

Discours de rentrée pour les élèves de 1^{ère}

Bienvenue au lycée Joseph Desfontaines. Toute l'équipe éducative du lycée est ravie de vous accueillir pour cette rentrée en classe de 1^{ère} générale ou technologique. Nous sommes ravis de vous retrouver, vous découvrir pour les nouveaux personnels et moi-même. Nous espérons que vous avez passé un bel été, plein de joie et d'insouciance, reposant.

Pour ce discours de rentrée, j'ai envie de vous parler d'estime de soi et de confiance en soi. L'an dernier, à l'entrée en Seconde, vous avez passé des évaluations nationales en Français et en Mathématiques. A la fin de ces évaluations, il vous était demandé d'indiquer si vous pensiez avoir réussi le test de Français, idem pour celui de Mathématiques. Cet été, le ministère a publié une analyse des réponses de tous les lycéens de 2^{nde} de 2023, dont vous faisiez partie. Il en ressort un manque de confiance en soi général, 1 élève sur 10 élèves identifiés comme performants n'étant pas conscient d'avoir réussi son test, cet écart s'accroissant si l'on regarde séparément les réponses des filles et celles des garçons. Et cet écart étant encore plus marqué en mathématiques qu'en français. L'article titre « Les filles moins confiantes que les garçons concernant l'année à venir et leurs performances, notamment en mathématiques ». Je vous invite donc à développer votre confiance en vous, en vos capacités et en compétences. J'aime beaucoup une citation de Nelson Mandela, l'un des dirigeants historiques de la lutte contre le système politique institutionnel de la ségrégation raciale. Il disait « je ne perds jamais, soit je gagne soit j'apprends », phrase qui symbolise une attitude positive et gagnante. Lorsque vous vous trompez, lorsque vous échouez à une évaluation, vous ne perdez pas. Vous ne perdez pas si vous êtes prêt à accepter cet échec, car alors vous apprenez. Les spécialistes des sciences de l'éducation indiquent que l'un des moyens les plus efficaces de progresser et de reprendre un exercice faux et de le refaire après en avoir vu la correction. Alors refaites vos exercices le soir même ou le lendemain, et vous progresserez.

L'estime de soi c'est la valeur que vous vous accordez ; la confiance en soi c'est le sentiment que vous avez d'être capable de faire quelque chose. Vous pouvez augmenter votre confiance en vous en vous soutenant les uns les autres. Les compliments, les propos rassurants, les petites attentions à l'autre (un geste, une parole), sont autant de moyens de nourrir l'estime de soi.

L'affirmation de soi consiste aussi en une attitude qui vous permet d'exprimer clairement vos opinions, vos sentiments et vos besoins tout en respectant les

autres. S'affirmer, c'est aussi avoir des droits : le droit de dire non, le droit à l'erreur, le droit d'exprimer vos émotions, etc. Ce qui permet d'avoir plus de contrôle sur soi, sur sa vie.

J'ai également envie de vous parler de persévérance pour cette rentrée en 1^{ère} générale ou technologique. Du haut de vos plus ou moins 16 ans, vous entrez dans votre 14^{ème} année de scolarité. Après le DNB et l'orientation post 3^{ème}, l'an dernier vous avez eu à confirmer votre orientation, à choisir des spécialités pour les élèves poursuivant dans la voie générale, à choisir une formation pour ceux poursuivant dans la voie technologique. Cette année pourra vous sembler longue. Ne relâchez pas vos efforts, votre réussite scolaire tient dans la régularité de votre travail. Vos enseignants et vos parents vous ont à de nombreuses reprises expliqué qu'il vaut mieux travailler peu mais souvent que beaucoup de temps en temps. Notre mémoire est ainsi faite, elle a besoin de répétitions espacées et ne peut amasser sur du long terme une masse de connaissances telle que ce que vous devez apprendre et retenir. Faites-vous confiance mais donnez-vous les moyens de réussir.

Enfin je finirai en vous parlant de votre santé. La santé est « un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ». Cette bonne santé, elle passe par un sommeil suffisant, une alimentation variée et une limitation du temps passé sur les écrans, trois éléments qui ne sont pas les plus simples à accepter quand on est adolescent. Pourtant, en étant attentif à ces trois éléments, vous prenez soin de votre santé physique et de votre santé mentale. L'année 2024 est l'année olympique et paralympique, n'oubliez pas de pratiquer une activité physique régulière, seul, à plusieurs, en famille ou en club, l'AS propose des activités variées permettant de relâcher la pression scolaire et de vous faire plaisir.

Les personnels du lycée, vos enseignants, la Vie scolaire, la Direction, les personnels médico-sociaux, sont tous à votre écoute, pour vous accompagner du mieux possible dans votre parcours individuel. Vous aurez tout au long de l'année des interventions pour préparer votre orientation post-Bac. Laissez-vous le temps de la découverte, de la réflexion. Ecoutez-vous, apprenez à vous connaître, à savoir qui vous êtes et ce que vous voulez. Laissez-vous guider aussi, et faites confiance aux adultes qui vous accompagnent. Pour conclure, soyez des élèves sérieux et des adolescents insouciant, les deux ne sont pas incompatibles !

Nous vous souhaitons une belle année scolaire, enrichissante et heureuse.

A Melle, le mardi 3 septembre 2024
Mme Laetitia Chardavoine, Proviseure du Lycée J. Desfontaines