



## Approches pour réduire l'encombrement visuel

<p><b>Balayez la classe du regard pour repérer les distractions</b> Notez les couleurs vives, les murs à la décoration bigarrée, les tableaux d'affichage et les tapis.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Éliminez les éléments superflus des murs et des fenêtres, ainsi que ceux suspendus au plafond.</i></li></ul>	<p><b>Désignez un endroit précis où afficher les bricolages et dessins des élèves</b> Nous voulons reconnaître la créativité des élèves, mais la modération a bien meilleur goût!</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Cette zone ou ce mur devrait être bien distinct des endroits réservés à l'apprentissage.</i></li></ul>
<p><b>Ajustez l'éclairage</b> Modifiez l'intensité de l'éclairage en fonction du niveau d'attention que vous souhaitez chez les élèves. Limitez l'éclairage fluorescent et privilégiez la lumière naturelle.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Tamisez l'éclairage après une activité énergisante pour aider les élèves à retrouver leur calme.</i></li></ul>	<p><b>Désencombrez les étagères et les surfaces de travail</b> Retirez les objets superflus des bureaux et des espaces de travail.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Suspendez des rideaux de couleur neutre devant les étagères ouvertes.</i></li><li>• <i>Réduisez le nombre de jeux, de jouets et de livres visibles.</i></li><li>• <i>Rangez les jouets dans des bacs, à l'abri des regards.</i></li></ul>
<p><b>Choisissez des couleurs naturelles</b> Les couleurs primaires ont un effet stimulant. Utilisez-les de manière réfléchie pour attirer l'attention des élèves et pour communiquer des renseignements importants.</p>	<p><b>Éliminez les distractions visuelles pour favoriser la concentration</b> Afin d'éviter les distractions, laissez un mur de la classe libre de décorations. Les élèves pourront regarder dans cette direction pour accomplir des travaux nécessitant leur pleine concentration.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Au besoin, installez les élèves qui se laissent distraire facilement dans un isolement pour réduire les distractions visuelles.</i></li></ul>

Adapté de : Laura O'Donnell, candidate à la maîtrise en ergothérapie, *TheOTClassroom* (2020)