

## RÉSEAU DES COLLÈGES DE LA SAGESSE (RCS)

EDUV 01/2021 I

### Circulaire de la rentrée 2020

Mardi 8 septembre 2020

*Texte adressé aux Supérieurs des Collèges de la Sagesse, aux adjoints académiques et administratifs, aux responsables de cycle, aux coordonateurs de matière, aux enseignants, aux assistants, aux animateurs, aux surveillants, aux personnels sanitaires, aux personnels de soutien à l'éducation, employés, aux parents et aux élèves.*

Le Réseau des Collèges de la Sagesse (RCS) de l'Archevêché Maronite de Beyrouth œuvre à former l'être dans sa totalité. Il assure un environnement sain où l'élève se développe sur les plans humain, intellectuel et spirituel.

Durant l'année scolaire 2019-2020, l'action du RCS a permis de maintenir le lien entre l'établissement scolaire et les familles cherchant à limiter, dans la mesure du possible, les conséquences négatives du confinement sur nos élèves.

Pour l'année scolaire 2020-2021, il nous faudra, en tant que membres d'une même communauté éducative, faire face à la crise sanitaire et économique que traverse le Liban. La réalisation voire la réussite de cette rentrée tient, plus que jamais, à notre collaboration et à notre engagement collectif et solidaire garants du bien-être des élèves dans le respect des règles sanitaires et le souci d'une continuité pédagogique efficace.

Nos priorités seront les suivantes :

- Assurer la transmission des savoirs et réduire les écarts de niveau ;
- Protéger la santé des élèves comme de tous les membres de la communauté éducative ;
- Développer les trois principes caractéristiques d'un établissement chrétien : la collaboration, la persévérance et le patriotisme.

#### A. Modalités de rentrée

Le Comité de suivi du Covid-19 dans la circulaire du 18-08-2020, recommande une rentrée 2020 en mode hybride (présentiel et distanciel) à partir de la dernière semaine de septembre, en respectant les règles sanitaires et les gestes-barrières essentiels : lavage des mains, port du masque pour les adultes et les élèves, distanciation physique... (Cf. : Annexe 1, note de service préparée par les infirmières du RCS).

*Suite aux dégâts considérables causés par la déflagration qui a eu lieu le 4 août 2020 au port de Beyrouth, la Sagesse Beyrouth et la Sagesse Technique ont subi des dommages considérables et ne seront pas en mesure, pour un certain temps, de mettre en place l'enseignement hybride.*

#### 1. Rencontre des élèves et des parents

Les événements tragiques et traumatisants que traverse notre pays ont jeté beaucoup de personnes dans l'inquiétude. L'école, avec l'intervention de la psychologue scolaire s'efforcera d'accorder à son personnel et leurs parents un espace psycho-relationnel rassurant. (Cf. : Annexe 2, note de service préparée par les psychologues du RCS).

Les assemblées générales avec la direction des cycles devraient être remplacées par des rencontres en petit groupe qui se dérouleront en prenant les précautions sanitaires nécessaires.

Elles auront pour objectif de :

- Faire la connaissance du RC et des enseignants de la classe.
- Présenter les modalités d'enseignement.
- Sécuriser les parents et les élèves.

# RÉSEAU DES COLLÈGES DE LA SAGESSE (RCS)

## 2. L'enseignement

### Phase 1 : Enseignement distanciel

- L'emploi du temps (4 à 6 périodes) prendra en considération la couverture de toutes les disciplines. Il devra être proportionnel au volume horaire de chaque discipline. (Cf. : Annexe 3 : Charte d'utilisation de l'enseignement à distance).
- Chaque établissement scolaire utilisera la même plateforme de communication audiovisuelle que celle utilisée durant l'année scolaire 2019-2020. Il transmettra le travail personnel à effectuer et effectuera les tests et évaluations via la plateforme Skoolee.
- **Au niveau des cycles Maternel et / ou Primaire I :**
  - L'objectif de la maternelle étant essentiellement la « socialisation » et au Primaire I le « devenir élève », la présence physique de l'élève se révèle d'une importance majeure. Il est vivement recommandé, dans l'établissement scolaire où les conditions sont favorables, de mettre en place un enseignement en présentiel avec des demi-classes, placées dans des salles différentes. La journée scolaire sera alors plus courte et l'emploi de temps communiqué par les responsables de cycle ne sera pas le même pour les 2 moitiés d'une même classe compte tenu que, dans ces cycles, l'enseignante est titulaire de classe.
  - L'établissement mettra en place un enseignement en ligne adapté à chaque classe et à chaque tranche d'âge. Le temps imparti à ces cours et son timing devront tenir compte de plusieurs paramètres dont le plus important est la présence indispensable des parents avec leurs enfants lors de ces cours. Les séquences filmées et enregistrées par les éducatrices (communiquées via Skoolee pour une visualisation ultérieure) seront privilégiées en parallèle avec les modes et supports de communication utilisés durant l'année scolaire 2019-2020 (fiches à faire et liens à visionner).

### Phase 2 : Enseignement hybride (Présentiel-Distanciel)

- 0 à 5 semaines d'après les conditions de chaque établissement scolaire.
- Les élèves d'une même section seront divisés en deux groupes.
  - Groupe A : Lundi et mercredi (en présentiel)  
Mardi et jeudi (en distanciel)
  - Groupe B : Mardi et jeudi (en présentiel)  
Lundi et mercredi (en distanciel)
- Un calendrier de présence devra être remis à chaque élève.
- La journée du vendredi, pour le personnel éducatif, sera consacrée aux préparations et aux formations.
  - **En présentiel :**
    - L'emploi du temps (6 périodes) couvrira toutes les disciplines. Les périodes d'enseignement en présentiel seront consacrées aux explications accompagnées par un travail personnel à faire, les jours de non présence. Ce mode d'enseignement fonctionnera dans la perspective d'un équilibre à maintenir entre la nécessité de transmettre les savoirs essentiels et la pertinence de ne pas surcharger l'élève.
    - Les coordinateurs devront limiter l'enseignement aux compétences minimales à acquérir, en attendant l'allègement du ministère de l'Éducation.
    - L'horaire établi pour ce mode d'enseignement tiendra compte d'une distribution équitable des périodes des activités artistiques et d'EPS entre les groupes A et B. *Au cas où, pour une raison majeure, une réduction du volume horaire est décidée par la Direction d'un établissement, l'emploi du temps provisoire devra être proportionnel au volume horaire de chaque discipline adopté par chaque établissement scolaire.*
  - **En distanciel :**
    - Un programme d'accompagnement par les enseignants au travail personnel des élèves devra être mis en place (répartition de la journée, tâches à faire, forme du rendu attendu...). Cet

# RÉSEAU DES COLLÈGES DE LA SAGESSE (RCS)

accompagnement dépend des périodes d'enseignement en présentiel de la journée et du volume horaire de chaque matière.

## Phase 3 : Enseignement hybride (Présentiel-Distanciel)

- Tant que la situation sanitaire l'exige.
- Les élèves d'une même section seront divisés en deux groupes. La répartition sera faite sur 2 semaines selon la modalité suivante :
  - Groupe A : Lundi, mercredi, vendredi, mardi et jeudi (en présentiel)  
Mardi, jeudi, lundi, mercredi et vendredi (en distanciel)
  - Groupe B : Mardi, jeudi, lundi, mercredi et vendredi (en présentiel)  
Lundi, mercredi, vendredi, mardi et jeudi (en distanciel)
- Les conditions d'enseignement et d'accompagnement suivront les mêmes exigences que celles de la phase 2.
- Cet enseignement hybride apporterait une certaine solution aux difficultés rencontrées l'année passée et liées à l'enseignement en ligne (connexion internet, nombre d'appareils disponibles par famille, coupures du courant électrique...).

## B. Formations de rentrée

Avec les nouvelles conditions de rentrée, le moment est venu d'évaluer les changements induits par la crise du Covid-19. Ces changements dans le mode d'enseignement, à savoir le recours aux plateformes numériques et l'utilisation d'outils technologiques dans nos pratiques éducatives, sont susceptibles de s'ancrer durablement dans nos pratiques scolaires. Ils constituent également l'opportunité de nous engager dans des actions indispensables à la résilience de notre système éducatif. Le retour en arrière n'est plus envisageable.

L'apprentissage soutenu par un mode d'enseignement hybride est une formule gagnante autant pour l'élève que pour l'enseignant. Le format hybride s'adapte à plusieurs types de contenu et répond à une variété de styles d'apprentissage (Young, 2002 ; Graham, Allen et Ure, 2003). Il propose une plus grande souplesse aux élèves hors campus et résout certains conflits d'horaires (Alebaikan, 2010). Il offre une solution pour la gestion des grands groupes (Sharpe et coll. 2006) sans diminuer la qualité de l'enseignement.

Les enseignants, les membres de l'équipe de Direction des cycles et les coordinateurs devraient donc être capables d'utiliser à bon escient les plateformes de communication.

### Les exigences minimales :

1. Utilisation d'un PC/Laptop (Créer des dossiers, copier, sauvegarder, lire et envoyer des courriels, faire des recherches en utilisant un browser, ...)
2. Utilisation de Microsoft office (Créer des documents Word avec insertion de tableaux, d'images – Créer un PowerPoint avec insertion de son, de film, de lien vers internet - ...)
3. Utilisation de la plateforme audiovisuelle (Créer et gérer une séance, insérer des documents, des liens...)
4. Utilisation de Skoolee (Écrire l'agenda, insérer des documents, envoyer un travail personnel, créer des évaluations...)

### Modalités de la formation :

**Date :** La période s'étalant du mercredi 9 au vendredi 18 septembre sera consacrée aux formations.

**Formateurs :** 3 équipes mixtes (IT + Enseignant d'informatique travaillant dans les différents établissements des Sagesse) prendront en charge les formations.

**Stagiaires :** À la réception des listes de besoin de chaque établissement, les groupes seront formés. Ils prendront en considération les besoins et non pas la section dans laquelle les formés travaillent.

## RÉSEAU DES COLLÈGES DE LA SAGESSE (RCS)

**Calendrier et lieux :** Un calendrier (Date, heure et emplacement) sera transmis aux Supérieurs qui, à leur tour, aviseront les personnes concernées et prendront les dispositions nécessaires pour accueillir dans leurs établissements les groupes de formation.

Par ailleurs, cette période sera consacrée aux réunions de préparation, tant au niveau des cycles qu'à celui de la coordination.

# RÉSEAU DES COLLÈGES DE LA SAGESSE (RCS)

## Annexe I – Protocole sanitaire

*En attendant le protocole sanitaire du ministère de l'éducation, nos collèges suivront les recommandations ci-dessous.*

Les élèves participant à l'enseignement présentiel dans le cadre scolaire traditionnel devront adhérer à des protocoles stricts pour atténuer la propagation du COVID-19 à l'intérieur des bâtiments scolaires.

Le personnel de direction, les enseignants ainsi que tous les autres personnels seront formés aux gestes barrière, aux règles de distanciation physique et au port du masque pour eux-mêmes et pour les élèves dont ils ont la charge.

Les parents seront informés clairement des conditions de fonctionnement de l'école et de l'évolution des mesures prises, de leur rôle dans le respect des gestes barrière, de la surveillance d'éventuels symptômes chez leur enfant avant qu'il ne parte à l'école, de la procédure lors de la survenue d'un cas, qu'il concerne son enfant ou un autre élève et des points et horaires d'accueil et de sortie des élèves.

*Toutes activités, actions... entreprises au sein et à l'extérieur de l'école doit être coordonnée avec le responsable sanitaire.*

Les protocoles suivants sont recommandés pour le retour au milieu scolaire :

### 1. Recommandations (non exhaustives) aux parents par le responsable sanitaire

- L'élève doit respecter et appliquer les règles de la distanciation physique au sein de l'école.
- Il doit avoir un masque facial ou une visière à partir de 11 ans et doit respecter l'étiquette respiratoire.
- Il est nécessaire que chaque élève amène avec lui une solution hydro alcoolique contenant 70% d'alcool et des papiers mouchoirs.
- Les emprunts des cahiers et des fournitures ne sont pas autorisés à l'école, l'élève utilise uniquement ses fournitures individuelles.
- Le matériel et les articles de l'élève doivent être nettoyés et stérilisés avant et après de rentrer à l'école.
- Ne pas donner à l'enfant un antipyrétique et l'envoyer à l'école (Panadol,...)
- Les parents sont invités à prendre la température de leur enfant avant le départ pour l'école.
- Tout élève qui présente des symptômes de fièvre (37,8°C ou plus) ne doit pas se rendre à l'école.
- Limiter les visites des parents.

### 2. Distanciation sociale

- Nos collègues suivront les protocoles de distanciation sociale dans toutes les salles de classe, couloirs et espaces communs. Il ne sera pas, peut-être possible, d'observer la recommandation de distance d'un mètre dans les salles fermées, ceci dépend de la taille des salles. Cependant, les élèves seront assis aussi loin que possible et l'interaction entre eux sera limitée.
- Les salles de classe seront aménagées de manière à maintenir la recommandation de distance sociale. Les pupitres seront disposés de manière à ce que les élèves soient dans la même direction.
- L'utilisation de la cafétéria sera restreinte pendant les périodes de restauration.
- Jusqu'à ce que les conditions du COVID-19 s'améliorent considérablement, il n'y aura pas de grands rassemblements. Il ne sera pas permis de se rassembler dans n'importe quelle zone des campus.
- Les couloirs seront marqués d'une bande centrale pour favoriser l'éloignement social des élèves pendant les périodes de transition. Les étudiants devront rester à l'extrême droite lorsqu'ils se déplacent dans les couloirs. Il n'y aura pas d'arrêt ou de rassemblement dans les couloirs.

### 3. Arrivée et départ

Des procédures d'arrivée et de départ seront en place pour réduire la possibilité pour les élèves de se rassembler avant ou après l'école.

- Limiter les portes d'entrées de façon à pouvoir superviser l'arrivée des élèves et ce en fonction du nombre de personnel disponible.
- Les parents seront priés de ne pas déposer les élèves tôt. Les bâtiments seront ouverts et le personnel prêt à accueillir les élèves.
- À leur arrivée à l'école, les élèves doivent se présenter immédiatement vers leur salle de classe.
- À l'heure de départ, tous les élèves doivent quitter le campus immédiatement.

# RÉSEAU DES COLLÈGES DE LA SAGESSE (RCS)

## 4. Ventilation des classes et autres locaux

- L'aération des locaux doit être fréquente (Toutes les 3 heures). Elle dure au moins 10 à 15 minutes.
- L'aération est assurée au moins trois fois par jour, avant l'arrivée des élèves, durant les récréations et le soir pendant le nettoyage des locaux.
- Le nettoyage des sols et des grandes surfaces (tables, bureaux...) est réalisé au minimum une fois par jour.

## 5. Utilisation de l'ascenseur

- Limiter l'utilisation de l'ascenseur aux seules personnes ayant un rapport médical.
- Se laver les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique avant et après.
- Limiter l'utilisation à une seule personne. Au cas où deux personnes doivent l'utiliser, elles doivent appliquer la position dos-à-dos.

## 6. Équipement de protection individuelle et hygiène personnelle

- Chaque établissement formera ses élèves sur les pratiques de santé et d'hygiène. Cela devrait inclure le lavage des mains, la couverture de la bouche lors d'une toux et des éternuements, ainsi que l'utilisation et la disposition des mouchoirs.
- Chaque établissement déposera, en quantité suffisante, dans les toilettes du savon et encouragera les étudiants à se laver les mains pendant 20 secondes, au moins deux fois par jour. Les serviettes à usage collectif sont à proscrire.
- Chaque salle de classe devra être munie d'un désinfectant pour les mains. Les élèves devront se désinfecter les mains dès leur entrée dans la salle de classe.
- Chaque élève et membre du personnel portera un masque et quand c'est possible un écran facial.
  - o Sur les prémisses de l'école et dans les bus des masques doivent être portés en tout temps, couvrant à la fois le nez et la bouche.
  - o Lors du déjeuner, le protocole de distanciation d'un mètre et demi est de rigueur.
  - o Pour les élèves des écoles maternelles, le port du masque est à proscrire. Les adultes devront prendre les dispositions de protection.

## 7. Dépistage

- Les élèves, le personnel ou les visiteurs qui présentent des symptômes du COVID-19 ou qui sont malades doivent rester chez eux.
- Les parents / tuteurs doivent évaluer quotidiennement l'état de santé de leur enfant à l'aide du questionnaire de santé. Les élèves qui répondent «oui» à l'un des éléments du questionnaire doivent rester à la maison. Le parent / tuteur doit contacter l'infirmière pour obtenir des conseils supplémentaires sur le retour à l'école.
  - o Le questionnaire de santé répondra aux critères suivants :
    - Fièvre (température de 37,8°C ou plus)
    - Frissons
    - Toux
    - Essoufflement
    - Douleurs musculaires
    - Maux de tête
    - Diarrhée
    - Vomissements
    - Maux de gorge
    - Perte de goût ou d'odeur
    - Voyage à l'étranger
    - Contact avec une personne positive au COVID-19 au cours des 14 derniers jours.
- Tous les élèves auront leur température prise quotidiennement, avant d'entrer dans l'établissement scolaire.
  - o Tout élève qui a une température de 37,8°C ou plus sera immédiatement invité à se présenter à l'infirmier. L'infirmière attendra cinq minutes et effectuera une deuxième lecture de température. Si l'élève maintient toujours une température élevée, elle contactera le parent / tuteur pour venir

# RÉSEAU DES COLLÈGES DE LA SAGESSE (RCS)

chercher l'élève. Les élèves peuvent retourner à l'école lorsqu'ils sont autorisés par un professionnel de la santé.

- Tous les membres du personnel qui entrent sur un campus scolaire doivent pointer chaque jour. Lorsqu'ils le font, ils reconnaissent avoir pris leur température et ont répondu «non» à tous les critères du questionnaire sur la santé.
    - o Tout membre du personnel qui répond oui à l'un des critères du questionnaire ou qui a une température de 37,8°C ou plus se présentera immédiatement à l'infirmierie scolaire. Si la température du front était de 37,8°C ou plus, l'infirmière attendra cinq minutes et prendra une deuxième lecture de température. S'il maintient toujours une température supérieure à celle de la normale, il lui sera demandé de rentrer chez lui immédiatement. Les membres du personnel peuvent retourner à l'école lorsqu'ils sont autorisés par un professionnel de la santé.
  - Toute personne - y compris les enseignants, le personnel, les élèves ou les autres visiteurs - qui est confirmée en laboratoire pour avoir le COVID-19 ou qui présente les symptômes du COVID-19 (énumérés ci-dessus) doit rester à la maison pendant toute la période d'infection.
8. Répondre aux cas possibles de COVID-19 sur un campus
- Les élèves qui déclarent avoir de la fièvre devraient subir un contrôle immédiat de leur température pour déterminer s'ils sont symptomatiques du COVID-19.
  - Le responsable sanitaire du campus doit immédiatement séparer tout élève qui présente des symptômes de COVID-19 à l'école jusqu'à ce qu'il puisse être pris en charge par un parent ou un tuteur.
  - Le responsable sanitaire supervisera la désinfection des zones utilisées par la personne qui présente les symptômes du COVID-19 à l'école (élève, enseignant ou personnel) dès que possible.
9. Rôle du responsable sanitaire
- Chaque collège assurera l'équipement nécessaire : thermomètres frontaux, blouse blanche, masques, gants et une salle d'isolement.
- Suivre au quotidien de l'absentéisme des élèves et du personnel. Il exigera un rapport médical après chaque absence et en évalue les causes.
  - Préparer les formations auprès des élèves et du personnel.
  - Veiller à la désinfection des locaux.
  - S'assurer de l'application des mesures barrières.
  - Organiser le passage des élèves et du personnel à l'infirmierie selon le besoin.
  - Superviser la désinfection journalière.

## Annexe II – Accompagnement Psychologique aux Parents et Élèves

La rentrée approche ! Une rentrée après 7 mois de séparation, 7 mois bien évidemment lourds aux niveaux sanitaire, économique... Une année exceptionnelle nous attend.

Pour les parents confrontés aux incertitudes par rapport au déroulement de l'année scolaire 2020-2021 concernant les nouvelles modalités en vue d'assurer la protection contre le coronavirus, évitez de trop vous projeter et de vous miner inutilement. Tout sera normalement mis en place pour vous guider au fil des contraintes, et travaillez sur les mesures une fois qu'elles seront posées.

On vous invite aussi à « déculpabiliser sans se déresponsabiliser : gardez à l'esprit que les enfants sont des éponges qui reprennent à leur compte questions, craintes et angoisses qui pourraient être en partie les vôtres ».

Ainsi beaucoup de choses positives pourraient passer facilement grâce à une communication rassurante que vous pouvez avoir avec votre enfant.

### 1. Reconnaître un éventuel terrain stressant

Les psychologues de l'enfant et de l'adolescent ont identifié différentes catégories de sources d'angoisses chez les enfants.

- Les enfants très jeunes sont anxieux d'aller à l'école et s'éloigner de leurs parents.
- Les enfants plus grands ont très envie de retrouver les copains, mais ont quand même « peur du coronavirus ».
- Les enfants qui ne veulent absolument pas retourner à l'école : Pour différentes raisons liées au coronavirus et aux conséquences directes de l'épidémie : être contaminé, et encore plus de contaminer leurs parents, "geddo" et "téta". Une imprégnation disproportionnée par les parents est souvent présente.
- La peur d'avoir accumulé trop de retard revient aussi : terrifiante, parfois, pour les enfants qui ont un terrain anxieux ou des difficultés d'apprentissage.
- La peur de ne plus pouvoir jouer à des jeux où les enfants se touchent.
- Chez les adolescents, la coupure du lien avec les amis a aussi pu laisser des traces lourdes de conséquences. Entre 13 et 18 ans, on se construit grâce à l'autre et à l'image qu'il renvoie ; heureusement qu'il y avait les réseaux sociaux pour maintenir un minimum de liens.
- Enfin, on retrouve la grande inconnue des changements de cycle qui est particulièrement anxiogène après une fin d'année tronquée.

### 2. Installer une communication positive et rassurante avec votre enfant

Le manque de communication crée beaucoup d'anxiété. Essayez de protéger votre enfant en filtrant l'information particulièrement anxiogène afin de pouvoir par la suite introduire un désir autour de la rentrée scolaire.

- Pour gérer la peur de se séparer de vous, parlez avec votre enfant de ses amis à l'école, des choses qu'il a apprises et dont il était fier et tout content...pour l'aider à se reconnecter psychiquement avec le contexte scolaire.
- Pour les enfants qui redoutent la contamination, vous pouvez leur demander de répéter les gestes barrières pour voir s'ils sont bien compris, puis expliquer qu'en les faisant correctement, il n'y a pas de raison d'être contaminant ou contaminé.
- Pour gérer la peur d'avoir accumulé du retard, rappelez que tous les enfants ont été concernés. Oui, certains ont été mieux aidés que d'autres, mais les enseignants doivent prendre en compte ces différences de niveaux. Et puis ce ne sera jamais qu'un retard de quelques semaines ?!
- Face à la peur de ne plus pouvoir jouer ou rester en groupe, pour les petits, expliquez que des choses seront mises en place pour faire de nouvelles activités. Pour les plus grands, difficile de compter sur le respect absolu de la distanciation : autant jouez sur la question de la maturité de celui qui respecte et fait respecter les gestes barrières. C'est l'occasion de les valoriser et leur montrer qu'ils savent « gérer ».



# RÉSEAU DES COLLÈGES DE LA SAGESSE (RCS)

- Pour éliminer le stress en général, pratiquez des exercices de respiration, telle que la respiration abdominale ou autre...

**N.B. : Quand vous constatez que votre enfant ou adolescent est enrhumé dans une anxiété qui n'arrive pas à passer, n'hésitez pas à nous appeler, nous les psychologues dans les Écoles de la Sagesse pour apporter notre aide professionnelle à votre enfant ou à vous aussi, chers parents, si vous ressentez la nécessité d'avoir un soutien à passer le cap.**

Référez-vous au site du collège de la Sagesse : Rubrique Service Psychologique - contactez-nous.

### 3. Reprendre le rythme de l'école de votre enfant

Pour reprendre le rythme scolaire, les chrono-biologistes nous livrent des conseils pour nous resynchroniser avec notre horloge biologique qui planifie les tâches physiologiques en fonction du temps de sommeil, de repas et d'activités.

Une semaine avant de commencer l'école, en tant que parents, vous aurez une obligation de mettre en place un rythme régulier à votre enfant ; il faut donc se réveiller et se coucher à la même heure.

Le sommeil est un élément récupérateur. Pour s'assurer de bien dormir, il faut à tout prix éviter les écrans le soir, en particulier ceux des téléphones et des tablettes. Les dernières études ont montré que la lumière bleue envoie les mêmes signaux à notre horloge biologique que la lumière de l'aube. Or notre horloge biologique se synchronise avec cette lumière de l'aube, qui est censée correspondre à une période d'activité. En regardant nos écrans le soir, on envoie donc un message contradictoire à notre corps, ce qui dégrade considérablement la qualité de notre sommeil.

En s'exposant à la lumière du jour le matin, notre horloge comprend que nous sommes dans une période d'activité. Associé à des heures de sommeil régulier, notre corps se remet en rythme plus efficacement.

« Les enfants sont de gros dormeurs. Ils ont souvent besoin de 11 heures de sommeil pour récupérer, et s'ils ne le font pas pendant la nuit, ils s'endormiront en cours » constate le chrono-biologiste Damien Davenne. Idéalement, une semaine avant la reprise de l'école, reprenez les horaires du rythme scolaire pour que votre enfant ne soit pas fatigué le jour de la reprise.

Enfant ou adulte, le chrono-biologiste insiste sur l'importance du sommeil pour la bonne santé de chacun.

### 4. Encadrement nécessaire de l'enseignement à distance assuré par les parents

La relation parent-enfant n'est pas celle d'un enseignant-élève. En tant que parent, vous ne devez pas vous transformer en professeur mais néanmoins Rassurer, Définir et Rappeler le cadre en transmettant les consignes de l'enseignant.

Il vous est demandé de clarifier à vos enfants que dorénavant, l'enseignement à distance fait partie de l'Enseignement Hybride où enseignement distanciel et présentiel se complètent.

*Vous êtes appelés à sensibiliser vos enfants à prendre conscience qu'il faudra être sérieux dès les premiers jours de cette année scolaire.*

De même, développer le niveau d'autonomie de vos enfants qui varie selon leur âge, et responsabiliser les aînés pour les valoriser et les aider à prendre le relais auprès des plus jeunes.

*C'est peut être l'occasion de repenser, formuler et communiquer à vos enfants certaines valeurs sur les études.*

Les enfants sont naturellement curieux et ce depuis leur plus jeune âge, vous aurez donc à susciter et développer cette curiosité en vue d'encourager leur désir d'apprendre.

En conséquence, il est important que vous connaissiez bien vos enfants : leurs goûts, leurs forces et leurs faiblesses afin de leur permettre de développer leurs points forts, s'épanouir, plutôt que de se concentrer sur leurs manques et leurs points faibles.

Il faut également remettre du sens sur les études pour les plus grands : il faut éveiller chez notre adolescent(e) son intérêt à apprendre, l'aider à faire le lien entre ses envies d'avenir et les matières enseignées, le guider avec beaucoup de délicatesse, à donner un sens aux efforts qu'il doit fournir à l'école et ses projets de vie, de son avenir.

## Annexe III – Charte d'utilisation de l'enseignement à distance

Chers parents, Cher(e)s élèves,

Compte tenu de la situation sanitaire actuelle, les équipes du Réseau des Collèges de la Sagesse (RCS) travaillent depuis des mois à la mise en œuvre d'un enseignement à distance de qualité : nos enseignants s'exercent à développer de nouvelles pratiques pédagogiques et se forment à l'utilisation de nouveaux outils.

Ces nouvelles pratiques de continuité pédagogique impliquent une utilisation pertinente des différents supports et exigent, par conséquent, une attitude responsable qui ne peut s'installer dans ces cours sans votre engagement à respecter les clauses de la charte suivante qui constitue une forme de règlement indispensable à la réussite de ce dispositif. L'application rigoureuse des principes de cette charte nous permettra de garantir des conditions d'enseignement et d'apprentissage sereines et de protéger nos équipes enseignantes. Elle cherche surtout à former nos élèves à être de futurs citoyens éclairés, autonomes et responsables.

Tous les élèves inscrits au Réseau des Collèges de la Sagesse (RCS) ainsi que leurs parents doivent s'engager à respecter et faire respecter les principes de l'utilisation de l'enseignement à distance, à savoir :

- Interdiction d'inviter une ou des personnes dans une classe, que cette personne soit interne ou externe à la classe et à l'établissement. L'intrusion de personnes n'appartenant pas à la classe lors des classes virtuelles est formellement interdite.
- Respect d'un comportement adapté aux apprentissages et à la réalisation des cours (propos échangés par voie orale ou écrite, partage de documents avec l'aval explicite de l'enseignant, photographie appropriée de profil, tenue et coiffure décentes, prise de parole ...).
- Respect des directives communiquées par les enseignants et liés à des paramètres spécifiques à chaque cycle d'apprentissage tels que l'âge, l'horaire et la durée des cours ainsi que les facteurs externes (connexion, coupure de courant électrique...).
- En vertu des lois locales, interdiction formelle de filmer, photographier et/ou enregistrer un enseignant pendant qu'il assure ses cours par visioconférence (Respect du droit à l'image).
- La diffusion des cours et des documents supports préparés, assurés et enregistrés par un enseignant lors des classes virtuelles n'est pas autorisée (Respect de la propriété intellectuelle)

Ainsi, il est demandé à l'ensemble de la communauté du Réseau des Collèges de la Sagesse (Équipes éducatives, élèves et parents) de respecter les modalités (présentées ci-dessus) définissant le bon usage de l'enseignement à distance et les différents supports qui lui correspondent.

Les élèves ou les parents d'élèves ne souhaitant pas adhérer aux principes cités dans cette charte sont priés d'en informer la Direction de l'établissement.