

## Fiche outil

### Les troubles de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H)

#### Les signaux d'alerte

##### À la maternelle

###### Inattention

- L'élève semble ne pas écouter quand on lui parle personnellement
- Il perd souvent les objets nécessaires à son travail ou à ses activités
- Il se laisse facilement distraire par des stimuli externes

###### Hyperactivité

- L'élève a souvent du mal à se tenir tranquille dans les jeux ou les activités de loisir
- Il parle trop fréquemment
- Il court ou grimpe partout, dans les situations où cela est inapproprié

###### Impulsivité

- L'élève a souvent du mal à attendre son tour
- Il impose sa présence aux autres (par exemple, il fait irruption dans les jeux)

##### En élémentaire

###### Inattention

- Souvent, l'élève ne parvient pas à prêter attention aux détails ou fait des fautes d'étourderie dans les devoirs scolaires, le travail ou d'autres activités
- Il a souvent du mal à soutenir son attention au travail ou dans les jeux
- Il ne se conforme souvent pas aux consignes et ne parvient pas à mener à terme son travail (ceci n'est pas dû à un comportement d'opposition ni à une incapacité à comprendre les consignes)
- Il a du mal à organiser ses travaux ou ses activités
- Il évite, il a en aversion, il fait à contrecœur les tâches qui nécessitent un effort mental soutenu

###### Hyperactivité

- L'élève remue souvent les mains ou les pieds ou se tortille sur son siège
- Il se lève fréquemment en classe ou dans d'autres situations où il est supposé rester assis
- Il est « sur la brèche » ou agit souvent comme s'il était « monté sur ressorts »

###### Impulsivité

- Il laisse souvent échapper la réponse à une question qui n'est pas encore entièrement posée
- Il interrompt les autres et fait irruption dans les conversations

## Les adaptations possibles avec vos élèves

Vous trouverez ci-dessous des conseils ou des pistes d'adaptations pédagogiques pour un élève porteur de TDA/H.

Chaque élève ayant un fonctionnement qui lui est propre, aucune « recette » ne peut être appliquée de façon systématique. De plus, il vaut mieux peu d'adaptations bien choisies et appliquées facilement que beaucoup d'adaptations avec lesquelles vous allez vous perdre, parfois vous décourager car leur application est illusoire en grand groupe classe ou sans aide.

### Réduire l'inattention

- Donner des horaires fixes, afficher l'emploi du temps
- Proposer un environnement calme, sans distraction : loin de la porte et de la fenêtre, près de l'enseignant, entouré d'enfants calmes
- S'assurer que l'élève ait sur son bureau le strict nécessaire
- Donner des consignes courtes et claires
- Répéter et reformuler les énoncés
- Attirer l'attention sur les apprentissages importants
- Utiliser un support visuel (consignes écrites au tableau, fiche de tâche sur le bureau de l'élève, fiche de planification avec pictogrammes)
- Fractionner le temps de travail et alterner les périodes de travail exigeant avec des périodes où l'élève peut bouger
- Réduire les quantités mais exiger que la tâche soit terminée pour éviter le « zapping » d'une activité inachevée à l'autre



MATIN	
<input checked="" type="checkbox"/>	Quoi de neuf
<input checked="" type="checkbox"/>	Lecture
	Répondre aux questions
	Orthographe
	Dictée
	Récréation
	Mathématiques

### Réduire l'impulsivité

- Établir des règles claires à respecter pendant les cours, les afficher si besoin
- Faire reformuler la consigne avant de commencer un exercice
- Anticiper et préparer l'élève aux transitions
- Ajuster le seuil de tolérance par rapport aux comportements gênants (bruit, chantonement), surtout si l'élève est efficace
- Augmenter la fréquence des remarques positives, faire du renforcement positif
- Offrir des occasions de bouger de façon appropriée et utile
- Favoriser les pauses en cas de fatigue

### Améliorer l'organisation

- Viser la qualité plutôt que la quantité
- Décomposer les tâches longues en étapes et en buts facilement atteignables
- Utiliser des techniques et des outils de gestion du temps (outil Time timer chez Hoptoys)
- Préférer le cahier au classeur



### Vers quel(s) partenaire(s) se tourner ?

Grâce à l'éclairage des différents professionnels qui connaissent l'enfant, on peut cibler les adaptations les plus pertinentes.

- PÉDOPSYCHIATRE
- NEUROPÉDIATRE
- PSYCHIATRE