

CONSIGNES pour établir la 1ère grille hebdomadaire (= OBSERVATION) :

- Être le plus **honnête** possible : on ne portera pas de jugement ! Cette première grille ayant pour objectif de permettre son analyse (et amélioration), il faut qu'elle corresponde à la **réalité** d'une semaine d'observation.

1ère étape : (avant le début de la semaine d'observation)

- Reproduire son horaire scolaire individuel sur la grille, en utilisant une couleur de fond par discipline, en encadrant les cours d'un **trait épais**, et en indiquant le nom de la discipline en toutes lettres (p.ex. : Anglais)
- Placer toutes les **activités extrascolaires régulières** programmées (sport, musique, cours, travail, etc.), dans un cadre sans fond (blanc)

2ème étape : (au fur et à mesure du déroulement réel de la semaine)

- Noter tous les moments de **travail scolaire personnel**, en précisant la discipline avec 2 lettres (p.ex. : AN) , en indiquant le type d'activité (exercices, mémorisation, révision, lecture, etc.) et en utilisant la même couleur que celle du cours correspondant, mais atténuée (hachurée ou pointillée).
- Pour chaque jour, marquer l'heure de **réveil**, l'heure des **repas** et l'heure du **coucher**.
- Laisser libre (blanc) tous les autres moments (repos, loisirs, etc.)