



Petit guide des devoirs bien faits



PRENDRE DE L'AVANCE



On ne le dira jamais assez, faire les choses à la dernière minute est le meilleur moyen de mal les faire, voire de ne pas les faire du tout ! Plus **tu prendras de l'avance**, plus tu auras les idées claires sur le travail à fournir et sur ce qui t'est demandé, et plus tu seras **serein**.

* PRÉPARER LE TERRAIN



L'idée, quand on commence à s'installer pour travailler, est de se mettre dans une **bulle de concentration**. Aussi, le mieux est encore de **tout préparer à l'avance** : stylos, feuilles pour prendre des notes, matériel de géométrie, boisson ou en-cas si besoin. Rien ne doit te déconcentrer et te faire perdre de vue tes objectifs !

RESTER CONCENTRÉ



Qui dit concentration dit... pas de déconcentration. Alors, **on coupe** : les téléphones, les sonneries, les réseaux sociaux et les messages. Tu seras d'autant plus content de les retrouver après, et la masse de notifications qui va avec ! Le temps que tu accordes au travail à la maison doit être un temps neutre où tu peux te concentrer facilement sans être interrompu. Car si un élément extérieur vient te déranger toutes les 10 minutes, tout ton travail ou ta réflexion peuvent tomber à l'eau ! 😞

* CHAQUE CHOSE EN SON-TEMPS...



N'essaie pas forcément de tout faire en même temps. Le mieux est de te faire un petit **planning** pour estimer la durée du travail à accomplir, et de t'accorder une tranche horaire par matière en fonction du travail demandé (30 minutes d'Anglais / 30 minutes de Maths / 30 minutes de SVT...). Tu peux aussi **utiliser un timer**. Et si jamais tu bloques sur l'une des matières, n'hésite pas à passer à une autre ! Le cerveau possède cette merveilleuse capacité de résoudre des problèmes en « tâches de fond » tandis qu'il est occupé à autre chose 😊

FAIRE DES PAUSES



Le cerveau est comme un muscle, qui a besoin de temps d'efforts pour se renforcer, et de temps de pause pour se régénérer. N'hésite pas entre deux chapitres ou exercices à aller te promener, écouter de la musique ou bien faire un peu de sport pour te détendre.

