

Outils et Aménagements pédagogiques pour un TDA/H

- ✓ **Diminuer les symptômes du déficit de l'attention :**
 - Eliminer les distractions visuelles
 - Eliminer les distractions auditives
 - L'interroger régulièrement pour ramener son attention sur le sujet et développer sa pensée
 - Utiliser une mode de communication non-verbale, des pictogrammes, balladeur, ...
 - Utiliser des fiches méthodes pour cocher au fur et à mesure ce qu'il fait
- ✓ **Diminuer les symptômes d'agitation motrice**
 - Organiser la place de l'élève pour être confortable (accoudoir, repose-pieds, ...)
 - Autoriser à tripoter une balle antistress
 - L'autoriser à se déplacer dans un périmètre donné
 - Prévoir des pauses et ignorer les gestes mineurs d'agitation (Utiliser la communication non-verbale, activités physiques, donner des responsabilités, féliciter-le, développer sa conscience de soi)
- ✓ **Diminuer les symptômes d'impulsivité**
 - Apprendre à adapter son comportement aux différentes situations de classe
 - (lever le doigt, gestion du temps de parole,
 - Travailler le langage intérieur
 - Apprendre à différer son action (« **stop, je m'arrête, je respire, je réfléchis, j'y vais** »)
 - Identifier les situations qui risquent de lui poser problème
 - Instaurer un climat serein et laisser le temps de répondre sans se précipiter
- ✓ **Améliorer l'organisation, la perception et la gestion du temps**
 - Gestion du matériel
 - Vérifier régulièrement le cartable et lui proposer de faire le ménage du cartable
 - Visualiser l'écoulement du temps (timer, sablier, minuteur)
 - Instaurer des routines quotidiennes favorise l'autonomie
- ✓ **Améliorer l'estime de soi**
 - Complimenter, instaure de la bienveillance entre les élèves et moins de troubles du comportement
 - Lui demander des suggestions
 - Etre vigilant sur sa sociabilisation
 - Ne pas réagir à ses « je m'en fous » ou s'il fait le pitre
 - Etre patient, faire des critiques constructives
- ✓ **Développer les compétences émotionnelles (intelligence émotionnelle, gestion de l'anxiété, du stress et de la colère**
 - Conscience de soi, maîtrise de soi, conscience sociale, gestion des relations
 - Améliorer la gestion de l'anxiété (éviter le stress, outils de gestion du stress)
- ✓ **Gérer les troubles du comportement**
 - Gérer les crises de colère en classe (boîte à colères, fiches colère)
 - Comprendre les comportements d'opposition (valoriser les comportements adaptés)
 - Améliorer les troubles du comportement (instaurer des règles fixes, ne pas réagir émotionnellement, se demander si l'élève est capable, attendre une minute avant de réagir)
 - Faire plus de commentaires positifs que négatifs, anticiper
 - Outils : contrat d'engagement, tableau de motivation, autoévaluation,
 - Eviter la spirale de la violence, cultiver la zen attitude, varier les rythmes et les activités
- ✓ **Optimiser les apprentissages scolaires**
 - Renforcer la mémorisation, Favoriser la mémoire visuelle, les images mentales, les cartes heuristiques, Raviver la mémoire
 - Améliorer la compréhension et le plaisir d'apprendre
 - Stimuler l'attention, pas de surcharges de TV
 - Vérifier l'agenda, suivi du travail,
 - Alléger les devoirs,
 - Informatique : pdf Viewer, souris scanner, ruban word, Géogébra