

## Organizacja pracy w klasie:

- należy posadzić dziecko blisko siebie,
- stosować stałe, jasno ustalone kryteria oceny,
- reagować na każde niepożądane zachowanie dziecka tu i teraz,
- stosować wzmocnienia pozytywne, podkreślać i doceniać zachowania aprobowane,
- dostrzegać nie tylko osiągnięcia, ale zaangażowanie i wkład pracy ucznia,
- sprawdzać, czy dziecko zanotowało zadanie domowe,
- wprowadzać dodatkowe zadania z kręgu zainteresowań ucznia, stwarzać sytuacje do przeżycia sukcesu na forum klasy,
- stosować jednorodne oddziaływania, współpracować z rodzicami, dbać o regularny kontakt z nimi,
- przekazywać rodzicom zarówno negatywne, jak i pozytywne informacje o zachowaniach i postępkach dziecka (nawet tych najdrobniejszych).

*Opracowała:  
mgr Edyta Anna Betlejewska  
psycholog*

*na podstawie Chraściel K.,  
Dziecko z ADHD w młodszym wieku szkolnym,  
Gdańsk 2011, Harmonia*

# Jak pomóc dziecku z ADHD?

## Wskazówki dla nauczycieli

**Poradnia Psychologiczno-  
Pedagogiczna w Lipnie  
ul. Piłsudskiego 18/1  
87-600 Lipno  
tel. 54 287 24 92  
[www.poradnialipno.c0.pl](http://www.poradnialipno.c0.pl)**

## **Jak pomóc dziecku z zaburzeniami koncentracji uwagi?**

- ukierunkowywać działanie ucznia,
- indywidualizować kontakt z dzieckiem, wspierać je i kontrolować w razie konieczności,
- nawiązywać częsty kontakt wzrokowy z dzieckiem,
- często przywoływać jego uwagę (stosować ustalony kod, gest, słowo),
- upewniać się, czy dziecko słucha, prosić o powtórzenie polecenia,
- zminimalizować ilość bodźców rozpraszających uwagę,
- wydawać krótkie, precyzyjne polecenia,
- wydawać tylko jedno polecenie naraz,
- dzielić złożone zadania na pojedyncze etapy, monitorować sposób ich wykonania,
- dzielić materiał dydaktyczny na mniejsze partie,
- urozmaicać metody i środki dydaktyczne,
- zadawać dodatkowe ćwiczenia w celu utrwalenia materiału.

## **Jak pomóc dziecku radzić sobie z nadruchliwością?**

- pozwalać na poruszanie się po klasie, wykorzystując aktywność dziecka w dobrym kierunku (rozdzanie kartek, wytarcie tablicy),
- organizować tok lekcji tak, aby w akceptowany sposób uczeń mógł zaspokajać potrzebę ruchu,
- stosować częste zmiany rodzaju aktywności,
- w czasie przerwy pozwalać na bezpieczne rozładowanie nagromadzonego napięcia ruchowego.

## **Jak pomóc dziecku radzić sobie z impulsywnością?**

- opracować system zasad, reguł i związanych z nim nagród oraz konsekwencji,
- umieścić obowiązujące zasady (np. w formie kontraktu) w widocznym miejscu w klasie, utrzymywać je poprzez codzienne przypominanie,
- nagrody i kary stosować natychmiast po zajściu zdarzenia/zachowania,
- informować o dobrych oraz niepożądanych zachowaniach bezpośrednio po ich wystąpieniu, konsekwentnie stosować system wzmocnień pozytywnych,
- obserwować ucznia w klasie, aby odczytać sygnały ostrzegawcze poprzedzające niepożądane zachowanie i skutecznie je powstrzymać,
- wdrażać do samokontroli zachować,
- zachęcać dziecko do refleksji i oceny własnego zachowania,
- umożliwić udanie się w spokojne miejsce, by dziecko mogło się wyciszyć.