

# Mieux comprendre les Troubles du Spectre de l'Autisme





## Genèse du projet

Avec la loi de 2005, on passe de l'obligation éducative au droit à la scolarisation pour tous les enfants.

En 2013, la loi sur la refondation de l'école parle d'une école inclusive pour tous les enfants qui doit permettre d'obtenir les meilleurs résultats pour les élèves en situation de handicap et une plus grande ouverture à la différence.

Aujourd'hui la stratégie nationale pour l'autisme 2018/2022 réaffirme l'impérieuse nécessité de créer l'environnement le plus inclusif possible. Au-delà des déclarations de principes, les établissements du second degré, qui sont de plus en plus concernés et impactés, ont besoin d'outils concrets pour façonner au quotidien cet environnement inclusif.

Cette valise d'outils a été pensée et réalisée par un groupe régional coordonné par EDF, l'Education Nationale et le Centre Ressources Autisme Pays de la Loire. Elle est financée par EDF (dans le cadre d'une convention avec l'Education Nationale et le CRA Pays de la Loire). Son objectif est de permettre une découverte et une mise en main de références théoriques et pratiques sur toute la région des Pays de la Loire (6 exemplaires en circulation : 1 dans chaque SDEI (service départemental de l'école inclusive) et 1 au CRA).

Cette valise conduira, nous l'espérons, les équipes éducatives vers la construction de parcours d'inclusion éclairés. Ce travail long et coûteux a pu être mené grâce à nos partenaires (EDF, Rectorat, formatrice académique, CRA). Un grand merci particulièrement à Mme LACOTE COQUEREAU (formatrice académique) et à M DEVELEY (Délégué emploi EDF Pays de la Loire) véritables chevilles ouvrières de ce beau projet.

Au nom de tous les concepteurs et financeurs de cette « valise d'outils TSA », je vous souhaite un beau voyage inclusif.

Stéphane GACHET  
*Enseignant spécialisé du CRA*

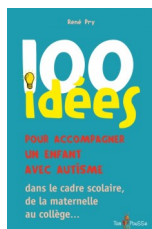
## Sommaire

Livres	5
Matériel pédagogique et sensoriel	6
Notices du matériel	7-13
Clé usb—Documents numériques	14
Fiches exemple de séquençage	15-16
Editeurs et fournisseurs	17





## VALISE PEDAGOGIQUE LIVRES



### 100 idées pour accompagner un enfant avec autisme dans un cadre scolaire, de la maternelle au collège...

PRY, René. Paris (France) : Tom Pousse, 2012. 187 p. 100 idées. ISBN 978-2-35345-066-4. (3 exemplaires)



### Scolariser des élèves avec troubles du spectre de l'autisme

GARNIER, Philippe. Futuroscope (France) : Réseau Canopé, 2018. 193 p. ISBN 978-2-240-04368-9 (1 exemplaire)



### Scolariser un enfant avec autisme : concrètement, que faire ?

BINTZ, Elisabeth. Paris (France) : Tom Pousse, 2013. 121 p. ISBN 978-2-35345-106-7. (3 exemplaires)



### Laisse-moi t'expliquer... l'autisme : album éducatif pour comprendre et mieux vivre la différence

DESLAURIERS, Stéphanie. [S.l.] : Midi Trente, 2012. 40 p. ISBN 978-2-923827-28-5. (3 exemplaires)

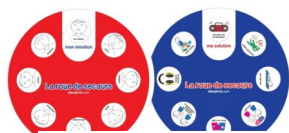


### Maria et moi

GALLARDO, Maria ; GALLARDO, Miguel ; BARTHELEMY, Catherine. Montreuil (France) : Rackham, 2010. ISBN 978-2-87827-134-8. (2 exemplaires)



## VALISE PEDAGOGIQUE MATERIEL PEDAGOGIQUE ET SENSORIEL



### La roue de secours - 1 exemplaire

La roue de secours est une roue pivotante recto verso pour aider l'enfant à gérer ses émotions et trouver lui-même une solution.



### Time Timer - 1 exemplaire

Le Time Timer est un outil très visuel qui permet de matérialiser le temps qui passe en indiquant le temps restant à une activité. Parfait pour les enfants ayant du mal à comprendre la notion du temps mais aussi pour faciliter les transitions !



### Casque anti-bruit - 1 exemplaire

Ce casque est spécialement conçu pour les enfants jusqu'à 8/10 ans. Atténuation du son de 27 dB.



### Gant lesté main droite et gauche - 1 exemplaire de chaque

Gant procurant de la proprioception au niveau de la main, aide à mieux sentir les mouvements d'écriture. 3 poids inclus (56 g, 113 g, 170 g). De 7 à 12 ans.



### Coussin à picots - 1 exemplaire

Coussin à gonfler selon les besoins et à poser sur une chaise pour créer une assise dynamique. Cette assise permet alors une meilleure concentration. Une face est munie de picots pour une stimulation tactile, l'autre face est lisse. S'utilisent aussi dans des parcours d'équilibre.



### Œuf à malaxer - 1 exemplaire

Forme ergonomique, il facilite la réhabilitation des doigts, de la main et du poignet. Peut être chauffé ou refroidi si nécessaire. Excellent comme balle de stress. Sans latex.



### Gilet lesté - 1 exemplaire

Porté au plus près du corps, il apporte une compression légère que l'on peut régler grâce aux bandes velcro latérales.



### Sablier du temps - 1 exemplaire

Permet de quantifier le temps de manière visuelle. Très utiles, par exemple, dans la salle de bain pour chronométrer le brossage des dents !



## Veste lestée



Le port de la veste fournit à la personne des informations dites proprioceptives sur la position de son buste dans l'espace grâce à la pression exercée par celle-ci au niveau des récepteurs sensoriels proprioceptifs des tendons et des articulations.

Lorsque la personne présente une hyposensibilité proprioceptive, cette veste permet d'améliorer :

- la stabilité posturale (en diminuant l'hyperactivité liée à une recherche de sensations proprioceptives),
  - la tranquillité émotionnelle (en diminuant l'anxiété provoquée par le manque de perception de son corps dans l'espace),
- et par conséquent, une meilleure attention.

### Précautions d'usage

Il est important de commencer par un poids minimum et d'augmenter progressivement si on ne perçoit pas d'effet. Le choix du poids peut varier d'un individu à l'autre et doit tenir compte du poids corporel de l'utilisateur, mais aussi de sa capacité musculaire et respiratoire, et de son confort.

A ce titre, l'utilisateur doit à tout moment être capable de retirer lui-même la veste lestée.

En règle générale, il est déconseillé que le lest représente plus de 10% du poids de la personne.

De plus, il est recommandé d'être vigilant à un éventuel phénomène d'addiction notamment chez les adultes, qui peuvent demander toujours plus de poids.

Pour bien encadrer l'utilisation de ces vestes et en mesurer les bénéfices il est important d'avoir en tête des objectifs précis (diminuer l'anxiété, favoriser la stabilité posturale et l'attention) et de limiter le temps de port (durée de 20 à 40 minutes, clairement identifiable par la personne).

Lier le port de la veste à des activités précises permettra d'autant mieux d'évaluer le gain apporté par son usage.

### Complément d'information

Pour plus d'information sur les précautions d'usage de tout type de matériel lesté, nous vous conseillons de consulter le document en ligne [L'utilisation des couvertures, des vestes et autres objets lestés auprès des enfants : Information, mise en garde et précautions d'usage](#) édité par le gouvernement du Québec.

Source : Site internet CRA- Centre



## Gant lesté



Le gant lesté permet d'apporter à la personne davantage d'informations proprioceptives au niveau de la main dominante (droitier, gaucher).

Le poids appliqué sur la main augmente la pression exercée sur les récepteurs sensoriels des tendons et des articulations.

Ceci améliore la perception de la main dans l'espace et par conséquent le contrôle et la sûreté des gestes de l'écriture et du dessin.

### Précautions d'usage

Attention, cet outil n'est pas destiné à améliorer la tenue (la préhension) du stylo.

Pour ce type de difficulté on se tournera vers d'autres outils tels que les manchons à stylo qui existent sous de multiples formes et textures.

Source : Site internet CRA- Centre





## Casque antibruit



Le casque anti-bruit permet de diminuer la charge sonore afin de favoriser le bien-être et la disponibilité de la personne.

D'autres alternatives existent pour éviter cette gêne sensorielle comme porter des bouchons d'oreille, ou porter un casque à musique et écouter une musique appréciée.

Certains casques sont équipés de filtres permettant de diminuer les bruits parasites de l'environnement sans isoler la personne de la voix humaine.

### Précautions d'usage

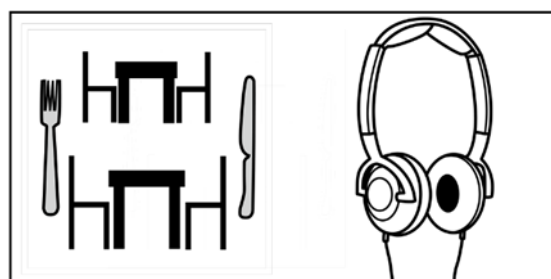
Ces outils comportent le risque d'isoler la personne. Ils doivent donc être utilisés dans des situations gênantes bien identifiées en terme de durée et de lieu.

L'utilisation de supports visuels, comme des pictogrammes, des photos, des objets, peut aider à poser ces limites d'usage.

### **Par exemple:**

**Le repas à la cantine.**

On peut associer un pictogramme représentant le lieu, et un pictogramme représentant le casque pour indiquer son port pendant la durée du repas, si cet environnement en nécessite vraiment l'usage.



source: pictos arasaac



## Le coussin d'air



L'air contenu dans le coussin permet des micros-mouvements tout en restant assis, ce qui peut éventuellement diminuer l'hyper activité motrice.

Son usage est préconisé chez les personnes hypotoniques présentant une instabilité en position assise (avachissement, balancement du corps), mais aussi pour les enfants présentant un grand besoin de bouger.

De plus, les petits picots (reliefs) apportent un confort et un retour tactile sur l'assise. L'apport de ce confort d'assise permet à la personne d'être moins concentrée sur son contrôle postural. Elle peut davantage porter ses ressources attentionnelles sur l'activité proposée.

Il existe des coussins inclinés qui permettent de renforcer l'appui des pieds sur le sol et ainsi de gagner en tonus axial en contribuant au redressement de la colonne vertébrale.





## Œuf à malaxer



### Caractéristiques de l'œuf à malaxer Squeeze Egg

Le Squeeze egg est une balle à malaxer en forme d'œuf. Cette forme ergonomique permet des exercices faciles et efficaces de rééducation des doigts, des mains et des poignets affaiblis ou blessés.

Grâce à sa petite taille vous pouvez l'emporter et vous exercer n'importe où.

### Indications :

- Réduction de la douleur et de la raideur des doigts
- Détente des muscles tendus et réduction du stress
- Canalisation de l'enfant pour favoriser sa concentration
- Renforcement musculaire



## Time Timer



Cet outil très visuel permet de matérialiser le temps qui passe en indiquant le temps restant à une activité. Comment ? Grâce à son disque rouge qui disparaît au fur et à mesure que le temps passe. Il est même utilisé en réunion, en colloque par de nombreuses équipes pour bien gérer le temps restant à disposition.

Nous avons tous été de petits enfants qui ne comprenions pas ce que « dans cinq minutes » signifiait. Mais cela ne nous a pas empêchés de l'entendre au quotidien de la bouche de nos parents, nounous, enseignant(e)s... Puis un jour, nous avons maîtrisé l'idée du temps et avons commencé à l'utiliser pour organiser nos vies. Mais ce moment de la vie, au cours duquel il n'y a que deux temps - « maintenant » et « pas maintenant » - est, dans l'esprit d'un enfant, difficile à gérer.

« Mais c'est quand dans 5 minutes ? »

Le Time Timer peut être utilisé partout : à la maison, en rendez-vous, dans les salles de classe. Il permet d'aider les enfants à évaluer le temps restant pour effectuer une tâche, un temps de lecture ou même un temps de pause. Au fur et à mesure que le temps passe, **l'enfant peut voir la couleur disparaître** du chronomètre.

Les concepts de temps peuvent être difficiles pour de nombreux enfants, en particulier ceux ayant des besoins spéciaux. Avec le Time Timer, les enfants plus jeunes peuvent voir le temps comme une mesure sans la confusion des chiffres sur une horloge traditionnelle. Les enfants plus âgés peuvent se concentrer sur le temps restant représenté par la quantité de couleur sur la minuterie.

Grâce au Time Timer, les enfants apprennent la gestion du temps, travaillent efficacement, voire même pour certains gagnent en motivation... ! Tout au long de la vie, enfants et adultes sont soumis à des contraintes de temps. Dans certains cas et pour certains enfants, la pression du temps peut même aider à stimuler la performance et la créativité. Le Time Timer peut aider les enfants à apprendre à gérer le stress lié au temps et les aider à se concentrer sur une tâche précise durant un temps donné.

Source : [Blog Hoptoys.fr](http://BlogHoptoys.fr)



## Sabliers



Pour les plus jeunes, il est difficile de comprendre la notion du temps. La notion de durée commence à se mettre en place vers quatre ans de façon subjective. Grâce au sablier, l'enfant ne peut bien sûr pas apprendre à mesurer le temps, mais il est sensibilisé à la notion du temps qui passe en visualisant l'écoulement du sable ainsi qu'à la notion de durée si vous avez plusieurs timers ayant des temps différents.

### Les bienfaits et utilités de l'utilisation de sabliers

#### 1. Se calmer

En cas de surcharge sensorielle, de trop-plein émotionnel, un sablier peut être utile pour se calmer. L'enfant prend conscience du temps dont il dispose pour se calmer. Le sable s'écoule et rien que le fait de l'observer peut l'aider à s'apaiser.

#### 2. Se concentrer

Il est parfois difficile pour certains enfants à besoins spécifiques - les enfants avec TDAH notamment - de rester concentrés sur une tâche. Le sablier permet de délimiter concrètement le début et la fin de la période où il faut se concentrer. Cette aide visuelle aide les enfants à rester concentrer sur une tâche durant une courte durée, que ce soit lire un livre ou faire un puzzle.

#### 3. Éviter les frustrations

Les jeunes enfants n'apprendront le concept de temps que lorsqu'ils seront un peu plus âgés, leur donner un compte à rebours visuel pour ranger leurs jouets les aidera à se préparer petit à petit à arrêter leur activité afin d'être prêts à passer à la prochaine. Cela donne la possibilité aux enfants de gérer leurs émotions, mais également de développer leurs compétences de négociation et de coopération. « *Encore 5 minutes s'il te plait.* »

#### 4. Apprendre à patienter

Si votre enfant demande votre attention, mais que vous êtes occupés (au téléphone par exemple), en utilisant un sablier de 3 ou 5 min, vous avez la possibilité d'indiquer à votre enfant le temps qu'il doit patienter. Une fois le sablier écoulé, n'oubliez pas de respecter votre engagement et d'accorder de l'attention à votre enfant même si c'est seulement 5 min... Il vous suffira alors d'utiliser à nouveau le sablier !

Source : [Blog Hoptoys.fr](http://Blog Hoptoys.fr)



## CLE USB—DOCUMENTS NUMERIQUES

### Vidéos de sensibilisation au TSA :

- **Créer des choses merveilleuses** de Alex Amelines - Amazing Things Happen
- **L'académie des spécialistes** de Miguel Gallardo - Fondation Orange
- **Le voyage de Maria** de Miguel Gallardo - Fondation Orange
- **5 vidéos pour vous aider à expérimenter la surcharge sensorielle** [Video Simulations to Help You Experience Sensory Overload] sur Mashable
- **Pouvez-vous arriver à la fin ?** [Can you make it to the end ?] de National Autistic Society
- **Surcharge sensorielle** [Sensory overload] de Miguel Jiron - Interacting with Autism Project

### Ressources numériques / Sites internet :

- **Accessiprof**

Mallettes pédagogiques numériques créées par des professeurs offrant des solutions efficaces pour la réussite individuelle et collective de tous les élèves.

<https://accessiprof.wordpress.com/>

- **Deux minutes pour mieux vivre l'autisme**

Vidéos d'information pour soutenir au quotidien les aidants d'enfants autistes. Emy, Sam, Sofia et Tim sont de jeunes enfants autistes. Leurs familles, leurs enseignants et leurs rééducateurs, sont parfois déstabilisés face à leur comportement, leur façon de communiquer et d'apprendre. Les vidéos de ce site mettent en scène des situations de la vie quotidienne. Elles apportent des astuces et conseils pratiques pour soutenir les aidants d'enfants autistes.

<https://deux-minutes-pour.org/>

- **Participate**

L'objectif de l'association est d'améliorer la qualité de vie des personnes avec autisme et de leur famille à travers le développement d'outils de formation, d'information et de sensibilisation au trouble du spectre de l'autisme. Brochures et vidéos en ligne.

[www.participate-autisme.be/fr/](http://www.participate-autisme.be/fr/)

- **La sensorialité : qu'est-ce que c'est ?**

CRA Centre—Val de Loire : mini site internet pour expliquer la sensorialité. « Afin de comprendre et d'accompagner au mieux la personne avec Autisme, il est donc nécessaire de bien prendre en compte les troubles sensoriels éventuels qui peuvent perturber significativement le développement et les comportements au quotidien. »





[www.cra-centre.org/sensorialite/](http://www.cra-centre.org/sensorialite/)

# Fiches exemple de séquençage pour élève TSA

Cours de Logistique

Date :

Objet : Préparation de Commandes

Tâches à Réaliser				
Ce qu'il faut Faire	Exercice sur table	Préparer une commande	Préparer le colis	Jeux Pédagogique
Document utilisé	Fiche « Pratique en Magasin » Niveau 1	Bon de commande	Bon de livraison	
Document à compléter	X		X	
Temps de réalisation				
Fait				





Observation de la séance :

# Fiches exemple de séquençage pour élève TSA

Cours d'histoire Mme L.

Date :

Séquence : voyages et découvertes, Christophe Colomb

<b>Déroulé de la Séance</b>				
<b>Ce qu'il faut Faire</b>	Rituel de la lanterne des mots : Mémoriser	Participer à l'oral et rédiger les réponses écrites	Corriger les erreurs d'une autre couleur de stylo	Jeux Pédagogiques (puzzle artistiques, lecture magazines, ...)
<b>Document utilisé</b>	Fiche des Maitres des Mots	Support Trace écrite	Copie de l'élève	
<b>Document à compléter</b>	X au fur et à mesure du cours	X	X	
<b>Temps de réalisation</b>	10 mn			
<b>Fait</b>				

Observation de la séance :



# Fournisseurs

- **Hoptoys**

ZAC De Garosud - 381 rue Raymond Recouly CS 10042 - 34078 Montpellier Cedex 3

Tél. : 04 67 13 81 10

[www.hoptoys.fr](http://www.hoptoys.fr)

- **Savoir plus**

18 boulevard des Fontenelles—49320 Brissac-Loire-Aubance

<https://boutique.savoirplus.fr>

## Coordonnées du CRA

Pôle régional  
Situé au CHU d'Angers  
4 rue Larrey  
49933 Angers Cedex 9  
Tél. : 02 41 35 31 21  
Fax : 02 41 35 31 29  
[www.cra-paysdelaloire.fr](http://www.cra-paysdelaloire.fr)

## Centre d'information et de documentation

### Centre d'information et de documentation Angers :

Pôle régional  
Situé au CHU d'Angers  
4 rue Larrey  
49933 Angers Cedex 9  
Tél. : 02 41 35 31 21

**Horaires d'ouverture** : mercredi et jeudi de 9h à 12h30 et de 13h30-17h

### Centre d'information et de documentation Nantes :

Antenne de Loire-Atlantique  
2 chemin du Vigneau  
Le Pas Vermaud  
44800 Saint-Herblain  
Tél. : 02 40 94 94 00

**Horaires d'ouverture** : lundi, mardi, mercredi et jeudi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h