



## Trucs pratiques pour la salle de classe

### Conseils généraux

- Vérifiez la position assise : pieds à plat sur le sol, bas du dos appuyé contre le dossier, hanches et genoux à angle droit.
- Assurez-vous que la surface de travail se trouve de 5 à 7 cm sous le coude plié, à la hauteur de la taille.
- Aidez l'élève à adopter des stratégies efficaces de lecture et d'écriture (de gauche à droite et de haut en bas).



### Motricité fine

- Utilisez des crayons à large diamètre et des prises pour crayon.
- Collez la feuille de papier sur le bureau pour la maintenir en place (droite ou avec un angle léger) ou utilisez une planche à pince à la surface arrière recouverte de matériel antidérapant.
- Fournissez des ciseaux faciles à manipuler.
- Utilisez des craies de cire à large diamètre.

### Jeu libre

- Activités sensorielles, effectuées les yeux ouverts ou les yeux fermés : manipulation d'objets de différentes textures et formes, ainsi que de farine, de riz ou de sable.
- Activités manuelles : pâte à modeler ou manipulation de divers divers objets du plus grand au plus petit, par exemple des billes, des pois ou des grains de riz.
- Activités de construction avec un marteau ou des clous et des tournevis.
- Jeu de bâtonnets à ramasser (Pick Up Sticks).
- Casse-tête et peinture avec les doigts.
- Construction avec de petites pièces détachées (par exemple, briques Lego).
- Activités avec du papier : déchirer, plier, découper.



### Réduction des distractions

- Placez l'élève facilement distrait à l'avant de la classe.
- Adoptez un horaire bien structuré.
- Éliminez les sources de distraction.
- Prévoyez des pauses régulières.
- Après une activité dynamique de motricité globale, proposez une activité calme et structurée pour aider l'enfant à retrouver son calme.
- Offrez un renforcement positif lorsque l'enfant démontre une bonne attention à la tâche.