**PRILAGODBE U NASTAVNOM RADU S DJECOM KOJA IMAJU ADHD**

**Preporuke za individualizirani pristup**

* Unaprijed dogovoriti sva pravila ponašanja, rada i međusobnih odnosa te ih dosljedno provoditi – potrebno je stvoriti strukturirano i predvidljivo okruženje u kojem je učeniku sve jasno, zna što može očekivati, poznate su mu posljedice ponašanja, poznati su mu vremenski okviri…
* Tolerirati nemir u klupi, zadovoljiti potrebu za kretanjem, omogućiti uključivanje u sve aktivnosti ovisno o posebnostima i potrebama samog učenika (npr. priprema slike, priprema materijal za sljedeći sat, dijeli materijale na satu, uređuje pano, sudjeluje u pokusima, rukovanju alatima, odlazak po kredu, donijeti trokute, obrisati ploču, razdjeli listiće po razredu, otiđe u WC..)
* Potkrepljujte pozitivno ponašanje kad god je to moguće i stalno hvalite ponašanja koja su pozitivna (poslušao je uputu, prepisao je, umirio se, pomogao vam je nešto…). Pohvale moraju biti mnogobrojne i česte te sadržane u trenutku i u samom zadatku. Zbog toga ocjena neće imati veliki utjecaj kada dolazi kasnije.
* Nagraditi pažnju; razbiti aktivnosti u manje jedinice; nagraditi izvršavanje na vrijeme; koristiti fizičku blizinu i dodir za preusmjeravanje aktivnosti učenika; smanjiti mogućnost odvlačenja pažnje bukom i događajima u okolini; omogućiti da se učenik aktivno uključi u izlaganje; osigurati razumljivost predavanja (kako se učenik ne bi "isključio" radi nerazumijevanja.
* Izbjegavati kritiziranje, opominjanje. Upozoriti ga radije dodirom ruke po ramenu.
* Ne ocjenjivati urednost rukopisa pogreške pri pisanju samo podvući.
* Ako griješi u postupku, ne ga kritizirati ili opominjati nego mu obavezno pokažite što ne valja i UVIJEK još jednom pokažite što i kako treba činiti ili ako je moguće samo mu pomozite da sam dođe do rješenja. U ovim situacijama obavezno pohvalite trud pa makar on bio vidljiv i u samo kratkotajnjoj pažnji i slušanju.
* Predvidjeti dulji vremenski period za usvajanje nekih tema, rješavanje zadataka, davanje odgovora, usvajanje uputa…
* Podučavati metodama samonadzora; poticati prekidanje rada i provjeru urađenog.
* Kad god je to moguće koristite konkretan materijal, predmete, modele jer ih lakše povezuje s realnom situacijom što olakšava učenje; Povezujte gradivo sa svakodnevnim životom i aktualnim zbivanjima te s iskustvima učenika

**Prilagodbe vezane uz loš rukopis**

* Često prisutno kod učenika s smetnjama u učenju i ADHD-om
* Ocjenjivati sadržaj, a ne urednost rukopisa
* Prepisivanje predstavlja teškoću pa ga time ne zamarati, nagraditi trud
* Svakako mu unaprijed osigurati materijal za učenje jer iz svojih bilješki ne može učiti- pisani materijal sa podcrtanim bitnim dijelovima i idejama vodiljama; predočiti uz tekst bitne činjenice na koje treba obratiti pažnju;
* Greške samo podcrtati

**Prilagodbe vezane uz teškoće u usvajanju uputa**

* Privući pažnju pri zadavanju uputa riječima: Pazi!, Ovo je važno!, Ovo ovdje podcrtaj!... ili dodirom ruke po ramenu
* Upute moraju biti kratke i jasne te ih zadavati jednu po jednu
* Tiho ponoviti upute tijekom izvršenja zadatka
* Tražiti od učenika da ponovi upute da provjerite je li ih razumio
* Provjeravati je li učenik razumio sadržaj, pojmove i definicije te dati mu dodatna objašnjenja
* Dati mu dovoljno vremena da shvati što se od njega traži

**Dobri i loši dani**

* Ima “loše” i “dobre” dane
* Ima loše i dobre periode
* U lošim danima ga je teško podučavati i teže ga je usmjeravati
* Osjetljiv je na promjene meteoroloških prilika

**Prilagodbe u vašoj prezentaciji sadržaja**

Koristiti i izmjenjivati raznolike metode rada, sredstva i pomagala jer mu to pomaže da lakše zapamti i lakše ponovi gradivo:

* Mijenjati jačinu glasa (to mu privlači pozornost)
* Naglašavanje važnosti pojedinih dijelova gradiva Pogledajte! Ovo je jako važno, Podcrtajte, Pazite ovo!
* Koristite kad je moguće različite vizualna pomagala u podučavanju filmovi, slike, crteži, posteri, grafikoni, tablice, prezentacije, mentalne mape, kartice za pojašnjenje pojmova
* Pisati uvećanim slovima, podcrtavati, bojama isticati bitno, koristiti krede u boji, markere, pogotovo kad mu pripremate materijal za učenje
* Unaprijed mu pripremite nastavne listiće (kako bi izbjegli diktiranje) sa podcrtanim bitnim dijelovima i idejama vodiljama; predočiti uz tekst bitne činjenice na koje treba obratiti pažnju; koristiti boje, markere, slike i sl.

**Vremensko prilagođavanje**

* Omogućiti više vremena za rješavanje zadataka
* Više vremena za razgovor i uvođenje novih pojmova
* Češće podsjećati na vrijeme koje im je na raspolaganju za rješavanje zadataka
* Više vremena za davanje i razumijevanje uputa

**Prostorne prilagodbe**

* Omogućiti učeniku da sjedi blizu nastavnika (“bolji nadzor”)
* Učenik sjedi uz učenika koji je “pozitivan model”, a ako to nije moguće neka radije sjedi sam
* Raspored klupa koji nastavniku omogućava kretanje po učionici

**Prilagodba u provjeri (iskazivanju) znanja te prilagodbe opsega i težine zadataka**

* Preferirajte usmenu provjeru znanja kad god je to moguće umjesto pisane provjere
* Kod pisane provjere smanjiti broj zadataka ( ne odnosi se nužno na prilagodbu sadržaja) i davati mu jedan po jedan zadatak koji su odvojeni na svojim listovima.
* U pismenim provjerama dati prednost pitanjima na zaokruživanje (manje pisanja), ako je moguće
* U pismenim ispitima koristiti jasne, čitljive i pregledne forme
* Rasporediti zadatke po težini (lakši-teži-lakši)
* Ako je zadatak složen i ako je moguće, podijeliti ga u više dijelova i nuditi mu da ga tako rješava. Nabrojati, napisati i izreći sve korake potrebne za izvršenje zadataka; reducirati zadatak u nekoliko izvedivih dijelova, u očekivanim vremenskim okvirima; često provjeravati napredak; omogućiti učeniku pomoć drugih učenika, tj. točno mu reći kome se i kako treba obratiti ako "zapne".
* Dozvoliti mu da prezentira samo najbitnije pojmove, definicije, najosnovnije dijelove zadatka
* Znanje provjeravati češće kroz manje cjeline
* U iskazivanju znanja omogućiti mu korištenje alternativnih načina rješavanja zadataka, sa reduciranim potrebama za pisanjem; verbalno izlaganje; izrada mapa i grafikona; korištenje slikovnog materijala. a prilikom rješavanja zadataka ako je moguće neka se koristi podsjetnicima: crteži, grafikoni, tablice, formule, kalkulator…
* Ne ocjenjivati urednost rukopisa niti nošenje pribora već sadržaj u bilježnici, trud, odnos prema predmetu
* Pronalaženje točnih odgovora umjesto izgovaranja
* Lijepljenje pripremljenih odgovora umjesto pisanja
* Podučite ga kako će pristupiti pisanju testa (ispita znanja)
* Ako u zadatku treba nadopunjavati neka prostor za pisanje bude dovoljno velik i neka bude jasno označen, teksta neka ne bude previše
* U zadacima uvijek koristite lakše riječi ako je moguće (umjesto transformirati – promijeniti)
* Ispitivati ga na početku sata kad je najodmorniji
* Ako postoje, omogućite mu da koristi skraćene postupke računanja
* Izbjegavanje čitanja na glas i pisanja na ploči
* Ne davati mu zadatke koji započinju riječima Opiši…Zaključi… i sl.
* Češće ga podsjećati koliko mu je još vremena na raspolaganju do izvršenja zadatka (npr. "imate pet minuta do završetka tog zadatka i prelaska na drugi...")
* Pravovremeno ga obavijestite o očekivanjima u sljedećoj aktivnosti (npr." za sljedeći zadatak trebate...") te specificirajte sve korake i sredstva koja su potrebna da bi izvršio zadatak, a ako je potrebno osigurajte učeniku pomoćnika za organiziranje i izvršavanje aktivnosti
* Omogućiti alternativne načine provjere znanja (usmeno, tipkani izvještaji, audio i video prezentacije i sl.).