

## Planning: bien gérer son temps (1/2)

### Brève description

Une bonne gestion du temps, indispensable dès que l'on aborde les études secondaires, passe par une planification efficace: l'élève apprend à prévoir pour une période déterminée ( par exemple une semaine) la manière dont il va organiser l'ensemble de ses activités (cours, loisirs, sommeil...) en vue de trouver l'équilibre nécessaire entre ses activités et ses obligations scolaires.

### Lieu(x) d'observation

Application et observation dans les classes de 1<sup>ère</sup> secondaire à l'Athénée royal de Pont-à-Celles au cours de méthodologie de Mme Nathalie Verhelst.

### Objectif

Le planning permet à l'élève de visualiser en un seul coup d'œil les heures consacrées à son horaire de cours, ses activités extrascolaires, ses repas et obligations... et surtout à son étude à domicile!

L'élève peut ainsi:

- prendre conscience de son emploi du temps hebdomadaire;
- programmer un travail régulier;
- s'imposer un rythme;
- estimer le temps pour réaliser ses tâches;
- s'investir et se déstresser;
- s'épanouir;
- répartir son temps;
- acquérir de l'autonomie;
- avoir confiance en soi;
- trouver sa motivation;
- se responsabiliser...

### Liens avec les disciplines et les compétences

Création du planning dans le cadre du cours de méthodologie => compétences transversales => gérer son temps => met en jeu la capacité de l'élève à respecter par son travail personnel des échéances fixées, voire même à se fixer de manière autonome ses propres échéances. Prévention vaut mieux que remédiation!

### Mise en pratique

- réalisation d'un tableau à double entrée, reprenant d'une part les heures de la journée du lever au coucher et, d'autre part, les jours de la semaine (y compris le week-end);
- format A4: permet à l'élève de l'insérer dans son classeur, ou de le glisser facilement dans son journal de classe;
- pas de recto verso pour une meilleure manipulation;

## Planning: bien gérer son temps (2/2)

- utilisation de couleurs: permet de distinguer les différentes activités et d'y apporter un côté ludique et visuellement accrocheur.

Une légende avec des codes couleurs est proposée pour identifier:

ROUGE: horaire de cours

JAUNE: «Obligations», transports, repas, hygiène...

BLEU: loisirs, sports, détente...

VERT: étude et travail scolaire à domicile

L'élève complète le tableau avec les 3 premiers types d'activités (rouge, jaune et bleu).

Les plages horaires libres sont à répartir en choisissant «les meilleurs moments» pour une étude efficace, la réalisation d'un travail... (en vert).

MON PLANNING : *William A.E.*  
Semaine du *26 octobre* à *31 octobre*

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
08-09h							
09-10h							
10-11h							
11-12h							
12-13h							
13-14h							
14-15h							
15-16h							
16-17h							
17-18h							
18-19h							
19-20h							
20-21h							
	① Etudier vocabulaire Anglais	① Vocabulaire Anglais ② Math des fractions renforcées	① Math	① Vocabulaire Anglais ② Math	① Sciences Stimulus ② Sciences		② Sciences
	Français Livre Chapitre 1	Livre Chapitre	Livre Chapitre 3	Livre Chapitre 5		Livre Chapitre 6-4-8	Livre Chapitre 9-6

L'élève tient compte de conseils donnés par le professeur:

- consacrer plus de temps aux matières plus difficiles;
- réaliser un planning souple et réaliste;
- prévoir une pause de 5 à 10 minutes après une période de 50 minutes de travail avant d'entamer une nouvelle période d'étude;
- minimiser les sources de distraction pendant les pauses afin de rester concentré;
- travailler régulièrement, aussi le samedi/ le dimanche;
- s'accorder du temps libre tous les jours;
- équilibrer ses activités et ses études;
- favoriser l'étude le matin pour le week-end;
- ne pas délaissé le sommeil...

Auteure: Nathalie Verhelst, A.R Pont-à-Celles



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Ce projet a été financé avec le soutien de la Commission européenne. Cette communication n'engage que son auteur et la Commission n'est pas responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.