DYS à Munich

Les devoirs : comment accompagner vos enfants dys ou TDA/H

de la théorie à la pratique

Marion Blard
Orthophoniste
Hélène Rapp
Psychologue

Les devoirs : comment accompagner vos enfants dys ou TDA/H de la théorie à la pratique

Les devoirs, Les troubles spécifiques du langage et des apprentissages

Difficultés persistantes dans l'acquisition de la lecture, de l'écriture, l'arithmétique, ou les capacités de raisonnement mathématique au cours de la scolarité.
Ces dysfonctionnements empêchent l'acquisition et l'automatisation de certains apprentissages scolaires ou non scolaires.

Quelles sont les difficultés éprouvées ?

- Lecture lente, hésitante, saccadée
- Confusions visuelles et auditives
- Difficultés à mémoriser et reconnaître graphies complexes
- Erreurs sur les petits mots grammaticaux

→ Surcharge cognitive
→ Compréhension déficitaire

Conséquence : fatigabilité et lenteur

Les conséquences au niveau des apprentissages

Problème de la double-tâche (Décoder + comprendre ou Calculer + se souvenir des tables de multiplication ou Écrire + écouter des explications...)

- Lenteur
- Mémoire (consignes...)
- Fatigabilité
- Organisation

→ Importance de valoriser l'estime de soi de l'enfant en difficulté.

Comment aider et soutenir les enfants pour le travail à la maison ?

C'est dur, passer le relais, déculpabiliser, agacement normal.
Parent+enfant = équipe dans une situation difficile
Chercher des solutions ensemble (exemple de questionnaire ci-joint)

Sites pour créer ses cartes mentales

GitMind
Frog
Freeplan

La Concentration

Combien de temps un enfant peut-il se concentrer de facon continue ?

Âge de l'enfant	Durée de concentration
5-7 ans	15 minutes
8-9 ans	20 minutes
10-12 ans	25 minutes
> 12 ans	30 minutes

Trois règles importantes sur le fonctionnement de la concentration

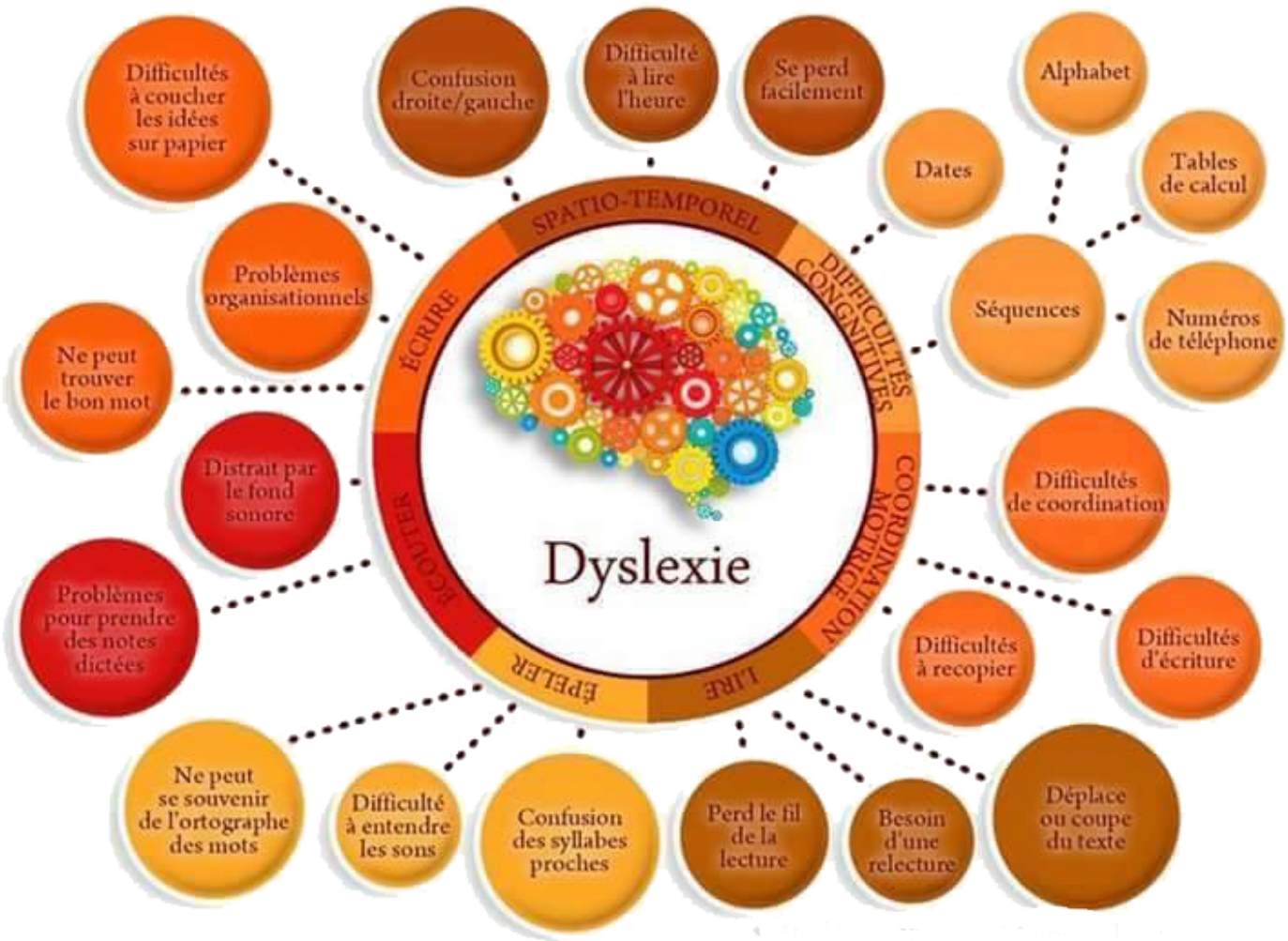
Après un temps de travail, la capacité de concentration est retrouvée exclusivement par une courte pause.

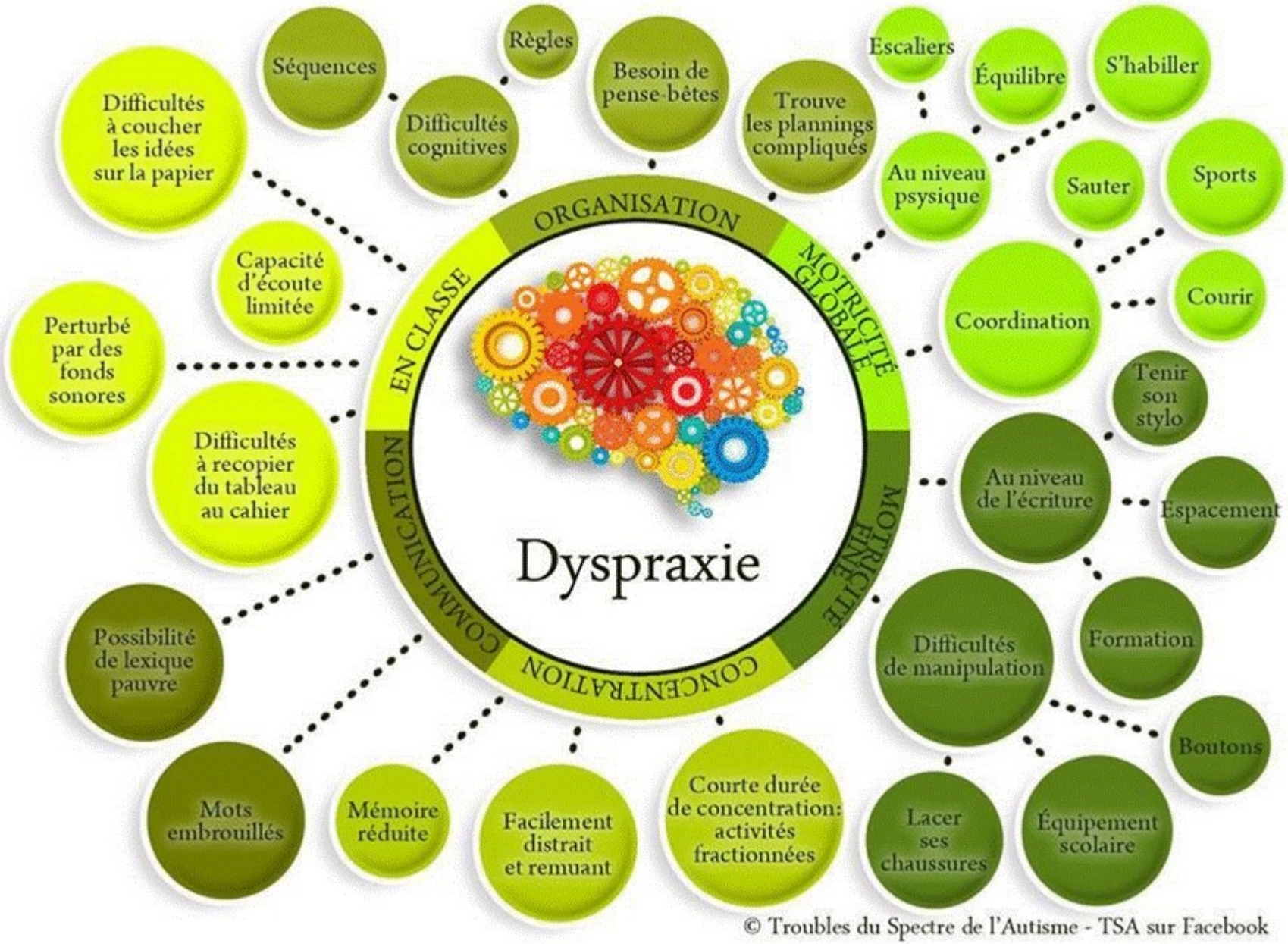
Plus la phase de travail est longue, plus la pause doit être longue.

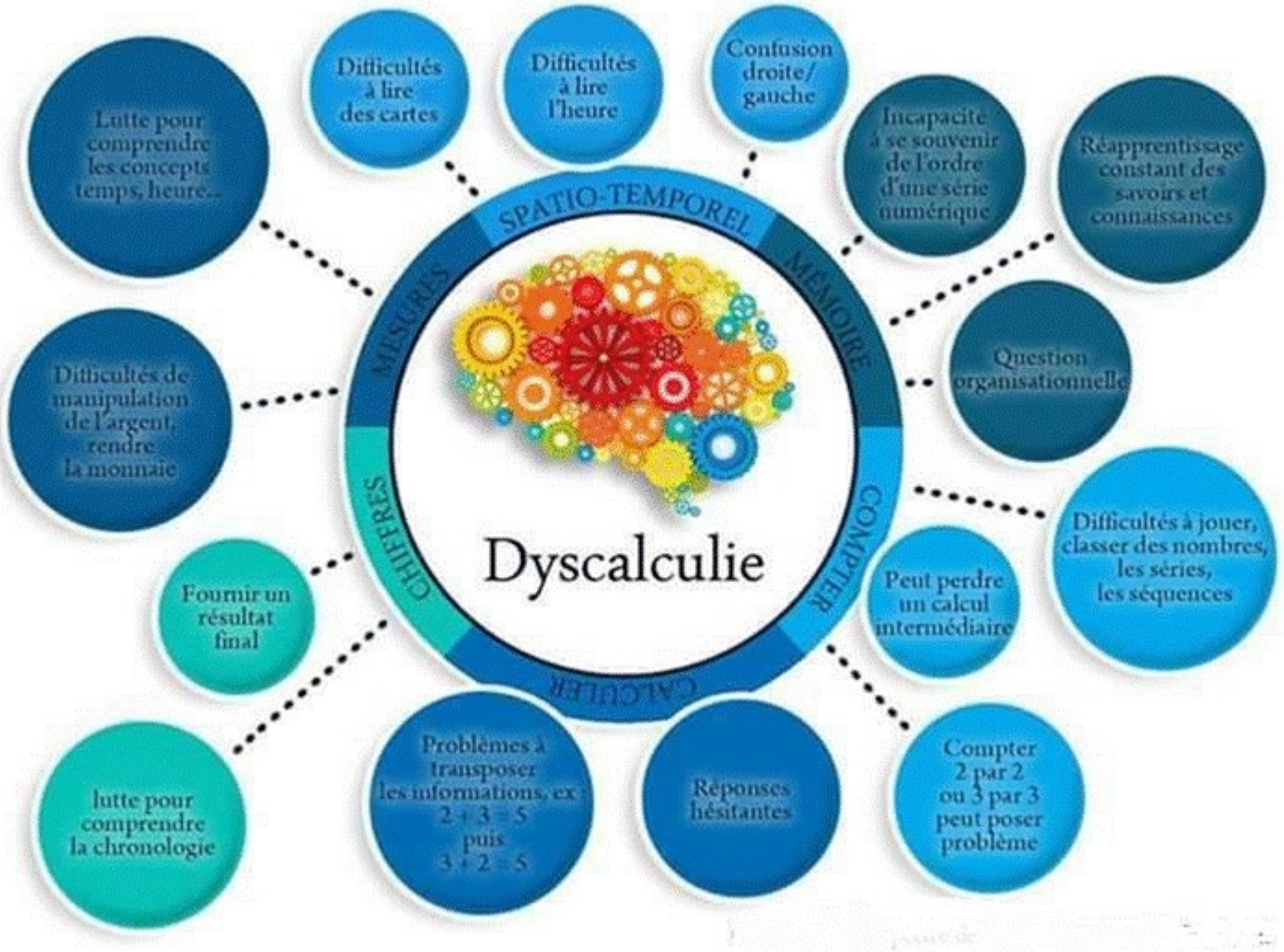
Moins la tâche est automatisée, plus elle demande de la concentration et plus l'enfant fatigue vite.

Attention à la double tâche:

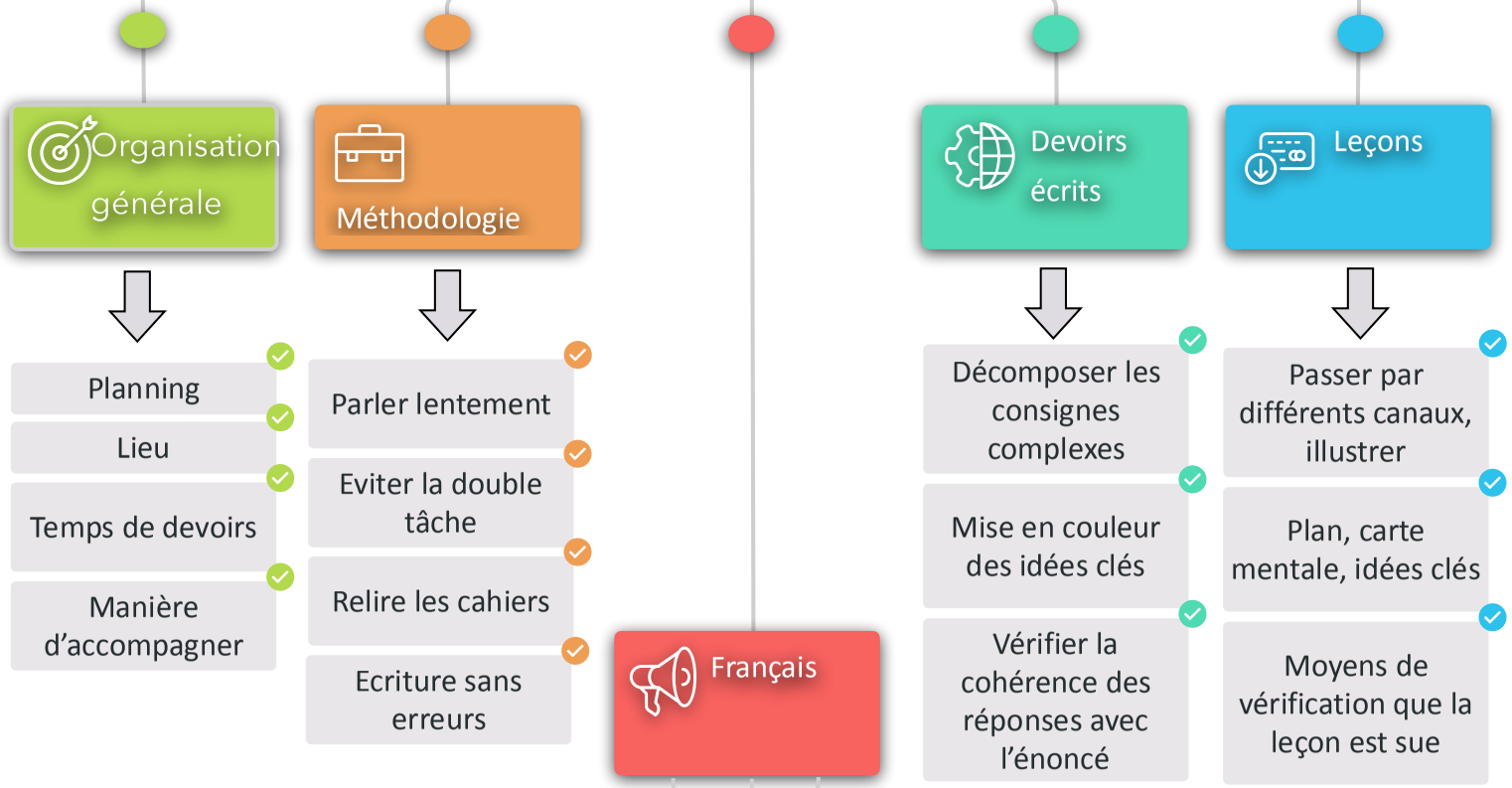
Le cerveau ne peut pas faire deux tâches en même temps, si ces deux tâches requièrent de l'attention


Dyslexie
SPATIO-TEMPOREL
DIFFICULTÉS COGNITIVES
COORDINATION MOTRICE
LIRE
ÉPELER
ÉCOUTER
ÉCRIRE
Difficultés à coucher les idées sur papier
Confusion droite/gauche
Difficulté à lire l'heure
Se perd facilement
Dates
Alphabet
Tables de calcul
Séquences
Numéros de téléphone
Problèmes organisationnels
Ne peut trouver le bon mot
Distrait par le fond sonore
Problèmes pour prendre des notes dictées
Difficultés de coordination
Difficultés à recopier
Difficultés d'écriture
Déplace ou coupe du texte
Besoin d'une relecture
Perd le fil de la lecture
Confusion des syllabes proches
Difficulté à entendre les sons
Ne peut se souvenir de l'ortographe des mots


Dyspraxie
ORGANISATION
MOTRICITÉ GLOBALE
MOTRICITÉ FINE
CONCENTRATION
COMMUNICATION
EN CLASSE
Séquences
Règles
Besoin de pense-bêtes
Escaliers
Équilibre
S'habiller
Difficultés à coucher les idées sur la papier
Difficultés cognitives
Trouve les plannings compliqués
Au niveau psysique
Sauter
Sports
Capacité d'écoute limitée
Coordination
Courir
Perturbé par des fonds sonores
Tenir son stylo
Difficultés à recopier du tableau au cahier
Au niveau de l'écriture
Espacement
Possibilité de lexique pauvre
Difficultés de manipulation
Formation
Boutons
Mots embrouillés
Mémoire réduite
Facilement distrait et remuant
Courte durée de concentration: activités fractionnées
Lacer ses chaussures
Équipement scolaire
© Troubles du Spectre de l'Autisme - TSA sur Facebook


Dyscalculie
SPATIO-TEMPOREL
MÉMOIRE
COMPTER
CALCULER
CHIFFRES
MESURES
Difficultés à lire des cartes
Difficultés à lire l'heure
Confusion droite/ gauche
Incapacité à se souvenir de l'ordre d'une série numérique
Réapprentissage constant des savoirs et connaissances
Lutte pour comprendre les concepts temps, heure...
Question organisationnelle
Difficultés de manipulation de l'argent, rendre la monnaie
Difficultés à jouer, classer des nombres, les séries, les séquences
Peut perdre un calcul intermédiaire
Fournir un résultat final
Compter 2 par 2 ou 3 par 3 peut poser problème
Réponses hésitantes
Problèmes à transposer les informations, ex : 2 + 3 = 5 puis 3 + 2 = 5
lutte pour comprendre la chronologie

DEVOIRS



Français

Lecture

- Lecture à deux voix, suivre avec le doigt
- Objet magique: règle, cache, doigt
- Mettre le ton, dédramatiser lenteur
- Relire le mot, la phrase mal déchiffrée

Récitation

- Enregistrement audio
- Gestes, dessins pour les idées clés

Dictée

- Apprentissage des mots : épeler, illustrer, moyens mnémotechniques
- Ecriture sans erreurs : anticiper accords, points d'attention
- Faire morceau par morceau

Pour communiquer avec votre enfant: mon questionnaire des devoirs

1. Les devoirs, pour moi, c'est :
   - ☐ Une moment douloureux
   - ☐ Une perte de temps
   - ☐ Un moment nécessaire
   - ☐ Très fatigant
   - ☐ Trop ennuyeux
   - ☐ Ca me permet de me concentrer pour comprendre à mon rythme et mémoriser ce qui a été fait en classe
   - ☐ Un moment ludique
   - ☐ Un moment de partage avec mon parent
   - ☐ Autre

2. Le plus difficile, pour moi, c'est :

   - ☐ Le fait d'écrire
   - ☐ Devoir lire (consignes, leçons, items…)
   - ☐ Mémoriser
   - ☐ Devoir rester encore assis
   - ☐ Autre

3. Le meilleur moment pour les devoirs, c'est :

   - ☐ A l'école / à l'étude / dans le bus, mais avant de rentrer à la maison
   - ☐ Tout de suite en rentrant de l'école
   - ☐ Après une petite pause goûter
   - ☐ Après une vraie pause à se changer les idées
   - ☐ Le matin en se levant plus tôt
   - ☐ A l'avance, en pouvant s'organiser sur les week-ends et soirées libres
   - ☐ Au dernier moment, boosté par la pression

4. La meilleure compagnie pour faire les devoirs, c'est :

   - ☐ Seul, au milieu d'autres camarades qui travaillent aussi
   - ☐ Tout seul, tranquille, dans le silence
   - ☐ Seul, au milieu du reste de la famille
   - ☐ Seul au calme, avec quelqu'un à côté de moi pour la compagnie
   - ☐ Accompagné d'un adulte qui m'aide

5. Mon lieu préféré, c'est :

- ☐ Par terre
- ☐ Sur une table/bureau avec une chaise
- ☐ Sur une table sur un gros ballon
- ☐ En mouvement
- ☐ Sur mon lit
- ☐ Autre

6. Pour les devoirs écrits, ce que je préfère, c'est :

- ☐ Que mes éventuelles erreurs soient corrigées en classe ou par l'enseignant
- ☐ Que mon parent corrige mes exercices quand j'ai fini
- ☐ Que mon parent m'aide au fur et à mesure pour que je ne fasse pas d'erreur

7. Pour les leçons, ce que je préfère, c'est :

- ☐ Les apprendre complètement seul
- ☐ Les apprendre, puis les réciter à mon parent
- ☐ Que mon parent me montre au fur et à mesure des techniques pour les apprendre
- ☐ Que mon parent m'accompagne et m'aide systématiquement pour l'apprentissage de mes leçons

8. En cas de dernière réponse à la question 5 et/ou 6 : ce qui m'aiderait vraiment, c'est :

- ☐ De ne pas avoir besoin d'écrire du tout (taper à l'ordi ou dicter au parent...?)
- ☐ De ne pas avoir besoin de lire du tout (parent qui lit, s'enregistrer...?)
- ☐ De pouvoir bouger en même temps (petit trampoline en apprenant leçon, gros ballon en guise de chaise...?)
- ☐ Qu'on m'enseigne des méthodes précises pour apprendre, pour être efficace

9. Quand il y a à la maison des litiges autour des devoirs, je voudrais :

- ☐ Qu'on se dispute, ça fait partie de la routine, et c'est nécessaire pour que je m'y mette
- ☐ Qu'on décide et qu'on note ensemble des règles à partir de mes réponses à ce questionnaire pour voir si je trouve la solution qui me convient le mieux
- ☐ Que mes parents me laissent me débrouiller, ça me regarde

10. S'il s'avère que je ne me mets pas au travail en temps voulu, je voudrais :

- ☐ Que mes parents m'y poussent et insistent, j'ai besoin qu'ils se chargent de définir et d'imposer le moment
- ☐ Que mes parents me rappellent une fois ou deux que ce serait un bon moment pour m'y mettre
- ☐ Que mes parents me laissent complètement autonome, c'est moi qui gère (et qui voit ce qui se passe si j'oublie)

Les devoirs : comment accompagner vos enfants dys ou TDA/H de la théorie à la pratique

Foire aux idées
Les idées des participants aux divers ateliers

Organisation générale

Adaptations pour contourner et compenser
- Lieu calme et adapté : on peut commencer par ranger le bureau, s'installer confortablement
- Bonne attitude pour travailler : se calmer, bonne énergie, chasser l'imagination... Relaxation, défoulement...
- Planifier temps des devoirs :
    . Segmenter le temps (au début, plages de travail très courtes)
    . Pauses programmées en alternance avec travail (on peut en profiter pour se défouler, courir...)
    . Utilisation du timer (on peut choisir d'interrompre les devoirs à la fin du temps)
    . Prévoir récompense à la fin (jeu ensemble, dessin animé, chahut en famille...)

Liste de tâches avec cases à cocher, pour visualiser ce qui est fait = expliquer clairement ce qui est attendu
- Concertation avec l'enfant (Ex. questionnaire joint) : choix lieux, accompagnement, besoins...
- Travailler l'estime de soi, valoriser les progrès, féliciter pour le travail fait même si incomplet

Possibilité de demander des aménagements scolaires avec moins de devoirs.
En tant que parent, ce n'est pas simple, chacun peut reconnaître ses limites, de déléguer...

Méthodologie

- Parler lentement et clairement
- Varier les formes de devoir (exercice/leçon)
- Éviter la double tâche (parler et écrire en même temps / lire et réfléchir ou comprendre)
- Relire les cahiers pour un modèle sans faute
- Écriture sans erreur
- Permettre à l'enfant de visualiser son niveau de concentration avec des smileys de couleur
- Rédiger ensemble des fiches synthétiques qu'on peut emmener partout joliment classées dans des boîtes
=> On peut laisser l'enfant peu à peu faire de plus en plus seul : autonomiser progressivement

Leçons

- Aider la compréhension : -faire faire des liens - faire manipuler concrètement - aider à se représenter mentalement - faire réaliser des résumés - donner le rôle de l'enseignant)
- Demander à l'enfant ce qu'il a compris, reformuler ensemble, dessiner, vérifier cohérence
- Passer par différents canaux (illustrer, faire des gestes, réécrire, lire à voix haute...) et favoriser les moins contraignant (par exemple oral pour enfant fatigué d'écrire).
- Plan / **carte mentale**
- Mettre en évidence les idées clés, faire des fiches avec les éléments importants (tables, valeur des lettres...)
- trouver un moyen d'auto-vérification de l'assimilation de la leçon (se réciter à soi-même, et regarder dans la fiche ce qu'on ne sait plus...)
- Soutenir la mémorisation : faire des reprises, progression spiralaire - multi-testing - - donner des indices de récupération (images, gestes …) - soulager la mémoire de travail : mémos, affichages, référentiels à disposition
- Notion de plaisir dans les apprentissages
    - Conjugaison avec péter, roter
    - Jeux défi tables multiplication, battle en famille
    - Échanger les rôles : c'est l'enfant qui doit expliquer à l'adulte qui ne comprend rien

- Réciter en lançant une balle
- Mettre les termes à retenir sur des fiches dans différents endroits de la maison en mesurant le nombre de grands pas puis faire l'exercice en essayant de faire le moins possible de pas, ou accrochées en hauteur, ou course dans le jardin...
- Lire la leçon en exprimant diverses émotions (rire, colère, surprise...), jouer théâtralement, pester ensemble quand c'est difficile, se réjouir quand on trouve la solution...

Exercices

- Décomposer les consignes complexes, s'assurer qu'elles sont comprises :
  - En mettant en couleur les mots-clés
  - Sous forme de listes
  - Avec des pictogrammes
  - Avec un étayage à l'oral
  - Avec un "coup de pouce"
- Répondre en réduisant la double-tâche :
  - Écrire les réponses de l'enfant sous sa dictée
  - Organiser les réponse en tableaux avec des mots-clés
  - Garder un support (tables, conjugaisons...) pour que la résolution soit centrale
- Vérifier que la réponse est cohérente avec l'énoncé

Français

Lecture

- Lecture à deux voix / suivre avec le doigt
- Objets magiques : règle, cache, doigt
- Jouer à mettre le ton
- Dédramatiser de lire lentement (lenteur = réflexion)
- Relire un mot, une phrase mal déchiffré
- S'assurer que le texte lu est compris
- Plaisir de lire ensemble, en alternance, moments partagés

Astuces

- favoriser les éditions à gros caractères ou avec des images
- utiliser les livres avec CD
- utiliser les profils pour les collégiens et lycéens
- ne pas hésiter à faire la lecture à l'enfant

Dictée

- Apprentissage de mots : épeler, orthographe illustrée, moyens mnémotechniques
- Faire morceau par morceau
- Écriture sans erreur : anticiper accords, points d'attention
- Auto-correction avec le modèle

Récitations

- Enregistrement audio
- Gestes, dessins pour les mots-clés (lors de la restitution : refaire les gestes - aide de la feuille avec les dessins)
- Représenter chaque vers par dessin, pâte à modeler, légo...
- Apprendre le premier mot de chaque vers
- Une strophe à tour de rôle en alternance
- Concours, ou le parent récite aussi (challenge et remise à niveau symétrique parent-enfant)

Notes et références laissées par les participants :

- Livre les Vertus de l'échec, C. Pépin
- Livres d'orthographe illustrée : par exemple mon Orthographe illustrée (Larousse)
- Méthode Ronald Davies
- Ressource de la gestion mentale : https://neuropedagogie.com/gestion-mentale-garanderie/le-geste-de-memorisation-en-gestion-mentale.html
- et aussi : https://www.iigm.org/gestion-mentale/
- Fédération Française des Dys : https://www.ffdys.com/category/outils-dys
- Dys à Munich : https://www.dysamunich.org/