

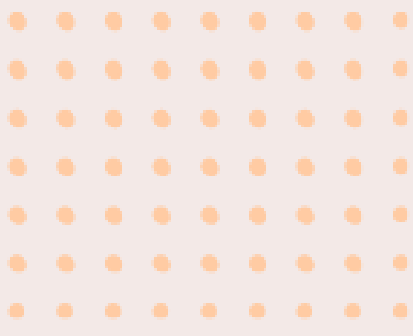
Sensibilisation autour du TDAH



Livret de ressources
et activités pour la classe

SOMMAIRE

1) Définition TDA/H	p.3
2) L'iceberg du TDA/H	p.4
4) Orienter les familles	p.5
3) Vidéo explicative	p.6
4) Quiz pour les élèves (CE2 jusqu'au collège)	p.7 à 8
5) Coloriage TDA/H	p.9
6) Coloriage symbole TDA/H maternelle	p.10
7) Correction Quiz TDA/H	p.11



LE TDA/H (LE TROUBLE DU DÉFICIT DE L'ATTENTION AVEC OU SANS HYPERACTIVITÉ)

Le Trouble du Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité est caractérisé par trois composantes : le déficit de l'attention, l'impulsivité et l'hyperactivité.



Déficit de l'attention

Semble ne pas écouter, facilement distrait

Désorganisé, difficultés à planifier

Mauvaise gestion du temps

Difficultés à maintenir son attention pendant longtemps

Perd et oublie souvent son matériel

Impulsivité

Ne sait pas attendre, impatient

Agit avant de penser, se précipite

Parle vite, coupe la parole

Change très souvent d'activité

Contrôle de soi inadéquat

Hyperactivité

Agitation incessante, remue les mains et les pieds

Besoin de bouger

Se lève au mauvais moment

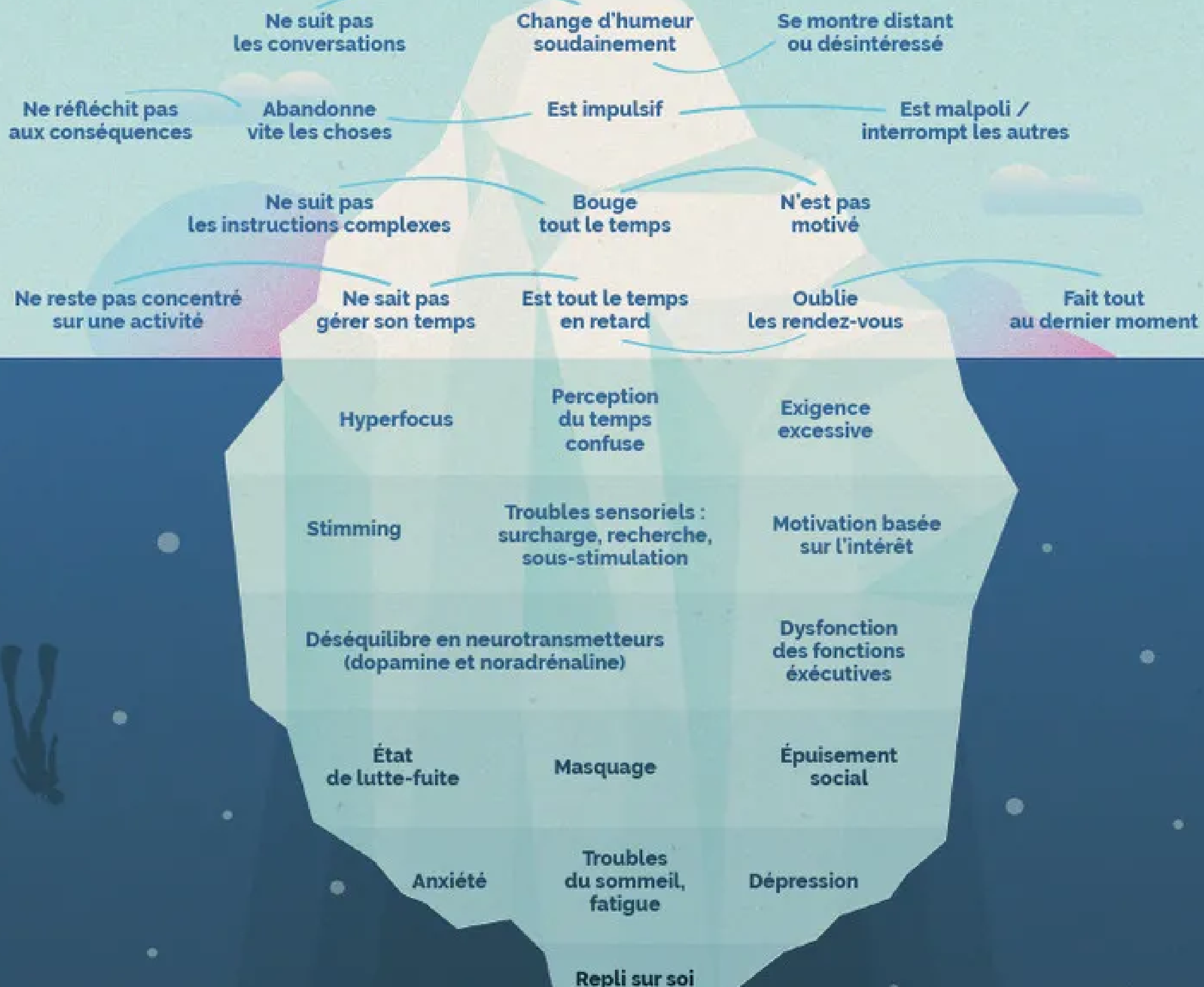
Hyperactivité mentale

Difficultés à travailler en silence

L'iceberg du TDAH

Sous la face visible des comportements, se cachent souvent des difficultés invisibles

TDAH Tous les comportements ne sont pas des choix !



**Accompagnez en comprenant
les raisons profondes derrière
les comportements**

hoptoys.fr

LE TDA/H AU SEIN DES TND

LE TDA/H fait partie des **Troubles du Neuro-Développement (TND)**

Vous repérez des **difficultés attentionnelles** chez un **élève** et souhaitez **guider** la **famille** vers des **professionnels**, plusieurs possibilités :

- **Orientation vers la PCO (Plateforme de Coordination et d'Orientation)**

Gratuit pour les familles



*La PCO coordonne les bilans avec des professionnels conventionnés et pose les diagnostics. (0-6 ans ou 7-12 ans)
Les enfants orientés ne doivent pas avoir de diagnostic ni de dossier MDPH en cours. **(Formulaires en pièce jointe mail)***

- **Orientation vers des professionnels libéraux :**

Financement par la famille



• Pédiatre, neuropédiatre, pédopsychiatre, neuropsychologue ou psychologue



SEUL un médecin peut poser un diagnostic.

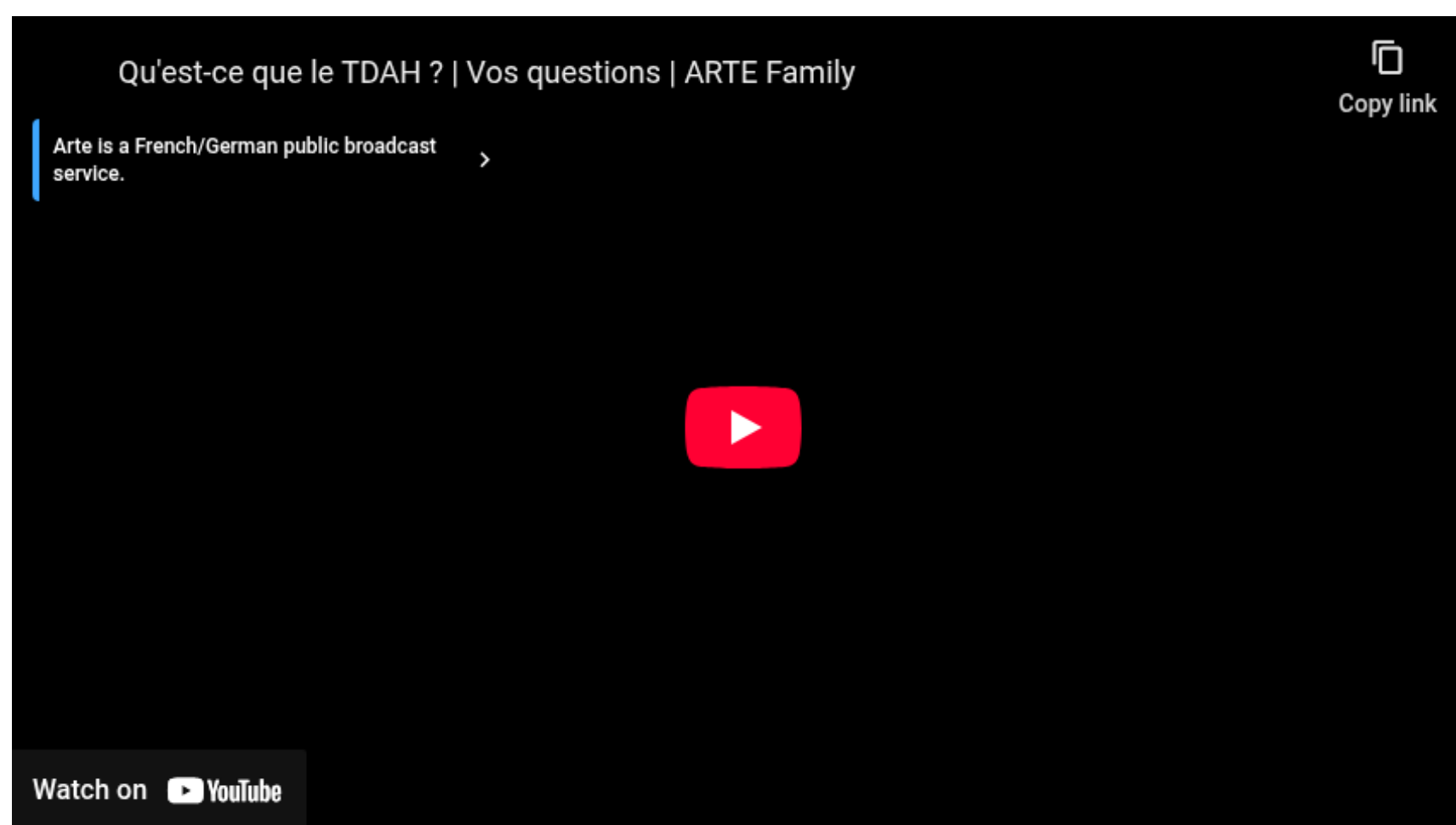
- **Orientation vers des services médico-sociaux :**

Gratuit pour les familles



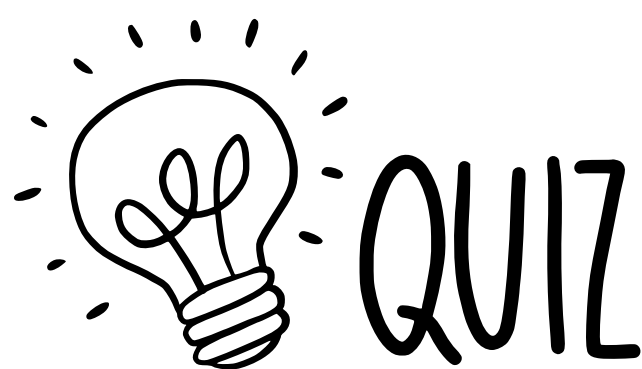
*• CAMSP (Centre Action Médico Social Précoce) : 0-6 ans
• CMPP (Centre Médico-Psychopédagogique) : 0-20 ans
• CMP (Centre Médico-Psychologique) : 0-16 ans*

Vidéos explicatives



<https://www.youtube.com/watch?v=NeHJGMVn9kk>





DE QUOI AI-JE BESOIN ?

Le **TDA/H**, ça peut être des difficultés avec :

- **L'attention** : C'est quand ton cerveau se concentre sur quelque chose.
- **L'impulsivité** : C'est quand tu fais quelque chose très vite, sans réfléchir avant.
- **L'hyperactivité** : C'est quand ton corps a beaucoup (trop) d'énergie et que tu bouges tout le temps.

Lis chaque **situation** et **coche la** ou **les réponses** qui te semblent les plus **adaptées**.

1. Il y a beaucoup de **bruit** autour de moi, et j'ai du **mal** à me **concentrer**.

- ☐ a) Une balle anti-stress
- ☐ b) Un casque anti-bruit
- ☐ c) Un sablier

2. Je **bouge beaucoup** sur ma **chaise**, j'ai du **mal** à **rester assis**.

- ☐ a) Un coussin dynamique / un élastique sur la chaise ou la table
- ☐ b) Un casque anti-bruit
- ☐ c) Un time-timer

3. J'ai du **mal** à **savoir combien de temps** il me reste pour **finir** mon **travail**.

- ☐ a) Un time-timer
- ☐ b) Un fidget discret
- ☐ c) Un coussin dynamique / un élastique sur la chaise ou la table

4. J'ai **besoin** de **bouger** mes **mains** pour **rester concentré** sans **déranger** les **autres**.

- ☐ a) Un sablier
- ☐ b) Un fidget discret
- ☐ c) Un casque anti-bruit

5. Je me **perds** dans les **consignes** et j'**oublie** les **étapes**.

- ☐ a) J'utilise des stratégies comme surligner le verbe et les mots clés de la consigne
- ☐ b) Une balle anti-stress
- ☐ c) je relis ma consigne à la fin pour m'assurer d'avoir bien répondu

6. Que signifie le **TDA/H** ?

- ☐ a) **T**rouble **D**ynamique **A**utour des **H**omophones
- ☐ b) **T**rouble **D**e l'**A**ttention avec ou sans **H**yperactivité
- ☐ c) **T**rouble **D**es **A**nanas et de la **H**onte

7. J'**oublie** souvent mes **affaires** et ce que je **dois faire**.

- ☐ a) Utiliser une check-list visuelle
- ☐ b) Un casque anti-bruit
- ☐ c) Une balle anti-stress

8. J'ai du **mal à gérer le stress** pendant les **contrôles** ou **devoirs**.

- ☐ a) Un casque anti-bruit
- ☐ b) Une balle anti-stress
- ☐ c) Un planning visuel



Coussin dynamique



Sablier



Fidget



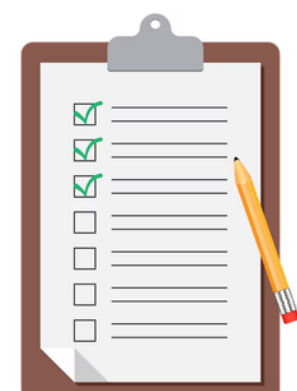
Planning visuel



Time Timer



Casque anti-bruit



Check-list



Balle anti-stress

Coloriage : Iceberg du TDA/H



1. Colorie l'iceberg visible en **bleu**.
2. Colorie chaque mot avec des **couleurs différentes**.

N'écoute pas la consigne

Perd ses affaires

Besoin de bouger

Oublie
souvent

Coupe la
parole

Visible

Invisible

Créativité

Sensibilité

Fatigue

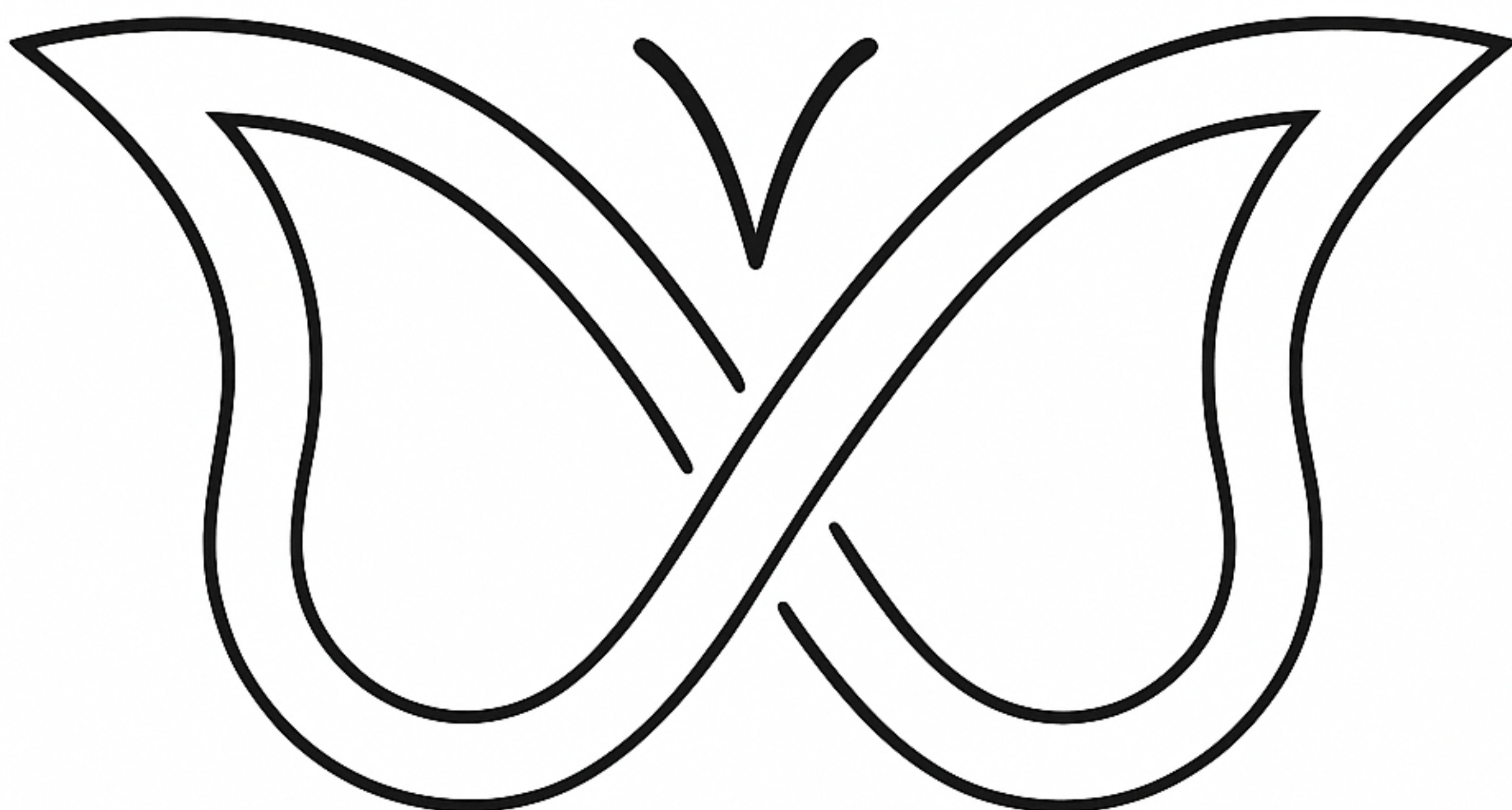
Anxiété

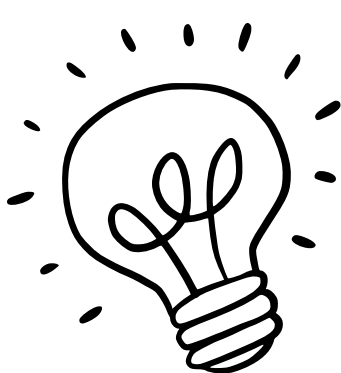


Colorie.



T D A / H





QUIZ

DE QUOI AI-JE BESOIN ?

RÉPONSES

Lis chaque situation et coche la ou les réponses qui te semblent les plus adaptées.

1. Il y a beaucoup de bruit autour de moi, et j'ai du mal à me concentrer.

- ☐ a) Une balle anti-stress
- ☐ **b) Un casque anti-bruit**
- ☐ c) Un sablier

2. Je bouge beaucoup sur ma chaise, j'ai du mal

- ☐ **a) Un coussin dynamique / un élastique sur**
- ☐ b) Un casque anti-bruit
- ☐ c) Un time-timer



3. J'ai du mal à savoir combien de temps il me reste pour finir mon travail.

- ☐ **a) Un time-timer**
- ☐ b) Un fidget discret
- ☐ c) Un coussin dynamique / un élastique sur la chaise ou la table

4. J'ai besoin de bouger mes mains pour rester concentré sans déranger les autres.

- ☐ a) Un sablier
- ☐ **b) Un fidget discret**
- ☐ c) Un casque anti-bruit

5. Je me perds dans les consignes et j'oublie les étapes.

- ☐ **a) J'utilise des stratégies comme surligner le verbe et les mots clés**
de la consigne
- ☐ b) Une balle anti-stress
- ☐ **c) je relis ma consigne à la fin pour m'assurer d'avoir bien répondu**

6. Que signifie le TDA/H ?

- ☐ a) Trouble Dynamique Autour des Homophones
- ☐ **b) Trouble De l'Attention avec ou sans Hyperactivité**
- ☐ c) Trouble Des Ananas et de la Honte

7. J'oublie souvent mes affaires et ce que je dois faire.

- ☐ **a) Utiliser une check-list visuelle**
- ☐ b) Un casque anti-bruit
- ☐ c) Une balle anti-stress

8. J'ai du mal à gérer le stress pendant les contrôles ou devoirs.

- ☐ a) Un casque anti-bruit
- ☐ **b) Une balle anti-stress**
- ☐ c) Un planning visuel