5 Parler avec l'enseignant

L'école et la maison voient souvent deux enfants différents. Partager ce que vous observez aide l'enseignant à adapter, et vous aide à comprendre ce qui se passe en classe.

1. **Demandez un rendez-vous** plutôt qu'une discussion à la grille : 15 minutes au calme valent mieux que trois échanges pressés.
2. **Venez avec des faits** : le carnet d'observation (page 9) et deux ou trois pages du cahier. « À la maison, il réussit 3 minutes, pas plus » est plus utile que « il n'arrive pas à se concentrer ».
3. **Demandez ce que l'enseignant observe** : à quels moments ça va mieux, à quels moments ça décroche.
4. **Proposez ce qui marche à la maison** : les consignes une par une, les pauses qui bougent, le minuteur visible. Utilisez la fiche « Ce qui aide mon enfant » (page 8).
5. **Fixez un prochain point**, dans 6 à 8 semaines.

Bon à savoir

En France, quand des difficultés durables gênent les apprentissages, l'école peut mettre en place un **plan d'accompagnement personnalisé (PAP)**, après avis du médecin scolaire, avec des aménagements en classe. Si un handicap est reconnu, le parcours passe par la MDPH. En Belgique, en Suisse, au Québec ou au Maroc, les dispositifs ont d'autres noms : demandez à l'enseignant ou à la direction ce qui existe.

Important

Si vous vous posez des questions sur l'attention de votre enfant, le médecin traitant ou le pédiatre est le premier interlocuteur. Lui seul peut orienter vers un bilan. Ce cahier ne permet pas de poser un diagnostic.

L'astuce du colibri. Demandez à l'enseignant un seul petit aménagement à tester pendant un mois, par exemple les consignes données une par une, ou une pause pour aller porter un papier. Un essai simple est plus facile à accepter qu'une longue liste.

À REMPLIR ET À REMETTRE À L'ENSEIGNANT

Ce qui aide mon enfant

Prénom ..... **Classe** .....

Ce qui l'aide à la maison	Oui	Un peu	Non
Une seule consigne à la fois, dite en le regardant			
Voir le temps qui passe (sablier, minuteur)			
Des tâches courtes, de 3 à 5 minutes			
Bouger entre deux tâches (se lever, sauter, presser une balle)			
Être placé loin de la fenêtre et des distractions			
Pouvoir se tenir debout ou bouger sur sa chaise			
Être félicité tout de suite, pour un effort précis			
Savoir à l'avance ce qui va se passer (une routine)			
Un repère visuel pour commencer et finir			
Qu'on lui montre l'exemple avant de faire seul			

Ce qui le met en difficulté

Ce qu'il réussit bien

Contact du parent ..... **Date** .....

ENVIE DE CONTINUER ?

La suite de cette fiche est dans le programme « Colibri »



La maison et l'école, dans le même sens

Un programme de 30 jours pour les enfants de 5 à 7 ans qui ont du mal à se concentrer : 3 missions de 3 minutes par jour, avec des pauses qui bougent.

Lire, écrire et compter par micro-missions, avec la météo de l'attention, des cartes « pause corps » et un guide pour les soirs difficiles. Ne remplace pas un bilan.

39 € HT

PDF à imprimer · téléchargement immédiat

Découvrir le programme et voir des pages en extrait

monenfantapprend.com/programme-colibri-tdah

Pourquoi un cahier ? Une fiche, c'est une séance. Le cahier, c'est une progression complète dans le bon ordre, avec un guide pour le parent et tous les corrigés, pour avancer un peu chaque jour sans rien préparer.