

Ako vyučovať deti s poruchou pozornosti a hyperaktivitou

1. Zostaviť **jasný rozvrh činností** a napísať pre každého zrozumiteľné **krátke pravidlo** správania sa v škole, alebo mimo školy.
2. Zasadací poriadok organizovať tak, aby hyperaktívne dieťa **sedelo spolu s ostatnými**, blízko tabule, nie však pri okne a nie s dieťaťom s rovnakou poruchou.
3. Každá mimoškolská aktivita je **vopred oznámená** a vo všetkých bodoch so žiakmi **prediskutovaná** (hyperaktívne dieťa sa na to musí pripraviť a zamerať).
4. **Domáce úlohy sa zapisujú** každý deň do denníka, kontrolujú sa rodičmi, podpisujú a druhý deň ráno sú žiaci preskúšaní učiteľom.
5. Pri neprimeranom správaní žiaka zostáva učiteľ chladný a **nezvyšuje hlas**.
6. Dovoľte deťom ako pomôcku k zapamätaniu si svojich povinností **vystaviť si nakreslené obrázky**, alebo si zapísať rôzne **body** (pri starších deťoch).
7. Pokiaľ je to možné, **odstráňte z triedy všetko nežiadúce**, čo by mohlo odvádzať pozornosť.
8. Učiteľ by mal **reagovať ticho, pokojne**, chápano a zúčastnene, používať priame, krátke a výstižné vety.
9. **Dôležité pokyny** majú byť u hyperkinetických detí **posilnené** pomocou vizuálneho alebo telesného kontaktu.
10. Ak sa dieťa začne veľmi nepokojne správať, **nenapomínajte ho**, nenadáвайте ani nevedzte žiadne diskusie...je lepšie počkať, kým sa dieťa upokojí a potom sa bavíť o tom, čo sa stalo.
11. Dieťa je dočasne pod silným tlakom, preto musí bez prestávky napr.kývať nohami, prípadne rozprávať. Nemá inú voľbu! Preto **dajte dieťaťu príležitosť** často utierať tabuľu, postarať sa o hubu a kriedu. Urobte gesto, ktorým opäť dieťaťu pripomeniete, že sa má utíšiť.
12. Ak je to možné, pracujte v čo **najmenších skupinách**.
13. Počítajte s **dvojnásobným pracovným časom** pre hyperaktívne a hypoaktívne deti.
14. Dôležité úlohy nenechávajte na posledné vyučovacie hodiny. Dôležitý výklad učiva urobte v prvých 20 minútach.
15. Nechajte radšej urobiť **jednu časť práce správne**, než celú prácu chybné.
16. **Chyby ihneď opravte**, aby sa už neopakovali.
17. **Odmeňte pohotovosť**, nie iba výsledok.

18. **Zosilniť dôležitý pokyn** môžete pomocou uchopenia ramena dieťaťa alebo vizuálneho kontaktu.
19. Pri silnom nepokoji na vyučovaní je možné zaradiť **uvolňovacie chvíle** pomocou hier zacielených na telo.
20. Počas prestávok sa odporúča robiť bohaté **pohybové aktivity**.
21. **Chráňte dieťa**, aby sa nestalo triednym šašom.
22. Buďte pozorní, pri žiackych prácach, ľahko sa niekoho dotknite, prikývnite, **usmievajte sa**.
23. Dbajte na to, aby boli vaše príkazy **jednoduché a jasné**.
24. Dieťa by sa malo učiť tak, aby sa súčasne niečomu priučili aj ostatní:
 - má **čítať** nahlas
 - má samo **rozprávať** učebnú látku spolužiakom a rodičom
 - malo by si **robiť poznámky** pri čítaní
 - malo by si stále veci **opakovať a opakovať**.
25. Vytvorte dvojicu. Jeden je poslucháč a druhý hovorca. V časovom limite má hovorca povedať svojmu partnerovi: „ Aké úlohy nám dala pani učiteľka“. Nedávajte do páru dve hyperkinetické deti.
26. Učte deti dávať **pozor na neverbálne podnety**, aby lepšie udržali pozornosť pri práci.
27. Ak dieťa poruší pravidlo, **nereagujte rozčúlene**. I keď túto chybu nie je možné ignorovať, uvedomte si, že je to jeden z príznakov jeho poruchy. Pokojne sa spýtajte, aké pravidlo bolo porušené. **Ak je to nutné, formulujte ho ešte raz**.
28. Dieťa potrebuje **byť neustále povzbudzované**. Prispôsobte sa učebným osnovám podľa času, aby sa dostavil radšej úspech ako neúspech. Určite dieťaťu denne nejaký dosiahnuteľný cieľ a v momente, keď ho dosiahne ho za to **pochváľte**.
29. Pri hodnotení prác označte farebne správne časti a ohodnoťte ich.
30. Navrhňte, aby hyperaktívne deti **prevzali** v triede nejakú malú **zodpovednosť**, ktorú dobre poznajú a ktorá im urobí radosť. Nechajte ich pocítiť, že ich príspevok pre triedu je dôležitý a povzbudíte rodičov, aby to tiež robili.
31. Pri stretnutí s rodičmi sa snažte čo najviac **hovorit' o pozitívnych veciach a úspechoch** dieťaťa.
32. Dôležité je zamerať sa na nasledujúce vlastnosti dieťaťa:
 - zmysel pre **spravodlivosť**
 - **pohotovosť** pomôcť iným a starať sa o nich
 - **láska** k zvieratám a prírode
 - vynikajúce **pamäťové schopnosti** a myslenie
 - odolnosť voči záťaži a schopnosť prekonať prekážky.
33. Rodičia sú svojou domácou starostlivosťou o svoje hyperkinetické dieťa preťažení. Preto im vyjadrujeme čo najviac **pochopenia a povzbudení** pri ich náročnej výchove.

spracovala: **Mgr. Dagmar Bruňová**
psychológ