

Comment les préparer à l'école en s'amusant Du berceau à la maternelle

«Mon enfant sera-t-il prêt ?»

Alors que celui-ci trépigne d'impatience à l'idée d'entrer à la «grande école», la question s'impose avec un brin d'anxiété. Voici comment l'aider à se préparer sans trop se stresser !

Par Marie Charbonniaud

Pour Victor Dionne, fier petit Bouchervillois de quatre ans, l'école du quartier n'a déjà plus beaucoup de secrets. Chaque fois qu'il vient y chercher sa grande soeur Annabelle, il en profite pour arpenter les couloirs, mettre le nez à la bibliothèque, observer les classes vides. «Il a vraiment hâte d'y être !», raconte sa maman, Sophie Blouin. «Pour lui, la préparation à l'école se fait d'elle-même. Il observe sa soeur et pratique avec elle ses couleurs, ses chiffres, ses lettres. Je n'ai aucun stress pour lui », confie-t-elle. À l'époque d'Annabelle, il en a été tout autrement. «Contrairement à Victor, elle s'est initiée aux lettres en jouant toute seule, avec son tableau aimanté », lance-t-elle en plaisantant.

Dans beaucoup de familles, comme celle d'Annabelle et Victor, l'entrée à l'école arrive sans que l'on s'en préoccupe trop. Les enfants se préparent tranquillement à l'école, au rythme de leur vie quotidienne, de leurs jeux éducatifs et grâce à un milieu de garde de qualité. Ce n'est cependant pas le cas pour tout le monde.

Selon plusieurs spécialistes, on assiste à l'émergence de deux pôles. «Il y a, d'un côté, les parents qui mettent beaucoup de pression sur la "grande école", qui consultent le programme de maternelle sur internet pour le suivre et même le devancer. De l'autre, ceux qui remettent tout entre les mains des enseignants, par méconnaissance de cette étape cruciale », explique Nicole Malenfant, enseignante en Techniques d'éducation à l'enfance au Collège Édouard-Montpetit et à l'Université de Montréal.

Les enseignants constatent ainsi beaucoup de différences entre les enfants. Début 2008, une étude publiée par l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal affirmait même qu'un petit Montréalais sur trois, entrant actuellement à l'école primaire, risque d'avoir un cheminement scolaire difficile. Les solutions avancées ? De plus grandes ressources pour intervenir auprès des familles vulnérables, mais aussi davantage de places en milieu de garde, puisque ces derniers sont l'un des meilleurs environnements pour préparer à l'école.

Le rapport ne le dit pas, mais c'est bien vous, parents, qui faites le reste et offrez, au quotidien, la meilleure préparation à l'école !

CE QUI COMPTE VRAIMENT

Alors même que vous agitez un hochet, le sourire béat, au-dessus de la tête de votre bébé, vous lui apprenez déjà quelque chose. Le son, l'espace, le mouvement, les couleurs. Les apprentissages majeurs pour le développement de l'enfant commencent dès le tout premier jour. Bébé apprend en vous regardant vivre.

Pour se préparer à l'école, la vie quotidienne suffit-elle ? Théoriquement, oui. «**Les gestes du quotidien contiennent mille et un apprentissages faits de manière informelle.** Tous les parents font des maths et de l'initiation à la lecture sans le réaliser», affirme Linda S. Pagani, professeure en psychoéducation à l'Université de Montréal et chercheuse au CHU Sainte-Justine. Ne serait-ce que lorsque vous faites la cuisine, en lisant une recette et en pesant la farine.

On se demande souvent où tracer la limite entre le «trop» et le «pas assez». Que devrait savoir faire votre enfant, à la veille de son entrée à la maternelle ? Est-il plus important qu'il connaisse quelques lettres (le «cognitif») ou qu'il sache s'habiller et aller aux toilettes tout seul (le social) ? Comme souvent, la réponse est modérée et multiple. Pour être prêt pour l'école, l'enfant doit développer à la fois des habiletés cognitives (les connaissances) et des habiletés sociales.

ENCADRÉ

L'éveiller aux chiffres: cinq bonnes idées Sur la route des maths...

- **Vers deux ans** : S'amuser à compter et à mesurer les éléments de son corps : ses orteils, ses doigts, ses avant-bras, le tour de sa tête ou de sa taille. Puis les comparer avec les vôtres !
- **Vers trois ans** : Jouer avec des poupées russes emboîtables ou une série de tasses à mesurer pour expliquer les différentes dimensions, du plus grand au plus petit.
- **Vers quatre ans** : Disposer plusieurs verres et remplir un pichet d'eau pour expliquer l'addition, la division, la moitié, etc. «Tous ces verres d'eau font ce grand pichet, mais on peut aussi le diviser en deux, en trois, en quatre. »
- **Vers quatre ans** : Au petit-déjeuner, tout en mangeant ses céréales, votre enfant peut apprendre les additions et soustractions. « J'ai cinq céréales. Si j'en mange une, il en reste... quatre ! » Et ainsi de suite.
- **Vers cinq ans** : Avec un dé, s'amuser à obtenir des «six ». Le lancer à tour de rôle et, dès qu'on fait un six, tracer un petit trait sur une feuille. À la fin, compter ensemble les petits traits.

ENCADRÉ

L'éveiller à l'écrit: cinq bonnes idées Sur la route des lettres...

- **Vers deux ans** : S'amuser à faire des O et des X avec un crayon.
- **Dès deux ans** : Lorsque vous lisez un livre, suivre chaque mot avec le doigt. Par ce geste simple, votre tout-petit apprend à la fois : que l'histoire est écrite (et qu'on ne l'invente pas !), que chaque lettre a un son, et qu'on lit de gauche à droite.

- **Vers trois ans** : Lui faire découvrir les lettres de son prénom et les lui faire remarquer souvent (dans la rue, dans le journal...).
- **Vers quatre ans** : Lui fournir un casse-tête en bois avec des lettres (disponible dans les magasins à un dollar) ou une règle en plastique grâce à laquelle il pourra écrire dans les lettres préformées.
- **Vers cinq ans** : Lui apprendre à dire les lettres de son nom et à les écrire.

Les habiletés cognitives

Le cognitif, chez le tout-petit, c'est beaucoup de choses à la fois. C'est, par exemple, sa capacité à découvrir et catégoriser les objets (par taille, couleur ou préférence), sa capacité à créer et imaginer (des personnages, des histoires), sa capacité à raisonner et trouver des solutions.

Parmi elles, certaines habiletés influencent fortement la réussite scolaire. C'est ce qui ressort d'une récente analyse de grande ampleur, faite auprès de plus de 36 000 enfants du Canada, des États-Unis et de Grande-Bretagne. «On a découvert que certaines habiletés, parmi toutes celles acquises avant six ans, prédisent davantage le succès scolaire que d'autres. Celles acquises en mathématiques, en lecture, mais aussi la capacité d'attention, sont les meilleurs indicateurs d'une future réussite scolaire en 3e année et au secondaire », explique Linda S. Pagani, l'une des coauteurs de l'étude.

Pour mieux vous guider, la chercheuse a attribué une médaille à ces trois connaissances de base.

- **Les mathématiques.** Chez le tout-petit, cela signifie : connaître les nombres et l'ordre des nombres (compter jusqu'à 10 et à l'envers), connaître les formes (carré, triangle, etc.) et les couleurs.
- **L'initiation à la lecture.** Il est très utile de savoir reconnaître quelques lettres, comprendre leur phonétique (leurs sons) et d'avoir acquis une bonne base de vocabulaire.
- **Les habiletés d'attention.** C'est-à-dire la capacité à se concentrer pendant l'exécution d'une tâche et la motivation pour apprendre. Même si elles ne faisaient pas partie de l'étude, on pourrait ajouter deux autres habiletés :
- **La motricité fine** (capacité à maîtriser ses gestes fins). Mieux votre enfant maîtrise des gestes comme tenir un crayon, utiliser un pinceau ou coller un papier, mieux il est préparé aux activités scolaires.
- **Les habiletés sociales.** Un enfant qui est capable d'entrer en relation avec ses pairs et ses enseignants de façon positive, aura des amis et se sentira ainsi accepté et heureux à l'école. Ceci le rendra disponible aux apprentissages.

Les habiletés sociales et affectives

Savoir compter, c'est bien, mais être autonome et socialiser, ça compte aussi ! L'enseignante Nicole Malenfant le rappelle souvent aux parents ou aux éducatrices qu'elle forme. «**L'élan vers l'apprentissage des connaissances ne doit pas se faire aux dépens des autres sphères du développement : le social et l'affectif.** C'est l'affectif qui donne des ailes au goût d'apprendre!», résume-t-elle.

Lorsque l'enfant a des amis, il est porté à aimer les activités de groupe, à aimer bouger avec les autres dans la cour, et donc à aimer aller à l'école. «Les habiletés sociales sont un grand critère de réussite scolaire », poursuit Nicole Malenfant. Vous pouvez faire beaucoup en tant que parents. «C'est à nous d'y accorder de la valeur et de faciliter les liens sociaux de notre enfant. Puisque le goût d'apprendre se développe dans l'affectif, il se développe avant tout en famille », explique-t-elle.

Parmi les habiletés sociales, se trouvent aussi l'autonomie, l'expression des sentiments et la relation aux autres. À l'école, cela signifie notamment :

- savoir exprimer ses besoins et ses émotions avec des mots ;
- savoir attendre son tour, s'associer, tenir compte de l'autre, partager ;
- être capable de s'habiller, ranger ses affaires, choisir une activité ou encore, aller aux toilettes tout seul.

Pour Geneviève Auger, maman de trois enfants, et dont Édouard entre à la maternelle cette année, ces habiletés étaient les plus importantes à préparer. «Mon souci est surtout qu'il soit autonome avec ses affaires et pour s'habiller. Pour le reste, je fais confiance au modèle de son grand frère !», raconte-t-elle.

ENCADRÉ

La 5e année du cerveau: une petite révolution

Entre l'âge de quatre et cinq ans, le cerveau de l'enfant vit une importante transition, explique la professeure et chercheuse en psychoéducation Linda S. Pagani. À quatre ans, le lobe frontal (qui organise le comportement et l'attention) connaît une forte poussée de croissance, puis entre quatre et six ans, l'enfant consolide ces nouvelles compétences. «L'été précédant l'entrée à l'école, on remarque souvent que l'enfant a une grande soif d'apprendre et on ne le reconnaît plus!», remarque la chercheuse. C'est le moment parfait pour ranger ses jouets de bébé et pour sortir les jeux plus intéressants : casse-têtes, blocs et crayons !

COMMENT NE PAS EN FAIRE TROP

Priorité au jeu et au plaisir !

Les parents le constatent d'eux-mêmes : l'apprentissage est vraiment plus efficace quand il est fait dans le plaisir. Si cette règle est vraie pour les adultes, elle l'est encore plus pour votre enfant. «Pour que l'apprentissage motive et qu'il reste davantage en mémoire, il faut que le cœur embarque », explique Nicole Malenfant.

C'est aussi ce qu'a constaté Geneviève, avec Édouard. «À force de voir son grand frère François sortir son cahier de devoirs, il a voulu un cahier, lui aussi. Puis, il s'est mis à tracer des chiffres. Nous nous sommes contentés de lui apprendre à faire son "2" à l'endroit !», raconte Geneviève. La chercheuse Linda S. Pagani, qui a participé à l'étude sur l'importance de l'éveil aux mathématiques et à la lecture, insiste aussi sur la nécessité d'apprendre dans le plaisir. «On n'a

qu'à se laisser guider par les initiatives et les jeux des enfants. À certains moments, ces derniers souhaitent naturellement apprendre. Les opportunités se présentent d'elles-mêmes. On peut alors y glisser un apprentissage », explique-t-elle.

ENCADRÉ

Pour une rentrée sans stress, en service de garde ou à l'école

Être présent lors des premières semaines. Accompagner votre enfant le matin, venir le chercher le soir et, dans le cas d'une rentrée en service de garde, prévoir une intégration progressive (une heure le premier jour, puis un peu plus chaque jour).

Ne pas trop lui en demander. Éviter, par exemple, de lui poser trop de questions dès le premier soir, comme : «Tu t'es déjà fait des amis ? », «As-tu aimé ton professeur ?», etc. Lui laisser d'abord le temps de se faire des amis, de découvrir son école.

Écouter son vécu, en le laissant vous le raconter à son rythme. Souvent, il ne racontera pas ses activités, mais ses émotions (pourquoi il a été content, puis pourquoi il a été triste).

Ne pas lui cacher la difficulté que représente cette transition, pour tout le monde ! Oui, la rentrée est difficile pour toute la famille. Les changements de routines, la rigueur des horaires, les innombrables choses auxquelles il faut penser, les achats scolaires, etc. Chacun doit s'adapter.

Attendre la deuxième année pour l'inscrire aux activités parascolaires. Une statistique pour s'en persuader : lorsqu'ils sont inscrits à une activité musicale avant sept ans, 95 % des enfants l'abandonnent dans les trois ans qui suivent. «L'activité parascolaire se vivra beaucoup mieux en deuxième année. Laissons la première année à l'adaptation scolaire et aux activités simples en famille!», conseille vivement Nicole Malenfant.

Les dangers de la performance

Bien sûr, il est tentant d'apprendre systématiquement à votre enfant les couleurs, avec son jeu de blocs, ou les lettres, lorsque vous lisez votre journal. Mais vous aurez avantage à vous interroger sur vos motivations. Est-ce que votre enfant le réclame vraiment, ou est-ce que vous le lui imposez ? «Certains enfants aiment être poussés, mais ce n'est pas la majorité. Des parents ont tendance à transférer sur leurs enfants la pression qu'ils vivent eux-mêmes au travail », affirme Nathalie Fréchette, professeure en psychologie au Collège Édouard-Montpetit de Longueuil.

Selon elle, cette tendance ne tient pas compte des vrais besoins de l'enfant. «**On confond besoin de stimulation et performance.** Cela part d'une bonne intention, car on connaît de plus en plus de choses sur le développement de l'enfant. Oui, il faut profiter des cinq premières années pour mettre les choses en place, mais, entre apprendre à tenir un crayon et savoir écrire toutes les lettres, il y a un grand pas!», explique-t-elle.

Lorsqu'un enfant a été trop poussé, les conséquences ne tardent pas à se faire sentir. Elles peuvent se manifester dès la première année ou à l'adolescence, peuvent être subtiles ou manifestes. Certains enfants sont de plus en plus stressés, très petits. « Ils le manifestent en étant plus agités, en se plaignant de maux de tête ou de maux de ventre. » Ensuite, à l'école, ils risquent tout simplement de décrocher. « Quand on arrive à l'école trop prêt, c'est ennuyeux. Et quand on s'ennuie, on se désintéresse et on désorganise tout le groupe », poursuit Nathalie Fréchette.

Nicole Malenfant met elle aussi les parents en garde contre leurs attentes démesurées envers les futurs professeurs. « L'enseignante ne pourra pas s'occuper de 18 enfants individuellement de la même façon qu'en garderie, ni considérer les demandes particulières de chacun des parents », rappelle-t-elle.

ENCADRÉ

Les cinq domaines de maturité scolaire

Santé physique et bien-être

Développement physique général, motricité fine et globale (maîtrise des gestes), préparation physique pour entamer la journée d'école (alimentation et habillement adéquats), propreté, ponctualité, état d'éveil.

Compétence sociale

Habilités sociales, confiance en soi, sens des responsabilités, respect des pairs et des adultes, respect des règles et des routines de la classe, habitudes de travail et autonomie, curiosité.

Maturité affective

Comportement sociable et entraide, crainte et anxiété, comportement agressif, hyperactivité et inattention, expression des émotions.

Développement cognitif et langagier

Intérêt et habiletés en lecture, en écriture et en mathématiques, utilisation adéquate du langage.

Habilités de communication et connaissances générales

Capacité à communiquer de façon à être compris, capacité à comprendre les autres, articulation claire, connaissances générales.

Source : *En route pour l'école !* Voir référence complète dans les Ressources.

ENCADRÉ

A, B, C ... C'est bien assez !

Avant la fin de la maternelle, on n'attend pas des enfants qu'ils connaissent toutes les lettres. Le « Programme de formation de l'école québécoise », outil de travail des professeurs, fixe simplement pour objectif qu'ils « reconnaissent quelques lettres ». Alors, rien ne presse ! Vous pouvez consulter ce programme sur le site du Ministère : www.mels.gouv.qc.ca/sections/programmeFormation/ (volet préscolaire).

À RETENIR

- La vie quotidienne prépare en grande partie votre enfant à l'école.
- Les habiletés cognitives de base, ainsi que les habiletés sociales et affectives favorisent la future réussite scolaire.
- Éviter de trop pousser votre tout-petit à performer.
- Vous laisser guider par les jeux et les initiatives de votre enfant pour y glisser des apprentissages.

RESSOURCES

En route pour l'école ! Enquête sur la maturité scolaire des enfants montréalais, N. Goulet et S. Lavoie, Agence de la santé et des services sociaux de Montréal, Rapport régional 2008, 135 p.

Pour consulter le résumé du rapport :

www.santepub-mtl.qc.ca/Publication/synthese/rapv11no1.pdf

Préparez votre enfant à l'école (Réédition), L. Doyon, Les Éditions de l'Homme, 2008, 192 p., 21,95 \$. 500 jeux psychomoteurs pour les enfants de 2 à 6 ans.

Bientôt la maternelle, F. Tchou et H. Brindamour, Éditions du Trécarré, 2006, 96 p., 14,95 \$. Cahier d'exercice ludique pour préparer son enfant à la maternelle.

POUR ALLER PLUS LOIN

Jeux d'enfants... Apprendre avec toi, J. Spartling et I. Lewis, Centre de Psycho-Éducation du Québec, 2006, 150 p. (Édité en cinq volumes : *de 0 à 12 mois*, *de 12 à 24 mois*, *de 24 à 36 mois*, *de 36 à 48 mois* et *de 48 à 60 mois*). Distribution : www.centrepesd.qc.ca

«School readiness and later achievement», *Developmental Psychology*, Collectif, American Psychological Association, vol. 43, no 6, novembre 2007, p.1428-1446.