

TDA/H

TDA/H qu'est-ce que c'est ?

Les symptômes du trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH) peuvent être classés en deux types de problèmes comportementaux :

- l'inattention (difficulté à se concentrer et à se focaliser)
- l'hyperactivité et l'impulsivité.

De nombreuses personnes atteintes du TDAH ont des problèmes qui relèvent de ces deux catégories, mais ce n'est pas toujours le cas.

Avant la leçon



Aménagement de la salle de classe

- Évitez de surcharger les murs de la classe
- Évitez de placer l'élève près d'une fenêtre, d'une porte ou de toute autre distraction.
- Créer un "coin tranquille", isolé mais ouvert à tous
- Fournir un "coin détente" où l'élève peut se recentrer.
- Proposer différents assises (boule, coussins...)
- Respirelax
-

Varier les méthodes

- Utiliser l'enseignement explicite
- Pratiquer l'apprentissage par la pratique
- Créer et utiliser des référentiels
- Valoriser les forces
- Différencier les apprentissages
- Prévoir de nombreuses pauses
-

Durant l'apprentissage



Soutenir l'attention

- Donner des fidgets et balles anti stress
- Tendez un élastique sous le bureau pour faire bouger les pieds
- Casques anti bruit ou écouteurs
- Objet/code pour apprendre à l'élève à demander de l'aide, à poser une question calmement.
-



Adapter le matériel d'apprentissage

- Simplifier et demander de reformuler les consignes
- Illustrer les consignes
- Évitez les distractions visuelles sur les feuilles (dessins, fioritures, etc.).
- Etablir des checklist pour vérifier que tous les travaux ont été effectués
- Évitez l'impression recto-verso
- Proposer moins d'exercices
-



Conditions d'organisation/apprentissage favorables au TDAH

- Différencier les médias
- Matérialiser le temps (minuterie ou sablier)
- Décomposer l'apprentissage en petites unités
- Prévoyez plus de temps (1/3 de temps en plus)
- Valoriser et encourager le temps de concentration des élèves
- Allow movement during the lesson
-
- Time Timer

NOM: _____

PROFESSEUR: _____

CLASSE: _____

DATE: _____



Evaluer et adapter votre pratique

- Simplifier et répéter les consignes
- Construire du matériel pour faciliter le travail d'une compétence
- Soulignez les efforts et les progrès de l'élève, même s'il échoue.
- S'il est d'accord, isolez l'élève des distracteurs visuels et auditifs.
- Permettre l'utilisation de matériel (bouchons d'oreille, minuteur, checklist, etc.).
- Offrir une mise en page aérée
- Réduire la quantité d'exercices à faire
-

Notes



Pour ma classe

-
-
-
-
-
-
-
-

NOM: _____

PROFESSEUR: _____

CLASSE: _____

DATE: _____