

Sommaire

Les stratégies de régulation, c'est quoi?

- Les stratégies de régulation sont du matériel, des pratiques ou des activités utilisées pour favoriser la régulation biologique et émotionnelle dans l'environnement d'apprentissage.

À quoi ça sert?

- Fournit aux enfants des occasions individualisées d'apprendre à se réguler.
- Crée un environnement d'apprentissage plus calme pour les enfants et les adultes.
- Aide les enfants à reconnaître ce à quoi la régulation/dysrégulation ressemble dans leurs corps.
- Aide les enfants à identifier les stratégies qui les aident à retourner à un état de régulation.
- Aide les enfants à atteindre une autorégulation indépendante.
- Reconnaît l'importance de la régulation pour la capacité à apprendre de chacun.

Comment faire?

- Avec les enfants/familles et l'équipe, identifiez une variété d'activités et de matériel de régulation appropriés au niveau développemental.
- Rassemblez et préparez tout le matériel requis (p.ex. oreillers, visuels).
- Assurez que l'usage des pratiques soit planifié intentionnellement tout au long de la journée/semaine (p.ex. musique apaisante tôt le matin, yoga l'après-midi).
- Aidez les enfants sur le moment à participer à des stratégies qui peuvent favoriser leur régulation.

Comment les enfants vont-ils participer à cette pratique?

- Les enfants contribuent des idées de matériel ou d'activités de régulation pour l'environnement d'apprentissage.
- Les enfants participent aux activités individuellement ou avec des pairs.
- Les enfants ont un accès régulier aux activités/au matériel de régulation.
- Les enfants commencent à rechercher des activités spécifiques pour favoriser leur régulation biologique ou émotionnelle.

Liste de contrôle

Tâche	Remplie ?
L'éducatrice réfléchit aux activités/pratiques de régulation avec les enfants/familles et les membres de l'équipe.	
Les éducatrices rassemblent et préparent tout le matériel nécessaire.	
Les éducatrices planifient intentionnellement des occasions pour les enfants de participer à des activités/pratiques régulatrices.	
Les éducatrices aident individuellement les enfants à participer à des activités qui peuvent favoriser leur régulation sur le moment.	
Les éducatrices montrent comment utiliser les activités/le matériel de régulation (p.ex. « Je me sens un peu agitée aujourd'hui, je vais aller faire des sauts à écarts dans notre coin motricité »)	
Les éducatrices partagent des informations avec les familles sur l'importance de la régulation.	
Les éducatrices recueillent des informations à propos de la régulation biologique (dormir, manger, aller aux toilettes) et émotionnelle, et des stratégies qui marchent à la maison.	
Les éducatrices documentent l'engagement positif des enfants avec le matériel ou les activités de régulation, et partagent avec les familles.	

« L'équité veut dire que chaque membre de la communauté ce qu'il lui faut pour participer et contribuer. »

Makovichuk, Hewes, Lirette & Thomas, 2014, p. 22

Envol : Cadre pour les programmes d'apprentissage et de garde des jeunes enfants en Alberta.

Issu de www.flightframework.ca

