

Fiche d'animation pédagogique



« Gérer son temps »

Niveau concerné :

☒ 2^{nde}

☐ 2^{nde} pro

☐ 1^{ère}

☐ 1^{ère} pro

☐ Terminale

☐ Terminale pro

Objectif général : Mieux s'organiser.

Objectif opérationnel : Avez-vous jamais fait le calcul exact du temps que vous passez à telle ou telle activité ?

Vous êtes souvent débordé par votre travail, vous avez l'impression de ne jamais avoir le temps de terminer, votre temps de loisirs se réduit, le temps passé au travail scolaire vous paraît démesuré par rapport au reste. Il est important pour vous de le vérifier.

Compétences travaillées (référence socle commun de compétences) :

Compétence 7 - L'autonomie et l'initiative ; être acteur de son parcours de formation et d'orientation

Compétence 4 - La maîtrise des techniques usuelles de l'information et de la communication

Domaine : S'approprier un environnement informatique de travail

Item : Utiliser, gérer des espaces de stockages à disposition

Utiliser les logiciels et les services à disposition

Domaine : Communiquer, échanger

Item : écrire, envoyer, diffuser, publier

Recevoir un message y compris avec pièces jointes

Durée : 30 minutes

Documents supports/Outils : tableau numérisé sur le site Webclasseur

Déroulement :

Phase 1 :

L'élève renseigne le tableau envoyé sur son adresse Webclasseur et analyse son tableau.

Phase 2 :

Envoi du tableau au COP de l'établissement.

Prolongement possible :

Entretien avec le COP, le Professeur Principal pour analyser, adapter et modifier son emploi du temps.



Fiche élève

« Gérer son temps »

Mais qu'est-ce que je fais de mon temps ?

Niveau concerné : ☒ 2nde ☐ 1^{ère} ☐ Terminale
☐ 2nde pro ☐ 1^{ère} pro ☐ Terminale pro

Objectif général : Mieux s'organiser.

Objectif opérationnel :

Vous êtes souvent débordé par votre travail, vous avez l'impression de ne jamais avoir le temps de terminer, votre temps de loisirs se réduit, le temps passé au travail scolaire vous paraît démesuré par rapport au reste. Il est important pour vous de le vérifier.

Avez-vous jamais fait le calcul exact du temps que vous passez à telle ou telle activité ?

Compétences travaillées (référence socle commun de compétences) :

Compétence 7 - L'autonomie et l'initiative ; être acteur de son parcours de formation et d'orientation

Compétence 4 - La maîtrise des techniques usuelles de l'information et de la communication

Domaine : S'approprier un environnement informatique de travail

Item : Utiliser, gérer des espaces de stockages à disposition

Utiliser les logiciels et les services à disposition

Domaine : Communiquer, échanger

Item : Ecrire, envoyer, diffuser, publier

Recevoir un message y compris avec pièces jointes

Déroulement

Remplissez cet emploi du temps, le plus exactement possible, en utilisant différentes couleurs :

- bleu pour votre emploi du temps scolaire
- vert pour vos activités extrascolaires : danse, foot, lecture, télé...
- rouge pour votre travail personnel en marquant exercices de maths, apprentissage de leçons.

Une fois rempli, vous constaterez que certaines couleurs sont nettement dominantes, d'autres inexistantes. Ces couleurs vous donneront des indications précieuses sur votre manière d'organiser votre travail.

Comment utiliser ce tableau ?

Pour pouvoir analyser la manière dont vous gérez votre temps, il est important que vous vous posiez les bonnes questions à propos de ce tableau.

Votre temps de travail personnel

- est-il plus ou moins important que vos activités extrascolaires ?
- est-il réparti régulièrement tous les jours ? tous les deux jours ? le week-end ?
- gardez-vous du temps pour relire vos cours de la journée ?
- à quel moment de la journée travaillez-vous le mieux ?

Vos activités extrascolaires

- sont-elles plus importantes que votre temps de travail ?
- quelles sont celles qui vous prennent le plus de temps ?
- pouvez-vous réduire leur durée ?
- combien de temps consacrez-vous à la lecture ? à la télé ? aux activités physiques ?



Mais qu'est-ce que je fais de mon temps ?

Combien de temps consacrez-vous par jour en moyenne à votre travail scolaire ?

☐ moins de 10 mn

☐ de 10 à 20 mn

☐ 20 à 30 mn

☐ de 45mn à 1 heure

☐ plus de 1 heure

Vous allez savoir comment vous occupez votre temps en indiquant dans le tableau, jour par jour, la durée que vous accordez aux activités citées
Totalisez et calculez dans la dernière colonne le temps que vous consacrez à chaque activité

Activités	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	Total hebdomadaire	Moyenne journalière
Travail scolaire au lycée									
Transport, déplacement									
Travail scolaire à la maison									
Sommeil									
Repas									
Travaux ménagers									
Courses									
Toilette									
Activités relationnelles (téléphone, amis..)									
Médias (TV, Internet,..)									
Loisirs									
Temps passé à ne rien faire									
Autres activités									