



Éducation Familiale Familienbegleitung

## École | Maison

À l'école, l'enfant apprend à ...	À la maison, ce qui peut aider l'enfant, c'est ...
Travailler dans de bonnes conditions.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Faire une chose à la fois : « Quand je mange, je ne joue pas. » « Quand je joue, je ne mange pas. » « Quand je me prépare à sortir, je ne joue pas », etc.</li> <li>Avoir régulièrement des activités dans le calme, pendant lesquelles il n'y a pas d'écrans.</li> </ul>
Respecter un horaire ou la durée d'une activité.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aller au lit et manger plus ou moins à la même heure tous les jours.</li> <li>Avoir des rituels qui structurent la journée et donnent des repères (p.ex. histoire avant de dormir, chanson avant le repas, un moment de jeu en famille après le travail).</li> </ul>
Travailler pendant de longues périodes.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Faire des jeux de concentration seul-e, ou avec d'autres personnes : puzzle, perles à enfiler, suivre une histoire, etc.</li> </ul>
Développer des stratégies dans des jeux de maths et autres.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cuisiner avec un-e adulte et suivre des recettes (en pesant les aliments, etc.).</li> <li>Jouer dans le sable, aux Lego/plots, jeux de société, etc.</li> <li>Avoir du temps pour ne rien faire (il/elle développe ainsi sa créativité).</li> </ul>
Être responsable de son travail jusqu'au bout de l'activité.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Être encouragé-e à aller au bout d'une action (p.ex. ranger avant de commencer une autre activité).</li> <li>Être encouragé-e à faire des efforts.</li> </ul>
Être autonome dans son travail.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Être responsable d'effectuer seul-e une petite tâche ménagère (p.ex. mettre/débarrasser la table).</li> <li>Jouer un moment tout-e seul-e.</li> <li>Dormir seul-e dans son lit.</li> </ul>
Aller aux toilettes, se moucher, s'habiller seul-e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Être encouragé-e à faire par soi-même de plus en plus de choses. Les adultes et les enfants plus âgé-e-s font moins des choses à sa place.</li> <li>Avoir le temps d'essayer des choses seul-e et s'exercer souvent.</li> </ul>
Avoir de l'ordre et du soin dans son travail et son matériel.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Être responsable de l'ordre et du soin d'un petit espace qui lui appartient.</li> </ul>
Respecter le matériel de l'école.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prendre soin des jouets.</li> <li>Emprunter des jeux/livres et les rendre dans le même état que reçus.</li> <li>Voir les adultes prendre soin des choses.</li> </ul>

<b>Demander de l'aide quand il/elle n'a pas compris.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Être encouragé-e à poser des questions.</li> <li>• Être entendu-e et recevoir des réponses.</li> <li>• Entendre l'adulte se poser des questions et demander de l'aide aux autres.</li> </ul>
<b>Travailler en collaboration avec d'autres élèves.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jouer avec d'autres enfants sans le regard de l'adulte.</li> <li>• Demander à l'autre enfant (pour jouer ensemble ou recevoir un objet)</li> <li>• Dire « s'il te plaît ».</li> </ul>
<b>Accepter de perdre dans un jeu, de se tromper, de ne pas toujours réussir au premier coup.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Être encouragé-e et félicité-e pour les apprentissages qu'il/elle fait, en avançant et en se trompant (pas seulement pour le résultat).</li> <li>• Voir que les adultes ne réussissent pas tout dans l'immédiat.</li> <li>• Faire des jeux où des fois il gagne et des fois il perd.</li> </ul>
<b>Être patient·e, apprendre à attendre, patienter jusqu'à son tour.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apprendre à attendre, à ne pas recevoir tout dans l'immédiat.</li> <li>• Utiliser un calendrier de la semaine, avec des images de ce qu'il/elle fait.</li> <li>• Faire des jeux avec des tours de rôle.</li> </ul>
<b>Respecter tous les autres élèves et les adultes quand ils/elles ont la parole, quand ils /elles se trompent, quand ils/elles sont différent·e·s de moi, quand ils/elles ont un autre avis que moi.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Parler de sa journée et écouter l'autre.</li> <li>• Entendre parler de la diversité et de la valeur de chaque membre de la famille.</li> <li>• Passer du temps avec des personnes dans plusieurs familles/endroits.</li> <li>• Participer aux activités du quartier ou de la commune.</li> </ul>
<b>Se donner de la peine même quand il n'y a pas de cadeau en récompense.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rendre service, sans qu'on lui donne toujours quelque chose en échange.</li> <li>• Être félicité-e pour ses réussites et remercié-e pour son engagement.</li> </ul>
<b>Accepter un « non » ou une conséquence quand il/elle n'a pas respecté une règle.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avoir des règles claires et des conséquences en lien avec la situation (ex : réparer ce qui est cassé).</li> <li>• S'exercer à exprimer ses émotions tout en respectant son entourage.</li> </ul>
<b>Coordonner les mouvements de son corps</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcher (au lieu d'utiliser la poussette ou la voiture), monter des escaliers.</li> <li>• Danser au rythme de la musique.</li> <li>• Jouer dehors (grimper, courir, sauter).</li> <li>• Utiliser des crayons, ciseaux, du scotch etc.</li> </ul>

► Document élaboré avec des parents et enseignant·es du canton de Fribourg, actualisé en 2025.

