

Je m'occupe seul :

Je joue en soufflant



*Les personnes avec un trouble du spectre de l'autisme sont des penseurs visuels. Il est important de leur proposer des activités structurées qui, d'un seul coup d'œil, leur permettront de comprendre ce qu'elles peuvent faire. Elles ont aussi parfois besoin de démonstration ou d'apprendre certains jeux avant de les utiliser seules ou avec d'autres personnes.*

#### Rappel généraux :

Pour faciliter la mise en place des activités, nous pouvons vous recommander d'installer la personne dans un endroit qui soit fixe, avec peu de stimulations concurrentes autour d'elle. L'objectif est de faciliter la participation en amenant de la prévisibilité et en éliminant des informations parasites. Des aménagements spécifiques peuvent aussi être proposés comme l'utilisation de boîtes pour déposer l'activité. Pour plus d'informations sur l'aménagement de l'espace et des activités, nous vous conseillons de lire des documents sur TEACCH et l'éducation structurée.

#### Matériel nécessaire :

- ✓ Moulin à vent (possibilité de le fabriquer avec une feuille de papier, une attache parisienne et une paille).
- ✓ Ballon de baudruche.
- ✓ Plume.
- ✓ Boulette de papier.
- ✓ Paille.
- ✓ Gobelet en plastique.
- ✓ Chips de polystyrène.
- ✓ ...

#### Objectif :

- ✓ Contrôler son souffle en observant les conséquences sur un objet.

## Propositions de jeux :

### Moulin à vent

- ✓ Proposer le moulin à vent.
- ✓ Montrer comment actionner le moulin et inciter la personne à souffler dessus.
- ✓ Au début la laisser faire comme elle le souhaite puis l'inciter à faire varier la vitesse du souffle (plus lentement ou plus rapidement).

### Plume

- ✓ Poser une plume sur la table et mettre un repère (scotch de couleur par exemple) à 30 cm de la plume.
- ✓ Souffler sur la plume pour qu'elle franchisse le scotch.
- ✓ La remettre devant la personne et l'inciter à faire de même.
- ✓ Petit à petit reculer la limite à franchir.
- ✓ Variante : faire des allers-retours en étant en face à face, comme un échange de ballon.
- ✓ Autre proposition : faire tomber la plume et souffler dessus pour qu'elle reste dans les airs.

### Ballon de baudruche

- ✓ Gonfler un ballon baudruche, puis dégonfler.
- ✓ Regonfler et tendre le ballon à la personne et attendre qu'elle le lâche.
- ✓ L'inciter à gonfler le ballon elle-même.
- ✓ Si la personne n'y arrive pas prendre un autre ballon et le gonfler. Faire sentir à la

personne l'air qui s'échappe du ballon sur sa main, son avant bras.

### Paille

- ✓ Souffler dans la paille et inciter la personne à sentir l'air qui sort de l'autre côté de la paille (main, bras,...).
- ✓ Proposer à la personne de souffler à son tour.
- ✓ Variante 1 : Faire déplacer de petits objets (gobelet, boulette de papier) en soufflant avec la paille. Délimiter un départ et une arrivée.
- ✓ Variante 2 : Remplir un verre et montrer comment souffler sur le dessus de l'eau, ou lui faire faire des bulles (s'il n'y a pas de risque que la personne boive ou joue avec l'eau, renverse l'eau...).
- ✓ Variante 3 : Poser un objet qui flotte (bouchon de bouteille par exemple) sur l'eau dans une bassine et lui faire souffler dessus avec ou sans paille.

---

### Notes :

*Adapter le temps de jeux à la personne. Pensez à structurer le temps de jeux avec un début et une fin à l'aide de time timer, sablier, minuteur... Pensez à féliciter, encourager la personne. Ne pas hésiter à faire plusieurs démonstrations si la personne ne réussit pas.*

---

## Quand la personne a compris les activités, vous pourrez complexifier en :

- ↳ Créant des "parcours" à suivre à l'aide de morceaux de bois ou de lacets par exemple pour faire voyager les objets.
- ↳ Introduisant du tour de rôle.

### NOTE GENERALE :

CETTE DEMARCHE VOUS EST PROPOSEE POUR FAVORISER LA COMPREHENSION DE L'ACTIVITE. POUR CERTAINS, UN SEUL ESSAI NE SUFFIRA PAS A CE QU'IL Y ARRIVE SEUL. IL FAUDRA UN PEU D'ENTRAINEMENT ET D'AIDE DE VOTRE PART. POUR D'AUTRES, LA COMPREHENSION SERA PLUS RAPIDE. POUR D'AUTRES ENCORE, VOUS DEVREZ PEUT-ETRE PROCEDER D'UNE AUTRE FAÇON.

**Auteurs :** Dorothée HUMBERT - centre ressources autismes Nord-Pas de Calais

**Date de rédaction de cette fiche :** Mars 2020