

MOTNJA POMANJKANJA POZORNOSTI S HIPERAKTIVNOSTJO – ADHD



Kako pri učencu prepoznati motnjo pomanjkanja
pozornosti s hiperaktivnostjo?

odkrenljiv ne poslušá ni vztrajen ne dokonča dela
hitro menja aktivnosti vedno v gibanju se vrti, premetava
nemirno spi je vesplošno nemiren gostobeseden
hrupen ravna zelo nepremišljeno ne načrtuje
moti igro potrebuje usmerjanje je neučakan
nima čustvene kontrole motnja koordinacije
motorična nespreten storilnostni problemi učne težave
negotov agresiven

Pripravilli: Petra Tevžič in Senka Palir Balta

PRVA POMOČ!

KAKO MU POMAGAM?

- ✓ meje
- ✓ pravila
- ✓ doslednost
- ✓ nepopustljivost
- ✓ organizacija

- sedi stran od motečih dejavnikov
- sedi zadaj ali v sredini razreda
- sedi sam ali z umirjenim otrokom
- delovni prostor (na mizi ima samo tisto, kar potrebuje v tistem trenutku)
- omejitev gibanja pri usmerjenih dejavnostih, s talnimi oznakami (črta okoli mize, črta pred katedrom)
- miren kotiček, v katerem otrok samostojno in proč od motečih dejavnikov raziskuje
- kotiček za umirjanje (tema, lučke, blazina, odeja, slušalke...)

- komuniciramo enostavno, jasno, z gledanjem v oči, z mirnim tonom, brez kričanja
- otroku razložimo posledice njegovega ravnanja, ne kritiziramo
- ne bodimo usmerjeni na napake, usmerimo se na popravljanje napak
- navodila kratka in razumljiva
- komunikacija: starš – učitelj
- vzpostavitev dobrega odnosa
- posebna beležka za sporočanje navodil, kaj naj prinese v šolo, kaj ima za domačo nalogo

- pogosto menjavanje gibalnega okolja
- omogočimo več odmorov in usmerjenega gibanja
- odmori med poukom, reševanjem domačih nalog in učenjem

- nagrada za dokončanje naloge, dejavnosti
- sistem zbiranja – "žetoniranje" (zbere določeno število žetonov in dobi nekaj kar si želi)
- pohvala za dobro opravljeno delo
- krepimo zaželeno obnašanje v razredu (uporabimo samo-opazovalne in samo-ojačevalne tehnike)
- občasno lahko ima učenec možnost izbire kaj bo delal
- po potrebi sklenemo pogodbe z učenci za krepitev specifičnega obnašanja

- jasen urnik (s piktogrami, slikami, kraticami šolskih predmetov)
- koledar (vpisujemo obveznosti, izlete, obiske)
- sledenje, kaj ima za domačo nalogo - sporočanje med starši in učiteljem
- URNIK - določitev, kdaj se bo naloga delala vsak dan (točen čas)

- sedenje ob otroku - pomaga "držati" pozornost in jo usmerjati
- zanimiva in smiselna igra oz. pouk (konkreten material, gibalne dejavnosti, računalnik, menjavanje višine glasu, dramatizacija ...)
- veččutno učenje
- pustimo, da informacije išče na računalniku ali dela na računalniku, kot pa, da se uči, raziskuje po knjigah ali zapisuje v zvezek
- aktiviranje učenca med uro
- zaposlimo ga z dejavnostmi - pomoč pri raznih opravilih, zadolžitev v skupini
- loparčki z ukazi: Stoj! Glej! Poslušaj! Misli!
- pri kratkih usmerjenih dejavnostih omejeni čas prikažemo s peščeno uro
- obseg nalog razdelimo na korake/dele
- povzetek, ključne besede
- vključimo delo v paru
- na novo naučeno snov naj učenec posreduje svojemu sošolcu
- uporabljajte barve za poudarjanje pomembnih informacij
- pripravite se na kritične prehode med poukom
- pomagajte učencu pri organizaciji dela