

Conseils et suggestions d'activités pour les parents d'adolescents qui présentent une déficience intellectuelle, un TSA ou un trouble apparenté

Conseils

Offrir un horaire quotidien imagé (pictogrammes, dessins, liste à cocher) pour aider l'adolescent à se situer dans le temps.

Donner un indice visuel de temps pour l'activité en cours (exemple : time timer, sablier, minuterie...)

Rendre les périodes de travail dynamiques et amusantes en travaillant sous forme de jeux, en proposant des défis, etc.

Offrir des moments de détente, de loisirs et de jeux extérieurs.

Saisir les opportunités d'apprentissage lors des tâches quotidiennes à la maison (repas, hygiène, ménage...)

Ne pas hésiter à répéter les mêmes activités quelques fois pendant la semaine.

Suggestions d'activités, semaine 1 (6 au 10 avril 2020)

	Français / Communication	Mathématique	Autres
Vie à la maison	<ul style="list-style-type: none"> - Écrire une liste d'activités à faire pour les prochains jours - Raconter un événement vécu à la maison - Faire la liste d'épicerie à l'aide d'un circulaire - Écrire un courriel à un ami ou à un membre de la famille 	<ul style="list-style-type: none"> - Calculer ce que coûtera l'épicerie à l'aide de la calculatrice - Participer à l'élaboration d'une recette - Dénombrer différents objets du quotidien (boîtes de conserve, ustensiles...) 	<ul style="list-style-type: none"> - Choisir son déjeuner et préparer celui-ci - Choisir ses vêtements - Aider pour les tâches ménagères en suivant une procédure - Pelleter l'entrée
Soins personnels et bien-être	<ul style="list-style-type: none"> - Suivre une démarche imagée lors de l'habillement et lors de la routine du matin et / ou du soir - Écrire ses activités préférées à l'ordinateur 	<ul style="list-style-type: none"> - Associer certaines notions de temps aux activités de la journée (ex : douche à tous les jours, cours de musique le mardi...) - Mise en place d'une routine matinale associée au temps, à la température et à l'espace 	<ul style="list-style-type: none"> - Suivre une série de mouvements de yoga sur vidéo - Promener le chien ou prendre une marche - Offrir des moments de stimulation et de détente sensorielle (lumières, musique douce, objets texturés...)
Déplacements	<ul style="list-style-type: none"> - Suivre les instructions lors d'un nouveau déplacement à pied avec ses parents - Écrire son adresse - Reconnaître les pictogrammes de l'environnement (feux de circulation, arrêt...) 	<ul style="list-style-type: none"> - Compter le nombre de maisons vues pendant un trajet. - Apprendre à se repérer dans son quartier à l'aide d'indices visuels 	<ul style="list-style-type: none"> - Traverser la rue de façon sécuritaire - Identifier les signes de l'arrivée du printemps lors d'un déplacement à pied
Loisirs	<ul style="list-style-type: none"> - Lire et ou expliquer les règles d'un jeu - Écouter une histoire - Lire une histoire 	<ul style="list-style-type: none"> - Jouer à des jeux mathématiques sur le Ipad - Faire des casse-têtes - Jouer à un jeu de société en famille 	<ul style="list-style-type: none"> - Faire des arts plastiques (découpage, coloriage...) - Effectuer une recherche sur Internet - Utiliser le lecteur DVD seul

Sites Internet et applications Ipad gratuites (cliquez sur l'image pour ouvrir le lien Internet)

Français	Mathématique	Autres
<p>Pratiquer sa calligraphie: Sur tablette : ABC Kids Alphabet</p>  <p>Écrire des phrases en images : Sur tablette : Voice</p> 	<p>Dessiner sur des quadrillages : Sur tablette : Exercices de symétrie</p> 	<p>Science : Sur tablette : Brain Pop, film du jour</p>  <p>Sur Internet : Brain Pop</p> 
<p>Apprendre des mots sur la thématique animale : Sur tablette : Apprends-moi des mots</p> 	<p>Additionner et soustraire : Sur tablette : Fin lapin 3</p> 	<p>Routine imagée et / ou scénarios sociaux: Sur tablette: Story Creator</p> 
<p>Développer son langage et faire des associations de mots entendus et d'images : Sur tablette : ClassIt</p> 	<p>Reproduire des mosaïques : Sur tablette : My mosaic 1 et 2</p> 	<p>Brain gym, travailler la concentration par l'activité physique : Sur Internet : Brain Gym</p> 
<p>Lire des syllabes et des petits mots : Sur tablette : jeux pour lire avec Sami et Julie</p> 	<p>Comprendre le vocabulaire mathématique : Sur tablette : Lexico</p> 	<p>Yoga en ligne : Sur You Tube : Yoga pour adolescent</p> 
<p>Lire et écouter des livres numériques : Sur Internet :</p> <p>Boukili (on doit se créer un compte)</p>  <p>Il était deux fois</p> 	<p>Jouer à des jeux de logique : Sur tablette : Matrix game</p>  <p>Sur tablette : Sept erreurs</p> 	<p>Tout apprendre sur la santé buccale et le brossage de dents : Sur tablette : Santé orale SOHDEV</p> 
<p>Jouer avec l'alphabet Sur Internet : Tidou</p> 	<p>Compter des images Sur Internet (à télécharger) : Pepit</p> 	<p>Plusieurs jeux éducatifs destinés aux personnes qui présentent un TSA : Sur Internet (navigateur à télécharger) : Zac Browser</p> 
<p>S'amuser avec des mots cachés Sur Internet (mots cachés à imprimer) : Tête à modeler</p> 	<p>Compter de petits ensembles Sur Internet : L'attrape-nombre</p> 	<p>Parler avec Tom Sur tablette : Talking Tom</p> 

