

Circonscription 14B-15A Montsouris -Volontaires  
Stéphanie Boué



# Autisme et apprentissage de la natation à l'école

# 2024-2025

# SOMMAIRE

01

Introduction

02

Qu'est-ce que l'autisme ?

03

Les particularités sensorielles  
de l'autisme

04

Mieux connaître l'autisme  
pour prévenir le risque de  
noyade

05

Les clés d'un apprentissage  
réussi : anticiper, surveiller,  
enseigner, réagir, évaluer

06

Sources et ressources

07

Conclusion

08

Remerciements

En couverture : le symbole "infini", choisi par l'association Autism Europe, représente la neurodiversité, c'est à dire la diversité des cerveaux et des manières de penser des esprits humains. Associé aux couleurs de l'arc-en-ciel, il est là pour soutenir et reconnaître les autres modes de fonctionnements neurologiques, et donc plus d'acceptation et d'inclusion.

# 01 INTRODUCTION

« **L'intérêt du sport pour les enfants avec autisme est majeur** », écrit l'association Ikigaï. [...] "Il améliore le tonus musculaire, l'endurance, l'équilibre, la coordination, la perception du corps dans l'espace, la motricité fine, la qualité du sommeil, les capacités d'attention et la concentration. Il diminue les manifestations d'hypersensibilité sensorielle, le stress, l'hyperactivité, l'agressivité, l'autostimulation, les comportements obsessionnels et compulsifs ou inappropriés. Il exerce l'autonomie, le respect des règles, les interactions sociales et les émotions. Et il renforce l'image positive de soi."

De plus, la plupart des enfants autistes adorent l'eau qui, par conséquent, leur est doublement bénéfique : pour son intérêt comme activité physique donc, mais aussi parce que ce milieu les motive tout particulièrement et qu'il sera ainsi plus facile de les mettre en action dans un bassin aquatique que sur un stade.

Malheureusement cette appétence n'est pas sans danger : la noyade est l'une des premières causes de mortalité chez les enfants autistes.

L'explication réside notamment dans le fait qu'un bassin de natation, et plus globalement toute surface liquide, stimule beaucoup ces enfants sensoriellement particuliers.

Le présent document, résultat de la collaboration de différents professionnels de l'enseignement et dont le contenu a été en partie testé de façon concrète "au bord du bassin", a pour objectifs :

- d'apporter des clés théoriques de compréhension des particularités des élèves autistes, notamment de certaines spécificités sensorielles parfois méconnues (parties 2, 3 et 4)
- de fournir des conseils pratiques à leurs enseignants - professeurs des écoles, professeurs d'éducation physiques et maîtres nageurs - afin de permettre une entrée réussie dans l'apprentissage de la natation en contexte scolaire (partie 5)
- d'apporter enfin des références, ressources et outils complémentaires et concrets (partie 6)

# 02 QU'EST-CE QUE L'AUTISME ?

## Définition

L'autisme est un trouble du neurodéveloppement qui dure toute la vie. L'autisme n'est pas une maladie : c'est un handicap cognitif.

Les caractéristiques de l'autisme varient énormément d'une personne à l'autre et couvrent un large spectre. Depuis le DSM-5 (classification américaine des troubles mentaux), on parle de « trouble du spectre de l'autisme (TSA) ».

Le TSA regroupe des tableaux cliniques divers mettant en évidence une hétérogénéité de niveau global et des différences de niveau de capacités chez le même sujet.

Les études épidémiologiques montrent que les TSA touchent environ 1 personne sur 100. Les causes sont multiples, souvent multifactorielles, majoritairement d'origine génétique avec une grande influence des facteurs environnementaux. Il s'agit d'un trouble du développement du système nerveux central.

*Le trouble du spectre autistique touche entre 3 et 4 garçons pour 1 fille*

Source : PRÉCONISATIONS POUR L'ACCOMPAGNEMENT DES PERSONNES AUTISTES EN MILIEU SPORTIF, Fédération Française du Sport Adapté, septembre 2021

# Généralités

Le TSA est caractérisé par deux dimensions symptomatiques, selon des niveaux d'intensité différents et que l'on appelle la « dyade » :

## **1 Déficit persistant de la communication et des interactions sociales observé dans les contextes variés :**

la mise en place du langage par répétition, des difficultés dans l'acquisition de la communication verbale, des difficultés à percevoir les sous-entendus, l'humour ou le langage imagé, des difficultés à établir des contacts visuels ou à interpréter les langages corporels de l'autre, des difficultés à exprimer ses émotions, des difficultés dans les relations sociales...

## **2 : Caractère restreint et répétitif des comportements, des intérêts ou des activités :**

se balancer, battre des mains, allumer et éteindre la lumière de manière répétitive, un attachement intense à un objet, une action ou une thématique...

À ces deux dimensions s'ajoutent la sévérité et/ou l'intensité des troubles en termes de besoin et de soutien (liés à la fréquence, la nature, la durée et l'intensité des symptômes).

Ces caractéristiques communes aux personnes autistes peuvent également être associées à des manifestations invisibles pouvant :

- Impacter la perception de l'équilibre
- Impacter la perception des mouvements et des positionnements du corps
- Impacter les sens, au travers d'hypo ou hyper-sensibilités sensorielles
- Impacter la capacité à interpréter plusieurs stimulations sensorielles simultanément
- Engendrer la pensée en détail (observer le détail d'un objet d'abord, puis observer l'ensemble des détails, puis observer l'objet et enfin chercher l'utilité de cet objet)
- Engendrer une rigidité mentale (résistance au changement, forte volonté de maintenir les repères, difficulté face à un événement imprévu ou un environnement nouveau)
- Engendrer un déficit de la théorie de l'esprit (capacité à comprendre que les autres peuvent ressentir des émotions, avoir des intentions, des désirs ou des croyances différents de ses propres ressentis).

Source : PRÉCONISATIONS POUR L'ACCOMPAGNEMENT DES PERSONNES AUTISTES EN MILIEU SPORTIF, Fédération Française du Sport Adapté, septembre 2021





*L'autisme est souvent associé à des comorbidités telles que l'anxiété, l'épilepsie, les troubles digestifs, la déficience intellectuelle, les troubles du sommeil mais aussi d'autres troubles neuro-développementaux de type "dys".*

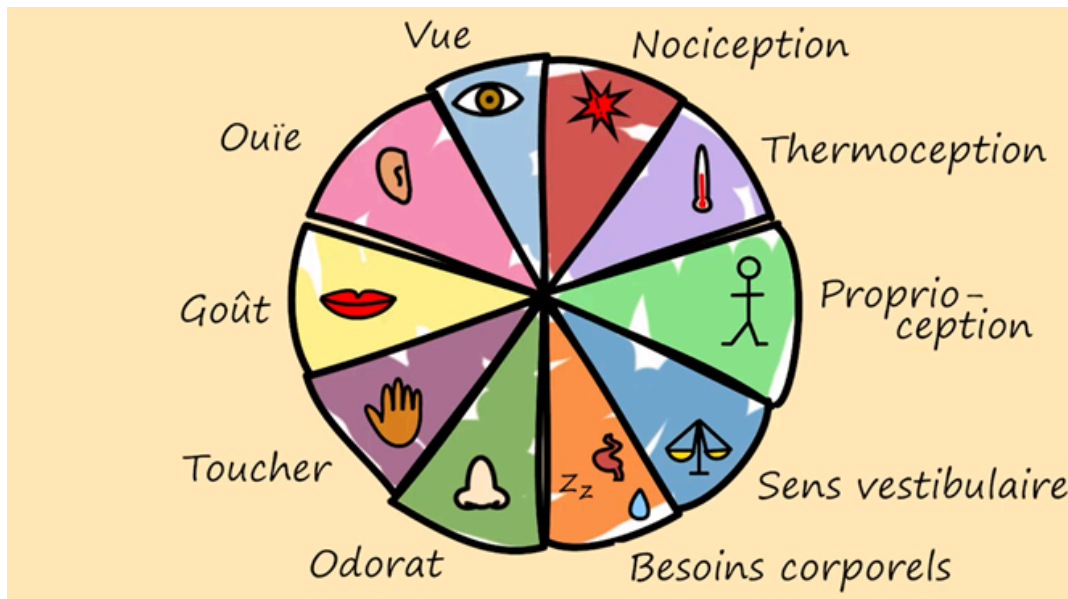
*Aucun traitement médicamenteux ne guérit le Trouble du Spectre Autistique.*

*Toutefois certains médicaments peuvent être nécessaires pour traiter les symptômes liés aux pathologies ou troubles associés.*

Source : PRÉCONISATIONS POUR L'ACCOMPAGNEMENT DES PERSONNES AUTISTES EN MILIEU SPORTIF, Fédération Française du Sport Adapté, septembre 2021

# 03 LES PARTICULARITÉS SENSORIELLES DE L'AUTISME

Nous n'avons pas que cinq sens !



Source - Mieux comprendre l'autisme : Hypersensibilité et Troubles Sensoriels <https://www.youtube.com/watch?v=CNZu7Q2zQ0w>

En dehors des cinq sens les plus connus, il existe cinq autres sens, moins faciles à appréhender mais qui, lorsqu'on les connaît, permettent de mieux comprendre certaines manifestations comportementales des personnes autistes :

## **Nociception**

Perception de la douleur

## **Thermoception**

Perception de la température corporelle et extérieure

## **Proprioception**

Perception du corps dans l'espace sans utiliser le regard

## **Sens vestibulaire**

Perception de la verticalité, de l'accélération, de la vitesse, sens de l'équilibre

## **Besoins corporels**

Par exemple, un élève avec autisme n'est pas toujours capable de sentir qu'il a froid, qu'il a faim ou qu'il a besoin d'aller aux toilettes, ce qui peut être particulièrement gênant à la piscine... Il est alors important de mettre en place des routines à l'aide de pictogrammes.

Pour chacun des dix sens préalablement décrits, un enfant autiste peut être **hypersensible**, c'est-à-dire qu'il va recevoir certains stimuli plus fortement sur ce sens, que ce soit de façon positive ou négative pour lui.

Mais il peut aussi être **hyposensible**, c'est-à-dire qu'il ne reçoit pas fortement certaines informations de son environnement. Il aimera alors être stimulé particulièrement sur ce sens-là.



<https://www.bloghoptoys.fr/jai-particularites-sensorielles>



*Les enfants avec autisme ne sont pas tous sensibles aux mêmes choses. De plus leur sensibilité peut varier en fonction des moments de la journée. Ils gèreront d'autant moins bien les stimuli sensoriels qu'ils seront fatigués, stressés ou placés dans un environnement inconnu.*

# 04

## MIEUX CONNAÎTRE L'AUTISME POUR PRÉVENIR LE RISQUE DE NOYADE

**90% des décès prématurés chez les enfants avec autisme ont pour cause la noyade. Les enfants âgés de 0 à 9 ans représentaient 70 % des décès par noyade chez les personnes avec un trouble du spectre autistique.** Comment expliquer ces chiffres ?

Les enfants avec autisme sont très attirés par tous les effets de lumière et de reflets et donc par le scintillement de la surface de l'eau. Certaines personnes avec autisme qui n'aiment pas trop les stimuli vont souvent chercher à éviter de se mouiller, mais pour les autres, l'eau exerce un attrait auquel il est difficile de résister, apportant le juste niveau de stimulation et pouvant littéralement les fasciner pendant des heures.



De plus, le contact avec l'eau suscite chez eux l'envie de s'immerger car cela leur permet de sentir l'intégralité de leur corps (sens de la proprioception). Les personnes avec autisme, qui sont sensibles à la pesanteur, ressentent mieux le contact de l'eau que celui de l'air sur la peau, de par la résistance et le poids qu'elle offre.

En milieu aérien, les vêtements et les chaussures perturbent les sensations de la personne autiste : les zones découvertes, les zones habillées, a fortiori avec des vêtements aux textures et poids différents peuvent constituer une gêne et expliquer une motricité plus erratique. Dans l'eau, vêtu du seul maillot, le contact de l'élément liquide est ressenti comme quasiment homogène sur l'intégralité du corps.

Cette intégration sensorielle particulière, propre à l'autisme, crée un sentiment d'enveloppement du corps : l'eau offre un cocon dans lequel on se sent en sécurité (à condition que l'accompagnant soit rassurant).

Par ailleurs, les personnes atteintes de trouble du spectre autistique ont davantage tendance à errer, c'est-à-dire qu'elles peuvent quitter une zone sûre à la recherche d'un refuge loin de la sur-stimulation (par exemple, la foule, le bruit ou d'autres stimuli) et peuvent naturellement se diriger vers l'eau comme moyen d'atténuer leurs besoins sensoriels car un bassin, un canal ou un lac – a fortiori en milieu urbain – constituent une zone de calme sonore, une surface uniforme qui diminue les stimulations visuelles et auditives. Sans apprentissage adapté, ils ne comprennent pas les risques que l'eau peut présenter. La surveillance autour de l'eau, y compris lors du bain, est donc primordiale.

Nous l'avons dit : les enfants avec autisme comprennent souvent difficilement le concept de danger ainsi que les consignes et règles de sécurité qui nous paraissent toutes simples. Ce n'est donc pas par cette approche, très souvent utilisée dans le contexte scolaire, que nous pourrions les protéger efficacement du risque de noyade.

**Compte tenu du contexte posé ci-dessus, on comprend donc que les enfants autistes doivent de façon prioritaire apprendre à nager. Avec un soutien rassurant, un environnement d'apprentissage approprié et de la patience, ils le peuvent !**

*“Apprendre à nager, c'est vital pour les personnes autistes, comme cela est vital pour tous les enfants.”*

*Roxana Maracineanu, Ministre déléguée auprès du Ministre de l'Éducation Nationale, de la Jeunesse et des Sports, à l'occasion de la Journée Mondiale de sensibilisation à l'autisme, 2 avril 2021*



Les stratégies comprennent des cours individuels ou en petits groupes avec une équipe d'EAPS, de PE et d'AESH sensibilisés aux spécificités de l'autisme.

Il convient de noter que, bien qu'un élève avec autisme peut déjà avoir suivi des cours de natation en piscine, il peut néanmoins éprouver des difficultés importantes à transposer ces compétences dans un environnement différent. Une surveillance étroite et une éducation à la sécurité aquatique en collaboration avec la famille, y compris l'exposition à différents environnements aquatiques, sont essentielles pour prévenir la noyade chez les élèves avec TSA.

La coopération de l'ensemble des acteurs est indispensable !



# 05

# LES CLÉS D'UN APPRENTISSAGE RÉUSSI

Chaque enfant avec autisme étant différent, sélectionner parmi les propositions ci-dessous celles qui sont les plus adaptées aux particularités de l'enfant.



## ANTICIPER

De manière générale, un élève avec autisme a besoin d'être préparé et prévenu de ce qui va arriver. Il est angoissé par l'inconnu et gère difficilement les imprévus. On aura donc tout intérêt, pour éviter les situations de crise et tranquilliser autant l'enfant que les adultes, d'anticiper au maximum les choses :

- Plusieurs semaines en amont du démarrage de la séquence de natation
- plusieurs jours en amont ou la veille de chaque séance de natation

Les parents de l'enfant sont des partenaires à rassurer, car un élève avec autisme ressent souvent particulièrement les angoisses de ses parents. Ils sont également une source précieuse d'informations : leur demander si leur enfant a déjà fréquenté une piscine.

Si oui, leur demander de préciser comment cela s'est passé pour lui :

- ce qu'il a aimé (servira à déterminer des renforçateurs),
- ce qui lui a fait peur

Conseiller aux parents de travailler la coordination à la maison à l'aide de jeux (comme le Twister et le souffle dans le bain par exemple).

Leur demander de tester les équipements à la maison comme mettre les lunettes de plongée, le bonnet et essayer plusieurs modèles pour que l'enfant s'habitue à ce nouveau matériel. Les enfants avec autisme présentent souvent des sensibilités vestimentaires (étiquette qui gratte, vêtement trop serré...) à ne pas négliger.

## ANTICIPER (suite)

Si cela est possible, prévoir un moment de prise de contact avec la piscine où se dérouleront les séances en amont de la séquence de natation, sans la classe.

L'élève, l'enseignant, l'AESH et si nécessaire l'un des parents de l'enfant, iront ensemble à la piscine afin de repérer le trajet, les lieux, l'ensemble du parcours à suivre au sein de la piscine, depuis l'entrée jusqu'au bord de bassin, le personnel de la piscine

Cela permettra de rassurer les parents et de prévenir tous les personnels notamment les EAPS qui ne connaissent pas l'enfant.

Cela permettra aussi d'estimer le niveau d'appétence pour l'eau manifesté par l'enfant (Est-ce qu'il se précipite vers l'eau en courant ? Est-ce qu'il apprécie le contact de l'eau sur ses pieds au niveau du pédiluve ? Est-ce qu'il fixe l'eau du regard ?) et d'ajuster en conséquence le niveau de vigilance des adultes lors des séances réelles.

Profiter de ce moment pour :

- identifier ce qu'il aime, ce qui l'attire, ce qui l'effraie
- prendre en photo les lieux et les personnes et constituer un « book » qui pourra être utilisé en situation, lors de chaque séance en piscine ou bien en différé (en classe, à la maison...)

Si cela n'est pas possible, prendre le temps d'informer avec soin, toujours le plus en amont possible, les différents personnels qui auront à prendre en charge l'élève : maître nageur, PVP... On pourra aussi montrer à l'élève des photos de ces personnels.

Travailler les règles de la piscine en amont.

Prévoir des pictogrammes « je peux / je ne peux pas » (cf. illustration ci-contre)

Prévoir le contenu de la séance, subdivisé en sous-tâches.

Choisir avec soin les pictogrammes « Piscine » nécessaires aux apprentissages.

Les plastifier et prévoir un support de type :

- porte-clés pour les pictogrammes d'ordre général (cf illustration ci-contre)
- avec des scratchs et un affichage séquentiel pour les pictogrammes concernant les tâches à réaliser dans l'eau

Source du visuel : <http://donnes-moi-ta-main.over-blog.com/2016/05/supports-visuels-pour-la-piscine.html>



Même si le professeur des écoles demeure responsable de son groupe classe, il lui est possible d'être présent dans l'eau de façon dédiée auprès d'un seul enfant à besoins éducatifs particuliers, si cette solution lui semble pertinente, notamment pour les premières séances. Dans ce cas, il organisera en amont la prise en charge du reste du groupe classe avec le ou les autres intervenants.

## ANTICIPER (suite)

Si nécessaire, prévoir un passage à la douche et aux toilettes avant le reste du groupe classe. Ce sont des moments qui génèrent bruit et agitation lorsque le groupe classe entier y passe. De plus, cela permettra, une fois la douche terminée, de prévoir un petit moment d'échange avec les EAPS et les PVP pour leur demander s'il y a des modifications de l'environnement habituel : température différente, absence d'un personnel, nouveau matériel, néon qui clignote... Cela permettra de prévenir l'enfant si on l'estime nécessaire, ou de prévoir une crise possible (qui n'arrivera pas nécessairement !)

Avant chaque séance, vérifier soigneusement le contenu du sac de piscine de l'enfant afin d'éviter tout imprévu : un élève avec autisme gère mal l'improvisation et n'acceptera pas forcément le prêt d'une paire de lunettes s'il a oublié les siennes par exemple.

Utiliser des pictogrammes, par exemple directement fixés sur le sac de piscine, pour séquencer et illustrer les étapes déshabillage / habillage

Source du visuel : <http://donnes-moi-ta-main.over-blog.com/2016/05/supports-visuels-pour-la-piscine.html>



Anticiper un protocole de crise :

- que faire ?
- dans quel ordre ?
- à quel endroit ?
- par qui ?

Faire connaître ce protocole à tous les intervenants.

Echanger en amont avec les praticiens qui suivent l'enfant (ergothérapeutes, psychomotriciens) afin de discuter d'éventuelles adaptations qui pourront être mises en place comme des bouchons d'oreilles, des lunettes de piscines teintées ou encore une combinaison pour les plus sensibles aux éclaboussures ou au froid.

Si nécessaire, faire inscrire la mise en place de ces adaptations dans un PAI (Protocole d'Accueil Individualisé).

Il peut être utile d'échanger avec le chef de bassin pour voir s'il est possible d'organiser une présence humaine supplémentaire, par exemple sous la forme d'un EAPS "réfèrent" qui, sur une semaine, interviendrait sur chacun des créneaux où serait présent un élève autiste.



## SURVEILLER

La surveillance doit être active.

Ne pas considérer les acquis d'un élève avec autisme comme définitifs et être prêt à renforcer les procédures et les règles à chaque séance. Considérez chaque séance comme si c'était la première, sans relâcher la vigilance.

Etre attentif aux signes physiques relatifs aux besoins physiologiques de l'enfant qui n'est souvent pas en mesure de les interpréter ou de les verbaliser : lèvres bleues, tortillements dus à l'envie d'aller aux toilettes, signes de fatigue

**Etre vigilant face au désir d'immersion complète qu'éprouve souvent l'enfant avec autisme.**

Commencer par un apprentissage individuel afin d'avoir le regard en permanence sur l'enfant. Maintenir cet enseignement individuel autant que nécessaire. Cette caractéristique est d'ailleurs l'une des raisons pour lesquelles la natation est particulièrement adaptée aux enfants autistes, contrairement aux APSA plus collectives. Aller ensuite progressivement vers des activités en petits groupes.

Ne pas hésiter à aller dans l'eau au plus près de l'enfant (solliciter l'AESH s'il/elle est d'accord) à la fois pour mieux surveiller, pour rassurer mais aussi pour montrer les gestes à l'enfant qui va pouvoir mieux les imiter.



## ENSEIGNER

Si, en début de séquence d'apprentissage, on privilégiera la découverte du milieu aquatique, il faut garder à l'esprit l'objectif à long terme, pour l'élève autiste comme pour tous les autres élèves : l'obtention de l'attestation du savoir nager en sécurité.

La capacité d'imitation devra être acquise avant d'enseigner les mouvements nécessaires à la nage. S'il n'a pas la capacité de reproduire un mouvement, l'enfant risque d'être frustré et de perdre sa motivation

Formuler toute consigne de manière individuelle à l'enfant. Un enfant avec autisme a du mal à se saisir d'une consigne adressée à un groupe ou à la classe entière. Il ne se sent pas concerné. Se placer donc face à lui, en essayant de capter son regard et lui formuler la consigne, au besoin à l'aide de pictogrammes.

Formuler les consignes simplement, sans mots inutiles.

Employer des tournures positives et non négatives (par exemple : « Marche » plutôt que « Ne cours pas »)

De manière générale, il est préférable de ne pas trop modifier les consignes sinon l'enfant va retraiter la demande comme si elle était nouvelle. Mieux vaut soutenir la consigne insuffisamment comprise par le recours à un pictogramme.

Les élèves avec autisme ont très souvent besoin d'un temps de latence entre le moment où ils entendent la consigne et où ils vont réaliser l'action demandée. Leur laisser plus de temps pour faire, sans les bousculer.

Proposer un apprentissage sans échec, c'est-à-dire en ne demandant que ce que l'enfant est capable de faire.

L'élève doit toujours être en réussite afin de soutenir sa motivation et de ne pas ressentir trop de frustration, source de crise.

Introduire les nouvelles demandes très progressivement, une par une, en ne jouant que sur un paramètre à la fois.

Ne pas hésiter à faire recommencer plusieurs fois une action, plus qu'avec d'autres élèves. Nombreux sont les enfants autistes qui rencontrent des difficultés motrices, qu'elles soient fines ou globales.

Dans ce contexte il faudra travailler sur la coordination des mouvements et répéter fréquemment leurs exécutions.

## ENSEIGNER (suite)

Dans un premier temps, recourir temporairement à du matériel pour aider à flotter peut être utile. Cela permet de limiter le nombre de difficultés auquel l'enfant sera confronté en même temps.

Soutenir l'enseignement par des pictogrammes, qui sont utiles pour plusieurs raisons :

- Ils viennent comme des sous-titres visuels à ce qui est dit verbalement à l'enfant. Les enfants avec TSA sont souvent très observateurs. De plus, un bassin est un environnement bruyant, avec des résonances qui empêchent l'enfant d'isoler les informations sonores importantes.
- Ils apportent une permanence de la consigne visuelle par rapport à l'impermanence d'une consigne orale. Ils évitent à l'adulte de répéter sans arrêt une consigne.
- Ils permettent de structurer la séance : il est important que l'élève avec autisme puisse anticiper le déroulement de la séance et surtout sa fin pour éviter une crise due à la frustration

**VALORISER** chaque réussite, même minime, et de façon beaucoup plus démonstrative que pour les autres élèves, à l'aide :

- de renforçateurs verbaux : « Bravo !!! »
- de renforçateurs sociaux : un sourire, un geste de la main
- de renforçateurs ludiques : lui donner une balle ou un objet qu'il apprécie, lui permettre de faire une activité qu'il aime (glisser sur un toboggan)

Chercher ce qui intéresse le plus l'enfant pour l'utiliser comme un « hameçon » (on parle de renforçateur) afin d'emmener l'enfant vers des choses qui l'intéressent moins et le motiver pour ces choses-là.

Penser à prendre en photo des moments clés de chaque séance, notamment de réussites ou de moment où l'élève est visiblement détendu et souriant, afin d'alimenter le "cahier piscine" de l'élève (cf. partie Evaluer)

L'enseignant gagnera à "lâcher-prise" sur certaines règles exigées pour les autres élèves. On pourra d'ailleurs expliquer à ces derniers pourquoi certaines adaptations sont accordées, temporairement ou non, à un élève autiste, comme par exemple le fait de ne pas mettre son bonnet, de ne pas prendre sa douche en même temps... Pour peu qu'on leur explique avec des termes adéquats, les élèves neurotypiques peuvent parfaitement les comprendre et les accepter, sans les considérer comme des privilèges ou des injustices.

## ENSEIGNER (suite)

Etablir un programme de séance détaillé, en utilisant des pictogrammes plastifiés fixés sur un support avec des scratches. Nager nécessite de pouvoir comprendre et enchaîner de nombreuses actions, comme pousser avec les bras et les jambes en même temps, souffler, rester bien droit...

Dans l'apprentissage de la nage il faut suivre de nombreuses consignes tout en faisant face aux stimulations sensorielles. D'où l'intérêt, pour des élèves avec autisme souffrant de troubles des fonctions exécutives[1], de décomposer les tâches en sous-tâches soutenues par des pictogrammes.

Sur l'illustration ci-contre, les pictogrammes sont fixés sur une planche dédiée.



[1] Les fonctions exécutives sont un ensemble processus cognitifs de haut niveau permettant la maîtrise de l'individu par lui-même quand il cherche à atteindre un but ou gérer une situation difficile ou nouvelle. Ces fonctions permettent de faire varier le traitement de l'information et le comportement à chaque instant, en fonction des objectifs du moment, et d'une manière adaptative plutôt que rigide et inflexible. Ces fonctions exécutives permettent la planification, l'organisation, l'élaboration de stratégies, l'attention et le souvenir des détails importants, ainsi que la gestion du temps et de l'espace.

Tous les pictogrammes figurant les tâches demandées à l'élève pendant la séance sont placés préalablement, dans l'ordre où les tâches seront effectuées. En fonction de la taille du support utilisé, on procèdera de haut en bas ou de gauche à droite indifféremment.

A chaque tâche, l'élève est invité à regarder le pictogramme, puis, une fois l'action terminée, à retirer le pictogramme pour le placer dans une pochette « Fini » et à passer à la tâche suivante.

Prévoir également les pictogrammes des activités « récompense » ou renforçateur. L'élève s'engagera plus facilement dans chaque tâche s'il sait et voit qu'il pourra ensuite réaliser une activité ludique qui lui plaît. Alternier ainsi le travail et le renforçateur.

Bien prévenir l'enfant quand la fin de la séance va approcher et/ou lui donner des repères visuels permettant de l'anticiper (pochette « FINI », retrait progressif des pictogrammes)

La patience sera de rigueur, apprendre à nager à un enfant autiste est long et il faudra veiller à ne pas se précipiter car une mauvaise expérience, comme « boire la tasse » pourra ralentir sa progression. Il faudra reconstruire la confiance mise à mal avant de pouvoir continuer l'apprentissage.

## ENSEIGNER (suite)

En début d'apprentissage, privilégier un enseignement sous forme de **parcours** plutôt que des ateliers thématiques ou des groupes de niveaux.

Les parcours présentent en effet plusieurs avantages pour nombre d'élèves débutant l'apprentissage, et pas seulement pour les autistes :

### *Tous à l'eau !*

L'entrée dans l'activité natation s'appuie sur des propositions ludiques et sur un parcours représentatifs des mises en œuvre classiquement proposées aux élèves de maternelle. L'objectif premier est d'aborder un milieu nouveau afin de l'explorer à travers des consignes ouvertes qui permettent une grande liberté d'expression motrice. Il est ici question de partir d'une exploration libre pour accompagner les jeunes « nageurs » vers un but à atteindre. Mais la façon d'atteindre le but n'est pas codifiée : peu importe la technique des mouvements de bras et de jambes.

Ce dispositif a pour effet d'atténuer significativement les problèmes de stigmatisation : ceux qui ne peuvent pas (encore) effectuer les mouvements attendus peuvent (encore) faire différemment des autres sans que cela n'affecte l'évaluation de leur prestation. Ainsi, et c'est un avantage pour l'enseignant, la nécessité d'adapter s'en trouve fortement réduite.

Un autre intérêt de ce parcours, dès lors qu'il dispose d'alternatives (« itinéraires bis »), est de permettre à chacun – et de surcroît à un jeune en situation de handicap – d'évoluer à son propre rythme (et ainsi de ne pas subir une pression temporelle caractéristique de nombreuses activités en EPS). Le jeune enfant en difficulté face à un obstacle ne sera pas stigmatisé dans la mesure où il joue aux côtés des autres et non pas contre (ou avec) les autres.

La seule contrainte réside dans la nécessité d'installer une quantité importante de matériel afin d'offrir aux jeunes pratiquants un milieu suffisamment explicite pour induire les actions à engager.

Source : Revue EPS, *Natation, 500 adaptations pour une inclusion réussie*



## REAGIR

Si, malgré tous les conseils précédents, une situation de crise se produit :

Ne pas sur-réagir :

- ne pas crier,
- ne pas paniquer ou s'énerver : tout le monde doit rester ostensiblement zen et calme...
- ne pas punir

Mettre l'élève en sécurité, le sortir de l'eau et si nécessaire l'éloigner du reste du groupe (prévoir en amont le lieu dans lequel l'AESH s'isolera avec l'enfant).

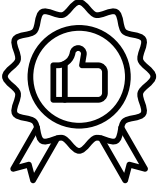
Informez le PE qui doit savoir où va l'élève

Rester avec l'enfant, le rassurer

Prévoir un objet qu'il aime et qui le calme habituellement

Essayer d'identifier le paramètre qui a conduit à la crise : bruit, froid, fatigue, peur, échec, autre besoin physiologique... afin d'agir dessus. Il s'agit de mener une véritable enquête pour trouver l'élément déclencheur. Le PE et l'AESH essaieront d'être attentifs aux éléments environnementaux qui entourent chaque séance.

Prendre des notes de chaque séance sur un cahier sera très utile pour cela.



## EVALUER

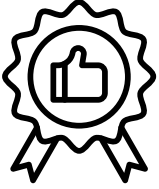
Pour les élèves avec autisme, il est important de garder à l'esprit qu'on n'évaluera pas seulement les attendus du Passeport Natation.

On observera attentivement et on évaluera également, en premier lieu et **de façon la plus positive possible** :

- le bien-être de l'enfant
- les signes de socialisation : ses interactions avec les intervenants adultes présents au bord du bassin, ainsi qu'avec ses camarades
- son niveau d'autonomie et d'initiative
- sa mémorisation des consignes et des gestes
- ses conduites motrices en lien avec chaque étape du Passeport Natation,
- son langage

Pour garder trace des observations et mieux évaluer les progrès, il s'avèrera utile de mettre en place un **"Cahier de Piscine"**, illustré de photos prises à chaque séance, ce afin de :

- servir de support de communication : l'élève pourra se voir en contexte, en train de réaliser les actions et gestes attendus
- servir à développer le langage verbal, en parlant à partir des photos
- servir de lien entre les séances pour améliorer la remémoration
- servir de lien avec la famille
- développer les interactions sociales de l'élève avec les autres élèves de sa classe
- impliquer l'AESH dans la tenue du cahier
- évaluer d'une fois sur l'autre les progrès réalisés et les rendre tangibles pour l'élève afin de développer son estime de soi et sa motivation à poursuivre



## EVALUER

Voici un exemple de ce que pourrait être un "Cahier de piscine".

Il est **daté** afin de suivre la chronologie des progrès.

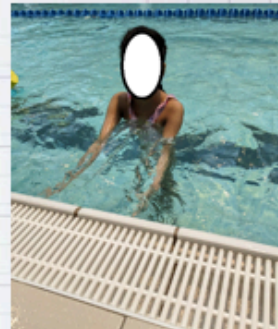
Les photos concernent des **moments clés** et des **réussites**. Elles pourront être plastifiées pour venir enrichir ou remplacer les pictogrammes des porte-clés. En effet, l'élève qui se verra lui-même en train de réaliser l'action la reproduira plus facilement que s'il s'agit d'un pictogramme non personnalisé.

Les commentaires sont **factuels**, en lien avec l'acquisition de compétences, et **toujours positifs** ! Ils sont là aussi pour **expliquer** pourquoi certains attendus ne sont pas encore observés chez l'élève (par exemple le fait de descendre dans l'eau face à la piscine alors que la consigne était de descendre dos au bassin).

Séance 1 : jeudi 30 janvier



Pour entrer dans l'eau, G. préfère voir ce qui se trouve devant elle...



A la fin de la séance, G. a lâché la main de la directrice pour s'accrocher au bord du bassin. Elle a essayé de s'allonger dans l'eau.



... et elle a utilisé l'échelle pour sortir de l'eau !



Après la séance, G. a accepté de passer sous la douche avec l'aide de sa copine et d'un renforteur !

**BRAVO !**

Les photos ont été prises en conditions réelles sur le bassin Blomet. Elles montrent une élève autiste de CP lors de sa première séance de l'année. La mise en forme du cahier est en revanche une proposition (photos : S. Boué).

# 06 SOURCES ET RESSOURCES

## Sources des citations présentes dans le document :

1. Le site de l'association Autisme Europe, qui assure la coordination de 90 associations de l'autisme membres dans une trentaine de pays européens avec les gouvernements et les institutions européennes et internationales : <https://www.autismeurope.org/fr/qui-sommes-nous/>. Le logo choisi par cette association est représenté en couverture du document.
2. Un article du journal Le Monde, disponible sur le site de l'association Ikigai et cité en page 3 : [https://www.association-ikigai.org/site/uGfsHOHayEmsEed29eOJXg/api-website-feature/files/download/9502/la\\_natation\\_au\\_service\\_des\\_jeunes\\_autistes\\_-\\_le\\_monde\\_31\\_janvier\\_2020.pdf?file\\_type=media\\_files](https://www.association-ikigai.org/site/uGfsHOHayEmsEed29eOJXg/api-website-feature/files/download/9502/la_natation_au_service_des_jeunes_autistes_-_le_monde_31_janvier_2020.pdf?file_type=media_files)
2. Un reportage sur l'apprentissage de la natation avec un enfant autiste, cité en page 18 : <https://www.youtube.com/watch?v=TuaZtFrkIxo>
3. La chaîne Youtube d'Alistair, personne avec autisme qui évoque les particularités sensorielles de l'autisme, dont l'infographie est présentée en page 7: <https://www.youtube.com/watch?v=CNZu7Q2zQ0w>
4. Des propositions autour des pictogrammes, citées en pages 13 et 14 : <http://donnes-moi-ta-main.over-blog.com/2016/05/supports-visuels-pour-la-piscine.html>
5. Les chiffres d'une étude australienne sur le risque de noyade chez les personnes avec autisme, cités en page 9 : <https://www.royallifesaving.com.au/stay-safe-active/risk-factors/autism-spectrum-disorder-and-drowning>
7. L'adresse permettant de télécharger l'affiche présentée en page 8 : <https://www.bloghoptoys.fr/jai-particularites-sensorielles>
8. La vidéo du Ministère des solidarités, citée en page 10: <https://www.youtube.com/watch?v=rpTKaQpAPVY>
9. Pour télécharger le livret de préconisations cité en pages 4 à 6 : [https://sportadapte.fr/vie\\_federale/nouvel-outil-pour-le-sport-et-autisme/](https://sportadapte.fr/vie_federale/nouvel-outil-pour-le-sport-et-autisme/)
10. Citée en page 19 : Revue EPS, Natation, 500 adaptations pour une inclusion réussie, collection Handicaps et activités physiques, 2016, p. 15

# 06 SOURCES ET RESSOURCES

## Ressources et outils de communication augmentée

1. Disponible en téléchargement gratuit sur le site du CRAIF, le nouveau livret pour accompagner la pratique sportive des personnes autistes : <https://www.craif.org/nouveau-livret-pour-accompagner-la-pratique-sportive-des-personnes-autistes-4482> (31 janvier 2025)

2. Pour télécharger les flashcards des illustrations du passeport Natation sur le site académique : [https://pia.ac-paris.fr/portail/jcms/p1\\_3816680/images-flashcards](https://pia.ac-paris.fr/portail/jcms/p1_3816680/images-flashcards)

Ci-dessous une mise en forme possible des flash-cards qui sont plastifiées, et réunies sous forme de porte clés (un porte clé pour chaque étape du passeport natation, donc 6 porte clés) pour une utilisation au bord du bassin :



Photo : Stéphanie Boué

3. Lien vers un site permettant :

- de créer des pictogrammes gratuits,
- de télécharger des pictogrammes déjà existants
- de convertir du texte (de type consignes) en pictogrammes

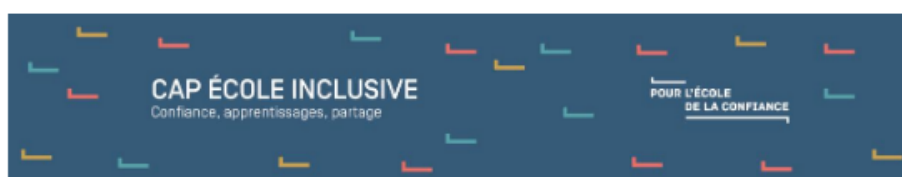
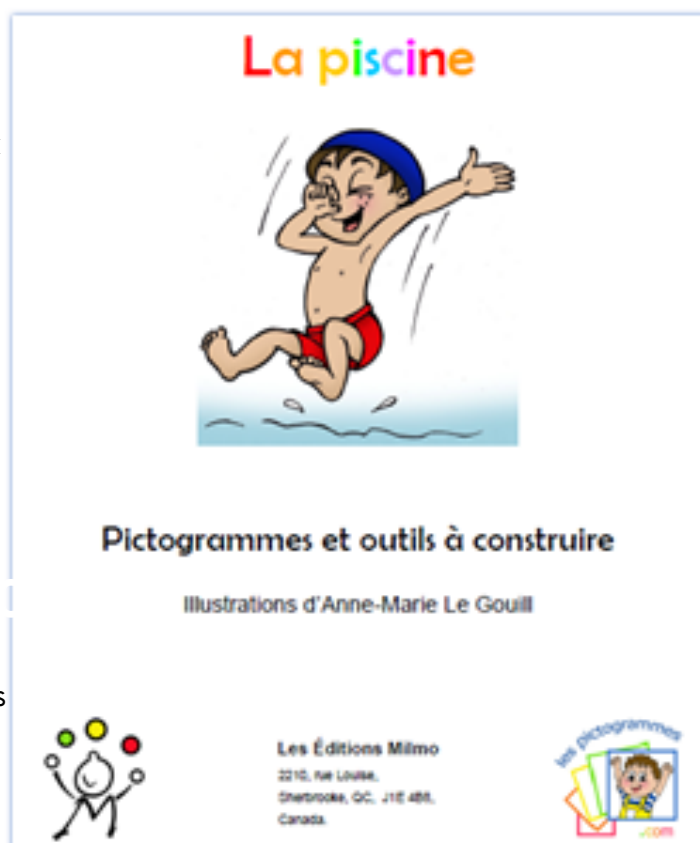
<https://www.pictofacile.com/fr>

4. Pour commander les pictogrammes « La Piscine » parus aux Editions Milmo et dédiés aux élèves avec autisme :

[https://lespictogrammes.com/boutique.php?product\\_uid=52](https://lespictogrammes.com/boutique.php?product_uid=52)

Ce téléchargement comprend 100 pictogrammes de 12,7 cm X 12,7 cm en format JPEG de 4 cm x 4 cm (couleur et noir et blanc). Vous retrouverez également un tableau des règles de la piscine à la toute fin du document. Ce tableau est offert soit prêt à imprimer ou vide afin que vous puissiez le construire selon vos besoins et les objectifs visés.

Prix : 14,99 \$ canadiens (environ 11 euros).



## Anticiper et accompagner la pratique de la natation scolaire

5. Le site Canopé Cap Ecole Inclusive propose une fiche téléchargeable intitulée "Anticiper et accompagner la pratique de la natation scolaire" :

<https://www.reseau-canope.fr/cap-ecole-inclusive/amenager-et-adapter/fiche-adaptation/anticiper-et-accompagner-la-pratique-de-la-natation-scolaire.html>

# CONCLUSION

Pour un enfant autiste, apprendre à nager constitue un enjeu à bien des égards : pour son bien-être, son épanouissement physique et psychique mais aussi, nous l'avons vu, pour sa sécurité tout au long de sa vie.

Avec un accompagnement adapté et éclairé, cet apprentissage est possible.

Les outils et conseils, proposés dans ce document pour soutenir les équipes enseignantes engagées dans l'accompagnement des élèves autistes, ne doivent cependant pas faire oublier l'importance d'une véritable rencontre avec l'enfant lui-même, car c'est avant tout lui qui doit nous guider dans cette démarche d'une meilleure compréhension de ses besoins spécifiques.

Nous vous souhaitons donc de belles et fructueuses rencontres et collaborations dans l'eau !

Toutes les illustrations contenues dans ce document (sauf celles des pages 1, 7, 8, 13, 14, 18, 21 et 22) font partie de l'abonnement Canva Education souscrit par la rédactrice du présent document (Stéphanie Boué, conseillère pédagogique de la circonscription 14B-15A)

# REMERCIEMENTS

Ce document résulte d'une réflexion collaborative au long cours, celle d'une équipe de professionnels divers mais tous impliqués au quotidien dans l'enseignement de la natation auprès d'un public d'élèves d'école élémentaire.

Il est à la croisée de leur savoir-faire initial théorique mais aussi de leurs pratiques, voire de leurs expérimentations, faites sur le terrain, au plus près des apprenants. Il manifeste leur souhait de partager le fruit de cette expérience auprès de la communauté éducative, au bénéfice notamment des élèves autistes.

Nous remercions avec beaucoup de gratitude, pour leur disponibilité, leurs contributions précieuses et complémentaires :

- Guillemette Pailler, directrice de l'école élémentaire Miollis à Paris, ainsi que Claire Bandecchi, professeur des écoles et Karel, AESH dans cette même école, toutes trois impliquées dans l'accompagnement attentif de G., élève autiste de CP qui a découvert cette année la natation avec sa classe,
- Jean-Noël Garrelou, chef du bassin Blomet dans le 15ème arrondissement de Paris
- Franck Ballerini, Morad Benabdellah, Raphaël Derouet, Bernadette Dumont, Bryan Dung, Slim Naïri, Thomas Neves-Pedro, Simon Treboute , maîtres-nageurs sur le bassin Blomet
- Pierre Jacquot et Baptiste Provini, Professeurs de la Ville de Paris en EPS

Je remercie enfin Mme Odile Ventura, conseillère pédagogique ASH 1 au Service de l'École inclusive de l'Académie de Paris, pour sa relecture attentive et experte ainsi que pour l'apport d'une ressource complémentaire.

## Circonscription de l'Éducation Nationale 14B-15A

12-14, rue d'Alésia 75 014 Paris

Secrétariat : 01 44 62 39 99