



## COMPLÉMENT AUX MODULES SM10

# Enseignement des modules SM10 aux élèves ayant des besoins particuliers – considérations pédagogiques

Nous sommes tous différents, mais nous avons tous une santé mentale. Les soutiens et les ressources en matière de santé mentale doivent être adaptés aux forces et aux capacités de tous les apprenants.

L'élève ayant des besoins particuliers peut profiter de plusieurs des stratégies adoptées pour favoriser le mieux-être de l'ensemble des enfants :

- l'établissement d'environnements scolaires accueillants et inclusifs;
- l'enseignement explicite des compétences lui permettant de s'adapter à une situation et de s'épanouir;
- des moyens adaptés sur le plan développemental pour apprendre les concepts de la santé mentale; et
- l'occasion d'exprimer ses opinions et ses préférences sur le mieux-être et le sentiment d'appartenance à l'école.

**Source :** [Soutenir le bien-être des élèves qui ont des besoins particuliers](#)

Le guide suivant fournit des suggestions sur la façon de présenter les **Modules de littératie en santé mentale pour Exploration de carrière (GLC20)** afin que chaque élève s'engage dans l'apprentissage à un stade de développement approprié et d'une manière différenciée pour elle ou lui. En tant qu'enseignantes et enseignants, nous devons souvent adapter le contenu et le déroulement de nos cours pour aider chaque élève à réussir. Comme pour les autres matières, le personnel enseignant doit se référer au plan d'enseignement individualisé (PEI) de l'élève, le cas échéant, afin de répondre au mieux à ses propres besoins.



Bien que nous ayons fait des suggestions sur des activités particulières dans les modules, bon nombre d'entre elles s'appliquent à une variété de contextes. De nombreux outils et conseils suggérés pour une activité particulière peuvent servir tout au long des modules, le cas échéant.



## VOIX DES ÉLÈVES

Il convient de donner à chacun et à chacune la possibilité de faire entendre sa voix et ses idées, y compris aux personnes qui utilisent la communication améliorée et alternative (CAA).

Questions qui appellent à la réflexion :

- Comment puis-je offrir aux élèves de multiples possibilités d'échanger leurs idées et leurs questions?
- Comment les élèves communiquent-ils entre eux?
- Comment est-ce que je tire parti de l'apprentissage?
- Comment est-ce que je communique l'apprentissage de l'élève aux parents ou aux aidants naturels?

### MODULE 1 : STRATÉGIES POUR GÉRER LE STRESS ET FAVORISER L'ÉQUILIBRE

ENSEIGNEMENT DES ÉLÈVES EN DIFFICULTÉ – CONSIDÉRATIONS PÉDAGOGIQUES	IDÉES D'ACCOMMODATIONS, D'ADAPTATIONS ET D'OUTILS DE SOUTIEN
<p><b>Faire le point : Comprendre vos talents et vos capacités</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dans certaines activités, les élèves sont invités à consigner leurs réflexions. Les élèves peuvent procéder de plusieurs façons.</li><li>• L'objectif de cette activité est que les élèves mettent en évidence leurs talents et leurs capacités.</li></ul>	<p><b>Les élèves peuvent travailler seul(e)s ou avec l'aide d'une ou d'un membre du personnel enseignant :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Répondre aux questions par voie orale.</li><li>• Dessiner ses réponses.</li><li>• Utiliser des aides à la communication améliorées et/ou alternatives.</li></ul> <p><b>Ressource à essayer :</b></p> <p><a href="#">Adjectifs à propos de moi – Conscience de soi et sentiment d'identité personnelle – La santé mentale au quotidien – une ressource pour la salle de classe (smho-smsso.ca)</a></p>



MODULE 1 : STRATÉGIES POUR GÉRER LE STRESS ET FAVORISER L'ÉQUILIBRE	
ENSEIGNEMENT DES ÉLÈVES EN DIFFICULTÉ – CONSIDÉRATIONS PÉDAGOGIQUES	IDÉES D'ACCOMMODATIONS, D'ADAPTATIONS ET D'OUTILS DE SOUTIEN
<p><b>Mise en situation : construire une compréhension commune du stress</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cette activité jette les bases pour la compréhension du stress et de notre zone optimale de stress.</li> </ul>	<p><b>À essayer :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pré-enseigner le concept de stress.</li> <li>• Créer une liste de vocabulaire comprenant des représentations imagées, des supports contextuels et/ou d'autres langues que l'élève pourra compléter tout au long des modules.</li> </ul>
<p><b>Vidéo : Comprendre la gestion du stress</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les deux modules intègrent des vidéos pour transmettre des informations et stimuler la réflexion des élèves. Il existe de nombreuses méthodes pour rendre les vidéos plus compréhensibles pour les élèves.</li> </ul>	<p><b>À essayer :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Activer le sous-titrage.</li> <li>• Ralentir la vitesse de lecture de la vidéo.</li> <li>• Mettre les transcriptions des vidéos à la disposition des élèves sous forme numérique et/ou imprimée.</li> <li>• Utiliser les transcriptions pour pré-enseigner et/ou réviser le vocabulaire ou les concepts importants.</li> <li>• Utiliser les transcriptions pour créer des listes de vocabulaire multilingues.</li> </ul>



MODULE 1 : STRATÉGIES POUR GÉRER LE STRESS ET FAVORISER L'ÉQUILIBRE	
ENSEIGNEMENT DES ÉLÈVES EN DIFFICULTÉ – CONSIDÉRATIONS PÉDAGOGIQUES	IDÉES D'ACCOMMODATIONS, D'ADAPTATIONS ET D'OUTILS DE SOUTIEN
<p><b>Routines et stratégies pour revenir dans sa zone optimale de stress</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les diapositives incluses dans cette activité peuvent stimuler la réflexion des élèves, mais il est crucial de trouver des moyens pour les rendre accessibles à l'ensemble des élèves.</li> <li>• Les élèves ont la possibilité de découvrir les stratégies qui les aident de différentes manières. Ils peuvent également être encouragés à collaborer dans la création de ressources ou d'environnements qui promeuvent leur bien-être mental.</li> <li>• Cette activité vise à mettre en avant les forces, les besoins et les identités uniques de chaque élève. C'est l'occasion d'engager des discussions, de collaborer et de créer ensemble des méthodes qui soutiennent l'ensemble des élèves.</li> </ul>	<p><b>Des stratégies à expérimenter pour améliorer l'accessibilité des diapositives :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ajouter des éléments visuels aux diapositives pour faciliter la compréhension.</li> <li>• Lire les questions à voix haute.</li> <li>• S'assurer que les élèves ont accès aux diapositives sous forme imprimée ou numérique.</li> </ul> <p><b>Des suggestions à explorer pour réfléchir sur les stratégies et les habitudes à adopter :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Une activité de « glisser-déposer » dans laquelle diverses stratégies ont déjà été répertoriées. En demandant aux élèves et/ou aux parents/tuteurs de contribuer à la création de ces options, vous vous assurez de leur pertinence pour l'élève. Elles peuvent être écrites ou représentées par des images.</li> <li>• Élaborer des routines et travailler avec les élèves pour déterminer les indices appropriés visant à soutenir les transitions afin que les attentes soient prévisibles et bien comprises (p. ex., horaires visuels, minuteries visuelles, indices auditifs et rappels, chansons de transition, routines de rangement).</li> <li>• Les prévenir en cas de changement d'horaire ou de routine.</li> <li>• Consulter les parents ou les aidants naturels sur les expériences sensorielles que leur ado recherche et évite. Montrez-vous curieux de savoir ce qui fonctionne à la maison pour réduire le stress, éviter la surcharge sensorielle et répondre aux besoins sensoriels.</li> <li>• Les élèves peuvent être invités à créer des boîtes calmantes ou des bacs sensoriels pour répondre à divers besoins sensoriels (tactiles, visuels, olfactifs, vestibulaires) qui sont sécuritaires, adaptés à l'âge et au stade de développement.</li> </ul> <p><b>Ressource à essayer :</b></p> <p><a href="http://smho-smsso.ca">Boîtes calmantes – Gestion du stress et adaptation – La santé mentale au quotidien – une ressource pour la salle de classe (smho-smsso.ca)</a></p>



MODULE 1 : STRATÉGIES POUR GÉRER LE STRESS ET FAVORISER L'ÉQUILIBRE	
ENSEIGNEMENT DES ÉLÈVES EN DIFFICULTÉ – CONSIDÉRATIONS PÉDAGOGIQUES	IDÉES D'ACCOMMODATIONS, D'ADAPTATIONS ET D'OUTILS DE SOUTIEN
<p><b>Consolidation : Évaluer les stratégies personnelles de gestion du stress</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Savoir examiner les stratégies pour gérer le stress est crucial pour développer sa propre conscience de soi et est lié à l'autonomie personnelle.</li> </ul>	<p><b>À essayer :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Créer des cartes d'autonomie sociale dans lesquelles ils répondent aux questions suivantes :                             <ul style="list-style-type: none"> <li>Comment savoir quand ça va mal pour moi? (Ce que je fais/ce que je ressens)</li> <li>Comment quelqu'un d'autre peut-il percevoir que je ne vais pas bien?</li> <li>Que puis-je faire pour m'aider à m'adapter à l'école?</li> <li>Si les stratégies d'adaptation énumérées ci-dessus ne m'aident pas, je passe à l'étape suivante :</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Ressource à essayer :</b></p> <p><a href="http://smho-smsso.ca">Fiches pour la défense de ses intérêts – Conscience de soi et sentiment d'identité personnelle – La santé mentale au quotidien – une ressource pour la salle de classe (smho-smsso.ca)</a></p>
<p><b>Billet de sortie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dans les deux modules, un billet de sortie aide l'élève à évaluer son propre apprentissage et à déterminer les prochaines étapes.</li> </ul>	<p><b>À essayer :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Modifier le billet de sortie pour mettre en évidence les objectifs personnels d'apprentissage de l'élève.</li> </ul>



## IDÉES NOVATRICES

Certains élèves ayant des besoins particuliers éprouvent également des sentiments d'anxiété qui peuvent ou non être liés à leurs résultats scolaires, au fait de parler devant des groupes ou d'être submergés par de gros travaux. Notre ressource [Vers un juste équilibre en un clin d'œil – Santé mentale en milieu scolaire Ontario \(smho-smsso.ca\)](http://smho-smsso.ca) pourrait fournir des stratégies pour soutenir et appuyer ces élèves, mais aussi tous les élèves qui ont besoin d'un soutien supplémentaire.



MODULE 2 : SAVOIR QUAND, OÙ ET COMMENT DEMANDER DE L'AIDE	
ENSEIGNEMENT DES ÉLÈVES EN DIFFICULTÉ – CONSIDÉRATIONS	IDÉES D'ACCOMMODATIONS, D'ADAPTATIONS ET D'OUTILS DE SOUTIEN
<p><b>Faire le point : Réfléchir à ce qui te permet de t'ancrer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dans cette vidéo, l'importance de se connecter avec la nature est illustrée en tant qu'exemple de technique d'ancrage. En effet, les activités qui nous ancrent peuvent nous procurer un sentiment de calme, de rapprochement et de présence dans l'instant immédiat.</li> </ul>	<p><b>À essayer :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Envisagez d'utiliser ces éléments à partager sur les médias sociaux pour aider les élèves à identifier et à pratiquer les techniques d'ancrage qui fonctionnent pour eux.</li> <li>• Les élèves pourraient créer leurs propres images et/ou vidéos pour illustrer la technique.</li> <li>• Le personnel enseignant peut également modeler ce que nous modelions l'utilisation des stratégies que les élèves ont choisies d'essayer ou qu'ils ont jugées utiles.</li> </ul> <p><b>Ressource à essayer :</b></p> <p><a href="http://smho-smso.ca">Série de graphiques sur les techniques d'ancrage conçus pour les médias sociaux – Santé mentale en milieu scolaire Ontario (smho-smso.ca)</a></p>
<p><b>Mise en situation : Vidéo - Reconnaître les signes que le stress devient problématique</b></p>	<p>* Consultez les conseils concernant les vidéos présentés dans le premier module.</p>



MODULE 2 : SAVOIR QUAND, OÙ ET COMMENT DEMANDER DE L'AIDE	
ENSEIGNEMENT DES ÉLÈVES EN DIFFICULTÉ – CONSIDÉRATIONS	IDÉES D'ACCOMMODATIONS, D'ADAPTATIONS ET D'OUTILS DE SOUTIEN
<p><b>Action et consolidation : Déterminer et comprendre les soutiens possibles en matière de santé mentale</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Comprendre le moment opportun et la manière de rechercher du soutien est une compétence essentielle pour tous les élèves. Certains élèves pourraient tirer profit d'une application plus directe et concrète de cette compétence.</li> <li>Il est important de régulièrement revoir les activités ou les ressources qui aident les élèves dans leur recherche de soutien, car les besoins, les compétences et les forces d'un élève évoluent avec le temps.</li> <li>Dans cette activité, un ensemble de diapositives et un document écrit sont employés, et il pourrait être bénéfique de les ajuster pour les rendre plus accessibles à l'ensemble des élèves (*voir les suggestions pour améliorer l'accessibilité des diapositives dans le module 1).</li> </ul>	<p><b>Des suggestions à expérimenter pour appliquer les compétences de recherche de soutien :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Jeu de rôle pour mettre en pratique la recherche d'aide</li> <li>Co-crée des histoires sociales pour la recherche d'aide</li> </ul> <p><b>Ressources à essayer :</b></p> <p><a href="http://www.smho-smsso.ca">La recherche d'aide – Gestion du stress et adaptation – La santé mentale au quotidien – une ressource pour la salle de classe (smho-smsso.ca)</a></p> <p><b>Suggestions à expérimenter pour repérer les sources de soutien :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Aidez l'élève et/ou ses parents/aidants naturels à trouver des groupes de soutien par les pairs ou familiaux qui sont en accord avec leur culture, offrant ainsi l'occasion de cultiver des amitiés et des réseaux de soutien solides.</li> <li>Identifiez les organismes ou les groupes qui fournissent du soutien, des ressources et/ou défendent des groupes particuliers (p. ex. Autisme Ontario, Learning Disabilities Association of Ontario, La Marche des dix sous du Canada, Down Syndrome Association of Ontario, Centre de sensibilisation au TDAH, Canada, INCA, Ontario Association of the Deaf).</li> </ul>





## IDÉES NOVATRICES

L'environnement physique peut jouer un rôle clé pour que les élèves se sentent accueillis, inclus et prêts à apprendre. Points à prendre en compte :

- Les besoins sensoriels des élèves (p. ex., l'éclairage, le bruit);
- L'accessibilité du matériel pédagogique;
- Les besoins en matière de mobilité (p. ex., les élèves, le personnel scolaire et les visiteurs peuvent-ils se déplacer facilement dans toutes les zones de l'espace d'apprentissage);
- La collaboration et la proximité (p. ex., tous les élèves sont-ils en mesure de communiquer et de collaborer facilement avec leur groupe de pairs?).

## Améliorer votre apprentissage

Le Guide pédagogique qui accompagne les modules peut vous aider à approfondir votre apprentissage et à vous préparer à enseigner la santé mentale. Vous trouverez ci-dessous une ressource supplémentaire pour vous aider à répondre aux besoins de chaque élève en dispensant les modules.

[SMH-ON • Soutenir le bien-être des élèves qui ont des besoins particuliers \(smho-smso.ca\)](https://smho-smso.ca)

