

Fiche Conseil'Autismes n° 5A

Fiche conçue en 2007 et mise à jour en 2017

Organisation des activités physiques et sportives

En quoi le temps d'Éducation physique et sportive peut-il être compliqué ? →

Au vu des particularités cognitives, sensorielles et relationnelles des élèves avec autisme, certains paramètres doivent être pris en compte (liste non exhaustive) :

- Espace trop grand, bruyant, résonnant, avec trop de matériels, trop de luminosité, des reflets... (*Voir la fiche sur les particularités sensorielles*).
- Le rapport à la nouveauté (changement de lieu, d'activité, d'intervenant...).
- L'espace non suffisamment structuré.
- Les déplacements lorsque les activités ont lieu à l'extérieur de l'établissement scolaire.
- La compréhension des consignes et des règles de l'activité.
- L'attente entre les temps d'atelier ou les différentes activités.
- Le rapport au temps collectif (chacun son tour...).
- La difficulté pour s'habiller, enlever ses chaussures, se mettre en maillot de bain...
- La difficulté de motricité globale (mise en jeu du corps), de coordination motrice...
- L'imagination en phase de découverte du matériel.

Conditions requises →

L'élève doit avoir une réponse aux questions suivantes avant la mise en place d'activités sportives :

- Quand va-t-on faire du sport ?
- Qu'est-ce qu'on va faire ?
- Combien de temps va-t-on le faire ?
- Comment le fait-on ?
- Où le fait-on ?
- Avec qui (si inclusion) ?
- Comment va-t-on être évalué ? Sur quoi ?

Ces réponses doivent être apportées en tenant compte du niveau de compréhension de la personne avec autisme.

Utiliser les aides visuelles si besoin (voir la fiche Conseil'Autismes n°1).

Réponses concrètes →

Voir la fiche Conseil'Autismes n° 6

Points de vigilance transversaux :

- L'étape de découverte libre des outils peut porter à difficulté et doit être accompagnée
- Apprendre à l'élève les notions de perdant/gagnant si ces notions ne sont pas acquises.
- Veillez au niveau d'exigence
- Attention à ne pas aller trop vite
- Respecter le rythme d'apprentissage (l'élève avec TSA a besoin de plus de temps pour traiter l'information).

FICHE CONSEIL'AUTISMES 5A - Page 2

Cette fiche a été réalisée en collaboration avec des professionnels de l'Education nationale et du centre ressources autisme Nord-Pas de Calais. Elle a été validée par un Comité Technique et Scientifique du centre ressources autismes Nord-Pas de Calais. Elle est la propriété du centre ressources autismes Nord-Pas de Calais et peut être librement utilisée, à la condition de l'attribuer à son auteur en citant son nom (centre ressources autismes Nord-Pas de Calais) et de ne pas en faire d'utilisation commerciale. Toute modification de cette fiche est également interdite.

<p>Comment organiser l'activité sportive ? →</p>	<p>Sport collectif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apprendre les gestes techniques nécessaires au sport proposé (faire du "séquençage"). • Proposer des visuels (par exemple des couleurs pour différencier les équipes), l'espace ou les structures. • Veiller à la compréhension des règles (supports visuels, exemples, guidance physique). • Selon les élèves, on doit proposer un seul objectif à la fois (par exemple, réinvestissement d'un geste technique ou d'une partie de la règle). Lorsque l'objectif est atteint on en travaille un autre. • Rendre l'abstrait le plus concret possible (matérialisation par des repères au sol par exemple). • Veiller au niveau d'exigence demandé à l'élève (beaucoup de stimuli...). • Prendre en compte le fait que certains élèves autistes n'ont pas l'esprit de compétition, de sentiment d'appartenance au groupe, et n'acceptent pas de perdre...
<p>Activités d'opposition →</p>	<p>Pour les élèves ayant des difficultés sensorielles et ne supportant pas les contacts physiques, certaines activités, comme la lutte, sont trop compliquées. On peut :</p> <ul style="list-style-type: none"> • proposer à l'élève un autre rôle (arbitre, juge, responsable du chronomètre...). • commencer avec un adulte qui saura s'adapter. • proposer un médiateur (foulard, cerceau, frite) pour éviter le contact direct.

Ateliers/ parcours →

Gestion de l'attente :

- Proposer un enfant référent que l'élève ne doit pas dépasser (lui mettre un dossard de couleur).
- Proposer un repère visuel comme un feu vert par exemple.

• Comprendre le début/la fin :

- Il est important de clarifier le début et la fin d'un parcours (par des couleurs, des cerceaux...).
- Par exemple, pour définir le nombre de parcours on disposera 4 objets au début du parcours que l'élève mettra dans une boîte posée à la fin. Lorsqu'il n'y a plus d'objets, cela signifie que c'est terminé.
- Ce peut être aussi un nombre de bracelets mis au poignet de l'élève qui correspond au nombre de tours à effectuer. A chaque fois que l'enfant fait un parcours, il enlève un bracelet et le pose dans une boîte.

• Comprendre le déroulé du parcours (mettre des repères visuels, schéma d'activités en photos, numéro sur chaque atelier...) :

- Pour délimiter le temps imparti au trampoline par exemple, on utilisera une minuterie (par exemple, le time-timer).
- Éviter de laisser à disposition du matériel qui ne sera pas utilisé au cours de la séance.

Activités athlétiques →

Les activités de découverte d'engin sont compliquées : donner un mode d'emploi du matériel.

- Travailler sur le sens du signal sonore (guidance physique, tuteur...). On peut aussi y associer un signal visuel.
- Symboliser le départ et l'arrivée, le nombre de tours.
- Permettre à l'élève de visualiser les objectifs d'augmentation de la performance (diminution du temps, augmentation de la distance...).
- Attention à dédramatiser la performance non atteinte pour certains.

<p>Expression corporelle et activités gymniques →</p>	<p>Décrypter les émotions, avoir recours à l'analyse pour comprendre l'attitude des autres.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Permettre l'imitation, donner un thème... pour pallier aux difficultés par rapport à l'imaginaire. • On peut privilégier les jeux de miroir pour apprendre à l'élève à faire comme l'autre. • Difficulté de perception par rapport à leur propre corps : accompagner l'élève dans ses gestes. • Pour les rondes, commencer par donner la main à un adulte. On peut commencer par des rondes à 2 au départ puis augmenter tout doucement le nombre d'élèves. Si l'élève a des difficultés pour donner la main (contact direct), on peut proposer un objet entre les 2 enfants (médiateur). • Structurer, donner des repères visuels. • Utiliser des fiches « entraînement » pour le repérage de la trame et l'utilisation de l'espace. • Recourir à la vidéo pour l'exploration de l'espace, les effets chorégraphiques mais aussi les émotions exprimées, les attitudes... • Utiliser des pictogrammes et de dessins pour les figures acrobatiques.
<p>Activités aquatiques →</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Attention aux bruits et aux reflets lumineux... • Proposer des bouchons d'oreilles.
<p>Progresser par étapes →</p>	<ul style="list-style-type: none"> • En fonction de l'objectif visé, accentuer le travail de la séance ou du cycle sur l'acquisition de compétences (tantôt motrices, sociales ou méthodologiques). • Être prudent dans les exigences et ne cibler qu'un objectif à la fois.

FICHE CONSEIL' AUTISMES 5A - Page 5

Cette fiche a été réalisée en collaboration avec des professionnels de l'Education nationale et du centre ressources autisme Nord-Pas de Calais. Elle a été validée par un Comité Technique et Scientifique du centre ressources autismes Nord-Pas de Calais. Elle est la propriété du centre ressources autismes Nord-Pas de Calais et peut être librement utilisée, à la condition de l'attribuer à son auteur en citant son nom (centre ressources autismes Nord-Pas de Calais) et de ne pas en faire d'utilisation commerciale. Toute modification de cette fiche est également interdite.