

Fiche Conseil'Autisme n°5B

Fiche conçue en 2010 et mise à jour en 2017

Activités sportives et physiques : réponses concrètes

Les élèves avec autisme ont besoin d'un environnement, le plus souvent, clair, structuré et prévisible. Ce principe s'applique également en activité physique et sportive. Les observations, les évaluations aideront à définir les adaptations nécessaires.

Attention : Lorsqu'elles sont proposées, les adaptations doivent être réduites progressivement (pour certains élèves, elles disparaîtront totalement, pour d'autres élèves certaines adaptations seront maintenues).

Adaptations de l'espace : stabiliser un repère au sol →

- Pour matérialiser une zone d'attente de l'élève en position verticale.
- Pour définir une zone de départ et d'arrivée d'un exercice.
- Pour certains élèves, le départ et l'arrivée seront symbolisés par un repère différent.

Exemple :



Adaptations de l'espace : apporter "un contenant" →

- Pour définir une zone d'attente dans la salle d'activité avant de débiter la séance (d'un parcours moteur).
- Pour aider à canaliser l'élève et/ou limiter son instabilité si nécessaire.

Exemples :



- Pour aider l'élève à visualiser le déplacement attendu (dans le cadre d'un parcours moteur par exemple).
- Pour pouvoir augmenter la longueur du déplacement.
- Pour travailler le sens et la direction d'un déplacement.

Exemples :




Adaptations de l'espace : structurer un déplacement linéaire →

Adaptations de l'espace : les sports collectifs →

- Utiliser des chasubles pour bien différencier les équipes et expliquer la signification des couleurs (appartenance à un groupe).
- Matérialiser (par des plots, du ruban adhésif...) les limites du terrain, les différentes zones de travail (zone de tir favorable, ligne d'essai, couloir de jeu direct...)

Adaptations de l'espace : les sports de raquettes →

Matérialiser les zones à viser par des feuilles A3 (en tennis de table), des plots...

Adaptations de l'espace : les déplacements →	Prévenir l'élève et lui donner, si nécessaire, des repères pour les déplacements vers les installations sportives (sources de stress).
Adaptations du temps : matérialiser le nombre de passages ou la durée d'un exercice →	<ul style="list-style-type: none"> • Le temps d'activité est matérialisé par un nombre de jetons placés au départ de l'exercice (parcours moteur). • Chaque jeton représente un passage (ou un parcours moteur). • La quantité de jetons détermine la durée de l'exercice au total. <p>Exemples :</p>  <p>Attention ! La séance « activité sportive et physique » doit au préalable être symbolisée par un repère (objet, pictogramme, photo...) dans l'emploi du temps de l'élève.</p>
Adaptations des activités : généralités →	<ul style="list-style-type: none"> • Vestiaires : accorder plus de temps si nécessaire. • En début de séance, donner le dérouler de l'activité, en s'adaptant au degré de compréhension de l'élève (oralement, au tableau, gestuellement ...). • Prévoir des routines de travail (appel, échauffement, tâches/exercices, étirements, bilan de séance) avec une trame plus ou moins identique à chaque séance. • Utilisation d'un "Timer" ou d'un chronomètre pour certaines activités.

Adaptations des activités : symboliser le positionnement d'une partie du corps →

- Symboliser le positionnement d'une partie du corps.
- Utiliser des repères visuels faciles à comprendre pour l'élève (comme par exemple dessiner le gabarit des mains sur le tapis pour indiquer à l'élève où il doit positionner ses mains).

Exemple :



Attention à ne pas changer le rôle de l'élève (exemple attaquant/défenseur) dans une même séance voire plusieurs séances de suite.

Adaptations des consignes et de la communication : donner des consignes simples et courtes →

- Privilégier les consignes courtes. Exemples : ATTENDS / ALLEZ / VIENS / DONNE / DEBOUT / MARCHE / MONTE...
- Donner la consigne quand l'élève est prêt, disponible (repère au sol).
- Associer une consigne et un geste afin d'augmenter les chances de compréhension.
- Varier les distances d'énonciation de consigne (du plus près de l'élève pour l'aider à structurer sa réponse au plus loin pour vérifier la capacité de l'élève à appliquer la consigne seul).
- Varier l'intonation de voix, savoir la moduler.
- Rendre l'abstrait le plus concret possible (couleurs, recours à la vidéo avec éventuellement arrêt sur image, schéma au tableau, marquages au sol, guidance physique ...).

Vigilance dans les vestiaires →

- Attention, certains élèves n'ont pas la notion de pudeur.
- L'accompagnement d'un adulte peut être judicieux.
- Certains élèves peuvent être maltraités (Fiche à venir).
- Certains élèves ne sont pas autonomes dans l'habillement et le déshabillage.