

# 1ERE RENTRÉE D'ÉCOLE



## Comment affronter la rentrée d'école de façon sereine?

### CONSEILS

- 1- AUTONOMISER SON ENFANT
- 2- ACQUISITION DE LA PROPRETÉ
- 3- LECTURES À THÈME
- 4- PRÉPARATIONS A L'ÉCOLE
- 5- LE FAIRE PARTICIPER AUX PRÉPARATIFS

PAR AMANDINE DU BLOG MAMANBEBEPOURLAVIE

Que ce soit la première rentrée d'école de votre enfant ou pas, c'est toujours une période qui peut être source de stress.

A chaque étape de vie de nos enfants, nous appréhendons ces changements plus ou moins sereinement.

1 ère année de maternelle, ça y est notre enfant n'est plus un bébé !

C'est un cap décisif ! Il passe d'un mode de garde, où il était le centre de l'attention s'il était en nounou ou avec une assistante maternelle, ou en crèche à une classe d'élève d'une trentaine d'enfants !



# Comment aider votre enfant à ce changement de vie ?

Connaitre les capacités d'apprentissage et d'autonomie de son enfant est essentiel.

A 3 ans, un enfant s'exprime et parle de mieux en mieux. L'apprentissage de la propreté est acquis ou en cours d'acquisition.

Les temps de sieste sont conservés en fonction de leur besoin. Pour favoriser l'autonomie de son enfant : valorisez chaque apprentissage.

L'apprentissage par le jeu est le moyen le plus efficace pour motiver votre enfant : mettre ses chaussures, son manteau, aller aux toilettes et s'essuyer seul

Le sevrage de la tétine, et doudou progressif, pour les avoir juste pour les temps de sieste.

*Et vous en tant que parent, comment vivez-vous cette nouvelle étape dans la vie de votre enfant ?*

A savoir : plus vous serez serein et confiant, plus votre enfant sera lui aussi confiant.

Valorisez le fait d'être grand, de rencontrer de nouveaux copains, d'apprendre pleins de nouvelles choses, etc...

L'inclure dans les préparatifs de la rentrée : l'achat de son petit sac à dos, étiquetez ses affaires ensemble, l'achat de nouvelles chaussures, ou vêtements avec lui.

Votre enfant doit se sentir investi, et doit avoir le choix afin de participer aux préparatifs.

Un temps d'adaptation à l'école maternelle est prévu en fonction des écoles. La première semaine permet une adaptation en douceur. Privilégiez des matinées seulement. A partir de la deuxième semaine, allongez les journées en fonction de votre enfant.

Bonne rentrée à vous !

**Plus vous  
serez serein  
pour cette  
rentrée  
d'école, plus  
votre enfant  
le sera !**



Et vous,  
comment  
pensez vous  
abordez  
cette  
rentrée?



**Un like ou un  
commentaire  
me feront  
super plaisir  
;-)**