

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

**Le club des sans
lacets**



Ce document contient du matériel de soutien destiné aux membres de la famille et aux professionnels pour travailler sur des situations similaires à celles décrites dans le livre **Le Club des Sans Lacets**. Ce matériel comprend des informations sur les stratégies et les techniques, des lignes directrices, des histoires sociales et des pictogrammes, entre autres.

Table des matières

1. L'IMPORTANCE DE L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE.....	3
1.1. Lire des histoires avec des émotions.....	4
1.2. Créez votre propre dictionnaire des émotions.....	4
1.3. Peindre des émotions sur de la musique.....	4
2. LIGNES DIRECTRICES POUR L'AMÉLIORATION DU TOUCHER ET DE LA PROPRIÉTIÉ.....	5
Jeu d'imitation d'animaux.....	5
Jeu d'autocollants sur les parties du corps.....	5
Jeu Twister.....	5
Jeu d'imitation de mouvement.....	6
3. LIGNES DIRECTRICES POUR AMÉLIORER LA MOBILITÉ INTRINSÈQUE DE LA MAIN.....	6
Contrôle postural :.....	6
La domination :.....	7
Stabilisation de la position assise :.....	7
Manipulation permanente :.....	7
Dissociation de la main :.....	7
Tenir le crayon :.....	8
Pression du crayon :.....	8
Compétences en matière de perception visuelle :.....	8
4. DES AIDES VISUELLES POUR LES JEUX DE GROUPE.....	8
Organisation de l'espace :.....	8
Adaptation du matériel de jeu :.....	9
5. RECOMMANDATIONS POUR FAVORISER L'AUTONOMIE PERSONNELLE.....	9
ANNEXE 1 : SÉQUENCE D'HYGIÈNE PERSONNELLE.....	11
ANNEXE 2 : SÉQUENCE D'HABILLAGE.....	12



1. L'IMPORTANCE DE L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

Les enfants qui commencent à être confrontés aux problèmes quotidiens de la vie, tels que les taquineries ou les commentaires des autres à leur sujet, ou les interactions sociales initiées par les adultes ou les pairs, peuvent être compromis par le fait qu'ils ne savent pas comment réagir.

Comprendre ce qu'ils ressentent et ce qu'ils peuvent faire à tout moment pour s'adapter aux situations est une tâche qui peut s'avérer difficile si elle n'est pas abordée dès le plus jeune âge. Ces types de compétences font partie du processus cognitif et social mieux connu sous le nom d'intelligence émotionnelle, qui est responsable de l'identification des émotions de soi-même et des autres afin d'agir en conséquence pour nous-mêmes et pour les autres.

Lorsque nous commençons à identifier les émotions, nous n'observons clairement que la joie et la tristesse, ou nous pouvons même comprendre le comportement d'une personne en colère. Cependant, il existe d'autres émotions, plus complexes à percevoir que les trois autres, qu'il convient de nommer et d'approfondir.

Il s'agit par exemple de la culpabilité, de la peur, de l'envie ou de la mélancolie. Et c'est là que nous nous demandons : - comment ai-je réagi lorsque j'ai ressenti cette émotion sans savoir ce qu'elle signifiait ? La réponse, dans la plupart des cas, est que nous n'étions pas conscients de ce que nous pensions ou de ce que nous disions. Nous avons été submergés par l'émotion, et c'est l'émotion qui nous a contrôlés.

Nous observons un nombre croissant de cas de harcèlement chez les enfants et les adolescents. Ces comportements désignés sous le terme de « Bullying » découlent la plupart du temps des carences émotionnelles que peuvent présenter ceux qui exercent ce harcèlement et aussi ceux qui le reçoivent. D'une part, les agresseurs n'identifient pas que la personne peut être dans une mauvaise passe au moment où ils s'en prennent à elle, et d'autre part, les agressés n'ont peut-être jamais appris à identifier quand quelque chose ne va pas et nous fait nous sentir mal.

Il est donc tout aussi important de connaître les émotions, de savoir ce que l'on peut faire pour retrouver son bien-être lorsque des événements incontrôlables nous sont arrivés, comme le fait de se faire rabrouer ou de se disputer avec quelqu'un.

Voici trois techniques pour travailler l'intelligence émotionnelle et prendre conscience des émotions qui existent et du moment où elles peuvent apparaître :



1.1. Lire des histoires avec des émotions.

Nous recherchons un espace et un moment de la journée où l'enfant est calme et sans distraction.

Nous choisirons une histoire et c'est l'adulte qui dirigera le tournage des pages et commentera ce ou ceux qui sont sur les pages, ce qu'ils font et, plus important encore, comment ils se situent par rapport à la situation qu'ils vivent. Il est important de pointer du doigt les traits du visage du personnage et, si nécessaire et si le niveau de compréhension de l'enfant est bon, de comparer l'émotion avec une situation personnelle de l'enfant.

1.2. Créez votre propre dictionnaire des émotions.

Il s'agit de placer sur une carte cartonnée des émotions représentées par des images ou des photographies que l'on associera à des personnages qu'ils aiment ou à des membres de leur famille qu'ils reconnaissent facilement.

Nous pouvons également placer des photos de l'enfant dans différentes situations, par exemple, heureux parce que c'est son anniversaire ou effrayé parce qu'il a vu quelque chose qu'il n'aime pas et qu'il ne connaît pas.

Le dictionnaire des émotions peut être réalisé à l'aide d'images lorsque les enfants sont plus jeunes et sous forme écrite lorsqu'ils ont déjà acquis des compétences en matière de lecture et d'écriture. Nous ajouterons le nom de l'émotion à côté de l'image et nous accrocherons ce matériel dans un endroit visible de la maison. Ainsi, lorsque les enfants auront besoin d'exprimer leurs émotions, ils pourront s'y référer. De même, lorsque nous constaterons qu'ils éprouvent de la frustration ou différentes émotions en même temps, nous les aiderons à les identifier à l'aide de ce matériel.

1.3. Peindre des émotions sur de la musique.

Cette tâche ne nécessite pas autant de conseils de la part de l'adulte. Nous nous contenterons de jouer différentes mélodies et d'offrir à l'enfant des couleurs et un espace pour exprimer ce qu'il ressent par le biais de la musique.

Nous éviterons de leur dire ce qu'ils devraient ressentir à propos d'un morceau ou d'un autre. Nous laisserons simplement chacun s'exprimer et nous apprécierons et observerons ce qu'il ressent.

Cet exercice nous aide à identifier ce qu'ils ressentent et nous permet de nous exprimer et de faire des commentaires librement.



2. LIGNES DIRECTRICES POUR L'AMÉLIORATION DU TOUCHER ET DE LA PROPRIOCEPTION

Jeux proposés

Vous trouverez ci-dessous plusieurs jeux conçus pour aider les enfants à travailler avec leur propre corps et à améliorer leur conscience corporelle. Ces jeux sont flexibles et peuvent être adaptés en fonction des besoins et des caractéristiques de chaque enfant.

Jeu d'imitation d'animaux

Description : Les enfants doivent imiter des postures ou des mouvements caractéristiques de différents animaux. S'ils éprouvent des difficultés, l'adulte peut d'abord faire le mouvement à titre d'exemple.

Exemples :

- Crabe : marche à reculons.
- Dauphin : marcher en sautant.
- Singe : marcher sur les mains et les pieds.
- Ours : marche sur les mains et les pieds, genoux tendus.
- Serpent : rampe sur le sol.
- Tortue : marcher lentement.
- Grenouille : marche en s'accroupissant et en sautant.
- Lièvre : en cours d'exécution.

Jeu d'autocollants sur les parties du corps.

Description : Plusieurs activités où les enfants placent ou identifient des autocollants sur différentes parties du corps.

Variantes :

1. Nommez les parties du corps et l'enfant doit placer les autocollants au bon endroit, soit sur son corps, soit sur le corps de quelqu'un d'autre.
2. L'adulte place des autocollants sur différentes parties du corps de l'enfant, qui doit les nommer et les enlever.
3. Placez des autocollants sur le visage de l'enfant, qui doit les trouver et les enlever sans utiliser de miroir.



Jeu Twister

Description : Ce jeu classique est utile pour travailler la conscience du corps, tout en étant amusant et en faisant appel à la force, à la coordination et à la concentration. Si le jeu n'est pas disponible, vous pouvez en fabriquer un à la maison.

Instructions :

1. Utilisez un tapis ou un drap blanc antidérapant et dessinez des cercles de couleur.
2. Créez une roulette avec des indications telles que la main droite, la main gauche, le pied droit, le pied gauche et les couleurs. Pour plus de difficulté, ajoutez des parties du corps comme le coude ou le genou.
3. Tournez la roulette à tour de rôle et placez les mains et les pieds dans les cercles correspondants en fonction de la couleur. Le joueur qui tient le plus longtemps sans tomber gagne.

Jeu d'imitation de mouvement

Description : Une personne effectue des mouvements spécifiques avec les bras, les jambes, etc. et l'enfant doit les imiter. La difficulté peut être ajustée en fonction des caractéristiques de l'enfant.

Il est important de ne pas forcer les enfants à faire les activités : Ne pas forcer les enfants à réaliser les activités. Tout doit se faire progressivement, en respectant le temps et la tolérance de chaque enfant.

<https://hospitalveugenia.com/atencion-temprana/juegos-para-estimular-la-propiocepcion-y-el-control-corporal/>

3. LIGNES DIRECTRICES POUR AMÉLIORER LA MOBILITÉ INTRINSÈQUE DE LA MAIN

Nous avons tendance à penser que les difficultés d'acquisition de l'écriture manuscrite sont dues à des problèmes spécifiques à la main, tels que la force ou le serrage, mais il y a beaucoup plus de facteurs qui ont un impact sur cette tâche.

Nous citerons ci-dessous certains de ces facteurs et montrerons des exemples d'exercices permettant d'améliorer cette compétence.

Contrôle postural :

La capacité à maintenir la tête et le tronc droits. Avec une posture stable, il est plus facile pour le bras et la main de bouger librement. Bien que cela semble simple, de



nombreux enfants ont des difficultés à maintenir cette posture et à effectuer la dissociation des mouvements entre le corps et le bras, en bougeant tout le corps en même temps.

Pour augmenter le contrôle postural qui favorise l'écriture, il est important de travailler les muscles du dos et des épaules, qui nous donnent de la stabilité. Des activités telles que peindre la tête en bas, jouer dans une position de brouette, tirer une corde ou se déplacer la tête en bas depuis une surface roulante sont fortement recommandées.

La domination :

Il s'agit de l'utilisation prédominante d'une main par rapport à l'autre. Il s'agit d'un long processus qui aboutit généralement à la définition de la latéralité vers l'âge de 6 ans. Il est donc courant que les enfants écrivent ou dessinent indistinctement avec une main ou l'autre, jusqu'à ce qu'ils trouvent leur main dominante pour cette tâche.

Stabilisation de la position assise :

La posture, comme nous l'avons vu plus haut, est essentielle. Il est donc important de procéder à une sédation correcte avec les hanches, les genoux et les chevilles en flexion à 90°, les pieds posés à plat sur le sol ou sur une surface d'appui.

Manipulation permanente :

Outre les mouvements plus globaux de la main et des doigts, il existe des mouvements plus précis qui permettent de manipuler des objets. Ces mouvements sont :

- Le mouvement de transfert, qui se définit comme la manipulation d'un objet à l'aide de l'index, du majeur et du petit doigt. Pour encourager ce mouvement, on peut jouer à « nourrir un animal ». Pour ce faire, on place à l'une des extrémités du crayon un ornement en forme d'animal. À l'autre extrémité, on peut placer un ruban de cheveux pas trop serré. En déplaçant le ruban le long du crayon, avec l'aide des trois doigts, on atteint l'animal.
- Le mouvement de translation, qui consiste à déplacer un objet de la paume vers les doigts et vice versa, toujours à l'intérieur de la main. Dans ce cas, nous pouvons jouer à « le monstre mange des pois chiches ». Nous peindrons des yeux et une bouche sur la paume de notre main. Nous mettons un pois chiche sur le bout de nos doigts et, en fermant les doigts petit à petit et avec un mouvement de traîne, nous donnons à manger au monstre. Pour en redemander, nous devons faire passer le pois chiche du monstre aux doigts, en faisant le mouvement inverse. Pour rendre l'activité plus difficile, on peut ajouter d'autres pois chiches.



-
- Le mouvement de rotation, qui consiste à faire tourner un objet avec les doigts. Pour ce mouvement, les exercices traditionnels de fabrication de balles avec différents matériaux ou de vis peuvent être utiles.

Dissociation de la main :

La main a deux fonctions principales à assurer dans l'écriture, l'une de stabilisation, assurée par le majeur et l'auriculaire, et l'autre de mobilité, assurée par l'index, le majeur et le pouce. A cette occasion, on peut dire à l'enfant, pendant qu'il écrit, de garder deux petits cailloux entre son majeur et son petit doigt, sans les laisser tomber, comme s'il s'agissait d'un trésor.

Tenir le crayon :

La prise du crayon se développe peu à peu jusqu'à ce qu'une prise correcte soit atteinte à l'âge de 7 ans. Pour faciliter ce positionnement, on peut utiliser des crayons de petite taille, qui obligent la position de la main à se rapprocher de la prise attendue, car ils n'ont pas plus d'options pour saisir le crayon.

Pression du crayon :

Parfois, le problème réside dans la pression exercée par le crayon sur le papier, soit par excès, soit par défaut :

- Peu de pression : on peut utiliser des crayons ou des couleurs douces, et renforcer les mouvements intramanuels et le contrôle postural.
- Pression excessive : nous pouvons mettre un petit lest sur le crayon, ce qui facilitera la prise en main et donnera une plus grande sensation de contrôle. En plus de renforcer les mouvements intra-manuels et le contrôle postural, une pression excessive peut être due à la nécessité de stabiliser la posture ou la prise du crayon.
- Fatigue : parfois, les difficultés d'écriture représentent un grand défi pour l'enfant, entraînant une grande fatigue, à la fois physique et mentale, et ayant un impact sur son estime de soi, nous devons donc en tenir compte lorsque nous exigeons et évaluons les résultats finaux de la tâche.

Compétences en matière de perception visuelle :

Dans ce cas, il ne s'agit pas d'une difficulté avec la main en tant que telle, mais avec la perception graphique de l'espace et des lettres par rapport à cet espace, leur position, leur taille, leur direction, etc. Pour cela, l'idéal est d'initier la reconnaissance et le traçage des lettres à l'aide d'un matériel plus sensoriel, qui permet une plus grande expérience des lettres, en plus des repères visuels pour le traçage.



4. DES AIDES VISUELLES POUR LES JEUX DE GROUPE

Comme le montre l'histoire, certaines personnes ont des difficultés de communication, ce qui peut les limiter à différents moments de leur vie quotidienne. Dans le cas des garçons et des filles, cela peut rendre difficile la compréhension et la participation aux jeux. Des stratégies telles que les histoires sociales, l'utilisation de pictogrammes pour les expliquer, l'adaptation de l'environnement ou du matériel des jeux eux-mêmes peuvent donc être utilisées.

Organisation de l'espace :

- Tracer au sol les limites du terrain de jeu.
- Identifier clairement, à l'aide d'images, de couleurs (imprimées ou dessinées à la craie) ou d'éléments matériels (cerceaux, cônes, etc.) les poteaux ou les différents endroits nécessaires au jeu, par exemple, si l'on joue aux « maisons », dessiner sur le sol les différentes maisons.

Adaptation du matériel de jeu :

- Des explications sur les jeux peuvent être données à l'aide de pictogrammes.
- Lorsque les équipes sont composées de groupes, chaque membre du groupe peut être identifié par des dossards ou des mouchoirs de couleur.
- S'il s'agit d'un jeu dans lequel un enfant fait une action (par exemple, attraper) et les autres en font une autre (courir pour ne pas se faire attraper, suivre l'exemple), les signes ci-dessus peuvent également être utilisés pour indiquer qui fait chaque action (mettre une salopette à celui qui attrape).
- Dans le cas de jeux comportant des ordres simples, les pictogrammes peuvent être utilisés comme renforcement de l'ordre verbal, et seront affichés lorsque l'ordre est donné. Une autre option consiste à les placer sur différentes parties du corps si l'ordre est accompagné d'un geste de la personne. Par exemple, si nous jouons à « English chick », nous pouvons placer sur le dos de l'enfant qui regarde l'ordre de bouger, et sur la poitrine l'ordre d'arrêter, lorsqu'il se retourne pour regarder.
- On peut aussi utiliser des chronomètres ou des horloges visuelles (sable, couleurs, etc.) pour marquer le temps du jeu, dans les jeux qui sont conditionnés par le temps.



5. RECOMMANDATIONS POUR FAVORISER L'AUTONOMIE PERSONNELLE

L'acquisition de l'autonomie chez les enfants est très bénéfique pour leur développement, car elle leur permet de :

- Renforcer l'estime de soi et l'image de soi.
- Faciliter leur adaptation et leur gestion dans différents environnements.
- Création d'habitudes et de routines.
- La création de nouveaux rôles.
- Encourager la prise de conscience et la responsabilité de leurs actes.
- Aider à gérer les différents sentiments qui peuvent apparaître, tels que la frustration ou la fierté.

Nous pouvons faire des adaptations pour encourager l'autonomie dans l'activité elle-même, ou dans les éléments à utiliser.

Dans l'activité elle-même :

1. Diviser les tâches en petites compétences nécessaires. On peut faire un programme de :
 - Enchaînement à rebours : l'enfant effectue la dernière action de la séquence de l'activité que nous proposons et est renforcé positivement, de préférence avec des mots ou des gestes. Une fois cette tâche maîtrisée, l'enfant devra faire lui-même l'avant-dernière et la dernière action pour obtenir le renforcement, et ainsi de suite.
 - Enchaînement avant : l'enfant doit effectuer la première tâche et obtient un renforcement ; ensuite, la première action est à nouveau effectuée en même temps que la seconde, et ainsi de suite.
2. Le modelage : consiste à servir de modèle à l'enfant et à imiter ce que nous faisons.
3. Aides physiques : nous plaçons nos mains sur celles de l'enfant et l'aidons à accomplir la tâche. Nous devons minimiser leur utilisation et les retirer petit à petit au fur et à mesure que l'enfant apprend l'action à effectuer.
4. Aides verbales : par le biais d'un langage clair, spécifique et direct expliquant en quoi consiste la tâche. Il convient de minimiser leur utilisation et de les supprimer progressivement au fur et à mesure que l'enfant apprend l'action à réaliser.
5. Aides visuelles : un résumé ordonné en images de chaque action que l'enfant doit accomplir pour réaliser la tâche finale.



Dans les éléments :

- Utilisation de vêtements larges pour faciliter l'habillage et le déshabillage.
- Des fermetures faciles, telles que des systèmes auto-agrippants ou des boutons-pression, que l'enfant sait utiliser ou qui sont faciles à apprendre, ce qui favorise l'autonomie en matière d'habillage et de toilette.
- Marqueurs visuels sur les vêtements. Par exemple :
- Marquer les chaussures pour savoir laquelle va à gauche et laquelle va à droite.
- Marquage des chaussettes, facilitant l'identification du haut et du talon, dans celles qui sont façonnées.
- Dessins ou marques sur les chemises et les pantalons, permettant d'identifier le devant et le dos.



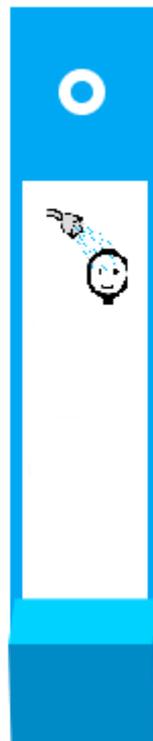
**Cofinancé par
l'Union européenne**

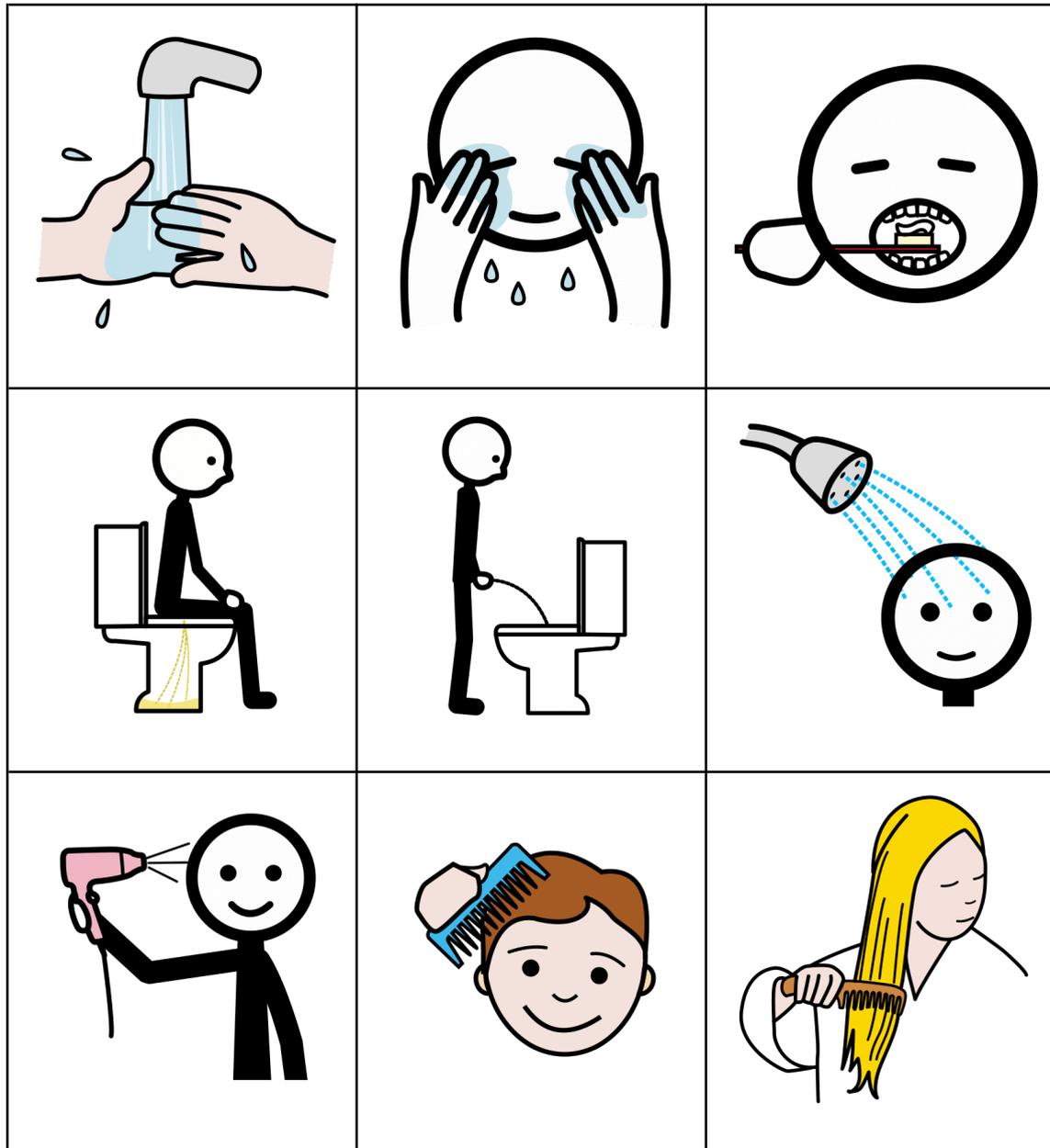
Ce projet est cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne dans le cadre de la convention de subvention n° 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.

Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.

ANNEXE 1 : SÉQUENCE D'HYGIÈNE PERSONNELLE

- Imprimer et découper selon les besoins.
- et utiliser un matériau adhésif pour faciliter sa mise en place sur une surface qui sera utilisée comme panneau de séquence.
- Le panneau doit être placé dans un endroit visible, à proximité de l'endroit où la tâche est effectuée.
- L'image suivante montre un exemple de panneau.





ANNEXE 2 : SÉQUENCE D'HABILLAGE

Imprimer et découper selon les besoins.

et utiliser un matériau adhésif pour faciliter sa mise en place sur une surface que nous utiliserons comme panneau de séquence.



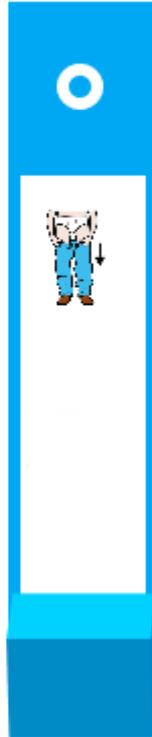
Cofinancé par
l'Union européenne

Ce projet est cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne dans le cadre de la convention de subvention n° 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.

Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.

Le panneau doit être placé dans un endroit visible, à proximité de l'endroit où la tâche est effectuée.

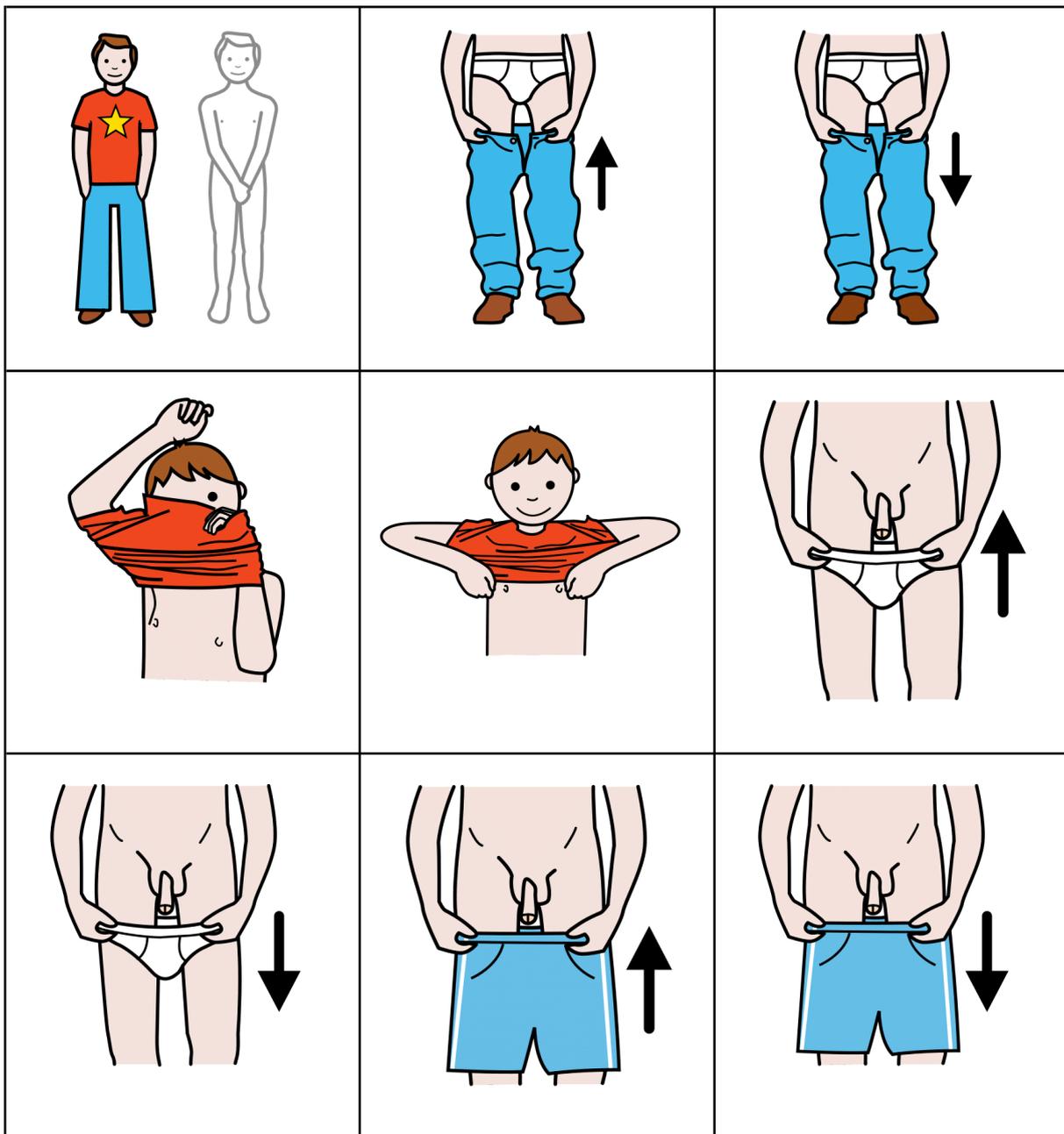
L'image suivante montre un exemple de panneau.



**Cofinancé par
l'Union européenne**

Ce projet est cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne dans le cadre de la convention de subvention n° 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.

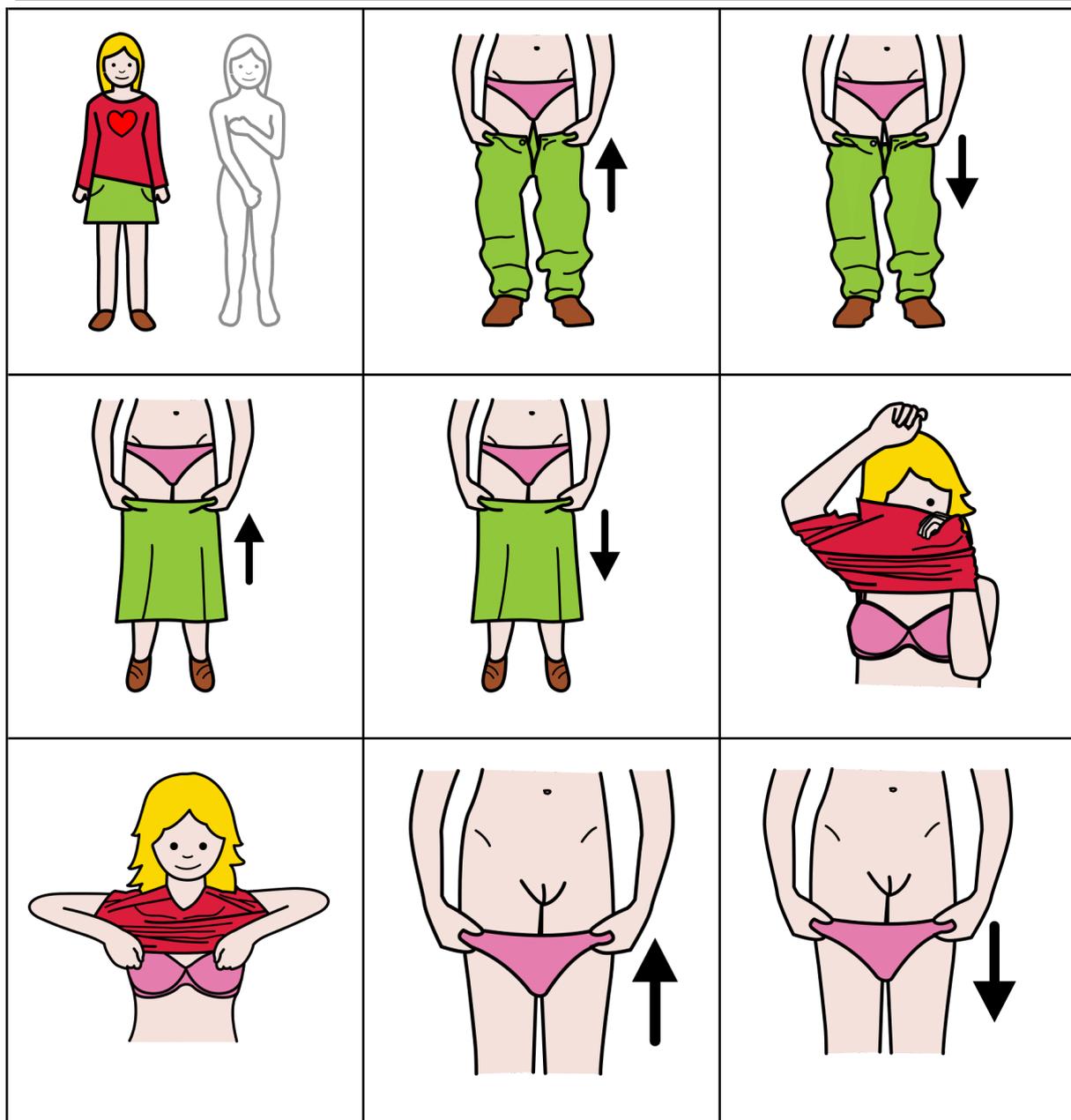
Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.



**Cofinancé par
l'Union européenne**

Ce projet est cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne dans le cadre de la convention de subvention n° 2022-1-ES01-KA220-ADU-00088960.

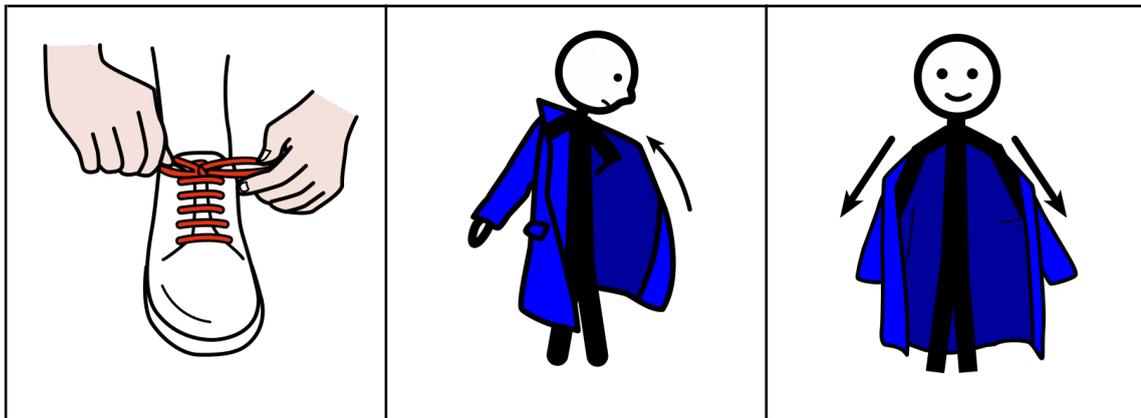
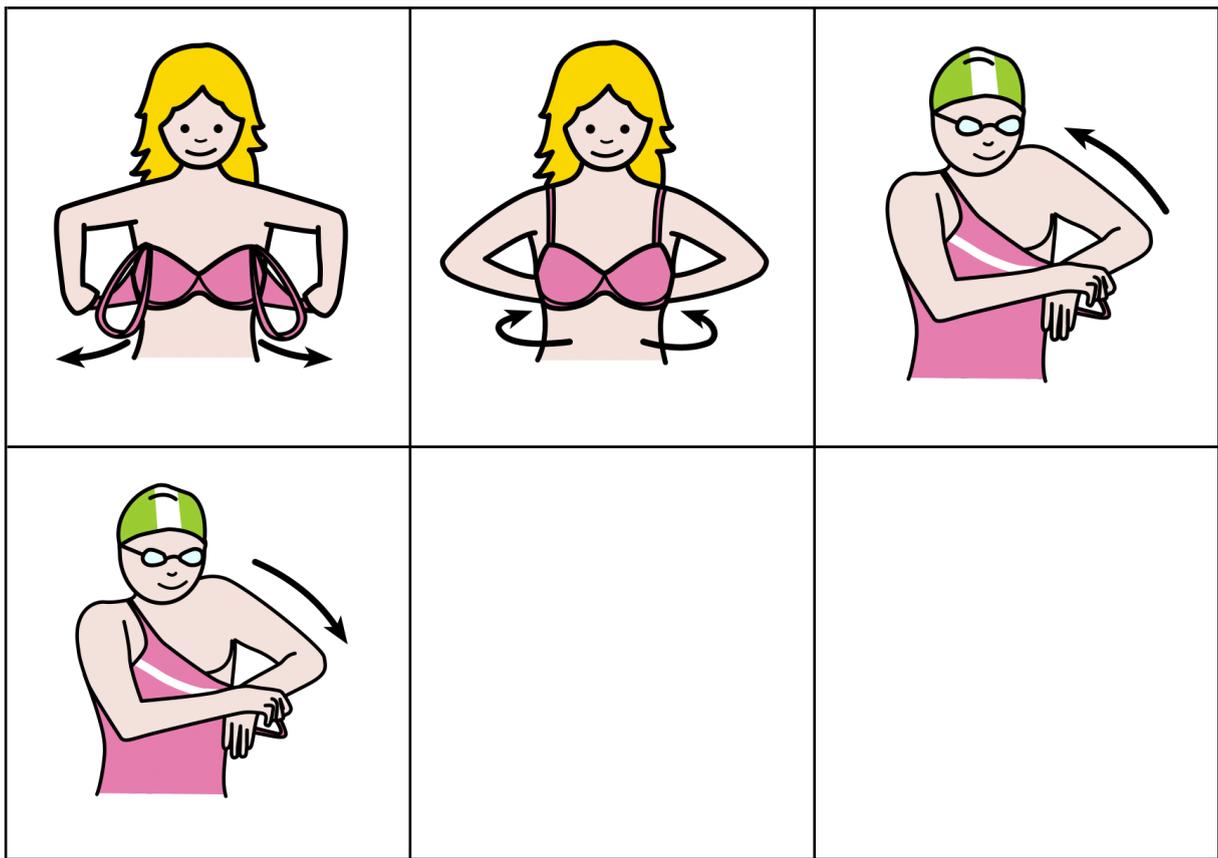
Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.

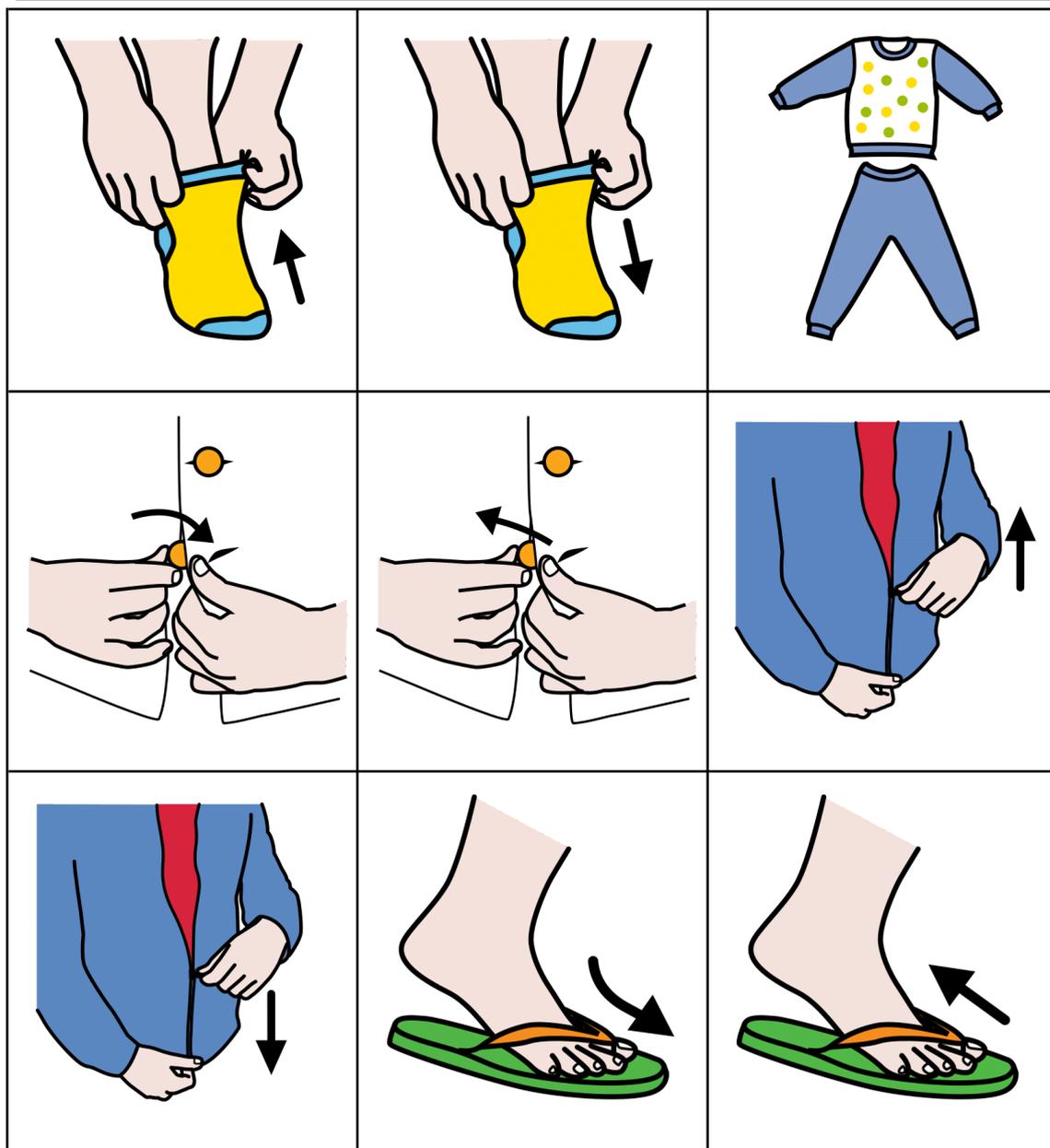


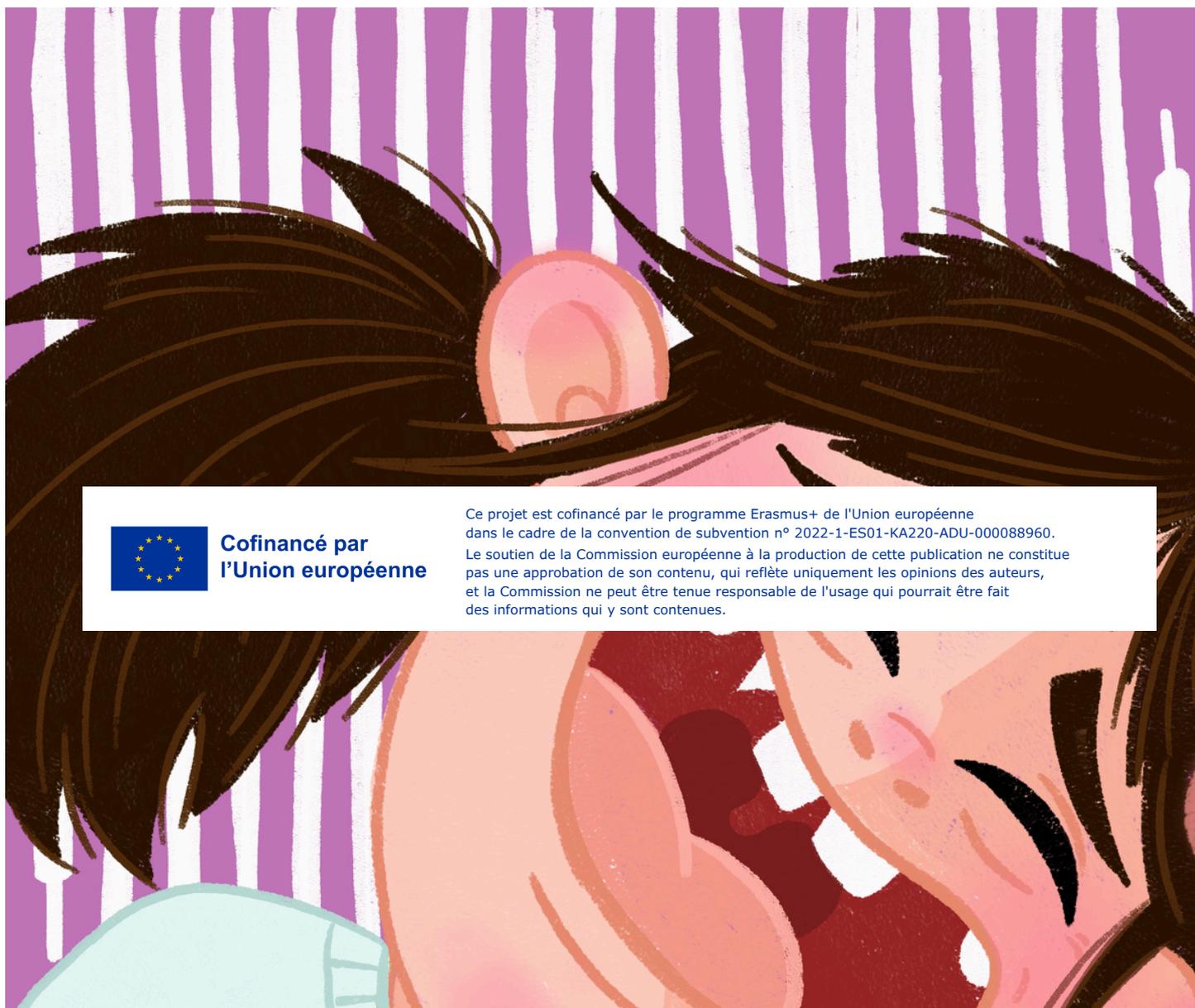
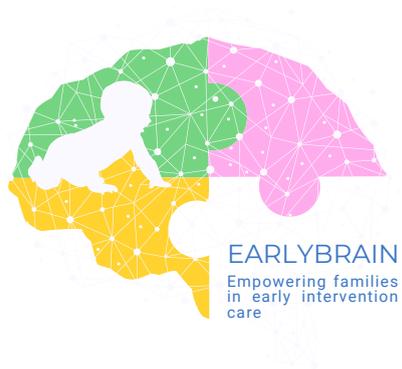
Cofinancé par
l'Union européenne

Ce projet est cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne dans le cadre de la convention de subvention n° 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.

Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.







**Cofinancé par
l'Union européenne**

Ce projet est cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne dans le cadre de la convention de subvention n° 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960. Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.

