

Le 3 mai 2019

**Objet : Examens de fin d'année (classes régulières et adaptation scolaire) - Précisions et recommandations**

Chers parents,

Voici quelques précisions importantes concernant les examens :

**Aucune absence ni retard ne seront acceptés.**

Les seuls motifs pouvant justifier une absence à une épreuve ministérielle unique ou obligatoire sont : une maladie sérieuse ou un accident de l'élève confirmé par une attestation médicale, le décès d'un proche parent, la convocation d'un tribunal et la participation à un événement d'envergure préalablement autorisée par le coordonnateur de la sanction des études en formation générale des jeunes de la Direction de la sanction des études. L'école sera dans l'obligation de demander l'attestation d'absence afin de pouvoir présenter l'élève à une reprise. Sinon, la mention « absence » sera inscrite au dossier de l'élève et la note de « 0 » sera attribuée par le MEES pour les épreuves uniques de 4<sup>e</sup> et de 5<sup>e</sup> secondaire et par l'école pour les épreuves de 2<sup>e</sup> secondaire.

De plus, il est important de vous préciser **qu'aucun appareil électronique, cellulaire ou document non admissible ne sera toléré dans le local d'examen**. Si c'est le cas, l'examen de votre enfant lui sera retiré sur-le-champ et il sera accusé de plagiat. La note de « 0 » sera attribuée. Ainsi, il devra se présenter à la session d'examens de reprise en août.

**Calendrier des examens**

1 <sup>re</sup> secondaire										
	22 MAI	4 JUIN	12 JUIN	13 JUIN	14 JUIN	17 JUIN	18 JUIN	19 JUIN	20 JUIN	21 JUIN
AM	Français écriture	Math CD1	Français lecture	Cours	Anglais	Science et technologie Théorie	Histoire et éducation à la citoyenneté	Math CD2	Reprises d'examens	Reprises d'examens
PM	Cours	Cours	Cours	Étude dirigée	Étude dirigée	Étude dirigée	Étude dirigée	Étude dirigée		

2 <sup>e</sup> secondaire										
	15 MAI	4 JUIN	12 JUIN	13 JUIN	14 JUIN	17 JUIN	18 JUIN	19 JUIN	20 JUIN	21 JUIN
AM	Français écriture	Math CD1	Cours	Français lecture	Math CD2	Histoire et éducation à la citoyenneté	Anglais	Science et technologie Théorie	Reprises d'examens	Reprises d'examens
PM	Cours	Cours	Étude dirigée	Étude dirigée	Étude dirigée	Étude dirigée	Étude dirigée	Étude dirigée		

3 <sup>e</sup> secondaire										
	14 MAI	5 JUIN	12 JUIN	13 JUIN	14 JUIN	17 JUIN	18 JUIN	19 JUIN	20 JUIN	21 JUIN
AM	Français écriture	Math CD1	cours	Anglais	Français lecture	Histoire et éducation à la citoyenneté	Étude dirigée	Math CD2	Reprises d'examens	Reprises d'examens
PM	Cours	Cours	Étude dirigée	Étude dirigée	Étude dirigée	Étude dirigée	Étude dirigée	Étude dirigée		

4 <sup>e</sup> secondaire										
	13 MAI	10 JUIN	11 JUIN	12 JUIN	13 JUIN	14 JUIN	17 JUIN	18 JUIN	20 JUIN	21 JUIN
AM	Français écriture	ECR	Histoire et éducation à la citoyenneté	Math CD2-SN	Français lecture	Science et technologie Théorie ATS	Anglais	Math CD2 –CST	Reprises d'examens	Reprises d'examens
PM	Cours	Étude dirigée	Étude dirigée	Étude dirigée	Français lecture	Étude dirigée	Étude dirigée	Étude dirigée		

5 <sup>e</sup> secondaire						
	30 MAI	6 JUIN	14 JUIN	17 JUIN	20 JUIN	21 JUIN
AM	Anglais enrichi	Anglais	Français lecture	Math CD2 - SN	Reprises d'examens	Reprises d'examens
PM	Cours	Cours	Étude dirigée	Étude dirigée		

Si vous avez des questions concernant les examens, vous pouvez communiquer avec Mme Maude Beaudin, secrétaire, au 450 433-5455, poste 5571.

L'équipe de direction

#### Préparation aux examens, quelques recommandations...

La période des examens débute dans quelques semaines et ce moment peut engendrer un stress chez certains élèves. Le stress est positif lorsqu'il permet à la personne de se mobiliser et de performer, mais trop de stress peut aussi nuire à la réussite.

Quelques recommandations pour aider votre enfant avant l'examen

L'étude de dernière minute peut provoquer des trous de mémoire. Il est donc important de se préparer. Une planification des moments d'étude est nécessaire (gestion du temps).

Méthodes d'étude : chacun possède sa méthode pour étudier. En voici quelques-unes : poser des questions lors des récupérations, lire ses notes de cours, expliquer les notions à quelqu'un, se faire un examen, faire des schémas synthèses, etc. Il est important de prendre des pauses durant la période d'étude. Plusieurs courtes périodes d'étude sont plus efficaces qu'une longue période.

Prévoir une routine de sommeil stable : éviter de fermer les manuels juste avant de dormir. Tous les écrans devraient être fermés une heure avant l'heure du coucher afin de favoriser le sommeil. Une bonne alimentation permet d'avoir l'énergie et la concentration nécessaires pour faire l'examen.

Pendant l'examen :

- Bien écouter les directives de l'enseignant ;
- Porter attention aux mots clés ;
- Au besoin, passer à une autre question et y revenir par la suite ;
- Se permettre un temps de pause à l'occasion afin de relaxer (respiration) ;\*\*
- Changer les pensées négatives (je ne comprends rien, je vais manquer de temps) en pensées positives (je suis bien préparé, tout devrait bien aller) ;
- Réviser avant de remettre sa copie.

Après l'examen :

Entre les examens, il est important de bouger puisque l'activité physique diminue le stress.

Bonne préparation avec votre enfant!

*Sonia Couturier, psychologue*

\*\* Il existe des applications comme par exemple, *Respirelax*, qui permet de pratiquer la respiration.