une heure de fin d'école. Ne laissez pas votre temps d'école s'éterniser jusqu'à l'heure du dîner. Les enfants doivent apprendre à respecter une date limite. S'ils traînent pour faire leur travail scolaire, trouvez des incitations positives pour les aider à finir en temps opportun. Tami a entraîné ses enfants à faire leurs routines du matin, d'école et d'après-midi en leur donnant plus de temps dehors pour jouer ou aller s'amuser au parc l'après-midi. Les élèves du secondaire ont besoin de plus de temps pour faire leur travail scolaire, mais ils devraient avoir fini pendant leur journée d'école avant l'heure du dîner chaque jour. Le charme de l'école à la maison est que vos enfants n'ont pas à faire de devoirs. Utilisez votre matinée et votre début d'après-midi productivement, et vous aurez tous du temps libre l'après-midi.

Un minuteur est un outil précieux pour nous garder concentrés. Nous n'avons jamais été paresseux. Nous voulons juste nous amuser. L'utilisation d'un minuteur nous permet de nous concentrer sur ce que nous devons faire et de célébrer quand il sonne avec un peu d'amusement. Le meilleur des deux mondes.

Les routines ne sont pas les camisoles que nous avons toujours pensé qu'elles étaient. Elles nous libèrent pour nous amuser et empêcher le chaos de nous faire souffrir, ainsi que nos enfants. Utilisez-les et vous apprendrez à être organisé. Avancez à Pas de Bébé pour établir vos routines et laissez votre minuteur vous garder, vous et vos enfants, concentrés sur les choses amusantes de la vie.

Pour plus d'aide avec vos routines, pour aider vos enfants, consultez mon site Web. Mes services sont gratuits.

FlyLady

www.flylady.net

Il existe un autre outil pour donner des ailes à vos enfants. J'e l'ai élaboré l'an dernier. Je l'appelle le Journal De Bord de l'Étudiant.