Structure et stabilité à la maison pendant la pandémie de COVID-19

Ontario Association for Behaviour Analysis (ONTABA)
Série de webinaires pour les aidants

Animatrices : Dawn Marciello et Joan Broto

Autism ONTARIO
see the potential voir le potentiel

ONTABA
The Ontario Association for Behaviour Analysis, Inc.

Aperçu

- Établir des routines
- Horaires visuels
- Horaire d’activités autonomes
- Habiletés de gestion du temps

Établir des routines et une structure

- Des heures de réveil et de coucher régulières
- Créer un horaire pour les activités de la journée
- Si votre enfant va à l'école, essayez de suivre un horaire semblable à celui de l’école
- Soyez le plus cohérent possible, tout en laissant une certaine flexibilité
- Vous pouvez employer un horaire visuel ou écrit, selon le cas
- Une routine du coucher uniforme

Horaires visuels

- Comment créer votre horaire
  - imprimer des images pour les différentes activités
  - utiliser du velcro pour faire tenir en place les images, que vous déplacerez une fois l'activité terminée
  - avoir une image d'une activité ou d'un objet préféré quand l'horaire est terminé





Source: https://nickspecialneeds.com/2016/12/12/blog-164why-use-a-visual-schedule/
Retrieved April 2, 2020

Les bases de l’horaire visuel

- Pour structurer les activités de la journée
- Pour faciliter les routines particulières (coucher, lavage des mains, etc.)
- Consulter l’horaire avant et après chaque activité
- Prévoir une activité/un objet préféré à la fin de l’horaire





Source: https://learningworksforkids.com/apps/choiceworks/
Retrieved April 2, 2020

Horaire d’activités autonomes

- Peut servir à enseigner aux enfants comment exécuter des activités de manière autonome
- Première étape : enseigner à votre enfant comment suivre un horaire d'activités autonomes
- L'objectif est que votre enfant le suit par lui-même
- Cet outil peut présenter des activités récréatives ou académiques

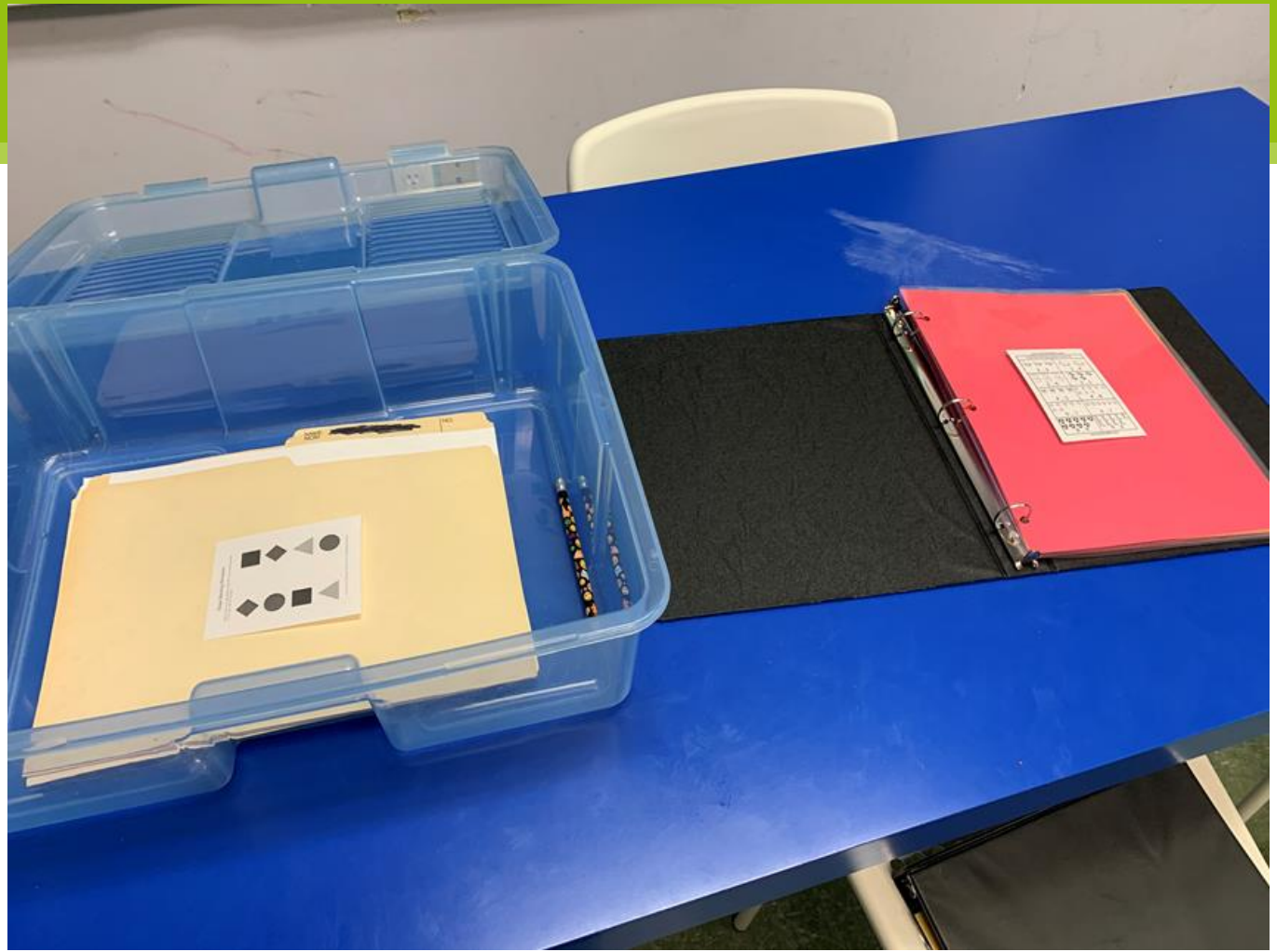
Horaire d’activités autonomes : création

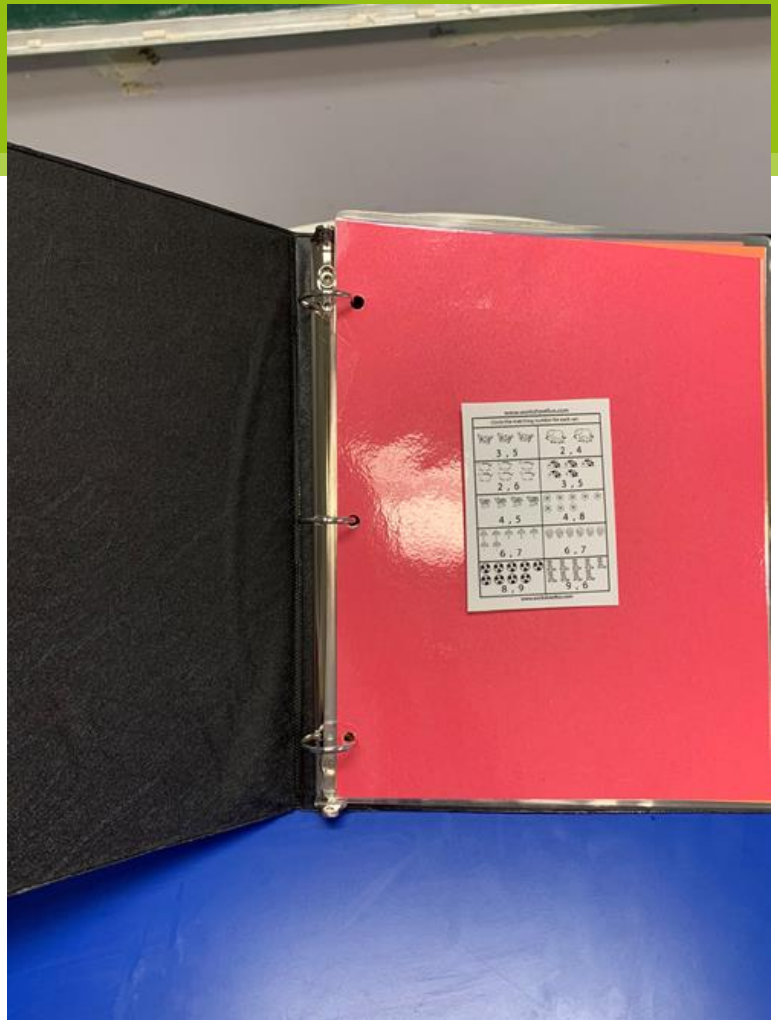
- Placer le matériel dans des bacs ou des tiroirs de plastique (commencer généralement par trois)
- Le matériel devrait être constitué d’activités que l'enfant peut réaliser lui-même ou avec un minimum d'aide
- Exemples : casse-têtes, feuilles à colorier, feuille de travail
- Apposer sur chaque bac un chiffre, une lettre ou une forme
- Donner à l'enfant un cartable avec les chiffres, les lettres ou les formes/images correspondants

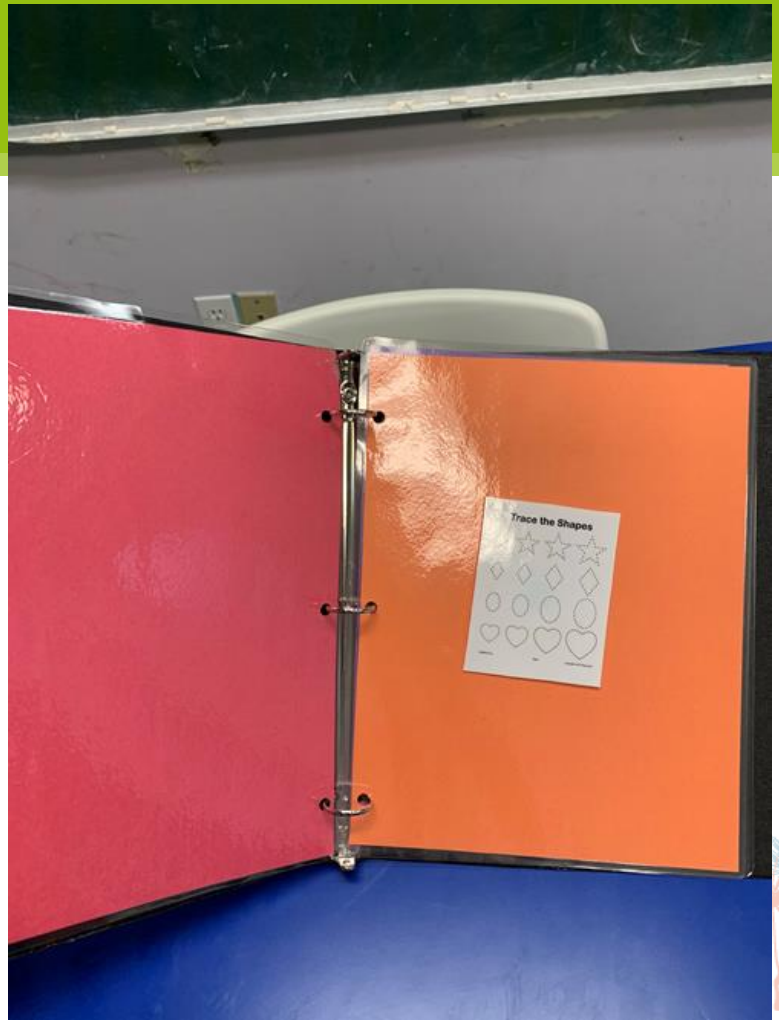
Horaire d’activités autonomes : étapes d’apprentissage

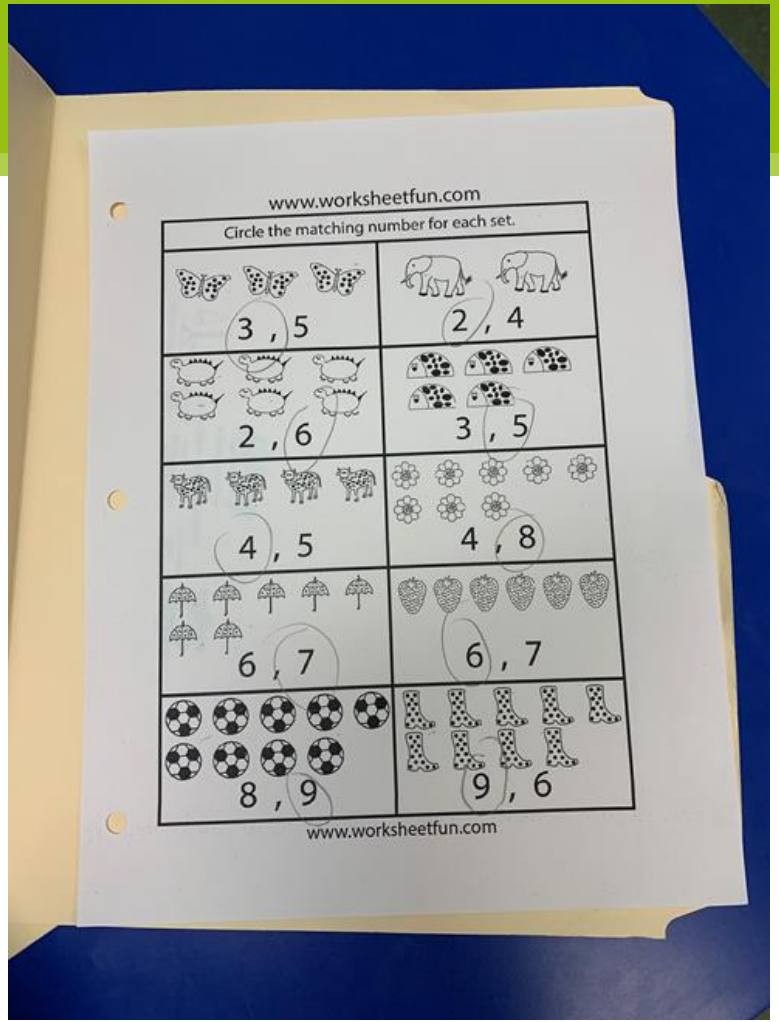
- Dites à votre enfant qu'il est temps de réaliser les activités
- Sans lui donner d’autres consignes verbales, demandez-lui d’exécuter chaque étape :
    - Apparier la forme/le chiffre/la lettre du cartable avec le panier ou le bac correspondant
    - L'enfant effectue ensuite l'activité
    - Une fois la première activité terminée, répéter jusqu'à ce que l'enfant ait exécuté toutes les 3 à 5 activités
    - On peut alors donner une pause à l'enfant, lui laisser du temps libre ou lui donner accès à un objet qu’il aime particulièrement

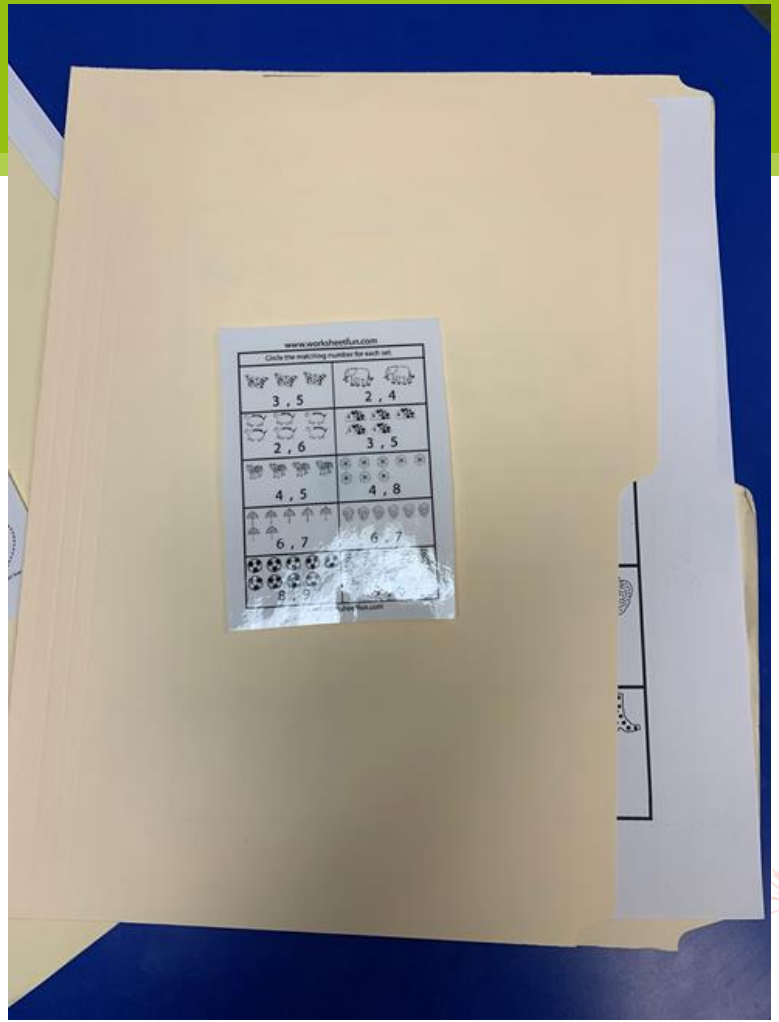





3, 5
2, 4
2, 6
3, 5
4, 5
4, 8
6, 7
6, 7
8, 9
9, 6


Trace the Shapes


www.worksheetfun.com
Circle the matching number for each set.
3 , 5
2 , 4
2 , 6
3 , 5
4 , 5
4 , 8
6 , 7
6 , 7
8 , 9
9 , 6
www.worksheetfun.com









Horaire d’activités autonomes : objectif à long terme

- Le but visé est l'indépendance
- À mesure que votre enfant devient plus compétent :
  - Augmenter le nombre d'activités
  - Accroître la distance entre vous et votre enfant
  - Essayer de nouvelles activités!

Habiletés de gestion du temps (Najdowski, 2017)

- Gestion du temps :
  - Planifier les activités en fonction de la durée prévue
  - Vérifier le temps demandé par l'activité
  - Ajuster l'horaire au besoin
- Établir et suivre un horaire
  - Créer un horaire de pratique
  - Suivre le temps écoulé
  - Créer un vrai horaire
- Appliquer une analyse des tâches

Habiletés de gestion du temps : Créer un horaire

- Dresser une liste d'activités, avec l’heure de début et l’heure de fin de l’activité (Najdowski, 2017)
  - Commencez par des activités récréatives, pour pratiquer
  - Choisissez un petit bloc de temps dans la journée
  - Surveiller le temps
- Une fois que l’enfant est capable de créer un horaire de pratique et de vérifier le temps consacré aux activités, créez ensemble un horaire

Activité	Début	Fin	Terminée

Adapté de Najdowski (2017), p. 68.

Habiletés de gestion du temps : Suivre un horaire

- Encouragez l’enfant à suivre l’horaire qu'il a créé
- Utiliser l’analyse des tâches suivante (Najdowski, 2017, p. 69) :
    - Consulte l’horaire et entreprend l'activité, au besoin en démarrant une minuterie
    - Durant l'activité, vérifie le temps qui reste et détermine si l'activité sera terminée à temps
    - S’il ne peut terminer l'activité à temps, décide d'accélérer ou de poursuivre au même rythme
    - Une fois le temps écoulé, décide (1) de continuer l'activité ou (2) de passer à l'activité suivante
    - Coche l’horaire pour signaler l'achèvement de la tâche
    - Ajuster au besoin les heures de début et de fin sur l’horaire
- Complimenter l’enfant et lui donner des renforcements pour avoir utilisé et vérifié son horaire

Étapes	L	M	Me	J	V
Consulte l’horaire et entreprend l'activité					
Durant l'activité, vérifie le temps qui reste					
Décide d'accélérer le rythme de l’activité ou d’y consacrer plus de temps					
Une fois le temps écoulé, décide de continuer ou de passer à l’activité suivante					
Coche l’horaire					
Ajuster au besoin les heures de début et de fin					

Adapté de Najdowski (2017), p. 69.

Questions

