

Le repérage dans le temps

Chers parents,

Nous entrons aujourd'hui dans notre quatrième semaine de confinement !

Nous venons déjà de passer 20 jours à la maison ... Qui aurait cru que nous en serions capables ? Le temps s'est étiré, et **nos petits rituels journaliers** nous ont aidés à tenir.

Vous avez certainement déjà mis en place au sein de votre famille et spécialement avec vos enfants petits **un cadre horaire sécurisant**.

En effet ce cadre et ses rituels permettent à l'enfant de se repérer dans sa journée et de chasser l'anxiété, en lui permettant de savoir ce qui va se passer après.

Pour cette structuration de la journée, les étapes quotidiennes des lever, coucher, repas, douche ou bain ... balisent le temps s'ils sont effectués à heure fixe.

Pensez pour cela à utiliser **une pendule à aiguilles** et apprenez à vos petits à se repérer en la regardant. Ils verront ainsi le temps s'écouler à mesure que l'aiguille tourne. 🕒

Cette horloge vous permettra aussi de cadrer un temps (d'utilisation des écrans par exemple), ou d'annoncer l'interruption des jeux pour l'heure du bain, du coucher etc. :

« *Quand la grande aiguille sera sur le 6, on arrête la tablette* » (commencer de jouer à l'heure pile et arrêter au demi ce qui fait 30 minutes de jeu ...)

« *Quand la petite aiguille est sur le 8 et la grande sur le 6 on va se coucher* » (= 20h30.)

Cela pourra en outre éviter bien des colères, car l'enfant sera prévenu à l'avance de l'horaire, pourra surveiller l'avancée de l'aiguille et aura ainsi l'impression si importante pour nous adultes de pouvoir **gérer son temps**. Il vivra ainsi mieux sa frustration lorsqu'il devra interrompre son activité. De plus quand le moment désagréable arrivera, vous aurez une alliée de poids en la personne de Mme Horloge car c'est elle qui intimera la fin du jeu ! La règle à respecter ne viendra donc pas du "méchant" parent mais d'un arbitre intransigeant auquel ils devront se soumettre leur vie durant : le Temps et ses implacables horaires !

Un autre objet mesurant le temps fascine les enfants : **le sablier**. Vous en avez peut-être un que vous utilisez dans votre cuisine lorsque vous comptez les 3 minutes de l'œuf à la coque ? Sinon il vous sera aisé d'en fabriquer un avec deux bouteilles en plastique, du sable ou toute autre graine (riz lentilles etc.) et du ruban adhésif. On pourra alors dire qu'on se brosse les dents, qu'on chante, qu'on saute etc.... pendant que le sablier s'écoule, soit quelques minutes. ⏳

A partir des Moyens, et seulement lorsque cette structuration de la journée sera acquise (jour/nuit ; matin, midi, après-midi, soir) vous pourrez commencer à les sensibiliser au nom **des jours de la semaine**.



Chaque matin, l'enfant devra deviner quel jour nous sommes. Vous pourrez l'aider en fabriquant avec lui et en affichant dans sa chambre **un petit train des jours** comme à l'école !

Il est à noter que cet exercice est compliqué en ce moment car l'alternance école /maison a disparu et que les jours de la semaine ressemblent un peu au weekend !

Il sera aussi très vite intéressant de lui demander quel jour nous étions **hier** et quel jour nous serons **demain**.

En grande section, vous pourrez observer avec lui **le calendrier, votre agenda**, ou une **éphéméride**, y repérer les mois, les saisons qui peu à peu lui donneront la notion d'année ...

Ce repérage est d'autant plus important pour les enfants de parents séparés qui, très vite, doivent avoir des repères dans leur vie, et connaître les périodes chez papa et chez maman (en couleur

sur un calendrier affiché). Cela leur permet de gérer l'attente en comptant les jours qui les séparent du parent absent. .  

Comme vous l'aurez compris, le repérage dans le temps permet à l'enfant de grandir et l'aide dans sa lecture du monde. Il le rassure lorsque vous êtes amenés à le laisser : "Tu reviens dans combien de dodos? " et l'aide à vivre l'absence.

Alors en cette période de temps suspendu, offrons aux enfants les clefs pour comprendre comment passent les jours, les mois, les années ...et les âges de la vie !

Marie CLARET, enseignante RASED