



# ADHD A ŠKOLA

„ZASE NEDÁVÁŠ POZOR?!“

„KAM TO KOUKÁŠ?“

„NO, JO, KDO JINÝ NEŽ TY!“

„BĚHÁ PO TŘÍDĚ A KŘIČÍ O PŘESTÁVCE“

# JAK SI DĚTI OSVOJUJÍ DOVEDNOSTI?

- FÁZE: KOGNITIVNÍ (ZÁMĚR, CÍL)
- ASOCIAČNÍ (OPAKOVANÉ ZKOUŠENÍ)
- AUTONOMNÍ (AUTOMATIZACE)

# CO JE VLASTNĚ POZORNOST? 5 VLASTNOSTÍ

- 1. AKTIVACE (BDĚLOST)
- 2. ZAMĚŘENOST (SCHOPNOST REAGOVAT NA PODNĚTY)
- 3. PRUŽNOST (VÍCE PODNĚTŮ NAJEDNOU)
- 4. DÉLKA NEBOLI TENACITA
- 5. KONCENTRACE

# KLASIFIKACE PORUCH POZORNOSTI

## 1. ROZTRŽITOST – NÁPADNOSTI V AKTIVACI POZORNOSTI

- NEREAGUJÍ NA DŮLEŽITÉ PODNĚTY
- POTÍŽE S TENACITOU – NEVYDRŽÍ DÉLE

## 2 . ROZPTÝLENOST – NÁPADNOSTI V ZAMĚŘENÍ POZORNOSTI (LEHCE SE ROZPTÝLÍ)

- RYCHLÉ PŘETÍŽENÍ

- JAK DLOUHO TRVÁ NEŽ UČITEL PŘESTANE ČEKAT NA ODPOVĚĎ ŽÁKA?
- JAK DLOUHO SI DÍTĚ PROMÝŠLÍ ODPOVĚĎ?

# DALŠÍ PŘÍČINY NEKLIDU A NEPOZORNOSTI

- NEMOC
- ŠTÍTNÁ ŽLÁZA, EPILEPSIE
- POTÍŽE SE SPÁNKEM
- STRAVA, MÁLO PITÍ
- MÁLO POHYBU
- STRES, EMOCIONÁLNÍ ZÁTĚŽ
- NEVHODNÉ RODINNÉ PROSTŘEDÍ

# ZPŮSOBY ŘEŠENÍ NEÚSPĚCHU

- ÚNIK
- REGRESE
- POPŘENÍ, ZLEHČENÍ
- POUTÁNÍ POZORNOSTI
- ÚTOK

CO S TÍM?



- RIEFOVÁ (1999) UVÁDÍ PŘEHLED STATISTICKÝCH ÚDAJŮ, JAK SI ŽÁCI PAMATUJÍ, TAKTO:
- 10% Z TOHO, CO ČTOU
- 26% Z TOHO, CO SLYŠÍ
- 30% Z TOHO, CO VIDÍ
- 50% Z TOHO, CO VIDÍ A SLYŠÍ
- 70% Z TOHO, CO ŘÍKAJÍ
- 90% Z TOHO, CO ŘÍKAJÍ A DĚLAJÍ

# KONCENTRACE

- OČNÍ KONTAKT, OSLOVENÍ
- POKYNY PO ČÁSTECH, JEDNODUCHÉ
- ZADÁNÍ V PÍSEMNÉ PODOBĚ
- VIZUALIZACE
- „UZEL NA KAPESNÍKU“
- OPAKOVÁNÍ, ZAPSÁNÍ DO NOTÝSKU
- PODPOŘIT KRÁTKODOBOU PAMĚŤ (VIZUALIZACE, POMŮCKY)

# HYPERAKTIVITA

- UMOŽNIT POHYB, ZMĚNA PRACOVNÍ POLOHY
- KRÁTKÉ PŘESTÁVKY
- STŘÍDÁNÍ ČINNOSTÍ
- RELAXACE
- SAMOMLUVA X CITLIVOST NA ZVUKY
- DOMLUVA, KDY MŮŽE ŽÁK POVÍDAT
- PSYCHOMOTORICKÁ CVIČENÍ

# PODPORA SOCIÁLNÍCH VAZEB

- ROZHOVORY („ZA CO SI PETŘÍK ZASLOUŽÍ POCHVALU?“, „CO BY MUSEL UDĚLAT, ABY DOSTAL LEPŠÍ HODNOCENÍ“?,...)
- NAJÍT SILNÉ STRÁNKY DĚTÍ, UMOŽNIT ZAŽÍVAT ÚSPĚCH
- NAJDI SI VE TŘÍDĚ NĚKOHO, S KÝM MÁŠ NĚCO SPOLEČNÉHO
- PRÁCE S PRAVIDLY
- „OMLUVA A DOMLUVA“ – MÁŠ PRÁVO SE ZLOBIT, ALE NEMÁŠ DŮVOD DO NĚKOHO KOPAT
- PRÁCE S EMOCEMI
- SKUPINOVÉ PRÁCE
- TECHNIKY – SEMAFOR, TEPLOMĚR, KRESLENÍ, SMAJLÍCI

# CO DÁL...

- PŘEDCHÁZET CHYBÁM, NENECHAT ZNOVU OPISOVAT
- AKTIVIZUJÍCÍ METODY – VLASTNÍ VÝKLAD
- NÁZOR
- KLÍČOVÉ INFORMACE ZOPAKOVAT
- NECHAT DÍTĚ VERBALIZOVAT INFORMACE
- INDIVIDUÁLNÍ MOTIVAČNÍ SYSTÉM
- KRÁTKÁ HESLA NA MÍSTO VÝČITEK („JIRKO, ŽIDLE“....“ZÁBRADLÍ“)

- SPOLUPRÁCE RODINY A ŠKOLY



**Štorch E.: Lovci mamutů****VÝCHOZÍ TEXT:**

Posměch druhů pálí víc než hlad, víc než mráz, je nesnesitelný jako oheň. Klouče přemáhá bolest a jen se nuceně ušklebuje. Má už v duši vtisknutý lovecký zákon, děděný v tlupě z pokolení do pokolení, který hlásá, že je k ničemu, kdo podléhá tělesné slabosti. Takový je právem stíhán posměchem, neboť je ostatním v tlupě přítěží v těžkém boji o život. Hochům sklaplo. Nemohli se bujně posmívat ubožákovi. Brouček je statečný klouček, třeba na strom nevyleze a daleko nedohodí. Zaslouží uznání. Všichni kluci sborem zařvali po medvědím: „Hoú-a! Hoú-a! Hoú-a!“ Klouček přijal s uspokojením takto \_\_\_\_\_ a zapomněl na bolest. Vmísil se zase do hry a jen trochu kulhá.

(Zdroj: ŠTORCH, Eduard. *Lovci mamutů*. Praha: SNDK, 1968, s. 8.)

**1. Uveď lidskou vlastnost, která byla v tlupě vysoce ceněná:****2. Která z následujících možností patří na vynechané místo (\_\_\_\_\_) ve výchozím textu?**

- a) zvolané heslo
- b) překřičenou bolest
- c) projevenou pochvalu
- d) vyjádřené znepokojení

**3. Který z následujících úryvků nejspíše zachycuje událost, jež se odehrála před dějem výchozího textu?**

- a) Kopčem pořád jako bez rozumu drží zubra za ocas a klackem bije do hřbetu ohromného zvířete.
- b) Tuhle jedno mrně se převalilo mezi balvany a z ramene i z čela mu teče krev; také koleno si narazilo.
- c) Raněný mamut zle řádí. Svými kly porazil jednoho lovce a byl by ho rozšlapal, ale jeden neohrožený muž směle přiskočil zezadu.
- d) Hoši dovedou proběhnout i mezi bodavými ostružinami, zrádně chytajícími za nohy, nebo přeskakují mezi křovinami kopřivy, do pasu vysoké.

**4. Kterým z následujících výrazů lze nahradit slovo „třeba“ ve výchozím textu?**

- a) i když
- b) jelikož
- c) a proto
- d) přitom

# METODA PĚTI P

- P – PROLÉTNOUT (ZBĚŽNÉ PROHLÉDNOUT)
- P – PTÁT SE (VYMYSLET OTÁZKY K TEXTU)
- P – PŘEČÍST SI
- P – POROZUMĚT (SHRNOUT PODSTATNÉ, ZODPOVĚDĚT SVÉ OTÁZKY)
- P - PAMATOVAT SI (VŠE PODSTATNÉ Z CELÉHO TEXTU)



# METODY SQ3R

- S (SURVEY) – PROZKOUMAT – PŘEČÍST NADPISY, ZVÝRAZNĚNÁ SLOVA, ...
- Q (QUESTIONS) – PTÁT SE, CO BYCH SE CHTĚLA DOZVĚDĚT
- 3R – READ – PODTRHÁVAT PODSTATNÉ
  - - RECITE – REKAPITULOVAT DŮLEŽITÉ BODY
  - -REVIEW – PŘEVYPRÁVĚT VLASTNÍMI SLOVY

# NĚKOLIK OPATŘENÍ

- - ÚKOLY PSÁT VŽDY NA STEJNÉ MÍSTO NA TABULI, PONECHAT JE ZDE CO NEJDÉLE (OD ZAČ. HODINY)
- - ZASEDACÍ POŘÁDEK
- - VHODNĚ VYBAVENÝ INTERIÉR
- - MÍSTO PRO „ODDYCH“
- - PRACOVNÍ MÍSTO DÍTĚTE
- - VYUŽÍVAT NÁZOR, PRAKTICKÉ VĚCI, ZKUŠENOST DÍTĚTE
- - ÚKOLY ROZFÁZOVAT

# DALŠÍ MOŽNÁ PODPORA

- RELAXACE NA ÚVOD – FOUKÁNÍ DO VODY
- KONCENTRAČNÍ CVIČENÍ
- CENTRAČNÍ CVIČENÍ
- „HNACÍ MOTOR“
- SLOVA CHVÁLY, „ODMĚNA“
- DENNÍ, TÝDENNÍ, MĚSÍČNÍ PLÁN

# TIPY PRO ZACHOVÁNÍ KLIDU

- TICHÁ HUDBA, ZTLUMENÉ SVĚTLO
- TLAKOVÉ MASÁŽE
- RELAXAČNÍ TECHNIKY DÝCHÁNÍ
- VYPÍT ČAJ
- PŘESTÁVKA
- POMALÉ HOUPÁNÍ
- SLOVO PRO ZKLIDNĚNÍ

# TIPY PRO NAVOZENÍ BDĚLOSTI

- - JASNÉ SVĚTLO
- - HLASITÁ A RYTMICKÁ HUDBA
- - ZMĚNY POLOH
- - MNEMOTECHNICKÉ POMŮCKY – „BDĚLÝ A ČILÝ – JAK V ÚLU VČELY“
- - CVIČENÍ PRO NAVÝŠENÍ POZORNOSTI – ŽONGLOVÁNÍ, KŘÍŽENÍ, SKÁKÁNÍ PŘES ŠVIHADLO, ...

- HODNOCENÍ



# CO OCENIT

- POKROKY
- EFEKTIVNÍ STRATEGIE ŘEŠENÍ
- POSTUPY PRÁCE, DÍLČÍ VÝKONY
- SCHOPNOST SE NA ÚKOL SOUSTŘEDIT, I KDYŽ NEBYL DOKONČEN
- SCHOPNOST SI ÚKOL OPRAVIT
- PROJEVY CHOVÁNÍ

# ASISTENT PEDAGOGA





- [HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=T9LNQD5Q-1W](https://www.youtube.com/watch?v=T9LNQD5Q-1W)
- [HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=2QBQKOOS6SU](https://www.youtube.com/watch?v=2QBQKOOS6SU)
- [HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=LKJYXHGPC3I](https://www.youtube.com/watch?v=LKJYXHGPC3I) – TŘÍDA
- [HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=VLJUDQJEZWC](https://www.youtube.com/watch?v=VLJUDQJEZWC)
- [HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=JEAYVMFZLM4](https://www.youtube.com/watch?v=JEAYVMFZLM4) – IN CLASSROOM, WHAT TO DO
- [HTTP://WWW.INKLUZEVPRAXI.CZ/KATEGORIE-UCITEL/1452-JAK-PODPORIT-DITE-S-ADHD-VE-SKOLE](http://www.inkluzevpraxi.cz/kategorie-ucitel/1452-jak-podporit-dite-s-adhd-ve-skole)
- MOTIVAČNÍ RAZÍTKA?
- PSYCHOMOTORICKÝ PADÁK
- EMUŠÁK – FERDA A JEHO MOUCHY
- TANGLE, MASÁŽNÍ MÍČEK, OVERBALL, GYMNASTICKÝ MÍČ