

TDA/H

TDA/H signifie **T**rouble **D**éficit de l'**A**ttention / **H**yperactivité. Le DSM IV (classification américaine) décrit trois symptômes pouvant être présents dans cette pathologie:

- le trouble de l'attention
- l'impulsivité
- l'hyperactivité.

Il existe trois sous-types de TDA/H:

- trouble de l'attention dominant,
- hyperactivité et impulsivité,
- forme mixte avec les trois symptômes.

Selon le DSM IV la principale caractéristique du TDA/H est le mode persistant des troubles entraînant une gêne significative dans plusieurs domaines et un net retentissement sur le fonctionnement scolaire et social. Deux aspects importants sont à prendre en considération: la permanence des symptômes et la variabilité d'intensité de ceux-ci selon les situations (fluctuations en fonction de l'effort que doit fournir l'enfant). Il est important d'identifier les troubles spécifiques de l'enfant afin d'apporter une aide adaptée à ses besoins.

Nous allons maintenant détailler l'expression de chaque symptôme.

1) Trouble de l'attention

L'enfant TDA/H est très facilement distrait car il perçoit tous les stimuli avec un même degré d'importance, il ne parvient pas à donner la priorité à une source d'information (ex: le bruit d'une règle qui tombe est à niveau égal avec le maître qui parle).

Ainsi il est difficile pour lui de garder une attention soutenue pendant longtemps. Il décroche souvent, n'écoute pas la consigne en entier car cela lui demande sans cesse des efforts.

Il rencontre des problèmes d'organisation et de planification de la tâche à effectuer, il a du mal à commencer la tâche et à l'exécuter entièrement.

2) Impulsivité

L'enfant répond ou agit sans prendre le temps de réfléchir. Il répond à une sollicitation avant la fin de l'énoncé, il fait des conclusions hâtives. Il est incapable de fonctionner par étapes, et prévoir le déroulement. On retrouve cela dans les rédactions qui manquent de progression logique et contiennent des contre-sens. Il fait des digressions (passe du coq à l'âne), intervient au mauvais moment, répond à côté. Il n'attend pas son tour pour parler ou pour jouer.

Il ne peut pas se contrôler, se canaliser. Il vit uniquement dans le présent. On observe une absence d'anticipation des conséquences de ses actions que ce soit sur le plan physique (ex: traverser sans regarder, blesser quelqu'un...) ou social (ex: dire ce qu'il pense à voix haute).

3) Hyperactivité

On constate une agitation motrice excessive: il bouge sans cesse, il se lève au moindre prétexte en classe. Il est toujours en mouvement à son bureau: fait grincer sa chaise, tripote un crayon, le fait tomber... Il répond à voix haute à son voisin. Son comportement perturbe le cours. Il se met parfois en danger, il peut être agressif sans le vouloir et bousculer les autres.

Conséquences possibles:

- autonomie entravée, progrès lents
- baisse de l'estime de soi
- trouble du comportement fréquent
- apprentissages difficiles car l'attention est un préalable pour apprendre
- trouble de construction de la personnalité
- désordre de la pensée car les informations sont sélectionnées « en gruyère »
- fatigabilité, lenteur, rendement insuffisant
- son comportement n'évolue pas car il n'apprend pas de ses erreurs
- retentissement sur la vie familiale, scolaire et sociale
- anxiété, stress

Voici les principales aides à lui apporter rapidement:

- **instaurer un climat de confiance avec des repères stables pour le rassurer**
- **améliorer son estime de soi en le félicitant et en l'encourageant au maximum**
- **éviter les doubles tâches**
- **éliminer les sources de distraction**
- **veiller à ce qu'il se mette au travail et qu'il reste concentré**
- **lui offrir des opportunités de bouger**
- **stopper son impulsivité**
- **favoriser les liens sociaux**

Vous trouverez ensuite des pistes pratiques classées par rubrique. Toutes les aides citées ne sont pas applicables à tous les enfants TDA/H.

Il est important de mettre en place celles qui lui seront bénéfiques en collaboration avec toute l'équipe, à commencer par l'enseignant.

Table des matières

INSTALLER UNE ROUTINE.....	5
BOUGER	5
COMPORTEMENT.....	6
L'ACCOMPAGNER DANS UNE TACHE.....	7
BANNIR LES DOUBLES TACHES.....	8
ELIMINER LES SOURCES DE DISTRACTION.....	8
ATTENTION.....	9
IMPULSIVITE.....	10
AUTONOMIE.....	11
MATERIEL, ENVIRONNEMENT CLASSE.....	12
GESTION DU TEMPS.....	12
RELATIONS SOCIALES.....	13
EVITER LES SITUATIONS DE CRISE.....	14
ESTIME DE SOI.....	15
LECTURE.....	16
ECRITURE ET GRAPHISME.....	17
MATHEMATIQUES.....	18
MEMORISATION.....	19
EVALUATIONS, NOTATIONS.....	20

INSTALLER UNE ROUTINE	
Un cadre structuré l'aide à améliorer son auto-contrôle. Il lui faudra du temps pour intégrer les différentes routines mais à force de répéter il les automatisera et trouvera des avantages.	
Mettre en place un agenda ou un calendrier. Afficher l'emploi du temps.	
Lui rappeler les horaires et les activités de la journée. Les symboliser par des dessins.	
Procéder à un rituel pour s'installer en classe, déposer son manteau, s'asseoir, sortir ses affaires du cartable.	
Anticiper les changements de routine, le prévenir de ce que l'on va faire afin de faciliter les transitions entre les activités.	
Établir en collaboration avec l'enseignant des routines pour noter les devoirs ainsi que pour les rendre.	

BOUGER	
Permettre à l'enfant d'avoir des occasions de bouger, de se défouler. Lui demander de distribuer les cahiers, les feuilles, effacer le tableau...	
Un coussin gonflable permet à l'enfant de bouger sur sa chaise sans déranger les autres.	
Ne pas le priver de récréation.	
Lui donner des objets calmants comme une balle anti-stress.	
Instaurer des moments de pause, d'étirement, de mouvement. Il a besoin de temps de rupture et de décompresser.	
S'il a besoin de bouger pendant un exercice mais que cela ne perturbe pas la réalisation de cet exercice le laisser faire. Par exemple l'autoriser à jouer avec son crayon s'il fait son exercice car lui demander d'arrêter serait pour lui un effort supplémentaire.	

COMPORTEMENT	
Parler d'une voix ferme mais douce pour décrire le comportement attendu. Lui rappeler ce comportement lors de situations particulières (par exemple pour la venue d'un intervenant extérieur ou pour une sortie scolaire).	
Utiliser un langage précis pour décrire les comportements positifs de l'enfant. L'encourager et multiplier les façons de dire « bravo ».	
Mettre en place des règles de base si besoin (ex: être prêt à apprendre, respecter ses camarades...)	
Le ramener à l'ordre avec un indice discret et simple comme poser votre main sur son épaule. Cette technique est efficace pour les comportements mineurs ou les changements de sujet.	
Observer le comportement de l'enfant, les événements qui précèdent et les conséquences qui suivent ce comportement afin de connaître les facteurs déclenchant un comportement positif ou négatif ainsi que les facteurs pour apaiser la situation.	
Tolérer les débordements mineurs.	
Les punitions classiques sont inutiles, le renforcement des comportements positifs est plus efficace. Bannir les permis à points.	
Cibler un comportement à la fois, établir des priorités.	
Limiter la réaction des camarades pour ne pas l'encourager.	
Utiliser plutôt des consignes positives (ex: « marche calmement pour rentrer en classe » et non « ne cours pas ») et affirmatives (éviter de lui demander: « peux tu arrêter de... »). Lui dire ce qu'il doit faire plutôt que ce qu'il ne doit pas faire.	
Les récompenses doivent être variées, fréquentes, immédiates et amusantes ou plaisantes à faire. Voici quelques exemples de récompenses: 5 minutes de temps libre, écouter de la musique ou une histoire, faire un dessin, choisir un livre que l'enseignant lira, s'occuper de l'animal de la classe s'il y en a un, jouer sur l'ordinateur, choisir un autocollant, faire un jeu...	
Mettre en place une feuille de route que l'élève présentera à chaque professeur à la fin du cours. Cette feuille permettra de noter le comportement de l'enfant et de voir son évolution.	
Éventuellement établir un contrat de bonne conduite en début d'année. Le nombre de règles doit être restreint, utiliser des mots simples et des phrases courtes, illustrer certaines règles.	

L'ACCOMPAGNER DANS UNE TACHE	
Solliciter son attention avant tout début d'activité, l'inciter dans la mise en route de l'exercice.	
Après l'avoir mis en position d'écoute et avoir donné la consigne on peut lui demander de la reverbaler. Il peut aussi se dire « je chuchote dans ma tête ce que la maîtresse dit ».	
Reprendre les consignes point par point de façon claire et concise. Utiliser des mots de transition comme: d'abord, premièrement, ensuite, après...	
Renforcer la consigne donnée à l'oral par des mots clés à l'écrit. L'encourager à lire la consigne plusieurs fois.	
Surveiller l'exécution de la tâche, le recentrer sur ce qu'il fait.	
L'encourager à demander quand il ne comprend pas.	
Donner d'abord les grandes lignes du cours, l'idée générale puis donner les détails après afin qu'il repère les informations importantes.	
Mettre l'accent sur les points importants en surlignant, entourant.	
Quand c'est possible montrer un exemple du travail achevé.	
L'encourager à utiliser un dialogue intérieur pour procéder par étape (ex: « Que dois-je faire en premier? »).	
Procéder étape par étape, décomposer systématiquement, fractionner le travail. Donner les instructions une à une. Faire des demandes claires et courtes.	
Rendre la tâche gratifiante et motivante pour que l'enfant ne se lasse pas. Il aime le renouveau, soyez créatif! Utiliser l'informatique pour varier les supports si possible.	
Donner des indices pour initier les réponses.	
L'aider à s'organiser en fournissant des repères méthodologiques.	
Utiliser dès que possible la manipulation d'objets.	
Réduire la charge de travail pour qu'il puisse terminer la tâche (important pour son estime de soi).	

BANNIR LES DOUBLES TACHES	
Il est incapable de faire deux choses simultanément car sa mémoire de travail a une capacité limitée. Pour cette raison, toujours lui demander une seule tâche à la fois.	
Donner une seule consigne à la fois, reformuler et répéter si besoin. Fractionner si nécessaire.	
Ne pas faire écrire l'élève s'il doit écouter l'enseignant. Ou alors lui demander de noter seulement les mots clés ou le plan du cours.	
La consigne doit être courte, claire et précise pour cibler un seul objectif.	
Faire une liste des étapes à suivre avec des mots clés et lui faire barrer les étapes au fur et à mesure.	
Éviter les tâches complexes.	

ELIMINER LES SOURCES DE DISTRACTION	
Avec l'accord de l'enseignant, enlever les dessins inutiles et aérer les documents.	
Ne pas installer l'enfant à côté de la fenêtre, à côté des appareils d'air climatisé ou de chauffage, près des portes, des zones où il y a du passage dans la classe, fermer la porte.	
Le placer à côté d'un enfant calme, l'entourer d'élèves qui serviront de modèles positifs.	
Suggérer à l'enseignant d'éviter de surcharger les murs de la classe, mettre une ou deux affiches sur les apprentissages du moment puis les enlever pour afficher les suivants.	
Parfois écouter de la musique avec un casque lui permet d'ignorer les autres distractions ou au contraire il peut préférer travailler dans le silence et mettre des bouchons dans les oreilles.	
Éliminer les objets qui nuisent (élastique, jouets bruyants...) et les ranger immédiatement.	
Ne laisser que le matériel nécessaire sur le bureau.	
Ne pas lui donner trop d'informations à la fois. Si l'enseignant donne des repères en couleur sur une fiche, ces repères ne doivent pas être trop nombreux sinon ils sont source de distraction.	
Penser à effacer les notes de l'exercice précédent sur le tableau.	

ATTENTION	
Le canaliser, le recentrer. Passer par différents sens pour le reconcentrer (le regard, le toucher, la vue d'un pictogramme...).	
Lui apprendre à adopter une stratégie d'écoute: pour écouter on regarde la personne, on pose son crayon, on pose ses mains sur le bureau et on se met en projet (on a un objectif).	
L'enfant TDA/H vit dans le présent, il faut donc absolument faire partie de ce moment présent. Il faut tout de suite donner un feedback sur son action, que le retour soit positif ou négatif il doit être donné immédiatement.	
Donner un plan du cours.	
Mettre en couleurs les points importants de sa leçon pour attirer son attention sur ceux-ci.	
Cacher les exercices qui suivent pour qu'il se focalise sur celui qu'il doit faire.	
Pour maintenir son attention il est important de freiner toute persévération (répétition pathologique), toute digression d'un geste, de la voix ou d'un regard.	
Utiliser si possible l'informatique pour susciter de l'intérêt.	
Avec l'accord de l'enseignant, laisser le choix à l'élève soit sur l'activité parmi une sélection, soit sur le thème... de façon à l'impliquer dans son apprentissage.	
Alterner les activités moins attractives, répétitives ou passives avec d'autres plus dynamiques.	
Préférer les activités courtes afin qu'il puisse maintenir son attention tout au long de la tâche. Diviser le travail si besoin.	
Introduire de la nouveauté tout en restant dans la routine. Les nouveaux supports, les nouvelles activités le motivent. Un enfant TDAH peut se surpasser si la motivation est là.	

IMPULSIVITE	
Pour réduire l'impulsivité utiliser la méthode « s'arrêter – réfléchir – agir », cela permet à l'enfant de prendre le temps de la réflexion pour répondre.	
Éviter les QCM (il donne souvent la première réponse).	
Lui dire de commencer quand on l'autorise, et lui donner le stylo à ce moment-là.	
Créer une fiche méthodologique et la sortir quand c'est nécessaire. Dessiner 4 pictogrammes représentant: un feu rouge= je m'arrête un visage avec une loupe= je regarde un visage avec des points d'interrogation= je me questionne une flèche qui part dans 2 directions= je décide.	
Pour qu'il écoute la consigne entièrement lui dire d'attendre la fin puis lui demander de la répéter.	
Afin qu'il ne coupe pas la parole aux autres et qu'il n'oublie pas ce qu'il voulait dire, lui faire noter un mot clé pour se souvenir de son idée quand se sera son tour de parole.	

AUTONOMIE	
Fixer des objectifs précis à atteindre (exemple: écouter les consignes, avoir un cahier organisé et soigné, terminer son exercice à temps). Déterminer des priorités dans les objectifs et lorsqu'ils sont atteints passer aux suivants. Puis fixer des objectifs d'après la demande de l'enfant; il peut lui même remplir une fiche expliquant l'objectif qu'il a choisi, pour quelles raisons, comment il va atteindre son objectif, comment savoir s'il progresse vers son objectif et évaluer la façon dont il s'y est pris.	
Estomper progressivement les aides dès que possible.	
Lui apprendre à s'autocorriger après chaque exercice.	
Toujours se situer juste au-dessus du niveau de l'enfant pour qu'il progresse avec votre aide sans le décourager. Par exemple s'il intervient environ 10 fois sans demander la parole commencer par lui demander d'interrompre moins de 5 fois puis passer à 2.	
Les pictogrammes vus dans la rubrique impulsivité seront d'abord donnés à l'enfant, puis il devra lui-même les sortir au moment voulu, et enfin il devra penser aux étapes sans la fiche.	
Utiliser des listes de contrôle, des fiches méthodologiques. La mise en place d'un classeur de routines avec des fiches de procédures permettra d'autonomiser l'enfant dans certaines tâches (ex: une fiche pour la vérification de la trousse).	
Apprendre à l'enfant l'auto-instruction par une explicitation verbale des stratégies. Cette méthode consiste à suivre les 5 étapes suivantes: <ul style="list-style-type: none"> - le modèle est donné par l'adulte qui verbalise son action - l'enfant fait l'action et l'adulte verbalise - l'enfant réalise l'action seul en verbalisant - l'enfant chuchote - l'enfant intériorise le discours 	
Lui enseigner l'auto-surveillance et l'autoévaluation. D'abord à l'aide de listes créées avec lui, puis de listes qu'il fera lui-même selon ses besoins et qui seront progressivement abandonnées une fois la méthode de travail automatisée.	
Instaurer un signal incitant l'enfant à se demander s'il fait ce qu'il est censé faire, s'il est bien concentré.	
Établir une fiche journalière pour évaluer les progrès de l'enfant pour les principaux objectifs (ex: écoute les consignes, se met au travail facilement, respecte ses camarades...).	
Mettre en place des astuces pour ne pas rester coincé sur une question (ex: relire la consigne, souligner les mots importants, sauter la question et y revenir plus tard).	
Parler à voix haute ou chuchoter peut l'aider à procéder par étapes et à rester concentré.	

MATERIEL, ENVIRONNEMENT CLASSE	
Noter son nom sur ses effets personnels.	
Fournir une image ou une photo représentant son bureau rangé.	
L'aider à organiser son cartable.	
Vérifier son agenda. S'il est trop fatigué en fin de journée pour noter seul les devoirs essayer de voir avec l'enseignant si les élèves peuvent les écrire le matin.	
Mettre en place un système de pense-bêtes, créer une liste des affaires qu'il doit prendre dans son cartable. Cependant il faut parfois tolérer les oublis.	
Lui conseiller d'utiliser un cahier (style « activebook » ou « Twin book ») avec des intercalaires par matière pour ne pas avoir de feuilles volantes qui se perdent.	
Faire un inventaire du matériel qu'il aime utiliser, avec lequel il est à l'aise, qui l'aide à s'organiser. Quel crayon, quelle couleur, quel papier, quel logiciel, quel dictionnaire... Que préfère-t-il?	
De même pour ce qui l'aide dans la classe: quel endroit, quelle couleur de craie ou feutre au tableau, quelles police et taille d'écriture lui sont favorables?	

GESTION DU TEMPS	
Utiliser un time timer (chronomètre visuel disponible chez hoptoys) pour que l'enfant visualise le temps qui passe.	
Matérialiser les activités et le temps de travail.	
Afficher les horaires de la journée.	
Il vit dans le présent, pour lui maintenant c'est tout de suite et tout à l'heure c'est trop loin (dur d'accepter une récompense tout à l'heure). Le futur est inconsistant et le passé vite oublié.	
Travailler le traitement des informations séquentielles: lui faire trouver les étapes d'une action.	
Pour ne pas faire ses devoirs à la dernière minute, fractionner les devoirs les plus lourds. Exemple: DM de maths à rendre dans 2 semaines, noter dans l'agenda pour la semaine suivante « faire la moitié du DM de maths » puis pour la date prévue « finir et rendre DM de maths ».	
Pour lui faire prendre conscience du temps qui passe, lui faire estimer le temps nécessaire pour réaliser telle ou telle tâche. Puis le chronométrer pendant qu'il effectue la tâche et comparer avec le temps estimé.	

RELATIONS SOCIALES	
Il est difficile pour l'enfant TDA/H de prendre l'autre en considération. Et le regard des autres, qui normalement est un des premiers régulateurs de socialisation, a moins d'effet sur lui. Lui faire part des attitudes sociales appropriées.	
Lui faire prendre conscience des conséquences de ses actes, de l'effet de ses comportements sur les autres et lui apprendre à anticiper les réactions d'autrui face à certaines conduites.	
Expliquer le TDA/H aux autres enfants peut améliorer leur compréhension, leur acceptation du trouble et faciliter les relations amicales.	
Il est parfois plus facile pour lui de créer des liens avec des enfants plus jeunes, l'essentiel est qu'il crée des liens sociaux.	
Mettre l'accent sur les attitudes suivantes: attendre son tour, écouter et répondre, comprendre le langage corporel et les tons de voix, partager et collaborer, savoir quand utiliser sa voix interne ou externe. L'encourager à observer les indices sociaux, décoder le ressenti des autres et leurs attentes dans l'interaction en lui donnant des exemples concrets.	
En cas de conflit: relever chaque point de vue, présenter le problème comme un problème collectif (ne pas dire « tu as un problème » mais « c'est un problème »), faire chercher à chacun une solution, proposer une solution en tant qu'adulte afin que chacun y trouve son compte.	
Faire patienter l'élève pour attendre son tour de parole pour répondre à la question de l'enseignant. Récapituler les éléments de sa réponse ou l'écrire pour ne pas l'oublier.	
Lui expliquer qu'il ne faut pas couper la parole aux autres, qu'on peut blesser des gens avec la parole.	
Dresser une liste des comportements inadéquats en situation de groupe et les illustrer par des dessins humoristiques. Faire un bref rappel de cette liste avant la récréation.	

EVITER LES SITUATIONS DE CRISE	
Aménager un coin détente ou retour au calme dans la classe. Lors d'un conflit il faudra d'abord passer par ce retour au calme.	
Si besoin rentrer quelques minutes avant la fin de la récréation pour faire une activité plus calme qu'il apprécie.	
Prendre du recul, son comportement n'est pas contre vous, c'est la pathologie qui s'exprime ainsi. Éviter de s'énerver. Ne pas entrer dans son jeu et éviter la confrontation.	
Prévenir l'enfant que s'il continue il sera sanctionné en l'informant de la sanction qui sera donnée. Une fois que la sanction tombe, la punition doit avoir lieu immédiatement. La sanction peut être par exemple de sortir 5 minutes de classe. Une fois de retour en classe l'écart est oublié.	
Informé l'enfant des règles de conduite à suivre. Ces règles doivent être claires, constantes, bien définies et en nombre limité. Ce cadre structuré offre un sentiment de sécurité à l'enfant.	
Savoir dire non de manière claire.	
Faites ce que vous dites et dites ce que vous faites.	
Ignorer l'impulsivité verbale.	
Tenter de décourager les comportements indésirables. Lui faire comprendre que c'est « assez », à chaque fois que l'enfant atteint la limite il faut sanctionner. Utiliser la méthode en comptant jusqu'à trois pour lui laisser une chance de se recadrer.	
Tolérer les petits écarts.	
L'encourager à utiliser des stratégies de maîtrise de la colère comme la respiration profonde, la visualisation de situations agréables...	

ESTIME DE SOI	
L' encourager et le féliciter , les renforcements positifs sont indispensables. Mettre en valeur tous les progrès même minimes. Le féliciter en restant réaliste, il faut tout de même qu'il connaisse ses faiblesses pour avancer (il est parfois plus juste de lui dire « tu aurais pu mieux faire »).	
Expliciter le trouble à l'enfant, lui faire prendre conscience de ses difficultés. Expliquer ce que c'est de se contrôler. Lui dire qu'il n'y est pour rien, le déculpabiliser. Le rassurer en lui disant qu'on va essayer de faire autrement pour contourner le problème. Il existe des livres pour expliquer le TDA/H avec des mots simples comme <i>Le cousin hyperactif</i> de Jean Gervais.	
Mettre l'accent sur ce qui est réussi, le valoriser au maximum. Quand il réussit, lui faire dire « Je peux y arriver ».	
Parler avec lui de ses moments de fierté et des déceptions qu'il vit. Exprimer ses émotions, ses sentiments.	
Ne pas juger son travail en le comparant aux autres.	
Être un adulte en qui il peut avoir confiance.	
Éviter les facteurs de stress.	
Lui proposer de lire le chapitre qui le concerne dans le livre <i>100 idées pour mieux gérer les troubles de l'attention</i> (édition Tom Pouss).	
Passer par ses champs d'intérêt offre à l'enfant l'occasion de s'épanouir et de prendre confiance en lui. Il s'impliquera aisément dans une activité qui le passionne.	
Noter les progrès sur le carnet de liaison. Établir une continuité entre les exigences parentales et les exigences scolaires en échangeant avec les parents.	
Lui donner des responsabilités.	
Dresser une liste des qualités de l'enfant TDA/H: a beaucoup d'énergie, remarque tout ce qui se passe autour de lui, réagit rapidement, a le sens de l'humour, a de l'imagination, est créatif.	
Lui offrir la possibilité de participer à des activités mettant en avant ses talents (ex: sport, musique, théâtre...).	
Accorder des prix, des mini diplômes...	
Recréer une dynamique et une motivation pour le travail grâce à des compliments et des récompenses en visant la qualité et non la quantité. Le récompenser selon ce qu'il aime et tout de suite.	
Ne pas lui reprocher ce qui relève de son handicap. Il ne parvient pas à se contrôler.	

LECTURE	
Lui laisser le temps nécessaire.	
Utiliser son doigt, une règle ou un cache avec une fenêtre (faire un trou dans une feuille correspondant à une ligne du livre et glisser la feuille au fur et à mesure).	
Enlever les illustrations inutiles si elles perturbent son attention.	
Savoir si la taille et la police d'écriture jouent sur son déchiffrage et trouver celles qui sont le mieux adaptées pour lui.	
Si la lecture est difficile pour lui, travailler en collaboration avec l'enseignant pour choisir un livre de lecture plus adapté, des textes plus courts ou moins durs.	
Encourager l'élève à vérifier sa compréhension au fil de sa lecture. À la fin de la lecture, résumer le sens général du texte avec lui. Si le texte est long lui faire noter un mot clé par paragraphe.	
S'il lit un mot pour un autre, le faire passer par le sens de la phrase, lui apprendre à se servir du contexte.	
Apporter une stratégie de lecture dans le cadre d'un exercice où il faudra répondre à des questions. Commencer par lire les questions pour savoir ce qu'il cherche. Éventuellement il peut utiliser un système de code couleurs pour chaque question il soulignera la réponse de la même couleur dans le texte.	
Observer le titre et les illustrations pour imaginer le thème de l'histoire.	
Lui faire relire ce qu'il ne comprend pas. Si du vocabulaire lui pose problème, apprendre à chercher les mots dans le dictionnaire.	
Faire des liens, mettre du sens sur ce qu'il vient de lire.	

ECRITURE ET GRAPHISME	
Utiliser un embout pour mieux tenir son crayon si nécessaire.	
Un chevalet peut l'aider à copier ce qui est noté au tableau car le passage du tableau qui est vertical à son cahier qui est à plat peut parfois être difficile. Réduire progressivement l'inclinaison.	
Si le graphisme est trop difficile pour l'enfant, trouver un camarade pour photocopier les leçons ou récupérer le cours de l'enseignant s'il est informatisé.	
Dès que possible soulager l'écrit s'il est laborieux pour l'enfant; lui proposer des textes à trous (ex: pour la grammaire), lui demander une réponse verbale. Réduire la quantité de travaux écrits, éviter de faire un brouillon trop détaillé qui le fatiguerait ou pourrait le décourager avant de rédiger au propre.	
Pour améliorer sa lisibilité: donner un modèle de lettres bien formées avec des repères par rapport à la ligne (les lettres qui montent comme le L s'arrêtent ici, et celles qui descendent là), échauffer les doigts, être bien assis, l'écriture en script est parfois plus facile que l'écriture cursive. Si l'écriture est trop laborieuse apprendre la saisie au clavier (il existe des logiciels pour automatiser la saisie et des claviers pour enfant).	
L'encourager à éviter toute précipitation pour éviter les étourderies.	
Relire de façon stratégique son écrit afin de rechercher un type d'erreur à la fois, par exemple il relit d'abord en cherchant les erreurs portant sur l'orthographe d'usage en se posant la question « les mots sont-ils correctement orthographiés? », puis chercher les erreurs grammaticales en se demandant « ai-je bien pensé aux accords? ».	
Fournir des conseils pour prendre des notes: quelles informations retenir, quelles abréviations utiliser, comment être clair et organisé pour se relire facilement.	
Utiliser l'acronyme MAPO comme liste de vérification: Majuscules, Apparence générale, Ponctuation, Orthographe.	
Travailler avec un logiciel de traitement de texte lui permet de repérer ses erreurs et d'appliquer les règles pour se corriger.	
Apprendre à utiliser le correcteur d'orthographe d'un logiciel.	
Pour les plus grands, la production de rédactions peut être facilitée par l'utilisation d'un ordinateur. Le brouillon pourra plus facilement être corrigé et transformé. Il faut s'entraîner à trouver les idées de départ, puis les structurer pour obtenir un texte cohérent. Enrichir son réseau sémantique en travaillant sur les synonymes.	

MATHEMATIQUES	
Utiliser des feuilles à carreaux pour les conversions et pour les opérations pour pouvoir aligner les chiffres.	
Réduire la quantité d'informations sur une page.	
Utiliser un cache avec une fenêtre permettant de ne voir qu'une seule question.	
Comme pour les lettres donner un modèle pour l'écriture des chiffres.	
Choisir une couleur pour chaque signe opératoire afin d'attirer son attention sur le type d'opération qu'il doit faire.	
Le but étant de travailler les notions mathématiques, limiter la copie des consignes, des énoncés...	
Inciter l'enfant à partir du nombre le plus grand auquel on rajoute le plus petit (ex: $2+7$ on part de 7 et on ajoute 2).	
Associer l'apprentissage des doubles à des doubles de la vie quotidienne (ex: $2+2$ → la voiture a 2 pneus avant et 2 pneus arrière= 4 pneus, $5+5$ → on a 5 doigts à chaque main= 10).	
Pour additionner des nombres qui sont presque des doubles (ex: $6+7$) passer par le double inférieur puis ajouter 1.	
Faire prendre conscience que s'il connaît une multiplication il connaît la même en sens inverse. L'ordre des nombres dans une addition ou une multiplication ne change pas le résultat.	

MEMORISATION	
Donner des exemples concrets, réels ou familiers pour l'enfant.	
Faire des liens entre ses connaissances et le nouveau concept abordé.	
Les démonstrations et les manipulations marqueront son esprit.	
Fabriquer des aide-mémoire pour les routines, pour les renseignements qui reviennent souvent.	
Passer par différents canaux sensoriels pour renforcer la mémorisation. Exemple: pour mémoriser l'orthographe d'un mot lui faire écrire avec son doigt sur le bureau, lui dire en même temps le mot et lui montrer une image du mot.	
Répéter l'information à retenir.	
Apprendre à faire des résumés des cours, faire des fiches synthétiques avec des schémas, des tableaux...	
Donner des moyens mnémotechniques. Exemple: mourir ne prend qu'un r car on ne meurt qu'une fois et nourrir en prend 2 car on mange plusieurs fois par jour. Passer par le féminin pour penser à mettre une lettre muette au masculin.	
Astuce pour retenir un mot anglais: prendre une feuille et la plier de façon à obtenir 4 colonnes. Inscrire le mot en question dans la 1ère colonne. Noter la traduction dans la 2nde colonne. Cacher la 1ère colonne et traduire en sens inverse les mots de la 2ème colonne dans la 3ème. Répéter l'opération dans la 4ème colonne.	
En début de journée, faire une révision de ce qui a été vu la veille.	

EVALUATIONS, NOTATIONS	
Le temps supplémentaire s'avère efficace en général car si l'enfant s'approprie les stratégies d'auto-corrections il pourra améliorer son travail.	
Mettre en évidence ses points forts et ses points faibles de façon à ce qu'il pense à s'appuyer sur ce qu'il sait et pense à vérifier les points sur lesquels il est en difficulté.	
Mettre l'enfant dans de bonnes conditions, il doit être calme et disponible. Essayer de faire les évaluations à un moment de la journée où il est généralement concentré.	
Pour travailler dans de bonnes conditions une pièce calme et silencieuse pourra l'aider. Penser à éliminer les sources de distraction que ce soit au niveau de l'environnement ou au niveau de la feuille.	
Voir avec l'enseignant s'il est possible d'aménager les évaluations de façon plus fréquente afin qu'elles portent sur une quantité de travail moindre. Ainsi elles seront plus rapides.	
Si l'évaluation ne peut pas être courte, permettre à l'enfant de faire une pause, ou de pouvoir bouger sur sa chaise.	
Préférer les questions à réponses courtes ou les textes à trous plutôt que les QCM.	
Alléger l'écriture et ne pas prendre en compte les erreurs d'orthographe ou de ponctuation si ce n'est pas ce qui est évalué. Demander à l'enseignant s'il serait possible de ne prendre en compte que l'objectif de l'évaluation dans la note.	