

Le coin sensoriel – un essentiel dans votre classe

Chronique web
présentée par

fdmt



Équipe fdmt
media@fdmt.ca

L'école et la salle de classe fournissent une multitude d'informations sensorielles. Que vos élèves aient ou non des besoins particuliers, traiter les informations sensorielles peut être un vrai défi en plus d'avoir une incidence sur les comportements des élèves (p. ex. difficulté à être attentif, à se tenir assis, à travailler en coopération avec les autres, etc.). Offrir un espace sensoriel aide au retour au calme et s'avère un moyen d'éviter la désorganisation.

Qu'est-ce qu'un coin sensoriel?

Un coin sensoriel est une zone désignée à l'intérieur de votre classe qui est vouée à soutenir le développement sensoriel de tous les élèves. Il permet à l'enfant de s'y réfugier pendant une quinzaine de minutes, en toute indépendance. Son retrait dans cet espace l'aidera à réguler ses émotions et son niveau d'énergie afin d'être plus disponible à apprendre et à interagir avec les autres.

Un espace sensoriel stimule les sens primaires sans créer de surcharge, car les sens sont stimulés de façon volontaire.

Les sept sens primaires

Vue

Les besoins typiques incluent la sensibilité à des environnements dénudés ou au contraire, surchargés. Ceux-ci comptent par exemple : les diverses lampes, les sabliers sensoriels, etc.

Ouïe

Certains bruits peuvent être accablants ou à l'opposé, apaisant. Parfois, le cerveau rencontre des difficultés à traiter ce qui est entendu. Considérons par exemple : les coquilles insonorisantes et le bâton de pluie.

Odorat

Certains peuvent rencontrer des difficultés à distinguer les odeurs ou peuvent être hypersensibles aux senteurs, par exemple les pâtes à modeler parfumées.

Toucher

Certaines sensations ou textures peuvent être inconfortables ou agréables. Considérons par exemple : les outils de manipulations tels que balles anti-stress et les fidgets.

Oral

La recherche de goûts, de textures spécifiques, de mastication sont des besoins communs. Considérons par exemple : les mâchouilles.

Proprioception

Ce sens permet de situer le corps et ses parties dans l'espace. Il permet d'estimer la force à utiliser dans différentes activités. Prenons par exemple la peluche lestée.

Vestibulaire

Ce sens concerne l'équilibre et la coordination du corps. Il permet de contrôler les muscles et les réflexes. Prenons par exemple le coussin d'équilibre.

Les bénéfices d'un coin sensoriel

- Facilite la gestion des émotions.
- Augmente le sentiment de sécurité.
- Aide à réduire l'agitation et l'apathie (manque d'énergie).

Ce n'est pas étonnant qu'ils permettent l'amélioration de l'attention et la qualité de la concentration!

Comment concevoir un coin sensoriel dans une classe?

- Assurez-vous qu'il soit accueillant, confortable et défini dans l'espace. La zone doit être suffisamment vaste pour accueillir au minimum une assise.
- Assurez-vous que l'enfant sera isolé des bruits ambiants.
- Veillez à pouvoir ajuster l'intensité de la lumière. Certains enfants rechercheront une lumière intense alors que d'autres préféreront un éclairage tamisé.
- Tentez de trouver un coin de la classe où l'élève pourra avoir une certaine intimité, à l'abri des regards de ses pairs.
- Idéalement, prévoyez un rangement pour les articles que votre coin proposera.

Une fois votre coin sensoriel établi, prenez le temps de bien le présenter à vos élèves, spécifier à quel moment l'utiliser, et pourquoi, afin qu'ils comprennent l'objectif de cet espace.

À vous de jouer!