

Praca z dzieckiem z ADHD w szkole

Porady dla nauczycieli

- Ustal i wywieś jasno sformułowany **regulamin klasowy** (może być z rysunkami). Zawrzyj w nim konsekwencje określonych zachowań - nagrody, wyróżnienia i konsekwencje złamania zasad. Często odwołuj się do niego w toku zajęć.
- **Posadź ucznia blisko siebie**, ze spokojnym kolegą lub samego, daleko od okna, drzwi, tak, by nie widział gazetki ściennej.
- Aby pobudzić uwagę dziecka **kieruj do niego krótkie polecenia**, typu „Otwórz zeszyt”, „Uwaga, to ważne”. Wydając polecenia upewnij się, że nawiązałeś z uczniem kontakt wzrokowy. W razie potrzeby powtórz polecenie, poproś o to dziecko.
- **Stosuj komunikację pozawerbalną** - ustal z dzieckiem znaki rozpoznawcze, które będziesz stosować, gdy zachowuje się w sposób niepożądany.
- Zapewnij dziecku podczas lekcji możliwość **odreagowania ruchowego**. Mogą to być krótkie ćwiczenia śródlekcyjne dla całej klasy lub indywidualne angażowanie dziecka w czynności porządkowe (wytarcie tablicy, podanie pomocy), jak i przerwanie jego niepożądanego czynności poprzez skierowanie uwagi w innym kierunku (gdy się nudzi, bo zakończyło pracę, podanie kolejnej karty pracy do wykonania).
- Twórz **uporządkowany świat** na terenie klasy. W Widocznym miejscu umieść plan lekcji, godziny przerw lekcyjnych, rozkład dodatkowych zajęć itp. O każdym odstępstwie od planu uprzedź wcześniej dziecko.
- Praca z dzieckiem nadpobudliwym odbywa się **tu i teraz** - tam, gdzie w danej chwili przebywa (w klasie, na basenie). Odsyłanie do pedagoga szkolnego nie ma sensu, bo nie wiąże już wizyty w gabinecie z popełnionym przewinieniem.

- Podkreślaj jego dobre strony, próby zmiany zachowań, nagradzaj za drobne sukcesy (oceną, plusem, pochwałą, pogłaskaniem po głowie). **Wzmacnianie pozytywne** daje lepsze efekty niż koncentrowanie się na zachowaniach niepożądanych.
- Zapisuj polecenia domowe na tablicy. **Sprawdź, czy uczeń je zanotował** (w zeszyte lub specjalnie do tego założonym notesie).
- **Pobudzaj uwagę** dziecka poprzez:
 - ✓ zaznaczanie podczas wypowiedzi „to ważne”,
 - ✓ dzielenie zadania na mniejsze zadania cząstkowe,
 - ✓ skracanie długości prac pisemnych,
 - ✓ urozmaicanie ćwiczeń przeplatając treści mniej ciekawe bardziej atrakcyjnymi dla ucznia,
 - ✓ prezentując nowy materiał na początku przedstaw jego ramowy plan, upewnij się czy uczniowie rozumieją nowe treści i używany język, zaakcentuj najważniejsze fragmenty,
 - ✓ ilustrowanie treści rysunkami, schematami, używanie map pamięci, wierszyków ułatwiających zapamiętanie poznawanych treści („uje się nie kreskuje”), korzystanie z komputera itp.,
 - ✓ stosowanie form angażujących wszystkie zmysły, manipulowanie i doświadczanie.
- Stosuj inne **metody dostosowania programu szkolnego** do ucznia:
 - ✓ unikaj „wrywania” do odpowiedzi,
 - ✓ pozwól odpowiadać ustnie zamiast pisemnie,
 - ✓ naucz wybierania odpowiedzi w testach wielokrotnego wyboru,
 - ✓ często przypominaj o sprawdzaniu wykonywanych prac pisemnych,
 - ✓ pomagaj systematyzować wiedzę poprzez uświadamianie analogii i połączeń między różnymi partiami materiału, informuj, w jaki sposób treści nabywane wiążą się z przyswojonymi wcześniej,

- ✓ w związku z zaburzeniami koordynacji wzrokowo - ruchowej urealnij oczekiwania dotyczące grafii pisma i estetyki zeszytów,
 - ✓ pomagaj w rozplanowaniu czasu przypominając o terminie oddania prac, zaznaczając, które elementy zadania są najważniejsze, najpilniejsze i w jakiej kolejności należy się nimi zająć.
- Zapewnij sobie współpracę z rodzicami dziecka.
 - Nie karz za **objawy** zespołu nadpobudliwości psychoruchowej. Tak, jak dziecko przeziębione ma katar, tak dziecko z ADHD ma trudność z dłuższym, spokojnym usiedzeniem w jednym miejscu, łatwo się rozprasza itp. Organizując otoczenie i wychodząc naprzeciw jego trudnościom, możesz zmniejszyć ich natężenie. **Najlepszą rzeczą, jaką nauczyciel może zaoferować uczniowi z ADHD jest serce pełne zrozumienia i życzliwości.**

Bibliografia:

1. Kołakowski A., Pisula A., Skotnicka M., Wolańczyk T., „Dziecko nadpobudliwe w szkole. Objawy i systemy pomocy.”
2. Wolańczyk T., Kołakowski A., Skotnicka M., „Nadpobudliwość psychoruchowa u dzieci”.