Document annoté en lien avec les troubles du spectre de l'autisme (TSA)

Travail de mémoire (master en enseignement spécialisé)
HEP Lausanne
Yasmine Collaud
2020-2021

Les troubles du spectre de l'autisme

L'autisme est un trouble neuro-développemental d'origine biologique qui apparaît de manière précoce chez l'enfant. Il en résulte des troubles persistants de la communication et des interactions sociales ainsi que des modes de comportements, d'activités et d'intérêts restreints et répétitifs.
La notion de « spectre » permet de rendre compte de l'importante hétérogénéité de l'expression du trouble tant dans la manifestation des symptômes que dans la présence ou non de troubles associés. Au sein de la même population, on pourra ainsi rencontrer des personnes possédant une déficience intellectuelle et d'autres ayant une intelligence supérieure. De même, certains individus auront une bonne éloquence alors que d'autres n'auront pas l'usage de la parole.
Les personnes touchées par l'autisme ne peuvent en guérir, toutefois leurs compétences peuvent évoluer positivement grâce à une prise en charge adaptée.
L'autisme touche quatre fois plus les garçons que les filles et, selon le centre cantonal vaudois de l'autisme (CCA), une naissance sur 100 est confrontée à un trouble du spectre de l'autisme.

Comment appréhender les troubles du spectre de l'autisme en salle de sport ?

Tout comme en salle de classe, certaines particularités des troubles du spectre de l'autisme ont un impact non-négligeable en salle de gymnastique. Dès lors, il est nécessaire de les considérer et de prendre quelques précautions afin de proposer à l'élève des conditions optimales et favoriser ainsi sa participation aux leçons d'éducation physique et sportive (EPS).

Les informations données ci-dessous sont d'ordre général et ne sont pas exhaustives. Il est probable que certains élèves ne présentent pas toutes les difficultés nommées tout comme ils peuvent en rencontrer d'autres non listées. Il est donc essentiel, de manière à être au plus près de leurs besoins, de se renseigner auprès du réseau pluridisciplinaire (parents, ergothérapeute, physiothérapeute, psychomotricien, logopédiste, médecin traitant…) afin de connaître les ressources ainsi que les éventuelles contre-indications.

Particularités/difficultés	**Pistes pour la pratique**
Hypersensibilité • Sensibilité tactile (ne supporte pas certaines matières, difficulté à se laisser toucher et/ou à toucher quelqu'un) • Sensibilité à la lumière (est facilement ébloui) • Sensibilité au bruit • Sensibilité aux odeurs • Signaux de douleur perçus différemment	• Proposer un médiateur pour éviter le contact physique (se tenir la main par l'intermédiaire d'un sautoir ou d'un anneau) • Certains objets/textures peuvent être désagréables à toucher et à manipuler → en proposer d'autres • Evaluer l'intensité de l'éclairage → baisser les stores, proposer des lunettes de soleil, une casquette • Etre attentif au niveau sonore (bruit des élèves, volume de la musique) → éventuellement mettre à disposition des pamirs
Hyposensibilité	• Rappeler à l'élève d'enlever son pull lorsqu'il transpire • Etre attentif et surveiller l'élève s'il s'est tapé ou si l'on sait qu'il a une blessure car il pourrait ne pas ressentir la douleur

Particularités/difficultés	**Pistes pour la pratique**
Moments de transition et gestion de l'inattendu	• Instaurer des rituels → s'asseoir sur le cercle central au début de chaque leçon → avoir une place prédéfinie, indiquée par un morceau de scotch ou autre, dans les vestiaires, sur le cercle, etc. → utiliser une frise pour l'habillage dans les vestiaires (cf. exemples en p. 5) → mettre une musique douce pour la transition vestiaires-cercle central ou moment de jeu libre-cercle central • Au début de la leçon, annoncer le planning des activités avec des pictogrammes, des dessins ou des mots. Cela permet à l'élève de diminuer son anxiété face aux éléments à venir
Compréhension des consignes, notamment orales	• Donner une consigne à la fois • Donner des consignes simples et courtes • S'assurer que le mot utilisé soit compris par l'élève et qu'il en ait une signification claire et précise (ex : demander de faire une tâche en silence plutôt que calmement) • Favoriser l'utilisation d'un canal à la fois (canal visuel, canal auditif) • Démontrer les exercices • Proposer une image de l'exercice à réaliser • Prioriser les tâches à exécuter • Demander à l'élève de formuler, avec ses propres mots, ce qu'il doit faire
• Comprendre l'humour, le second degré, les allusions ou encore ce qui est abstrait • Se projeter dans l'imaginaire	• Matérialiser et/ou imager au maximum les histoires mimées et les leçons à thèmes • Donner un but concret à la tâche à effectuer et permettre à l'élève de voir le résultat de son action → par exemple, lors du travail d'endurance, transporter une balle d'un cerceau à un autre plutôt que de faire de simples allers-retours sans matériel. • Préciser que les termes utilisés ne sont pas à prendre au premier degré → les pirates et les requins n'est rien d'autre que le nom d'un jeu. On ne va pas se faire mordre par un requin…

Particularités/difficultés	**Pistes pour la pratique**
Motricité (coordination, équilibre) et planification motrice	• Proposer plusieurs niveaux de pratique de manière à favoriser les expériences positives et la réussite • Demander à l'élève de réaliser une seule tâche à la fois (éviter les doubles tâches en demandant par exemple à l'élève de dribbler et de se déplacer en même temps) • Séquencer la tâche • Laisser plus de temps à l'élève pour effectuer l'exercice • Proposer une aide humaine ou matérielle • Montrer le mouvement à réaliser afin que l'élève puisse utiliser l'imitation
Le schéma corporel	• Guider l'élève oralement ou en faisant le mouvement en guidance • Faire le mouvement devant l'élève et ce dernier suit la personne qui le précède (ex : lors d'un slalom) • Donner la possibilité à l'élève d'imiter l'adulte/un camarade de classe • Matérialiser la droite et la gauche, par exemple, au moyen d'un sautoir/bracelet au poignet droit. Idem pour la partie inférieure et supérieure du corps.
Se repérer dans l'espace et dans le temps	• Structurer l'espace de manière visuelle en mettant des cônes pour délimiter l'espace de jeu, pour indiquer la zone de tir, etc. • Structurer le temps de manière visuelle → à l'aide d'un time timer → en représentant le nombre de minutes ou de répétitions à faire par le même nombre de jetons, etc. → en donnant une frise indiquant l'ordre des postes à fréquenter • Matérialiser le nombre de points obtenus → en l'écrivant sur une ardoise → en accrochant un sautoir aux espaliers et en le montant d'un échelon à chaque point supplémentaire • Donner un repère visuel (ex : pour réaliser la trajectoire d'un lancer de ballon en cloche, accrocher un cerceau aux anneaux et lancer la balle à travers le cerceau)

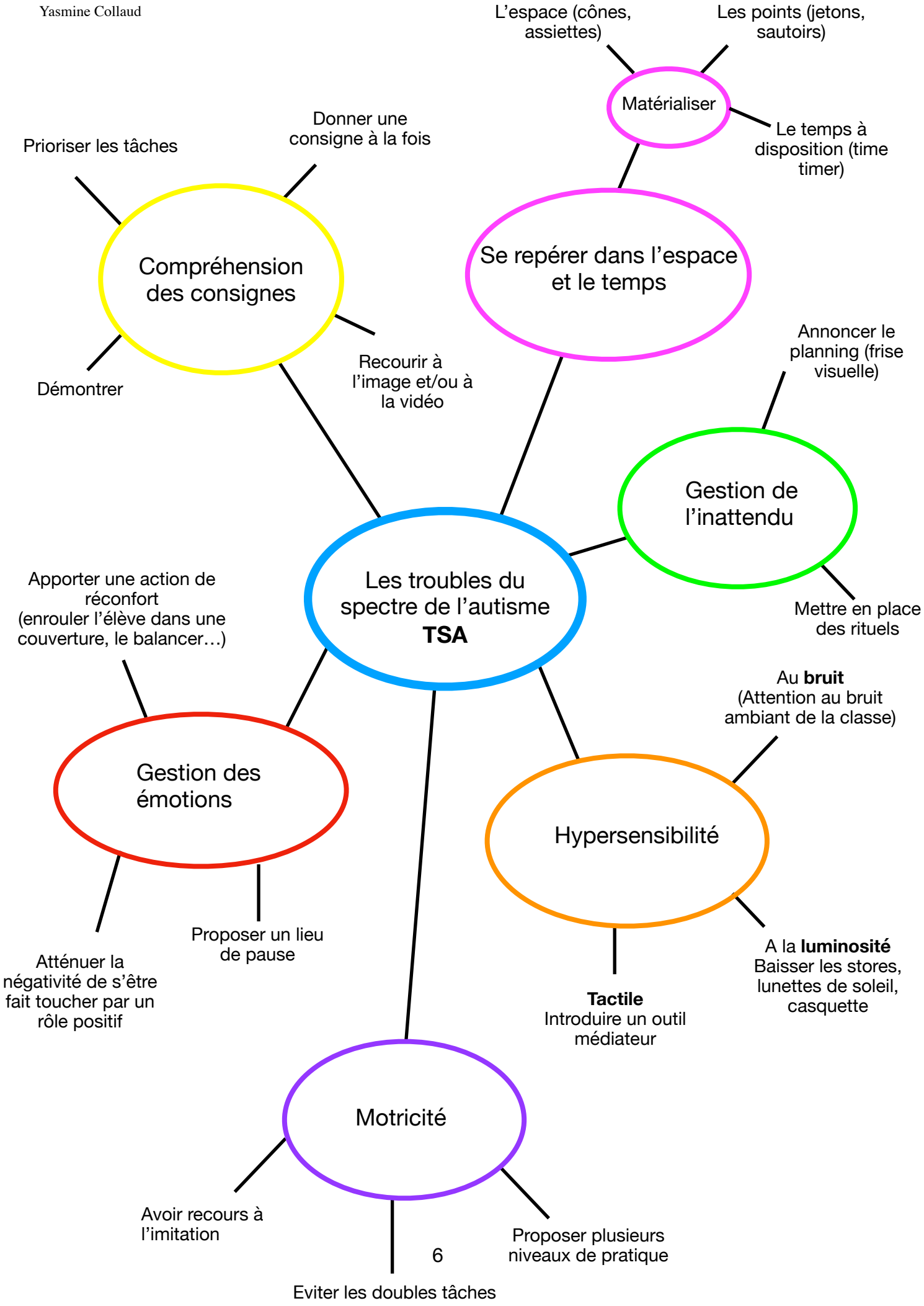
Particularités/difficultés	Pistes pour la pratique
Les interactions sociales : • Lire et comprendre les émotions d'autrui • Comprendre la notion d'espace personnel • Saisir le langage non-verbal • Comprendre les règles sociales ainsi que les règles implicites	• Utiliser des pictogrammes pour expliciter le comportement attendu et montrer ce qui est interdit • Expliquer à l'élève pourquoi on ne peut pas accepter un tel comportement • Attribuer et définir de manière visuelle une place à chaque élève
Gérer ses émotions notamment le stress, la frustration, la peur, etc.	• Mettre à disposition un lieu de pause (petit tapis) et si besoin y proposer une activité que l'élève apprécie et qui le calme • Ne pas donner trop d'importance au gagnant/perdant d'un jeu ou proposer des activités dans lesquelles cette notion n'est pas présente • Dans les jeux de poursuite, si l'élève se fait toucher, lui attribuer ensuite une tâche réjouissante (ex : après s'être fait touché par la sorcière et libéré par le magicien, c'est à son tour de devenir magicien) • Etre enroulé et contenu dans une couverture, être balancé dans les bras d'un adulte ou encore sauter sur un mini-trampoline peuvent être des actions de réconfort

La mise en place d'aménagements et/ou d'adaptations pour les élèves à besoins éducatifs particuliers doit être clairement explicitée à l'ensemble du groupe classe afin d'éviter l'incompréhension et le sentiment d'injustice. Lorsque cela est possible, les recherches d'adaptations peuvent être réfléchies et discutées avec les élèves.

Quelques ouvrages et liens internet sur les troubles du spectre de l'autisme

- Bintz, E. (2013). *Scolariser un enfant avec autisme*. Paris : Tom Pousse.
- Fondation Centre Suisse de Pédagogie Spécialisée (CSPS). (2018). *Troubles du spectre de l'autisme et scolarisation à l'école régulière*. Repéré à https://www.csps.ch/fr/projets/projets/fiches-d-information-pour-les-enseignant-e-s
- Pry, R. (2012). *100 idées pour accompagner un enfant avec autisme dans un cadre scolaire*. Paris : Tom Pousse.
- Site d'autisme suisse romande : www.autisme.ch

Yasmine Collaud



Complément aux fiches didactiques EPS

Les élèves présentant un trouble du spectre de l'autisme (TSA) doivent régulièrement faire face à des obstacles qui se présentent à eux lors des leçons d'éducation physique : difficultés dans la compréhension des consignes, hypersensibilité au bruit ou au toucher, etc.

En lien avec les fiches didactiques EPS (4-6 ans), vous trouverez dans le document qui suit, des idées permettant de rendre les activités plus facilement accessibles, ainsi que des aménagements et adaptations. Il est toutefois nécessaire de relever que chaque enfant TSA est unique et que ce qui pourrait fonctionner avec un élève peut ne pas être idéal pour un autre. De même, la pluralité des situations implique que tous les éléments présentés dans ce recueil ne sont pas indispensables pour tous. Les propositions décrites dans les pages à venir ne sont pas exhaustives mais ont pour objectif de vous donner plusieurs pistes et outils.

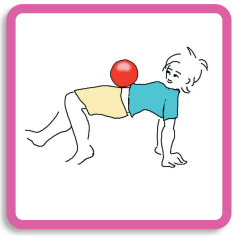
N.B : pour des raisons de concision et de simplification, tout comme dans les fiches didactiques EPS, l'usage de la forme masculine a été choisie pour l'ensemble du document.

Réalisation :
Travail de mémoire professionnel en enseignement spécialisé-HEP de Lausanne, 2020-2021
Yasmine Collaud, renfort pédagogique en éducation physique-ECES

1

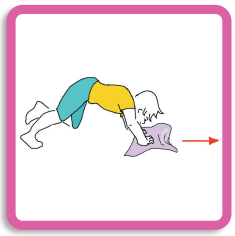
À quatre pattes

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 5)



Déplace-toi en transportant un objet !

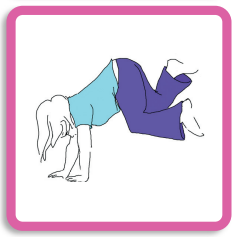
L'élève prend-il appui uniquement sur ses pieds et ses mains ?



Pousse avec les jambes pour faire glisser le chiffon !

Maintient-il ses 2 mains sur le chiffon ?

Réussit-il l'exercice inverse (= 2 pieds sur le chiffon, pousser sur les mains pour reculer) ?



Rue comme l'âne !

Garde-t-il les bras tendus ?

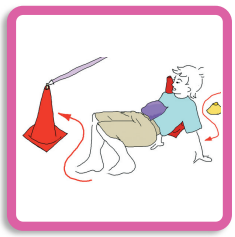
Amène-t-il ses hanches plus haut que ses épaules ?

Il est possible que l'élève n'arrive pas à monter ses hanches tout en maintenant ses bras tendus. Pour l'aider, on peut installer un chapeau de petit caisson sur lequel il pourra mettre ses pieds. Il aura ainsi les hanches plus hautes que ses épaules, en position statique.

2

Avec des sacs de sable

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 5, 6)



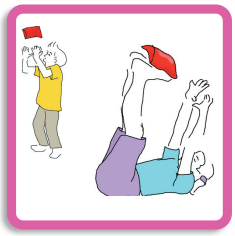
Effectue le parcours sans perdre le sac de sable !

L'élève y arrive-t-il sans s'asseoir et sans toucher les obstacles ?

Et en marche arrière ?

Traverse la salle en gardant tous les sacs sur ton dos !

S'arrête-t-il dès qu'il perd un sac et attend-il que son partenaire le remette en place ?



Lance et rattrape le sac !

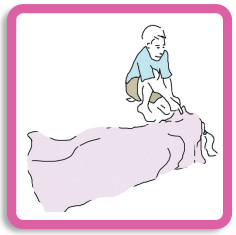
Peut-il réaliser cette activité dans d'autres positions ?

Réussit-il à rattraper le sac avec différentes parties du corps ?

3

Percevoir son corps I

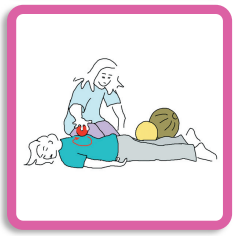
VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 5, 8)



Nomme la partie du corps touchée par ton camarade !

L'élève répond-il rapidement ?

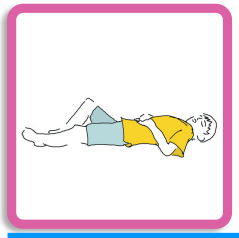
Se laisser toucher par un camarade de classe n'est pas évident pour tous les élèves (hypersensibilité). Si c'est le cas, ajouter un outil médiateur comme une petite balle, un coussin de sable ou un foulard. L'élément ajouté fera le lien entre les deux enfants.



Devine quelle forme ton camarade dessine sur ton dos !

Le duo sait-il communiquer ?

Proposer les formes à produire sous format papier de manière à ce que l'élève puisse s'y référer.



Gonfle puis dégonfle ton ventre !

Les mains suivent-elles le mouvement du ventre ?

Déposer un objet sur le ventre de l'élève afin de rendre visible le mouvement du ventre lors de la respiration.

Il est important de savoir quels sont les objets que l'élève apprécie et accepte et, au contraire, ceux qui ne lui conviennent pas. Vérifier s'il a des zones plus sensibles que d'autres.
Si l'élève a besoin de stimulation sensorielle, il peut être nécessaire d'utiliser un time timer pour définir le temps dont il dispose et ainsi stopper un éventuel enfermement dans la tâche.

4

Se mouvoir en rythme

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 6, 17)

Marche et frappe dans tes mains en respectant le tempo !

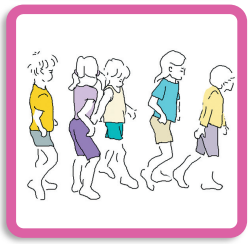
Le tempo est-il marqué simultanément avec les pieds et les mains ?

- Si l'élève doit suivre le tempo d'une musique, le marquer uniquement avec les mains ou avec les pieds de manière à éviter la double tâche.
- Donner la possibilité de suivre un enfant ou l'adulte afin d'avoir un exemple sur qui se reposer.
- Utiliser une musique où le tempo est très marqué.

En suivant la musique, déplacez-vous comme des animaux !

Les élèves miment-ils les attitudes typiques des animaux ?

L'élève peut rencontrer des difficultés à se représenter mentalement le déplacement des différents animaux. Ne pas hésiter à faire soi-même l'exercice de manière à ce qu'il puisse imiter en cas de besoin.



Avancez ensemble pour former un cortège !

Respectent-ils les 3 parties musicales en marquant un changement d'attitude ou de direction ?

Si les enfants doivent se donner la main et que l'élève n'en est pas capable (sensibilité au toucher), ajouter un outil médiateur. Tenir un sautoir ou un anneau permettra aux deux camarades de cortège d'être ensemble sans pour autant avoir un contact physique direct.

5

Jouer avec les pieds

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 7)

Avec tes pieds, ouvre et referme le journal !

L'élève y arrive-t-il si le journal est plié en 4 ?

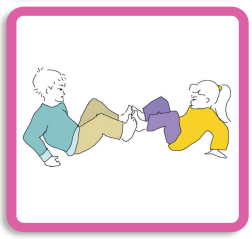
Réussit-il à tourner une page à la fois ?

Agrippe le foulard avec tes orteils pour le poser 4-5 m plus loin !

Y parvient-il dans diverses positions (à 4 pattes, assis, ...) ?

Et en tenant le foulard avec l'autre pied ?

Définir visuellement la distance à parcourir en déposant un cône ou une assiette à l'arrivée.



Suis le mouvement du (ou des) pied(s) de ton partenaire en gardant le contact !

Les élèves gardent-ils le contact (plante-plante, cheville-talon, orteils-voûte, ...) pendant au moins 10 secondes ?

Et en fermant les yeux ?

Faire cet exercice pieds nus peut être une source de stress chez certains enfants TSA. Penser à le faire en pantoufles ou en baskets En cas de difficulté majeur en lien avec le contact direct, ajouter un outil médiateur gros ballon, etc.

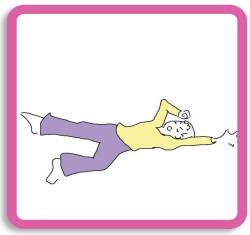
6

Respirer

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 8, 10, 11)

Inspire et expire par le nez !

Le visage et le corps sont-ils décrispés ?



Baille en t'étirant puis soupire profondément !

L'élève se relâche-t-il pendant l'expiration ?

Respire comme ton camarade qui est allongé !

Les respirations sont-elles synchronisées ?

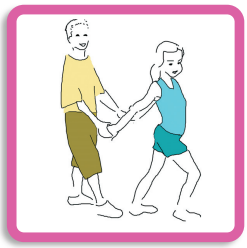
Est-ce réalisable avec les yeux fermés ?

Si l'élève ne supporte pas d'être touché, définir un code visuel (ex: inspirer = lever la main, expirer = baisser la main).

7

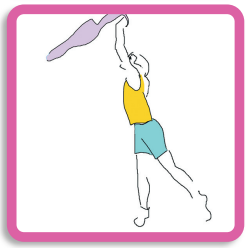
Percevoir son corps II

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 9)



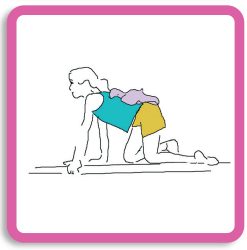
Laisse-toi guider par ton partenaire !

L'élève adapte-t-il son déplacement au signal donné par son partenaire ?



Dessine des vagues !

Les élans s'effectuent-ils avec le corps dans sa globalité ?



Déplace-toi à 4 pattes, ton foulard sur le dos !

L'élève réussit-il à traverser le banc sans s'arrêter ? Et en marche arrière ?

Si le signal donné est tactile, il sera peut-être nécessaire d'introduire un outil médiateur. Possibilité également de définir un code de déplacement auditif ou visuel.

- Démontrer l'exercice à l'élève de manière à ce qu'il puisse mieux se rendre compte de la tâche attendue (notamment au niveau de l'amplitude).
- Si besoin, disposer une grande feuille blanche contre le mur et faire le mouvement avec un stylo dans la main de manière à dessiner une vague sur le papier.

8

Avec draps et couvertures

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 9)

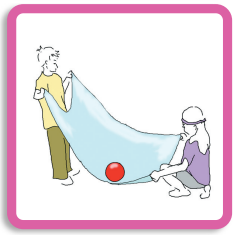
Bougez le drap pour former une vague (ou un parachute) !

Les élèves synchronisent-ils leurs mouvements ?

Avec l'aide de ton camarade, enroule-toi dans le paréo !

Enroulent-ils le paréo sur différentes parties du corps (taille, jambe, bras, ...) ?

Le font-ils en suivant les consignes ?



Déplacez une balle sur toute la surface du drap !

La balle reste-t-elle sur le drap pendant au moins 30 secondes ?

- Un document comprenant une image des différentes parties du corps peut être un support visuel intéressant à utiliser si l'élève peine à se repérer.
- S'enrouler dans un paréo peut également être une activité très agréable pour l'élève car il est contenu par le drap. Utiliser un time timer permet de déterminer la durée de l'activité si l'élève a de la peine à en sortir.

9

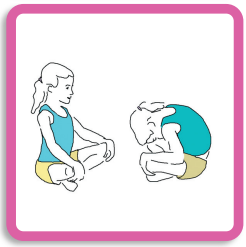
S'étirer et se relâcher

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 13, 14)

Au signal de la musique, transforme-toi en statue !

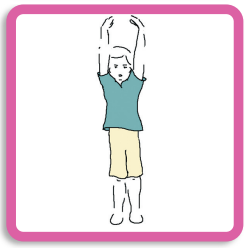
L'élève invente-t-il au moins 3 statues différentes ?

L'élève peut rencontrer des difficultés à inventer des statues. Lui proposer des positions parmi lesquelles il va choisir celles qui lui plaisent peut l'aider dans sa tâche.



Redresse-toi puis mets-toi en boule comme un hérisson !

Relâche-t-il toute sa colonne vertébrale ?



Sois fort et grand comme un sapin !

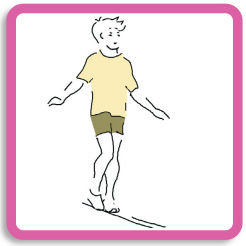
Le dos s'allonge-t-il et les pieds sont-ils bien «enracinés» ?

En imageant un mouvement, il est important de mettre des mots sur la position attendue car l'élève n'est pas toujours capable d'extraire ces informations de manière autonome (ex: mets tes bras en direction du plafond et allonge-toi pour être grand comme une girafe).

10

Interpréter, mimer

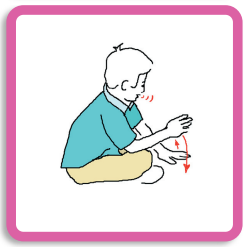
VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 19-21)



Mime un funambule puis un robot ! Un géant puis un nain !

L'élève sait-il exprimer des attitudes contraires ?

Proposer à l'élève des images ou une vidéo afin qu'il puisse visualiser ce qu'est un funambule, etc.



Emets des bruits divers avec tes mains, tes pieds, ... !

Varie-t-il les sons et les rythmes ?

Fais comme si tu étais un chat !

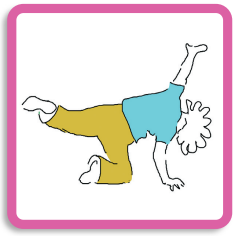
Exprime-t-il au moins 3 comportements différents ?

Questionner et guider l'élève oralement sur les divers comportements qu'un chat peut avoir de manière à lui donner des pistes d'action.

11

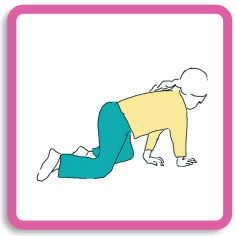
Comme un insecte

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 24)



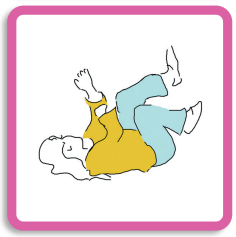
Etire-toi comme une coccinelle qui se réveille !

L'enfant enchaîne-t-il 3 manières de se réveiller sur 2 ou 3 pattes ?



Déplace une patte après l'autre !

Peut-il déplacer ses pattes alternativement en avançant, en reculant ?



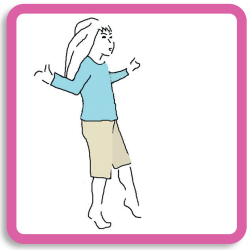
Gigote dans tous les sens !

Arrive-t-il à gigoter en faisant des ronds avec les bras et du pédalage avec les jambes ?

12

La danse des pieds

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 26)

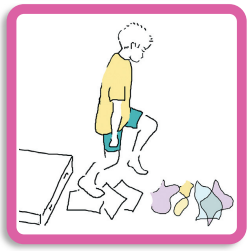


Au signal, marche sur la pointe des pieds !

L'élève traverse-t-il une demi-salle en ne s'appuyant que sur les talons, les pointes, ...?

Nomme et touche les différentes parties du pied !

Peut-il nommer 3 parties du pied ?



Marche sur les tapis, les papiers, les foulards !

Les yeux fermés, peut-il reconnaître les différents terrains ?

- Proposer un modèle format papier comprenant les différentes parties du corps peut aider les élèves à savoir quelle région toucher —> toucher puis répéter le nom de la partie du corps.
- Sur le même principe, utiliser un petit personnage en bois, une peluche, etc.

Les élèves peuvent rencontrer des difficultés sensorielles à marcher sur certains terrains. Etre attentif au ressenti de l'enfant permet d'adapter les surfaces afin de ne pas lui imposer une situation problématique.

13

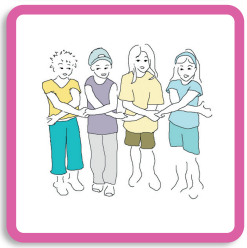
Chenille et compagnie

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 27)

Avancez comme une chenille !

La chenille reste-t-elle unie ?

L'élève de queue vient-il se placer en tête de colonne au signal convenu ?



Par 4 : déplacez-vous en restant sur une ligne !

L'alignement est-il maintenu quand le groupe effectue une marche arrière, un demi-tour, un déplacement de côté, ... ?

Faites tourner le cercle !

Diminuez-le puis agrandissez-le !

Le groupe change-t-il de direction selon les phrases de la musique, de la comptine ?

Un élève désigné peut-il transformer le cercle en spirale ?

Ne pas hésiter à utiliser un outil médiateur comme un sautoir si l'élève n'est pas capable de toucher et/ou tenir directement la main d'un camarade de classe.

- La vitesse des changements de direction peut rapidement être trop contraignante pour l'élève. Il est important de pouvoir lui laisser le temps de réagir au premier stimulus auditif avant d'en imposer un second → faire un mouvement toutes les 3 phrases plutôt qu'à chacune.
- Indiquer le sens de déplacement de manière visuelle, à l'aide d'un geste, d'une flèche,...

14

Avec du matériel de fortune

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 4, 6, 7)

Déplacez votre bateau sur la rivière ! Votre auto dans le trafic !

Chaque élève arrive-t-il à partager un objet (drap, carton, ...) avec un camarade ?

Selon le thème, inventent-ils d'autres activités (transporter, réparer, ...) ?

Mettez en place une ville imaginaire !

Les élèves trouvent-ils plusieurs idées de construction et diverses actions en lien avec le thème choisi ?

Assemblez du matériel pour construire une statue, une passerelle, ...!

Dans un groupe de 3-4 : chacun joue-t-il un rôle ?

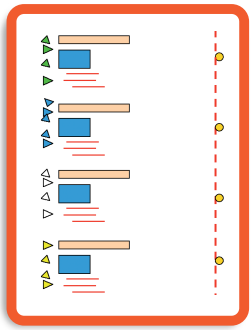
Acceptent-ils tous de changer de rôle ?

Le jeu symbolique peut être une domaine difficile d'accès pour l'élève. Le questionner et le guider oralement va lui permettre d'accéder plus facilement à la tâche (ex: qu'est-ce que tu es en train de construire ? Quel matériel pourrait-on utiliser pour faire une maison ?). Si besoin, modéliser afin que l'élève puisse imiter.

15

Comme les pompiers

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 6, 7)



AU FEU LES POMPIERS !

Matériel:
Par équipe: 1 banc, 1 tapis, 3 cordes à sauter, 1 balle.

Descriptif:
La victime (balle) se trouve en haut d'une maison en feu (espalier).

Pour la sauver, la compagnie de pompiers doit amener:

1. la grande échelle (banc qu'il faut accrocher à l'espalier)
2. la bâche de sauvetage (tapis)
3. les lances à incendies (3 cordes qu'il faut attacher) pour éteindre le feu.

Ensuite le capitaine des pompiers grimpe à l'échelle pour aider la victime à sauter sur la bâche.

La compagnie transporte alors la victime à l'infirmerie puis range tout le matériel à sa place initiale.

Règle:
Ne pas courir lors du transport du matériel.

Installez votre matériel, sauvez la victime puis rangez tout !

Chaque équipier participe-t-il à l'intervention?

Afin d'aider l'élève à se repérer dans le temps et à connaître les étapes à suivre, proposer une aide visuelle (pictogrammes/photos) ou auditive (guidance) qui décrive la séquence. Une frise temporelle sur laquelle se trouve la suite des actions peut être un outil tout à fait pertinent.

Définir un lieu et une position pour l'élève (où porter le banc, quelle poignée de tapis tenir, etc.) va lui permettre de mieux se repérer et de savoir où se placer et ainsi améliorer sa participation. Il peut être utile de marquer le lieu/la position avec un morceau de scotch.

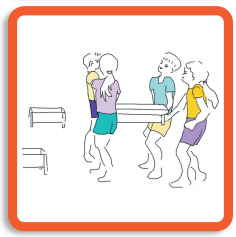
16

Avec des tapis et des caissons

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 7, 8)

Déplacez le tapis et posez-le sur le sautoir !

Les élèves déposent-ils leur tapis sans bruit et à l'endroit indiqué?



Démontez entièrement le caisson, puis reconstruisez-le !

Chaque «bâtisseur» sait-il où placer ses mains?

Franchis les montagnes et passe dans les tunnels !

L'élève réussit-il son parcours sans marquer de temps d'arrêt?

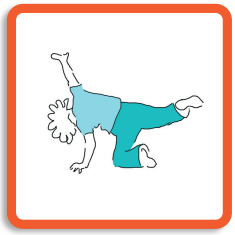
Si l'élève ne sait pas/ ne comprend pas où placer ses mains, un repère visuel (gommette, flèche, etc.) peut grandement l'aider.

- Si besoin, ne pas hésiter à mettre des repères au sol (flèches, cordes) afin d'aider l'élève à s'orienter dans le parcours.
- Suivant la motricité de l'élève, il peut être difficile de grimper sur le caisson. Doubler et différencier (hauteur, largeur, etc.) le matériel peut éviter une trop longue attente.

17

Se maintenir en équilibre

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 10, 12)



Invente des positions d'équilibre au sol avec 2 ou 3 appuis !

L'élève maîtrise-t-il 3 équilibres différents (= tenir pendant 5 secondes) ?

Arrive-t-il à placer ses appuis dans 2-3 sautoirs disposés préalablement ?

«Fais l'avion» ! (la balance)

Le regard se porte-t-il vers l'avant ?

Le pied d'appui est-il fixe même quand les bras ou le corps se balancent ?

Reste en équilibre sur un pied, sur un tapis de plus en plus épais !

En équilibre sur le pied droit, l'élève tient-il 3 secondes (tapis épais) ?

Et sur le pied gauche ?

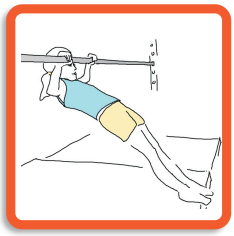
Si l'élève n'arrive pas à imaginer des positions d'équilibre, mettre à choix un pool d'images ou de photos parmi lesquelles il pourra sélectionner celles qui lui plaisent le plus.

- Proposer une aide humaine ou matérielle (espaliers, mur contre lequel s'appuyer, etc.) si l'élève a un équilibre précaire.
- En face de l'élève, afficher une image pour l'aider à poser son regard vers l'avant.

18

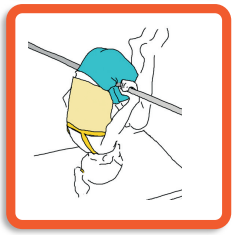
À la barre fixe

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 11)



Hisse-toi pour regarder par-dessus la barre !

L'élève tient-il la position pendant au moins 5 secondes ?



Enroule-toi autour de la barre !

Tient-il solidement la barre: pouce opposé aux doigts ?

Observe le monde à l'envers !

Avec ou sans aide, est-il capable de se suspendre par les jarrets puis de poser les mains au sol ?

L'angle des genoux est-il bien fermé ?

Sécurité :
Démontrer ce que signifie « pouce opposé aux doigts » (les pouces dessous ou la « prise playmobil »). Faire une photo de la position des mains attendue pour évoluer en toute sécurité.

La gestion de son corps dans l'espace n'est pas toujours évidente pour l'élève. Dans un premier temps, il peut être pertinent de baisser la barre fixe (BF) de manière à ce que les exercices puissent être exécutés depuis le sol, tout en étant en contact avec la BF.

- Couché sur le dos, s'enrouler autour de la BF.
- Couché sur le dos, se crocher par les jarrets.

Dans un second temps, introduire la notion de hauteur.

19

Jouer avec son équilibre

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 12)

Marche en équilibre sur la corde posée au sol !

L'élève suit-il toute la longueur de la corde sans poser le pied au sol ?

Pour simplifier l'exercice, il est également possible de marcher latéralement sur la corde (comme un crabe) ou encore de se déplacer sur une ligne.

Tiens en position à genoux sur le ballon lourd !

Reste-t-il en équilibre pendant 5 secondes ?

Peut-il jongler 3 fois avec un foulard dans cette position ?

Proposer une aide humaine ou matérielle (espaliers, mur contre lequel s'appuyer, etc.) si l'élève a un équilibre précaire. Faire le même exercice en se maintenant en équilibre sur le ballon, dans la positions assise.

Traverse en franchissant les blocs de bois !

À chaque pas, pose-t-il bien toute la plante du pied ?

Porte-t-il son regard vers l'avant ?

- Si cela est nécessaire faire le même exercice sur un banc tourné à l'endroit ou sur une ligne au sol.
- Afficher une image en face de l'élève de façon à l'aider à fixer son regard vers l'avant.

20

À travers la forêt

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p.13)

Fais un tour dans la forêt en passant partout !

L'élève choisit-il un chemin lui permettant de se déplacer avec fluidité ?

Grimpe et accroche-toi solidement aux branches !

Demande-t-il de l'aide ?

- L'élève peut avoir besoin d'un moment d'observation. Lui laisser ce temps va lui permettre d'entrer plus sereinement dans l'activité.
- Il peut être nécessaire d'assurer la sécurité de l'élève, soit parce qu'il est craintif ou, au contraire, parce qu'il ne se rend pas compte du danger et de ses éventuelles limites.

Déplace-toi sans mettre un pied à terre !

Y parvient-il sur la totalité du parcours ?

Et en transportant un objet (anneau, balle mousse, ...) ?

- Si le trajet est trop long et stressant pour l'élève, travailler les postes les uns après les autres ou indiquer par une marque jusqu'où l'élève doit aller.
- Proposer des échappatoires.

21

Aux espaliers

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 13, 14)

Fais un tour sur toi-même !

L'élève ose-t-il lâcher simultanément une main et un pied ?

Pour permettre à chacun d'être dans la réussite, donner la possibilité de choisir la hauteur à laquelle il souhaite faire l'exercice.

Trouvez une solution pour vous croiser !

Le croisement s'effectue-t-il sans mettre «pied à terre» ?

Donner un rôle à l'élève → je reste collé contre les espaliers ou je passe par dessus mon camarade.

Escalade la montagne !

L'élève ose-t-il prendre de la hauteur ?

Franchit-il le portique ?

Au lieu de franchir le portique, escalader la montagne puis aller sur l'autre versant en passant par le côté des espaliers (hauteur variable en fonction des capacités et des craintes de l'élève).

22

Sauter en profondeur

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 13, 15)

Monte sur le caisson et saute sur le tapis !

L'élève arrive-t-il à amortir sa chute en pliant les genoux et en posant les mains au sol ?

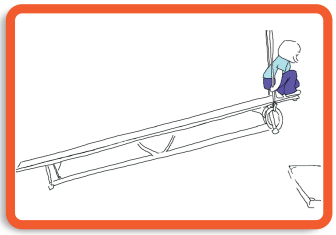
Mettre en place des caissons à différentes hauteurs.

Saute après un demi-tour !

Atterrit-il sans bruit ?

La qualité de sa réception est-elle la même s'il part d'un peu plus haut ?

Laisser le choix quant à la hauteur à partir de laquelle l'élève saute. **Sécurité** : indiquer la hauteur maximale autorisée à l'aide d'un sautoir.



Traverse le pont mobile à 4 pattes puis prépare-toi à sauter !

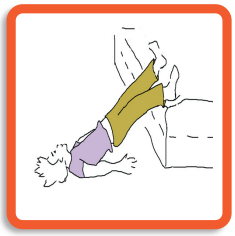
Ose-t-il se mettre debout avant de sauter ?

On peut également donner la possibilité de traverser le pont en se tirant sur le ventre puis en sautant en partant depuis la position assise.

23

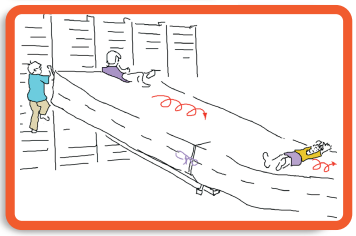
Tourner et rouler

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 16, 17)



Les talons posés sur un banc ou sur un gros tapis, fais la planche !

En gardant le corps rigide, l'élève peut-il lever un pied puis l'autre ?



Roule comme un tronc sur les tapis* !

** 2 tapis attachés et posés sur 3 bancs.*

Respecte-t-il l'ordre de passage ?

Allonge-toi dans le cylindre* que tes 2 camarades vont rouler !

** tapis roulé tenu par 3 cerceaux.*

Ose-t-il fermer les yeux à l'intérieur du cylindre ?

L'élève peut rencontrer un obstacle entre le passage des espaliers au gros tapis. Si tel est le cas, il est possible de grimper sur un caisson à la place des espaliers afin de faciliter le transfert sur le gros tapis.

De manière à ce que l'élève puisse se sentir à l'aise, il est nécessaire que l'exercice soit exécuté avec des personnes de confiance (adultes, bons camarades de classe).

24

Rouler en avant

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 17)

Balance-toi d'avant en arrière !

Les partenaires s'organisent-ils de façon autonome ?

Réussissent-ils l'exercice sur un tapis posé à plat ?

Roule sur le gros tapis !

Le dos est-il arrondi ?

En partant accroupi, effectue une culbute en avant à la descente !

L'élève rentre-t-il bien la tête ?

Son menton est-il collé à la poitrine ?

De manière à ce que l'élève puisse se sentir à l'aise, il est nécessaire que l'exercice soit exécuté avec des personnes de confiance (adultes, bons camarades de classe).

Afin d'arrondir le dos plus facilement, demander à l'élève de rentrer sa tête et de maintenir un objet entre son menton et sa poitrine ou de serrer un petit ballon en mousse entre ses genoux et son ventre.
Si la roulade avant n'est pas accessible pour l'élève, lui demander de rouler latéralement (sur le côté).

25

Glisser

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 18, 19)

Sur un bout de moquette, déplace-toi en trottinette !

L'élève joue-t-il avec le poids de son corps (centre de gravité) ?

Tire et fais-toi tirer !

Trouve-t-il d'autres façons de tirer ?

Et de glisser ?

Glisse sur le toboggan !

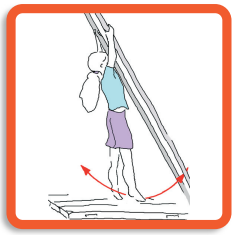
Respecte-t-il les autres (ordre de passage, distances) ?

- Dans la mesure du possible, proposer plusieurs hauteurs de manière à ce que l'élève puisse choisir celle qui lui convient le mieux.
- L'élève peut rencontrer un obstacle entre le passage des espaliers au banc. Si tel est le cas, il est possible de grimper sur un caisson à la place des espaliers afin de faciliter le transfert sur le banc.

26

Balancer et s'élancer

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 20, 21)

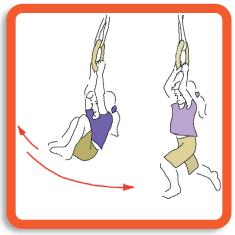


Balance tes jambes entre les perches !

L'élève se lâche-t-il à la fin du balancement en arrière ?

Se réceptionne-t-il en douceur ?

Afin que l'élève puisse mieux se rendre compte du mouvement de balancer, tendre un objet qu'il doit toucher avec ses pieds d'un côté et de l'autre peut être facilitateur.

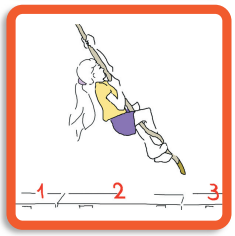


Tiens l'anneau à 2 mains, prends 1-2 pas d'élan et balance-toi !

Les prises sont-elles solides (pouce opposé aux doigts) ?

L'élève garde-t-il les jambes fléchies pendant l'aller-retour ?

Si l'élève n'est pas capable de tenir les anneaux et se balancer, il est possible de créer une nacelle. Il faut alors attacher un petit tapis aux anneaux de manière à ce que l'élève puisse s'y installer et être balancé en position assise ou couchée. La balançoire peut également être une bonne option.



Balance-toi en t'agrippant à la corde !

Atterrit-il sur les pieds au 2e (ou 3e) tapis ?

- Si besoin, accrocher deux cordes ensemble et se balancer en étant en position assise ou debout sur le noeud.
- La corde pouvant blesser la paume des mains, ne pas hésiter à proposer des gants à l'élève.

27

Combattre en jouant

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 22, 23)

Tire et oblige ton camarade à franchir la limite !

L'élève tient-il son camarade au poignet ?

Plie-t-il les genoux pour se stabiliser ?

Si l'élève a une sensibilité tactile et ne peut pas toucher son camarade, faire le même exercice en introduisant une corde et en exécutant ainsi la tâche à la façon « tir à la corde ».

Pousse pour franchir la ligne !

Attend-il le contact de l'autre avant de pousser ?

Si l'élève a une sensibilité tactile et ne peut pas toucher son camarade, faire le même exercice en introduisant un bâton suédois ou un ballon entre les deux élèves (chacun doit tenir le bâton avec ses deux mains).

À 4 pattes, fais descendre ton partenaire du tapis !

Invente-t-il des stratégies d'attaque et d'esquive ?

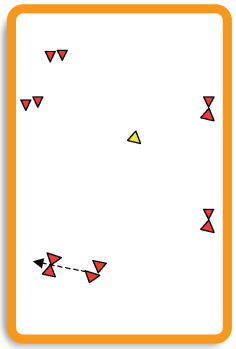
Mains et genoux restent-ils au sol ?

Avec un bâton suédois ou un ballon comme outil médiateur entre les deux élèves, se pousser l'un et l'autre en dehors du tapis depuis la position à genoux.

28

Jeu de poursuite I

COURIR - SAUTER - LANCER (p, 5)



POURSUITE DUO

Descriptif:

Le poursuivant court en solo et tente de toucher tous ses camarades qui eux courent en duos.

Les duos se tiennent par la main.

Si un duo est touché, il reste sur place et forme un tunnel (4 mains jointes).

Le «duo-tunnel» est libéré si un autre duo réussit à passer sous le tunnel (sans se lâcher la main).

Règle:

Ne pas sortir du périmètre de jeu.
Ne pas se lâcher la main pour échapper au poursuivant.

Variante:

Commencer le jeu avec 2 ou 3 poursuivants.

Libérez les «cloués» sans vous lâcher la main !

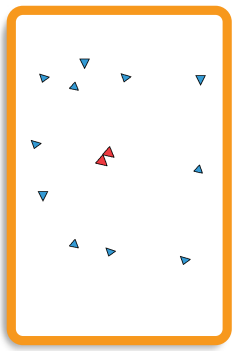
Les duos libres réussissent-ils à passer sous les «tunnels» sans se faire toucher ?

- Délimiter de manière visuelle (cônes, assiettes) l'espace de jeu ainsi que les rôles (les poursuivants sont reconnaissables par un sautoir).
- Si le contact physique est difficile, utiliser un outil médiateur pour toucher les camarades (frite) et pour se donner la main (sautoir, anneau).
- Pour former le duo, choisir un joueur avec qui l'élève est en confiance.
- Bien définir le rôle et l'action qui en découle → spécifier à l'élève que le poursuivant (celui qui a un sautoir) doit attraper les joueurs et que les duos doivent éviter de se faire toucher par le poursuivant.
- Expliciter les éléments tactiques du jeu en amont (ex: si le duo est loin de toi, tu peux te reposer. Si le duo s'approche de toi ou vient dans ta direction, il risque de t'attraper et il faut alors que tu cours loin d'eux).
- Pendant le jeu, donner des consignes à l'élève et lui expliquer le pourquoi (ex : le duo s'approche de toi, il faut vite t'en aller pour ne pas te faire toucher).

29

Jeu de poursuite II

COURIR - SAUTER - LANCER (p. 5, 6)



POURSUITE EN COUPLE

Descriptif:
Tous les joueurs courent en «solo» sauf un couple de poursuivants qui tente de toucher un 3e joueur afin de former un trio. Quand ce trio touche un 4e joueur, il peut alors se séparer en 2 nouveaux couples de poursuivants.

Le dernier joueur «solo» a gagné.

Règle:
Ne pas sortir du périmètre de jeu.

Ne pas se lâcher la main pour toucher.

Poursuivez vos camarades sans vous lâcher la main !

Chacun sait-il s'adapter à son partenaire ?

Les poursuivis choisissent-ils le meilleur emplacement ?

- Délimiter de manière visuelle (cônes, assiettes) l'espace de jeu ainsi que les rôles (les poursuivants sont reconnaissables par un sautoir).
- Si le contact physique est difficile, utiliser un outil médiateur pour toucher les camarades (frite) et pour se donner la main (sautoir, anneau).
- Bien définir le rôle et l'action qui en découle → spécifier à l'élève que les duos doivent attraper les joueurs et que ces derniers doivent éviter de se faire toucher par deux camarades qui se tiennent par la main.
- Expliciter les éléments tactiques du jeu en amont (ex: si les poursuivants sont loin de toi, tu peux te reposer. S'ils s'approchent de toi ou viennent dans ta direction, ils risquent de t'attraper et il faut alors que tu cours loin d'eux).
- Pendant le jeu, donner des consignes à l'élève et lui expliquer le pourquoi (ex : on va attraper tel élève parce qu'il est tout près de nous et donc facilement accessible).

30

Démarches animales

COURIR - SAUTER - LANCER (p. 7)

Comme une souris, approche-toi du chat qui dort !

La «souris» se déplace-t-elle sans bruit (même sur les journaux) ?

Le «chat» (yeux clos) peut-il indiquer où se trouve la «souris» ?

Passe dans le cerceau et faufile-toi entre les quilles !

La démarche du «lion» est-elle souple ?

Au signal, est-il capable de s'immobiliser (3 secondes) sans perdre l'équilibre ?

Galope et franchis divers obstacles !

Le «cheval» franchit-il les obstacles en gardant son rythme de galop ?

Expliciter à l'élève ce qui est attendu de lui quand on utilise une image animalière pour favoriser un type de déplacement (ex: « s'approcher du chat comme une souris » → tu dois marcher en direction du chat en faisant le moins de bruit possible afin qu'il ne t'entende pas).

31

Courir vite

COURIR - SAUTER - LANCER (p. 8, 9)

Tanguez (ou ramez) comme le capitaine du bateau !

Les élèves sont-ils attentifs aux consignes et prêts à partir pour se réfugier sur le tapis ?

- Afin que l'élève puisse facilement imiter le capitaine du bateau, il est préférable qu'il soit juste devant lui afin d'avoir un contact direct.
- Varier la modalité des consignes (ex: à la place de crier « droite », indiquer la droite avec sa main lorsqu'il faut ramer de côté-ci).

Courez le plus vite possible en direction d'une île (tapis) !

Se mettent-ils rapidement en position de course ?

Suivent-ils une trajectoire rectiligne ?

- Pour éviter le stress lié à la quantité de mouvements autour de l'élève, il peut être pertinent de le placer à l'extrémité du banc.
- Si besoin, rendre visuelle la trajectoire à maintenir à l'aide d'un scotch.

Pour démarrer, fais des petits pas rapides !

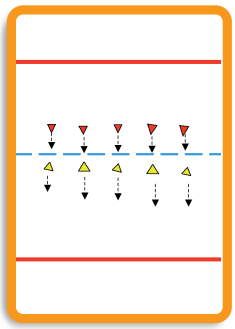
L'élève réussit-il à démarrer aussi bien à droite qu'à gauche ?

- Matérialiser la gauche ou la droite (ex : la droite est indiquée par un élastique sur le poignet droit de l'élève).
- Indiquer la direction à adopter de manière visuelle.

32

Départs et courses

COURIR - SAUTER - LANCER (p. 8, 9)



JAUNE ET ROUGE (Jour et nuit)

Matériel:
Sautoirs

Descriptif:
2 équipes se font face à une distance de 2 m, de part et d'autre de la ligne médiane.

Selon le signal, toute l'équipe désignée, poursuivie par l'autre équipe, doit aller se réfugier derrière la ligne de fond de son camp.

Chaque coureur touché avant le refuge donne 1 point à l'équipe adverse.

Veiller à donner le même nombre de départs pour chaque équipe.

Variante:
Au début de chaque partie: placer un sautoir entre chaque duo de joueurs. Au signal, les appelés doivent s'emparer du sautoir avant de partir se réfugier. Chaque joueur touché doit donner le sautoir à son poursuivant.

Quelle équipe possède le plus de sautoirs à la fin du jeu ?

Au signal: «jaune» courez vers votre refuge sans vous faire rattraper par les rouges !

Les élèves réagissent-ils rapidement (fuir ou poursuivre) ?

En imposant une autre position de départ, l'entrée en action est-elle immédiate ?

- Afin de se souvenir du nom de son équipe, il est indispensable que l'élève porte un signe en lien avec elle (ex : jour → image d'un soleil, nuit → image d'une lune).
- De manière générale, il est plus facile de poursuivre l'adversaire à l'appel de sa couleur que d'essayer de s'échapper.
- Si l'élève se fait toucher trop facilement et/ou n'arrive pas à attraper la personne qui lui fait face, il est possible de lui permettre de commencer le jeu dans une position différente (debout vs assis), de ne compter qu'un demi point s'il se fait toucher, de compter double lorsqu'il arrive à toucher son adversaire, etc.
- Au préalable, choisir judicieusement l'élève qu'il devra affronter.
- Il peut être nécessaire d'adapter la distance de trajet.

33

Courir longtemps

COURIR - SAUTER - LANCER (p. 10)

Courez comme un train, sans perdre de wagon !

Les élèves accentuent-ils leur respiration par un «tchouc-tchouc-ahhh» ?

Dans un jardin de quilles, de cônes, ..., cours à ton rythme sans t'arrêter !

L'élève évite-t-il toute collision ?

Effectue un parcours en terrain varié ou en plein air !

Un élève âgé de 5 ans peut-il courir pendant 5 minutes sans interruption ?

Si l'élève peine à supporter le contact tactile avec ses camarades, utiliser des sautoirs comme outils médiateurs entre l'élève et les camarades à qui il doit donner la main.

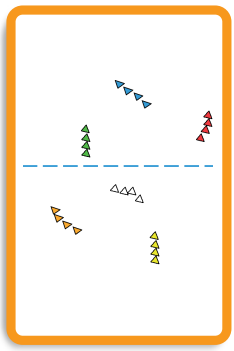
Pour éviter une trop grande stimulation et un stress lié aux nombreux déplacements environnants, ne pas hésiter à faire deux parcours de jeu.

Matérialiser la durée de la course permet à l'élève de mieux se représenter le temps qu'il reste et diminue ainsi le stress qui peut être lié à la notion de temps (time timer ou accrocher 5 sautoirs qui représentent les 5 minutes de course et enlever un objet à chaque minute écoulée).

34

Courir en groupe

COURIR - SAUTER - LANCER (p. 10)



LES SERPENTS

Matériel:
Cônes (limites), sautoirs.

Descriptif:
Des groupes (serpents) de 4 élèves se tenant par la main.

Au signal **A**: course légère dans un terrain délimité.
Au signal **B**: l'élève de tête va se placer en queue.
Au signal **C**: chaque serpent tente de toucher la queue d'un autre, l'élève de queue touché rejoint le serpent qui l'a atteint.

Quel serpent sera le plus grand à la fin de la partie ?

Règle:
Le serpent doit rester uni.

Variante:
Chercher à saisir le sautoir que l'élève de queue a placé dans sa ceinture.

Courez en groupe en respectant les trois signaux !

Les groupes restent-ils unis malgré les changements de rythme ?

- Délimiter le terrain de manière visuelle (cônes, assiettes).
- Permettre à l'élève de donner la main à ses camarades en tenant un sautoir (outil médiateur) afin d'éviter le contact physique.
- Accompagner le signal auditif par un signal visuel (image, dessin) permet à l'élève de mieux comprendre de ce qu'il a à faire.
- En amont, expliciter les bonnes stratégies à adopter (une à la fois).
- Pendant le jeu, guider oralement l'élève dans les étapes qu'il a à accomplir.
- Après l'action, mettre des mots sur ce qui s'est passé et les conséquences de cette action (ex: ton équipe a réagit rapidement au signal et a poursuivi le groupe qui était tout près de lui; vous avez ainsi réussi à toucher la queue du serpent et avez gagné un joueur.

35

Courir et franchir

COURIR - SAUTER - LANCER (p. 11)

Cours et franchis tous les obstacles !

L'élève réussit-il le parcours sans toucher les obstacles ?

Saute d'île en île !

Choisit-il un itinéraire adapté à ses possibilités ?

Réussit-il au moins 4 franchissements sans poser un pied hors des tapis ?

- Varier les espaces entre les tapis de manière à ce que l'élève puisse être en situation de réussite.
- Si l'élève peine à trouver son propre chemin, lui en proposer un. Si nécessaire, déposer un numéro sur les tapis dans l'ordre de franchissement.

Monte sur le caisson et envole-toi !

Prend-il l'appel d'un pied ?

Atterrit-il en douceur et sur les 2 pieds ?

- Si l'élève peine à organiser ses pas, il est possible de l'aider en collant le dessin d'un pied sur le chapeau de caisson puis de deux pieds sur le tapis de réception.
- Aider l'élève au moyen d'un rythme auditif peut également être une solution.

36

Sauter

COURIR - SAUTER - LANCER (p. 12, 13)

Saute comme un chat, comme un moineau, comme ...!

Peut-on reconnaître l'animal mimé ?

L'élève peut ne pas réussir à se représenter les différents déplacements des animaux. Faire une démonstration et associer des images vont l'aider à se reposer sur quelque chose de plus concret.

Saute sur le tempo de la musique sans t'arrêter !

Les réceptions se font-elles en souplesse ?

- Frapper soi-même le tempo de la musique peut être une aide utile.
- Etre attentif au volume de la musique (sensibilité auditive).

Effectue le parcours en sautant !

L'élève peut-il enchaîner les différentes manières de sauter ?

- Si besoin, mimer, imager ou dessiner les différentes manières de sauter.
- Dans un premier temps, entraîner les différentes manières de sauter individuellement puis les mixer si elles sont acquises.

37

Sauter en jouant

COURIR - SAUTER - LANCER (p. 13, 15)

Saute à pieds joints par-dessus les jambes de ton camarade !

L'élève peut-il enchaîner 4 sauts en effectuant des sursauts intermédiaires avec des 1/4 (1/2) tours ?

Saute par-dessus le bâton en choisissant la hauteur qui te convient !

Réalise-t-il son saut après une course d'élan d'au moins 3 pas ?

Saute pour arriver à pieds joints dans le cerceau !

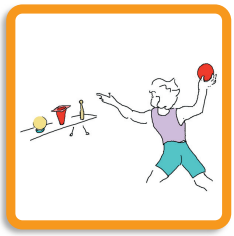
Enchaîne-t-il: course d'élan, appel d'un pied et réception amortie sur les 2 pieds ?

- Si l'élève peine à visualiser comment gérer la prise d'élan et la réception, déposer l'image d'un pied avant le cerceau et de deux pieds à l'intérieur du cerceau.
- Adapter la zone de réception en la modifiant par exemple par un tapis si l'élève a tendance à s'encoubler dans le cerceau.

38

Lancer

COURIR - SAUTER - LANCER (p. 16, 17)



JEU DES 6 POSTES

Matériel:
Dés, balles diverses, cônes, quilles, etc.

Descriptif:
Aménager 1 zone centrale avec plusieurs dés et 6 postes numérotés:

1. *Les cibles:* viser les cônes, balles ou quilles posés sur un banc.
2. *Le ballon de baudruche:* le frapper pour se faire des passes par-dessus la corde.
3. *Le tunnel:* rouler la balle à son partenaire.
4. *La Noce à Thomas:* lancer des balles en papier journal sur des gobelets.
5. *Le Bowling:* rouler un gros ballon pour faire tomber les quilles.
6. *La corbeille:* la remplir en lançant divers petits objets (balles, volants, anneaux).

Par 2: lancer le dé puis se rendre au poste correspondant.

Réaliser l'activité.

Remettre le matériel en place.

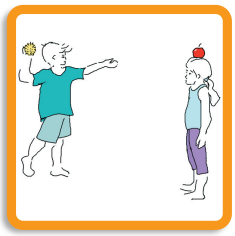
Revenir à la zone centrale.

- Délimiter les zones de tir visuellement, à l'aide d'un petit tapis, par exemple.
- Proposer différentes distances entre la zone de tir et les éléments à viser → disposer en arc de cercle une longue corde, permet de proposer plusieurs distances de tir pour le même poste.
- Si l'élève ne sait plus les différentes étapes à réaliser (lancer du dé, activité, rangement du matériel, retour à la zone centrale), on peut l'aider en le guidant oralement ou en lui donnant un planning avec un pictogramme/image de ce qui lui est demandé étape par étape.

39

Lancer divers objets

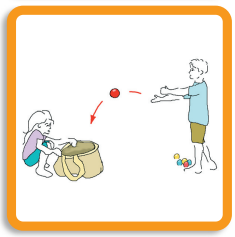
COURIR - SAUTER - LANCER (p. 16, 17)



En lançant un pompon: fais tomber la «pomme»!

L'élève atteint-il sa cible s'il recule encore de 2 pas?

Vise-t-il la «pomme» avec la main libre?



Lance toutes les balles dans le sac!

Le receveur ajuste-t-il la position du sac en fonction des lancers?

Emballe ta balle dans un foulard puis envoie ta comète haut dans le ciel!

Lance-t-il sa comète en passant par-dessus sa tête?

Y arrive-t-il avec l'autre main?

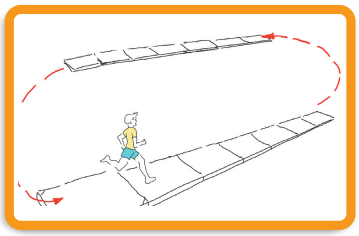
Lorsque l'élève est receveur, il peut rencontrer des difficultés à savoir comment ajuster sa position en fonction de la trajectoire du lancer. Expliciter les modifications à avoir est alors nécessaire pour l'aider dans cette tâche.

- Lui permettre d'imiter le mouvement peut être un atout.
- Pour visualiser la trajectoire souhaitée, placer un objet en hauteur et lancer la balle de manière à ce qu'elle passe par dessus.

40

Au «stade olympique»

COURIR - SAUTER - LANCER (p. 18, 19)



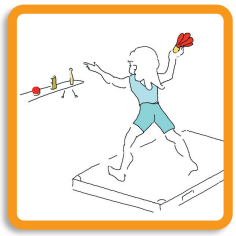
Effectue plusieurs tours de stade!

L'élève peut-il alterner sprint (ou sauts de course) sur les tapis et marche dans les virages?

Escalade le podium et saute depuis la plus haute marche!

Enchaîne-t-il la course, la montée et le saut sans s'arrêter?

A-t-il amorti sa réception?



Cours jusqu'au tapis et vise la cible!

Lance-t-il son objet (balle, anneau, ...) à la fin de l'élan et dans la direction indiquée?

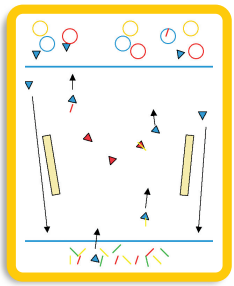
- Il sera plus facile d'appréhender le nombre de tours à effectuer s'ils sont représentés visuellement, par exemple par des sautoirs (5 tours = 5 sautoirs quel l'on peut donner à l'élève. Après chaque tour, il peut enlever un sautoir).
- S'il ne peut pas imiter un autre élève, ne pas hésiter à imager les zones où l'élève doit courir et celles où il doit marcher.

Il est possible que l'élève soit très pressé de lancer son objet sur la cible et manquera de concentration. Lui demander de faire une tâche (faire 2 sauts de grenouille, etc.) entre la course et l'exercice de visée peut lui permettre d'être plus attentif à la qualité de son mouvement de lancer.

41

Jeu de course I

JOUER (p. 6)



L'OR EN CHINE

Matériel:
Sautoirs, 2 bancs (ou cordes),
1 cerceau/élève (ou/groupe).

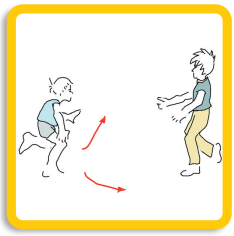
Descriptif:
Au début du jeu : 3 gardiens se placent au centre du terrain et tous les autres (les voleurs) se trouvent dans la zone des coffres aux trésors.

Chaque voleur a son coffre (cerceau).

En se faufilant par l'**extérieur**, derrière les murs (bancs), le voleur se rend en Chine où il s'empare d'un trésor (sautoir). Puis il tentera de le ramener à son coffre en passant par le **centre** et en évitant les 3 gardiens.

Quel voleur (ou gardien) a amassé le plus gros butin?

Règle:
Respecter le parcours
Prendre 1 seul sautoir par trajet.
Si l'on est touché donner son sautoir au gardien.



Observe la position des gardiens pour choisir ton chemin!

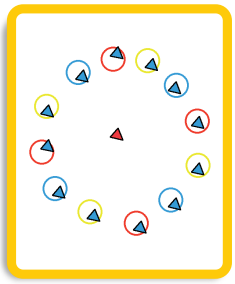
L'élève choisit-il le bon moment pour traverser?

- Eventuellement flécher le sens du trajet pour que ce soit plus visuel.
- Rendre visuels les rôles en donnant un sautoir aux voleurs.
- En amont, expliciter les stratégies à adopter pour éviter de se faire toucher (ex : on a moins de risque de se faire toucher si on va vers un gardien qui est occupé à attraper d'autres voleurs que s'il attend que quelqu'un passe, etc.).
- Si l'élève est gardien et qu'il peine à toucher des voleurs car ces derniers sont trop rapides par rapport à sa compréhension du jeu et les comportements à adopter, proposer à l'élève de toucher ses camarades avec une frite (prolongement du bras) afin d'augmenter ses chances de réussite.
- Si l'élève est voleur, l'accompagner ou le guider oralement peut lui permettre de mieux comprendre ce qui est attendu de lui.
- L'élève peut être très frustré et avoir de la peine à gérer cette émotion s'il se fait toucher par le gardien. Déposer le trésor dans un cerceau plutôt que le donner au gardien peut l'aider. De même, faire l'exercice dans le sens inverse (je traverse la douane, si je me fais toucher je reviens en arrière et recommence, si je passe sans me faire attraper, je peux prendre un trésor).

42

Jouer en cercle I

JOUER (p. 8)



SALADE DE FRUITS

Matériel:
Cerceaux.

Descriptif:
Les élèves se tiennent dans les cerceaux, ceux qui sont dans les jaunes = citrons, les rouges = fraises, les bleus = myrtilles, ...

1 élève «l'appelant» se place au centre.

À l'appel «citron» les élèves concernés changent de place.

À l'appel «salade de fruits» tout le monde change de place.

Règle:
L'appelant doit retrouver une place au plus vite lors des changements.

Change de place à l'appel de ton nom!

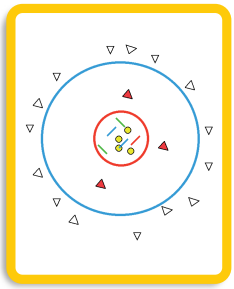
L'élève réagit-il rapidement au signal?

- L'élève peut rencontrer des difficultés à savoir quand il est concerné au cours de la partie. Lui présenter un stimulus visuel (couleur des cerceaux) en plus du stimulus auditif peut l'aider.
- On peut appeler l'élève par son prénom quand la couleur de son cerceau correspond au fruit annoncé.
- Pour simplifier la tâche, annoncer la couleur des cerceaux plutôt que le nom d'un fruit.
- Soutenir son attention en lui indiquant quand écouter, où regarder, etc, peut également être un outil facilitateur.

43

Jouer en cercle II

JOUER (p. 8, 25)



RENARDS DANS LE POULAILLER

Matériel:
Sautoirs, petites balles, foulards, peluches, ...

Descriptif:
Tous les animaux de la basse-cour (petit matériel) se trouvent dans le poulailler (petit cercle central).

3-4 fermiers montent la garde à l'intérieur du domaine (grand cercle).

Les autres joueurs sont des renards qui tentent de pénétrer dans le domaine et de voler une poule, un lapin, ... sans se faire toucher par les fermiers.

Quel renard porte le plus de proies à la fin de la partie?

Règle:
Prendre un seul objet par trajet aller-retour.

Le renard touché doit reposer toutes ses prises dans le poulailler.

Vole un œuf ou une poule sans te faire toucher!

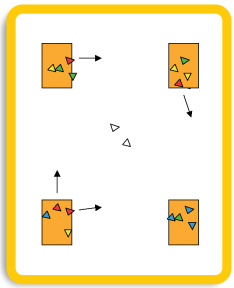
Le renard anticipe-t-il le danger afin de pouvoir s'emparer de sa proie?

- Délimiter visuellement les différentes zones du jeu (cônes, assiettes) ainsi que les rôles (les fermiers se distinguent à l'aide d'un sautoir).
- En amont, expliciter les stratégies à adopter pour éviter de se faire toucher (ex : on a moins de risque de se faire toucher si on va vers un fermier qui est occupé à attraper d'autres renards que s'il attend que quelqu'un passe, etc.).
- Si l'élève est fermier et qu'il peine à toucher des renards car ces derniers sont trop rapides par rapport à sa compréhension du jeu et les comportements à adopter, proposer à l'élève de toucher ses camarades avec une frite (prolongement du bras) afin d'augmenter ses chances de réussite.
- Si l'élève est renard, l'accompagner ou le guider oralement peut lui permettre de mieux comprendre ce qui est attendu de lui.

44

Jeu de course II

JOUER (p. 9)



LES QUEUES DE SOURIS

Matériel:
Sautoirs, 4 tapis (ou cônes).

Descriptif:
Au début du jeu : 2-3 chats se placent au centre du terrain.

Tous les autres (les souris) se trouvent aux 4 coins du terrain dans leurs refuges (tapis). Chaque souris a 3 queues (sautoirs).

Dès que les chats ont prononcé la phrase «Souris, montre-toi!», les souris doivent changer de refuges; celle qui est touchée par un chat doit lui donner une queue (sautoir). À la fin de la partie, les souris qui ont encore leurs 3 queues deviennent chats.

Variante:
Le maître lève 1 sautoir jaune et seules les souris aux queues jaunes changent de refuges (ou lève 1 sautoir vert et ...).
Le maître peut aussi lever 2-3 sautoirs à la fois.

Attends le signal de départ puis choisis ton chemin!

L'élève respecte-t-il les consignes du chat (ou du maître)?

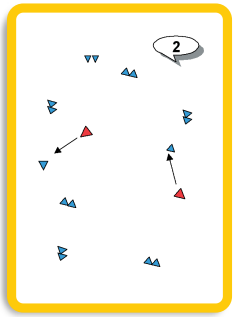
Modifie-t-il son déplacement en fonction du danger?

- Montrer visuellement qui sont les chats à l'aide d'un sautoir.
- Si l'élève se fait attraper trop facilement ses queues, il est possible de lui en donner deux de plus au départ ou de définir une partie du corps à toucher pour que cela soit valide (ex: toucher l'épaule sinon cela ne compte pas).
- Si le trajet est trop long entre les refuges, il est possible d'ajouter des tapis.
- En amont, expliciter les stratégies gagnantes à adopter (avec des mots ou des pictogrammes)→ observer où sont les chats afin d'aller se réfugier sur un refuge qu'ils n'entourent pas, etc.
- Accompagner et/ou guider oralement l'élève dans le jeu de manière à lui expliquer les actions et les comportements à adopter.
- Si l'élève est chat et n'arrive pas à attraper de souris, lui donner une frite peut lui permettre de combler en partie son manque de rapidité ou de réaction face au déroulement du jeu.
- Pour éviter un contact physique si l'élève y est sensible, proposer une frite s'il est chat ou une autre manière de se faire toucher s'il est souris (ex: le chat doit lui bloquer la route et dire son prénom).

45

Jeu de course et de poursuite I

JOUER (p. 10)



JUMEAUX ET TRIPLÉS

Matériel:
Sautoirs (poursuivants).

Descriptif:
Les élèves courent dans la salle à un rythme modéré.

Selon le signal (visuel ou auditif) les coureurs doivent courir seuls, par 2, par 3 ou par 4.

Quand les coureurs réagissent rapidement à la consigne, introduire 1-2 poursuivants. Seuls les coureurs ne répondant pas à la consigne peuvent se faire toucher.

Le coureur touché remplace son poursuivant (mettre le sautoir avant de poursuivre).

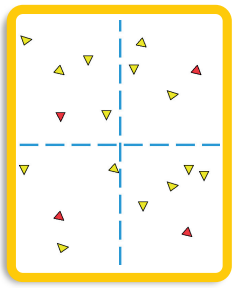
Selon le signal, courez comme des jumeaux ou comme des triplés!

15-20 secondes après le signal, tous les groupes sont-ils formés?

46

Jeu de course et de poursuite II

JOUER (p. 10)



CHASSE AUX INSECTES

Matériel:
Sautoirs (hirondelles), cônes ou cordes (limites).

Descriptif:
Pour débuter jouer sur plusieurs petits terrains.

Dans chaque terrain, une hirondelle poursuit les insectes.

Les insectes touchés se couchent sur le dos et gigotent, les autres insectes peuvent les libérer en leur touchant le ventre.

Quelle hirondelle réussira à toucher tous ses insectes en premier?

Règle:
Respecter les limites du terrain.

Évite les hirondelles et libère les insectes touchés!

L'élève agit-il en surveillant constamment les hirondelles?

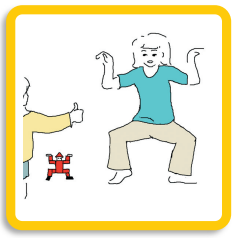
- En fonction de la sensibilité de l'élève au toucher, il n'est pas indispensable d'imposer que les enfants se donnent la main quand ils sont en groupe.
- En tant que poursuivant, si l'élève rencontre des difficultés à toucher ses camarades, il est possible de lui donner une frite (effet de prolongement du bras) afin de combler son manque de rapidité et de réaction dans le déroulement de l'action.
- La prise de décision n'est pas toujours facile pour l'élève. Lui dire avec qui aller se mettre ou commencer l'activité déjà en duo et ainsi suivre son camarade peut être facilitateur.
- Si l'élève est facilement attrapé, imposer une partie du corps à toucher pour que cela soit validé.
- Selon le déroulement du jeu, l'élève peut être amené à changer régulièrement de rôle, ce qui peut être source de difficulté. Il est alors possible de garder les mêmes chasseurs pendant quelques parties afin d'éviter les va-et-vient au niveau des rôles (si on se fait toucher, faire une petite activité en dehors du terrain avant de revenir dans le jeu ou encore aller toucher un mur puis revenir,…).
- Accompagner et/ou guider oralement l'élève dans l'action afin de lui apprendre les bonnes stratégies à adopter.
- Pour diminuer la difficulté, imposer toujours d'être regroupé par le même nombre.

- Délimiter les terrains de manière visuelle, avec des cônes ou des assiettes, tout comme les différents rôles (sautoir pour les poursuivants).
- Si l'élève est sensible au toucher :
  - Quand il est hirondelle, lui permettre de toucher les insectes avec une frite.
  - S'il est insecte, définir un autre moyen de se faire toucher → lui bloquer le passage et dire son prénom.
  - Pour libérer les insectes, tourner, par exemple, une fois autour de lui.
- Accompagner et/ou guider oralement l'élève afin de lui apprendre/modéliser les comportements gagnants à adopter.
- Si l'élève est poursuivant et qu'il n'arrive pas attraper les insectes, lui donner une frite afin de « prolonger son bras » et ainsi combler le manque de rapidité et de réaction.
- Si l'élève se fait trop souvent attraper, imposer une partie du corps à toucher pour que cela soit valide peut faciliter la partie.

47

Avec du petit matériel

JOUER (p. 11, 12)



Imite la position de la figurine mise en place par ton camarade !

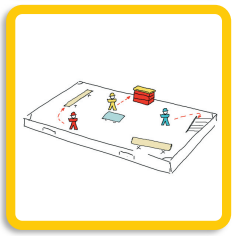
L'imitation ressemble-t-elle au modèle ?

Le partenaire voit-il et corrige-t-il les erreurs ?

Cours chercher une pièce* à empiler sur la tour !

**plots, legos, pinces à linge, ...*

La construction de chaque équipe tient-elle debout après plusieurs trajets ?



Déplacez-vous dans la salle de gym comme les figurines sur le «tapis-plan» !

Les élèves se repèrent-ils par rapport aux engins (perches, tapis, bancs) ?

Peuvent-ils déplacer des engins selon les indications du plan ?

- Si l'élève rencontre des difficultés à imiter la figurine complète en une seule fois (position de la tête, des bras, des pieds,…), construire la figurine étape par étape (1→la tête, 2→ les pieds, etc.).
- Faire l'activité en guidance.

- Si malgré le plan, l'élève n'arrive pas à se repérer, l'accompagner et/ou le guider oralement est une option pertinente.
- Fonctionner en binôme peut permettre à l'élève d'avoir quelqu'un sur qui se reposer, sans être accompagné par l'adulte.

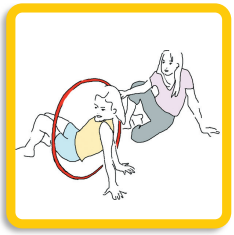
48

Jeux d'adresse avec cerceaux

JOUER (p. 12, 18)

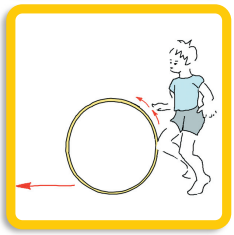
Sans toucher le cerceau, saute de différentes manières !

L'élève enchaîne-t-il 10 sauts en alternant dedans et dehors ?



À tour de rôle, passez à travers le cerceau !

Le duo collabore-t-il équitablement ?



Fais rouler ton cerceau le plus loin possible !

L'élève arrive-t-il à dépasser son cerceau ?

À en faire le tour ?

Ne pas hésiter à modéliser ce que l'élève doit faire afin qu'il puisse comprendre ce qui est demandé de sa part. Le fait qu'il puisse également imiter (enseignant, assistant à l'intégration, camarade) peut aussi être une aide précieuse.

49

Jeux avec anneaux

JOUER (p. 13)

Déplace-toi sans perdre ta couronne !

L'élève garde-t-il sa couronne si, au signal, il s'arrête en position d'équilibre sur 1 pied ?

Et si l'anneau est posé sur l'épaule, le genou, le dos, ...?

Sans dépasser la ligne, lance ton anneau pour atteindre une cible !

Y arrive-t-il s'il lance avec l'autre main ?

Et s'il recule de 2 pas ?

Promène ton chien dans toute la salle !

Lève-t-il les yeux et sait-il éviter les collisions ?

Redouble-t-il d'attention s'il se déplace en courant ?

Afin que l'élève puisse tirer parti de ses actions, il peut être utile d'expliciter ce qu'il doit en conclure (ex : ton anneau est arrivé plus loin que le cerceau, il faut que tu le lances moins fort ou recules de 2 pas et garde la même force).

50

Avec gobelets et petites balles

JOUER (p. 15)

Lance la balle, laisse-la rebondir et rattrape-la !

L'élève observe-t-il la trajectoire de la balle ?

Effectue-t-il ces gestes en souplesse ?

- Dans un premier temps, proposer un récipient de grande taille afin de maximiser les chances de réussite.
- Si l'élève se sent dépassé par la suite des actions à réaliser, lui demander de rattraper la balle que vous aurez vous-même lancée.

Passe la balle et change de place !

Après une passe, sait-il se placer derrière une colonne de camarades ?

Les passes peuvent-elles s'effectuer avec un rebond au sol ?

Proposer plusieurs variantes pour passer la balle de manière à ce que l'élève puisse choisir celle qui lui convient le mieux.

Franchis l'obstacle de différentes manières !

Enchaîne-t-il deux manières différentes de franchir un obstacle ?

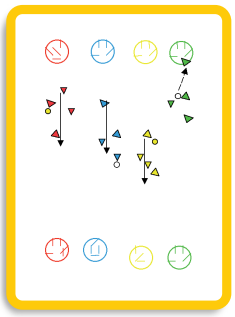
Y arrive-t-il en transportant une balle dans un gobelet ?

Si l'élève ne sait pas comment franchir l'obstacle, lui proposer quelques options (fournies par l'adulte ou ses camarades.)

51

Jeu de balles

JOUER (p. 16, 17)



LES COLLIERS

Matériel:
4 balles, sautoirs de 4 couleurs répartis dans 8 cerceaux.

Descriptif:
4 équipes de 3-5 joueurs doivent traverser plusieurs fois la salle en se roulant la balle.

À la fin de chaque traversée, un joueur (le roi) se place dans le cerceau pour recevoir la balle; il peut alors y prendre un sautoir (collier).

À la fin du jeu, chaque joueur de l'équipe doit posséder au moins 1 collier.

Roulez la balle puis donnez-la au roi ! Repartez ensuite vers un autre cerceau !

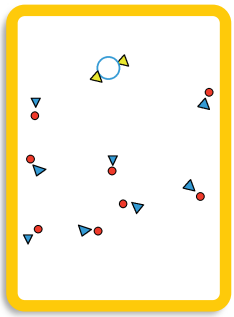
L'équipe s'organise-t-elle efficacement =passes et déplacements vers l'avant ?

- Si besoin, accompagner et/ou guider oralement l'élève durant la phase de jeu.
- Possibilité de modifier l'action à exécuter lorsque l'élève est dans le cerceau → faire une passe rebond, rouler la balle, etc.

52

Jouer balle au pied

JOUER (p. 19)



POURSUITE FOOT

Matériel:
Balles, cerceau.

Descriptif:
Dans un espace délimité, tous les joueurs se déplacent (balle au pied).

Au signal, chacun doit échanger sa balle contre celle de son voisin direct.

Dès que la maîtrise de balle est suffisante: introduire 1-3 poursuivants (sans ballon) qui doivent toucher le ventre (le dos, l'épaule, ...) d'un dribbleur. Le touché donne sa balle à son poursuivant et endosse le rôle de poursuivant.

Règle:
Pas de retouche directe.

Variante:
Les 2 poursuivants tiennent un cerceau avec lequel ils doivent emprisonner un joueur. Le prisonnier prendra alors la place d'un des 2 poursuivants.

Conduis ta balle avec le pied en évitant les rencontres !

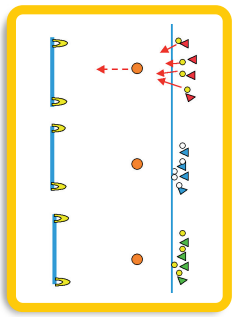
Donne-t-il spontanément sa balle à celui qui le touche ?

- Délimiter visuellement le terrain (cônes, assiettes) ainsi que les rôles (sautoirs pour les poursuivants).
- Pour bien séquencer les actions, au premier signal, demander de faire la statue, balle au pied. Au second signal, faire une passe à son voisin direct.
- Afin d'éviter les va-et-vient entre poursuivant et poursuivi, ne pas hésiter à faire une partie où les rôles sont fixes → pendant 3' je poursuis puis changement de chasseur pour la seconde partie (si je suis touché, je fais une tâche en dehors du terrain avant de réintégrer la partie).
- En amont, expliciter à l'élève les stratégies à adopter pour attraper ses camarades ou éviter de se faire toucher.
- Si l'élève n'arrive pas à toucher ses camarades, lui proposer une frite comme « prolongement » pour tenter de combler le manque de rapidité et de réaction.
- Si l'élève se fait toucher régulièrement, proposer un privilège à 2-3 élèves (dont l'élève TSA) qui empêche de se faire toucher.

53

Avec différentes balles

JOUER (p. 19)



ROLLMOPS EN PARALLÈLE

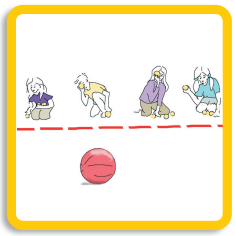
Matériel:
Diverses balles, 3-4 gros ballons (basket), cônes ou rubans (lignes de tir et de but).

Descriptif:
Le jeu se déroule en parallèle par groupe de 4-6 élèves dans 3-4 zones.

Dès le signal du début de partie, chaque groupe, par des tirs précis, doit chasser son gros ballon.

Quel sera le 1er gros ballon à franchir sa ligne de but?

Règle:
Rouler ou lancer uniquement lorsque l'on se trouve derrière sa ligne de tir.



Par des tirs précis, chassez le gros ballon derrière la ligne de but!

L'emplacement et la position des tireurs sont-ils corrects?

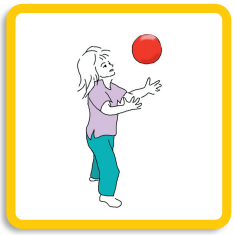
Chaque joueur se concentre-t-il avant de tirer?

- Délimiter la zone de tir visuellement par des cônes/assiettes ou par un petit tapis.
- Dans la zone de tir, définir pour l'élève une place marquée par un morceau de scotch.
- Introduire plusieurs variantes pour toucher le ballon (rouler, lancer) afin de choisir celle qui convient le mieux à ses capacités et à la situation.
- Si l'élève va prendre des petites balles qui se trouvent dans un autre terrain de jeu que le sien, différencier leur couleur pour chaque terrain.

54

Lancer et attraper après un rebond

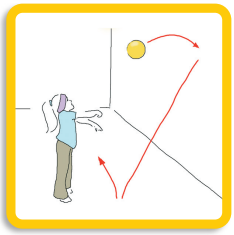
JOUER (p. 20)



Fais rebondir ton ballon au sol et rattrape-le!

Le rebond est-il assez haut et précis (pour permettre de rattraper)?

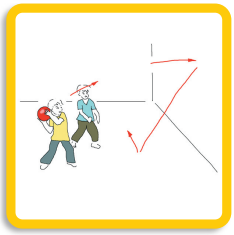
L'élève place-t-il ses mains sous la trajectoire du ballon?



Lance ta balle très haut contre le mur et attrape-la après 1-2 rebonds au sol!

Réussit-il l'exercice 3 fois de suite?

Délimiter visuellement, par exemple, avec du scotch, la zone à viser.



Lance la balle contre le mur pour que ton camarade puisse la rattraper!

En lançant à tour de rôle, chacun réussit-il à réceptionner la balle (maximum 2 rebonds au sol)?

- Délimiter visuellement, par exemple, avec du scotch, la zone à viser.
- Guider l'élève afin qu'il puisse mieux réagir à la situation (ex : la balle arrive doucement, rapproche-toi du mur, etc.).

55

Ensemble, c'est mieux !

JOUER (p. 22, 23)

Volez comme des oiseaux et au signal réfugiez-vous !

(3 «cerceaux-nids» pour 20 élèves)

Après 5 secondes, tous les oiseaux ont-ils trouvé un nid ?

Restent-ils immobiles dans le nid pendant 10 secondes ?

Tiens les chevilles de ton camarade, puis avancez ensemble !

Peuvent-ils se déplacer de côté, en arrière ?

L'exercice est-il réalisable en formant un «train» de 3-5 élèves ?

Déplacez la «reine» dans sa chaise à porteurs !

La reine a-t-elle effectué tout un parcours sans jamais toucher le cerceau ?

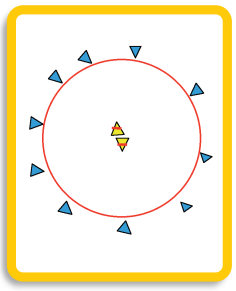
- Compter ou décompter à voix haute le temps à disposition pour aller se réfugier dans les nids.
- Si les élèves sont trop serrés dans le cerceau, cela peut engendrer une source de stress. Ajouter un ou plusieurs cerceaux peut aider l'élève. Définir un cerceau dans lequel il ira toujours se placer peut également être une option.

Si l'élève est sensible au toucher, ne pas hésiter à faire le même exercice mais sans contact.

56

Jeu de retour au calme

JOUER (p. 22, 27)



ROI ET REINE DU SILENCE

Matériel:
2 bandeaux.

Descriptif:
Le roi et la reine sont assis dos à dos et les yeux bandés au centre d'un cercle formés par les autres élèves.

L'enseignant désigne un élève qui, sans bruit, tente de s'approcher puis de s'asseoir aux côtés du roi (ou de la reine). S'il y parvient sans être repéré par le roi, il devient roi à son tour.

Variante:
(forme de rangement du matériel en fin de leçon)
Avant de s'asseoir à côté du roi, le joueur doit déposer un (ou plusieurs) objet dans le «coffre aux trésors» placé devant le roi.

Règle:
L'élève repéré par le roi retourne sans bruit à sa place.

Approche-toi du roi sans faire de bruit !

L'élève réussit-il à s'asseoir à côté du roi sans que ce dernier l'ait désigné du doigt ?

Si 2-3 joueurs s'approchent simultanément, le roi (ou la reine) peut-il les repérer avec précision ?

57

Avec un ballon de baudruche

JOUER (p. 27)

Repousse le ballon le plus haut possible !

L'élève frappe-t-il le ballon au moins 5 fois de suite ?

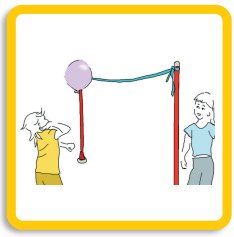
Y arrive-t-il avec l'autre main ?

Et en alternant gauche et droite ?

Fais rebondir le ballon avec la main, la tête, le pied !

Jongle-t-il avec 3 parties du corps différentes tout en les nommant ?

Enchaîne-t-il plusieurs fois ces 3 gestes ?



Faites-vous des passes par-dessus la corde en frappant le ballon !

Les joueurs se déplacent-ils assez tôt pour être sous le ballon ?

Ont-ils réussi 6, 8 ou 10 passes de suite ?

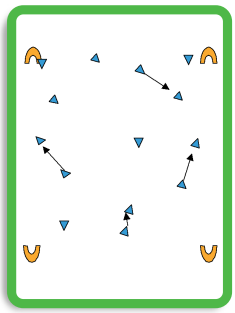
Nommer les parties du corps tout en jonglant avec le ballon peut être source de difficultés pour l'élève (double tâche). Lui proposer, avant l'exercice, 3 parties du corps avec lesquelles il devra jongler peut lui faciliter la tâche.

Si besoin, permettre de faire une passe à soi-même avant de le renvoyer à son partenaire (bloquer le ballon, lancer le ballon au-dessus de soi puis le renvoyer en le frappant).

58

Avec des pinces à linge

PLEIN AIR (p. 3)



LE PINCEUR PINCÉ

Matériel :
Pinces à linge, cônes (limites).

Descriptif :
Chaque élève accroche 5 pinces sur ses habits.

Puis tous cherchent à s'emparer des pinces des autres.

Dès qu'il saisit une pince, le gagnant doit la fixer sur ses habits avant de continuer à jouer.

Qui possèdera plus de 5 pinces à la fin du jeu ?

Règle :
N'attraper **que** la pince.
Accrocher ses pinces afin qu'elles soient visibles.
Respecter les limites du terrain.

Essaie d'augmenter ton stock de pinces à linge !

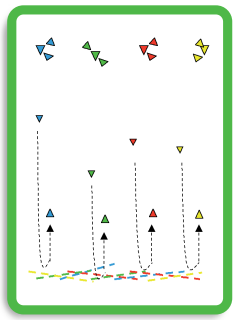
Pour y parvenir, l'élève surveille-t-il tous les joueurs situés à proximité ?

- Le fait d'être chasseur et chassé en même temps peut représenter une sérieuse difficulté pour l'élève. Il est alors possible de faire une partie où le rôle reste le même durant tout le jeu → on est alors uniquement chasseur ou chassé.
- Si l'élève ne supporte pas le contact physique :
  - lui donner une frite pour toucher ses camarades
  - toucher l'élève TSA en lui bloquant le passage et en disant son prénom
- L'élève, au lieu d'accrocher ses pincettes à ses habits, peut les garder dans sa main ou les mettre dans un panier en dehors du terrain.
- En amont, expliciter les stratégies à adopter pour optimiser le succès.
- Accompagner et/ou guider oralement l'élève durant la phase de jeu.

59

Jouer en plein air

PLEIN AIR (p. 3, 5)



LE HÉRISSON

Matériel:
Pinces à linge en suffisance.

Descriptif:
Former des équipes de 4-5 joueurs dont 1(=le hérisson) reste à la maison; les autres doivent partir chercher des piquants (pinces) au magasin situé à environ 20 m.

Prévoir des parcours parallèles et répartir les pinces afin d'éviter des collisions.

Quel est le hérisson le mieux (le plus) garni quand le magasin est vide?

Inverser le jeu: dégarnir le hérisson et ramener une à une les pinces au magasin.

Idem en choisissant une seule couleur de pince par hérisson.

Règle:
A chaque passage vers le magasin : ne prendre qu'une seule pince.

Va chercher une pince et reviens la poser sur ton hérisson!

L'élève respecte-t-il le parcours convenu? Prend-il bien une seule pince à la fois?

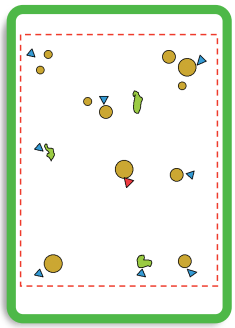
Penser à proposer des lunettes de soleil ainsi qu'une casquette à l'élève (sensibilité à la lumière).

- Mettre l'équipe de l'élève sur un parcours qui se situe à une des deux extrémités du terrain va lui permettre de se repérer plus facilement et diminuera le risque d'être stressé par la grande quantité de mouvements qui l'entourent.
- Si l'élève est hérisson, il se peut qu'il ne supporte pas d'avoir des pincettes accrochées à ses habits. Prendre une assiette en carton représentant un hérisson et y pincer ses pics peut être une option.

60

Jeu de cache-cache

PLEIN AIR (p. 4)



CACHE-CACHE

Matériel:
Terrain délimité, cachettes en suffisance (buissons, troncs, ...).

Descriptif:
Au début de la partie, tous les joueurs vont se cacher pendant que le meneur, face cachée contre le tronc central, compte jusqu'à 20 puis signale qu'il commence ses recherches.

Dès qu'il aperçoit un joueur, il le nomme en touchant le tronc central. Les joueurs nommés (prisonniers) viennent se tenir au tronc.

Un joueur libre peut sauver sa vie (ou celles des prisonniers) s'il parvient à toucher le tronc central avant le meneur.

Quel est le meneur qui réussira à faire le plus de prisonniers en 5 minutes?

Règle:
Respecter les limites du terrain.

Compte à haute voix jusqu'à 20 puis pars à la recherche de tes camarades!

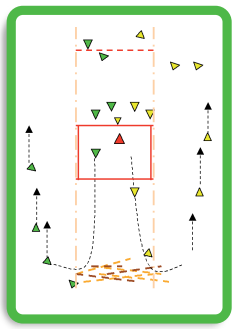
Les joueurs se sont-ils tous cachés à temps?

- Délimiter le terrain de manière visuelle → accrocher une corde à l'arbre qui représente une limite, etc.
- Demander à l'élève de compter à haute voix.
- Accompagner l'élève ou le guider oralement ou avec des signes, durant la partie de jeu.
- En amont, expliciter les bonnes stratégies à adopter tant au niveau du type de cachette que du moment où il est pertinent d'en sortir.
- Faire un retour sur le comportement de l'élève durant le jeu va lui permettre de le faire évoluer.

61

Avec des pives

PLEIN AIR (p. 4)



LES ÉCUREUILS

Matériel:
5 pives par élève (écureuil).

Descriptif:
Sur un chemin forestier: marquer une ligne de départ et 10 m plus loin une zone de 5 m représentant la maison du garde forestier. Les pives sont placées 10-20 m après la maison.

À l'aller, chaque écureuil tente de traverser la maison sans se faire toucher par le garde, il peut alors aller prendre une pive. Le retour se fait par le pré ou la forêt (hors du chemin) pour éviter les collisions.

Inciter les écureuils à construire une belle pyramide de pives ou proposer un concours entre deux familles d'écureuils?

Règle:
À chaque passage: ne prendre qu'une seule pive.
Revenir au départ si l'on est touché.

Traverse la maison, ramasse une pive et reviens par le pré!

L'élève observe-t-il la position du garde avant de s'élancer?

Pose-t-il sa pive avec soin afin de construire une pyramide?

- Autant que possible, délimiter le terrain de manière visuelle (branches de sapin, etc.).
- En amont, expliciter les bonnes stratégies à adopter pour éviter de se faire toucher.
- Accompagner ou guider oralement l'élève durant la partie de jeu.
- Faire un retour sur le comportement de l'élève durant le jeu va lui permettre de s'améliorer.
- Si l'élève se fait facilement attraper, imposer une partie du corps à toucher pour que cela soit valide (coude/épaule/…).
- Si l'élève est chasseur et peine à toucher ses camarades, il est possible de rendre plus étroite la zone de passage afin d'augmenter ses chances d'attraper quelqu'un.
- En cas de sensibilité tactile importante, introduire un outil médiateur (branche molle/frite) lorsque l'élève est chasseur. Proposer un autre moyen pour toucher l'élève en question (ex : lui bloquer le chemin et dire son prénom).

62

Les lutins de la forêt

PLEIN AIR (p. 4-6)

Déplace-toi sans perdre ta lanterne!

L'élève transporte-t-il sa pive sur une distance de 5-6 m?

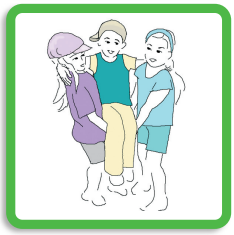
Peut-il la poser délicatement et la reprendre sans se faire aider?

Proposer plusieurs éléments, de tailles différentes, à transporter de manière à pouvoir choisir celui qui convient le mieux, tout en étant dans la réussite.

Traverse le pont en gardant ta couronne!

Y parvient-il aussi en marchant en arrière ou de côté?

Proposer plusieurs variantes d'équilibre → marcher sur une branche déposée au sol, sur un tronc, avec ou sans aide, avec ou sans couronne sur la tête…



Amenez le roi dans le château des lutins!

Les porteurs croisent-ils les mains et plient-ils les genoux pour soulever le roi?

Y a-t-il une bonne collaboration lors du changement de rôles?

Si l'élève est sensible au toucher, il est possible qu'il n'accepte pas de se faire porter et de porter ses camarades. Il faut alors éviter de lui donner le rôle du roi. S'il doit porter, on peut lui donner un autre rôle comme celui de vérifier qu'il n'y ait pas d'obstacles sur le chemin…

63

Jouer avec le vent

PLEIN AIR (p. 6)

Plie une feuille de papier et fais-la voler comme un avion !

L'élève modifie-t-il le lancer et/ou le pliage de sa feuille afin qu'elle vole pendant au moins pendant 3 secondes ?

- Plier l'avion à côté de l'élève de manière à ce qu'il puisse reproduire le pliage en temps réel.
- Guider l'élève dans son action et lui faire un retour explicite sur ce qui s'est passé et ce qui est à modifier.

Cours pour remplir d'air les sachets en plastique !

Les sachets restent-ils gonflés : si l'élève fait des vagues avec les bras, s'il court en arrière, s'il tourne sur place, ...?

Faites monter et descendre le parachute !

Le parachute forme-t-il une coupole remplie d'air à l'atterrissage ?

- Montrer à l'élève ce qu'on considère comme étant « rempli d'air ».
- Rendre attentif l'élève à ce qu'il doit considérer pour que les sachets en plastique se remplissent d'air (position des ouvertures).
- Faire l'exercice en ayant d'abord un sachet puis un deuxième.

64

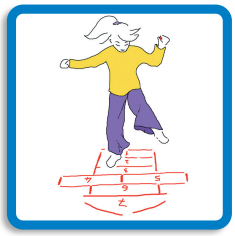
Dans la cour de récréation

AUTRES ASPECTS (p. 4)

Fais circuler ta bille dans un parcours !

L'élève s'intègre-t-il à un groupe de joueurs (respect des règles, de l'ordre de passage, ...)?

Si respecter le tour de rôle est une difficulté pour l'élève, on peut utiliser un outil lui permettant de mieux se rendre compte de cette notion → noter/dessiner sur un papier le prénom des joueurs. Mettre une pincette à côté du joueur dont c'est le tour. Ainsi, l'élève pourra visuellement se repérer et ainsi jouer uniquement quand la pincette sera à côté de son prénom.



Lance un caillou sur un numéro puis, en sautant de case en case, récupère-le lors de ta traversée !

Réussit-il à coordonner ses sauts (1 pied dans chaque case)?

Tolère-t-il le jugement de ses partenaires de jeu?

Si le poursuivant s'approche, perche-toi pour sauver ta vie !

Anticipe-t-il le danger?

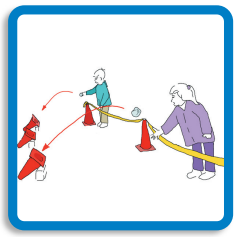
Accepte-t-il d'endosser le rôle de poursuivant?

- En amont, expliciter les éléments stratégiques à adopter (ex : repérer les les lieux proches où se percher, etc.).
- En tant que poursuivant, si l'élève rencontre des difficultés à toucher ses camarades, il est possible de lui donner une frite (effet de prolongement du bras) afin de combler son manque de rapidité et de réaction dans le déroulement de l'action.
- Si l'élève est facilement attrapé, imposer une partie du corps à toucher pour que cela soit validé.
- Accompagner et/ou guider oralement l'élève dans l'action afin de lui apprendre les bonnes stratégies à adopter.

65

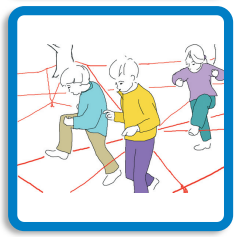
Joutes sportives

AUTRES ASPECTS (p. 7)



Lance 3 balles de papier dans un «chapeau» !

L'élève choisit-il le chapeau placé à une distance adaptée à ses capacités ?



Traverse la toile d'araignée* sans rien toucher !

**** réseau d'élastiques avec quelques clochettes***

Réussit-il au moins 8 franchissements ?

Y arrive-t-il en passant dessous ?

Et en alternant dessus-dessous ?

Unissez-vous pour remplir le bidon !

Quel groupe de 4-5 «pompiers» a atteint en premier la marque des 5 litres ?

Faire un retour explicite sur l'action de l'élève de manière à ce qu'il puisse prendre conscience des éléments qu'il doit modifier (ex : la balle est arrivée avant le cône, tu dois donc la lancer avec plus de force).