

Chers parents, chers élèves,

Beaucoup de jeunes ont de grandes capacités de mémorisation mais certains n'ont pas les résultats escomptés car ils se heurtent à des problèmes d'organisation. Les révisions étant faites au dernier moment, cela génère beaucoup de stress.

Le planning permet de se donner des objectifs clairs et mesurables. Il aide à travailler régulièrement et à être mieux connecté à chaque cours. Selon les neuroscientifiques, on se donne 3 fois plus de chance de réussir avec cet outil.

Je vous conseille de planifier un rendez-vous, formule « coaching élève 30mn » ou « coaching élève 60mn » dans les 2 à 3 semaines après la réalisation du planning. Nous pourrons faire le point, mettre en évidence les réussites mais aussi échanger sur les problèmes rencontrés. Ainsi nous réajusterons si nécessaire.

A chacun sa réussite.
Pédagogiquement vôtre,

Sarah ACELOR
Coach scolaire



44 REZE | 85 L'HERBERGEMENT
coaching.ancelor@gmail.com
www.coaching-soutien-scolaire.com

CONTACTEZ
Sarah ACELOR
06 33 55 77 25

Questionnaire - Parents

Date :
Nom de l'enfant :
Prénom de l'enfant :

Nom du Parent.....
Tel 1.....
Tel 2.....
Adresse.....
.....
Email.....
Facebook.....

Par rapport à cette démarche, pouvez-vous préciser vos objectifs principaux ?
.....

Ce questionnaire ne comporte ni de bonne, ni de mauvaise réponse ; il présente un état des lieux à la date indiquée et décrit votre perception de la problématique de votre enfant. Merci pour vos réponses.

1. A partir de quel moment votre enfant a-t-il eu des difficultés scolaires ?
 - a) Période ou date :
 - b) Précisez la classe :
 - c) A-t-il redoublé ? Si oui, quelle classe ?
2. Quelles solutions ont été apportées ?
 - a) Interne (famille, amis)
 - b) Externe (cours de soutien, orthophoniste, psychologue...)
 - c) Aucune
3. Au niveau de l'encadrement familial, pensez-vous
 - a) Trop l'encadrer ?
 - b) Bien l'encadrer ?
 - c) Pas assez l'encadrer ?
4. Pensez-vous que votre enfant est
 - a) encore motivé (e)
 - b) peu motivé(e)
 - c) plus du tout motivé(e)
5. D'après vous, comment votre enfant ressent vos relations parents/enfants en ce moment?
 - a) Bien
 - b) Moyen
 - c) Difficile
6. Pour ce prochain module de travail, votre enfant vous semble
 - a) intéressé(e)
 - b) peu intéressé(e)
 - c) pas du tout intéressé(e)
7. Si vous êtes dans une période d'orientation pour votre enfant, pensez-vous faire des visites d'école, des salons, des journées portes ouvertes ?
 - a) Oui, pouvez-vous préciser ?
 - b) non
 - c) son choix est déjà fait , pouvez-vous préciser ?

Remarques :

Questionnaire-Elève

Date : Nom :
 Prénom :
 Né (e) :
 Classe :
 Spécialité (pour les 1ères, Te) :
 Matière(s) préférée(s) :
 Activité(s) extrascolaire(s) préférée(s) :

Si tu as des frères ou sœurs, peux-tu indiquer leur prénom, leur classe ou leur âge ?

Prénom						
Classe ou âge						

Entoure seulement les phrases qui correspondent à ce que tu ressens. Merci pour tes réponses.

1. Je me sens bien en classe
2. J'aime aller en classe
3. Je me sens découragé (e)
4. Je me sens fatigué (e) le matin
5. J'ai besoin de faire une sieste certains jours
6. Avec une aide, ça irait mieux
7. J'ai trop de pression en classe
8. Même si j'ai des difficultés, je pense que j'y arriverai
9. Un ami (ou des amis) m'aide de temps en temps *-si oui, précise-la ou les matières*
10. Je travaille mais j'ai l'impression de ne pas réussir
11. Je n'arrive pas à me concentrer en classe
12. Je n'arrive pas à me concentrer à la maison
13. Je rêve d'un métier mais je ne sais pas si j'y arriverai
14. Même si j'apprends, je ne retiens rien

15. Je travaille juste ce qu'il faut
16. J'ai toujours réussi sans trop travailler
17. Mes parents me mettent beaucoup de pression
18. J'ai peur de redoubler
19. Je ne sais pas comment m'organiser
20. J'ai confiance en moi, je sais que j'y arriverai

As-tu une formation ou un métier qui t'attire ?

As-tu déjà participé au salon de l'étudiant ou équivalent ?

Dois-tu faire un stage cette année ? Si oui, dans quelle entreprise ?

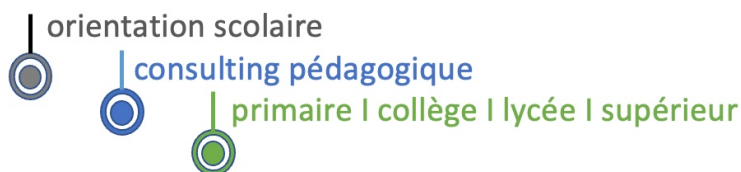
Quelle est ta qualité principale ?

Par rapport à cette démarche, quel(s) objectif(s) souhaiterais-tu réaliser ou qu'aimerais-tu changer pour te sentir mieux ?



44 REZE I 85
L'HERBERGEMENT
coaching.ancelor@gmail.com
www.coaching-soutien-scolaire.com

CONTACTEZ
Sarah
ACELOR
06 33 55 77 25



PREPARATION A L'ELABORATION DU PLANNING DE TRAVAIL

Questionnaire destiné à l'élève - *N'oublie pas de me joindre ton emploi du temps*

Le planning que tu recevras t'aidera à travailler plus régulièrement. Il te permettra aussi de mieux fractionner l'apprentissage de chaque matière. Plus nous sommes réguliers à nos entraînements quand nous pratiquons un sport, plus nous acquérons des automatismes. Pour tes matières, c'est pareil.

Le cerveau a besoin de fractionnement pour mieux réussir à restituer les données. L'idéal étant de travailler dès que le chapitre a commencé et non quand le professeur te précise une date de contrôle.

Pour que ton planning soit le plus efficace possible, réponds le plus précisément aux questions suivantes :

S'il y a 2 réponses envisageables, tu peux les noter. Et si tu as un doute sur la réponse, par exemple, un sport non commencé mais tu penses le planifier sous peu, mentionne-le dans la case « OBSERVATION ». Si la fréquence de l'activité n'est pas hebdomadaire, précise-le aussi.

As-tu des activités extrascolaires ou rendez-vous (orthophoniste, psychologue...) ?

Si oui, précise le jour et l'heure

Activités	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<i>Exemple: handball</i>		17h-18h30		17h-18h30		Match 15h-17h	
<i>Exemple : orthophoniste</i>			14h-15h				

Attention : l'heure mentionnée doit tenir compte du déplacement

Exemple : handball de 17h15 à 18h15 et départ à 17h, retour à 18h30, tu noteras : 17h-18h30 et non 17h 15 à 18h15

A quelle heure arrives-tu à la maison ?

Si tu as 2 domiciles et que tes horaires de retour sont différents d'une semaine à l'autre, utilise aussi la deuxième ligne.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi

Si tu as des études dans ton emploi du temps, peux-tu ou veux-tu les utiliser pour travailler ?

Si oui, précise le jour et l'heure

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi

As-tu des sorties avec tes parents et/ou amis ?

Si oui, précise les jours et heures

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche

Dans une semaine classique, sans contrôle particulier, combien de temps prends-tu pour réaliser tes devoirs ?

Précise les jours et heures

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	Total

OBSERVATIONS

Merci pour tes réponses.

A chacun sa réussite.

Ta coach, Sarah.



44 REZE I 85
 L'HERBERGEMENT
 coaching.ancelor@gmail.com
 www.coaching-soutien-scolaire.com

CONTACTEZ
 Sarah ACELOR
 06 33 55 77 25