



# ZÁKLADNÁ ŠKOLA

Klačno 4/2201, 034 01 Ružomberok



## Dieťa s poruchou pozornosti v škole

Deti, ktoré majú poruchu pozornosti, žijú stále pod tlakom značne náročných situácií, ktoré vznikajú vplyvom prejavov ich poruchy. Stále bojujú o uznanie a úspech, a zväčša tento boj prehrávajú. Denne sa stretávajú so situáciami, ktoré sú pre ostatné deti normálne, bežné, ale ony na ne nestačia, nezvládajú ich a navyše si to uvedomujú. Často sú považované za zlé, lenivé, hlúpe, nevychované. Pretože deti tieto situácie nedokážu primerane zvládnuť, riešia ich inak, po „svojom“, čo ale nebýva pre ich okolie prijateľné. Ide predovšetkým o :

- a) **únik** – dieťa sa snaží pred svojimi problémami uniknúť, utiecť. Častý býva únik do chorôb /ráno pred cestou do školy ich bolí hlava, brucho /. Tento únik ale nemusí byť vedomý. Vedomý únik je, ak dieťa uteká zo školy alebo z domova. Menej nápadný býva únik do „vnútorného sveta“ dieťaťa, kedy dieťa uteká do svojho vysneného sveta, do snov a predstáv o tom, že je úspešné;
- b) **regresia** – tento spôsob môžeme nazvať „krokom späť“. Dieťa sa začne správať ako vekovo omnoho mladšie dieťa, akoby sa vracalo do doby, kedy ešte nároky na seba kladené zvládalo, niekedy aj týmto správaním akoby po dospelých dieťa vyžadovalo viac lásky a menej nárokov;
- c) **popieranie neúspechov alebo ich zľahčovanie** – nebýva opäť vedomé, dieťa akoby si neúspech nevedomovalo, „nevidí“, že sa mu niečo nepodarilo. Zľahčovanie neúspechov býva už vedomé, keď si dieťa uvedomuje prehru, ale berie ju na „ľahkú váhu“, nič si z nej navonok nerobí, neberie ju vážne, prípadne sa snaží zľahčovať úspechy ostatných detí napríklad tým, že to, čo ostatné deti dokázali, „nič nebolo“;
- d) **upútanie pozornosti** - neúspešné dieťa sa snaží aspoň nejakým spôsobom uspieť, keďže nevie, akým spôsobom by to mohlo urobiť, lebo jeho silnejších stránok, ktorými by sa mohlo prejavíť nie je veľa, upútava pozornosť predvádzaním sa, provokovaním ostatných detí, rodičov a učiteľov.

Aby sme sa vyhli práve spomenutým reakciám detí, ktoré nevedia riešiť svoju situáciu, musíme žiakom podať pomocnú ruku a naučiť ich pracovať tak, aby úlohy zvládli.

## Metódy výučby organizácie školských povinností

Žiaci s poruchou pozornosti majú problémy s organizačnými a školskými zručnosťami, ktoré sú pre ich poruchu typické. Toto zapríčiňuje problémy v škole, učitelia sa sťažujú, že deti zabúdajú pomôcky na vyučovanie a domáce úlohy, nestále niečo strácajú. Rodičia sa naopak sťažujú, že si deti nepamätajú, čo sa naučili, čo majú za domácu úlohu. Preto títo žiaci potrebujú systematicky a pod pravidelným dohľadom precvičovať organizačné zručnosti.

Riefová / 2007 , str. 57 /uvádza tie zručnosti v nasledovnom poradí:

- usporiadať si pomôcky,
- usporiadať si pracovný priestor,
- poznamenávať si úlohy,
- zostavovať si zoznamy,
- zoradiť si činnosť podľa dôležitosti,
- naplánovať si krátkodobé úlohy,
- rozložiť si dlhodobé úlohy na úseky,
- poznať normy prijateľnej práce,
- orientovať sa a používať kalendár,
- sledovať hodiny, riadiť sa rozvrhom,
- vedieť, čo si zobrať z domu a čo doma nechať,
- vedieť, čo odniesť domov, čo vrátiť do školy,



# ZÁKLADNÁ ŠKOLA

Klačno 4/2201, 034 01 Ružomberok



- vedieť, kedy a komu odovzdať vypracované úlohy,
- vedieť, čo presne robiť pri samostatnej práci v lavici,
- vedieť, čo robiť po dokončení práce v lavici,
- vedieť, aké pomôcky sú v škole potrebné.

Žiaci majú často problém so zaznamenávaním domácich úloh, preto je vhodné, aby sme spolu so žiakmi v septembri a v januári vytvorili plánovací kalendár na školský polrok. Do kalendára si žiak zapisuje kľúčové udalosti v škole / napr. písomné previerky, exkurzie/, v rodine / napr. narodeniny, oslavy / a iné.

Pri nácviku pomáha v úvode učiteľ, neskôr učiteľ prideliť žiakovi kamaráta, ktorý mu bude pomáhať a dozerať na to, aby si do kalendára zapisoval všetky dôležité úlohy. Pri zadávaní úloh v škole, učiteľ všetky úlohy zapisuje na tabuľu, nespolieha sa iba na ústne oznámenie úlohy.

Žiakom, ktorí majú výrazné problémy s organizáciou svojej práce, v úvode nácviku tejto zručnosti, môže učiteľ vyhotoviť zoznam jeho povinností, ktoré boli v ten deň v škole žiakom zadané, žiak si úlohy zaznamená do svojho kalendára a potom spolu s učiteľom, neskôr s kamarátom, vypracuje zoznam úloh, ktoré musí splniť do ďalšieho dňa. Po splnení úloh, úlohy vyškrtáva zo zoznamu i z kalendára. Osvedčilo sa, aby učiteľ najmä v nižších ročníkoch v závere vyučovania venoval pár minút tomu, že opätovne žiakom zopakuje všetky domáce úlohy.

Starších žiakov môže učiteľ naučiť, ako si majú efektívne, prehľadne zaznamenávať fakty na vyučovacej hodine. Zápis do zošita žiak začína písať každú hodinu vždy na ľavej strane novej dvojstrany, získa tým prehľadnosť. Na prvý riadok vľavo napíše vždy dátum a deň v týždni /slúži to ako opora pamäti pri učení/. Na druhý riadok napíše vždy tému hodiny, v zošite má žiak dopredu nakreslené pamäťové hodiny a značkami si znázorňuje na nich priebeh vyučovacej hodiny /žiakovi sa pri učení automaticky vybavajú podrobnosti z hodiny/, zároveň si môže zaznamenať, čomu nerozumel, kedy nedával pozor, kedy bol na hodine úspešný.

## Príklad symbolov:

- **bodka** – dával som pozor,
- **krížik** – prihlásil som sa,
- **krúžok** – bol som vyvolaný,
- **výkričník** – správne som odpovedal.

Pod pamäťové hodiny si žiak zapisuje všetko, čo učiteľ píše, resp. diktuje. Žiaka treba naučiť, aby nadpisy písal farebne, dôležité heslá zvýraznil veľkými písmenami, alebo použil zvýrazňovač, poučky si umiestnil do rámy. Žiakom veľmi pomáha, keď sa naučia pri práci používať aj symboly, ktoré im pomôžu orientovať sa v texte napr. :

- **otáznik** – žiak niečomu nerozumie, musí sa spýtať,
- **výkričník** – označenie dôležitého napr. poučka.

V závere vyučovacej hodiny si žiak zapíše do zošita domácu úlohu, v zápise je jasne uvedené, čo má žiak doma presne urobiť.

Je dôležité, aby sa žiak naučil, aké pomôcky sú potrebné na konkrétnej vyučovacej hodine, učiteľ musí dbať na to, aby mal žiak na lavici iba tie pomôcky, ktoré naozaj potrebuje, lebo neporiadok v lavici a na lavici pôsobí na žiaka rušivo a odpúta jeho pozornosť.

Na nácvik tejto zručnosti môže učiteľ prideliť žiakovi asistenta, ktorý mu pomôže, ale nepracuje namiesto žiaka. Ak sa stane, že žiak nemá na vyučovaciu hodinu žiadane pomôcky, učiteľ žiakovi poskytne náhradnú pomôcku, napr. žiak nemá na výtvarnú výchovu pastelky, učiteľ poskytne žiakovi staré ohryzené pastelky. Tak dá učiteľ žiakovi najavo, že nebude upevňovať jeho problémy so zvládnutím organizácie školských povinností, že mu chce ale pomôcť jeho problémy odstrániť.

Pri nácviku organizácie školských povinností je nutné úzko spolupracovať s rodičmi. Učiteľ by mal rodičom objasniť zásady, ktoré by rodičia mali pri domácej príprave žiakov s poruchami pozornosti dodržiavať.



# ZÁKLADNÁ ŠKOLA

Klačno 4/2201, 034 01 Ružomberok



## Domácia príprava žiaka

Pri príprave na vyučovanie je potrebné vyčleniť dieťaťu vhodný priestor, každé dieťa by malo mať svoj písací stôl, skrinku na školské potreby a učebnice, alebo aspoň stabilne určené miesto, kde si môže svoje veci uložiť, kde vypracováva úlohy.

Dieťa potrebuje nerušený priestor na prípravu na vyučovanie. To znamená, že stôl, pri ktorom si vypracováva úlohy, by mal byť, ak dieťa nemá vlastnú izbu, oddelený od okolitej miestnosti aspoň zástenou, stenou z nábytku. Mal by byť orientovaný tak, aby dieťa sedelo čelom k stene. Okno by malo mať dieťa buď za chrbtom, alebo aspoň z boku. Tieto opatrenia smerujú k tomu, aby pozornosť dieťaťa pri učení bola čo najmenej odpútaná vedľajšími, rušivými podnetmi. Preto aj dosku stola by malo pokrývať čo najmenej podnetov, malo by na nej byť len to, čo dieťa potrebuje na vypracovanie úloh. Celkovo by detská izba alebo miesto, kde sa dieťa učí, malo byť usporiadané, prehľadné, upratané, upravené. Neporiadok či neusporiadanosť odvádza dieťa od pozornosti a uvádza dieťa do zmätku, a tým sa zvyšuje jeho nepokoj, nesústredenosť. Dieťa by sa malo naučiť podľa jednoduchého systému usporiadať, upratať svoje veci tak, aby mali svoje miesto.

Príprava na vyučovanie u detí s poruchou pozornosti si vždy vyžaduje prítomnosť rodiča. Rodič jednak púta unikajúcu pozornosť dieťaťa a určuje postup práce a zároveň učí dieťa určitému systému a poriadku pri práci. Rodič je dieťaťu oporou, posilňuje jeho sebavedomie tým, že ho ubezpečí, že úlohy nie sú ťažké, že ich dieťa postupne zvládne, že mu s úlohami pomôže, to ale neznamená, že rodič úlohy vypracuje za dieťa. Rodič dieťa pri práci vedie, vysvetľuje, ale na riešenie úlohy prichádza dieťa za postupného vedenia samo, tak si riešenie a výsledok úlohy lepšie zapamätá. Rodič dieťa za pokrok, úspech pochváli. Rodič by mal s dieťaťom pracovať v čase, kedy sa čo najviac sústreďí. Keď je unavené a sústrediť pozornosť sa mu viditeľne nedarí, je lepšie nechať dieťa odpočinúť alebo sa pohybovo uvoľniť a potom sa k práci vrátiť. Striedaním činností napr. písania s čítaním sa predchádza únava a púta sa tak pozornosť, preto je lepšie prácu rozdeliť na kratšie úseky, ktoré sa striedajú po niekoľkých minútach, podľa toho ako sa dieťa na prácu sústreďí. Rodič môže prispieť k zlepšeniu pozornosti aj zmenou pracovnej polohy. Pri práci by rodič nemal dieťa súriť a pracovať s dieťaťom by mal každý deň v približne v rovnakom čase. Je dobré, keď rodič naučí dieťa v rámci prípravy na vyučovanie aj systému v ukladaní pomôcok do školskej aktovky a vedie ho aj ku kontrole školskej aktovky ešte ráno pred odchodom do školy. Ak žiak má plánovací kalendár školských povinností a školských úloh, rodič by mal dieťaťu pomôcť naučiť sa organizovať si školské povinnosti podľa kalendára a postupovať v súlade s postupom učiteľa v škole.

Rodičia, ktorí sa svojim deťom snažia doma pomôcť a chcú podporiť snahu učiteľa pri výchove a vzdelávaní dieťaťa s poruchou pozornosti /a nielen s poruchou pozornosti, ale aj s inými špecifickými poruchami správania a učenia/, od učiteľov pri domácej príprave detí na vyučovanie potrebujú vedieť, čo od nich učiteľia očakávajú. Učiteľ by mal byť pre rodičov ľahko dostupný a mal by sa k rodičom správať vnímavo a citlivo. Pre rodiča pri domácej príprave žiaka na vyučovanie je dôležité, aby učiteľ denne dohliadal na zaznamenanie domácich úloh do kalendára školských povinností resp. do zoznamu školských úloh.

Vhodné je, aby učiteľ rodičom v závere každého týždňa poslal správu o tom, ako dieťa počas týždňa pracovalo, aké pokroky urobilo, v čom bolo úspešné, na čom dieťa musí ešte popracovať, prípadne učiteľ upozorní rodičov na vzniknuté problémy. Rodič túto správu podpíše a tiež môže pripísať, ako dieťa pomáhalo doma s domácimi prácami, ako pracovalo pri domácich úloh, učiteľ i rodič získajú lepší obraz o dieťati. Je vhodné, ak sa rodič a učiteľ stretnú raz mesačne na konzultáciách a dohodnú si ďalší postup práce s dieťaťom.



# ZÁKLADNÁ ŠKOLA

Klačno 4/2201, 034 01 Ružomberok



## Ako upútať pozornosť žiaka na vyučovacej hodine

Upútať a udržať záujem a pozornosť žiaka na vyučovaní nie je vždy ľahké. Udržať pozornosť žiaka s poruchou pozornosti predstavuje zvlášť náročný problém, ktorý vyžaduje, aby učiteľ využíval najrôznejšie metódy a postupy v práci.

### Odporúčenia na upútanie pozornosti žiakov:

- 1) Posadiť žiaka s poruchou pozornosti čo najbližšie k učiteľovi.
- 2) Nadväzovať so žiakom priamy očný kontakt.
- 3) Odstrániť žiakovi z lavice predmety, ktoré rozptyľujú jeho pozornosť.
- 4) Posadiť žiaka medzi dobre sústredenými žiakmi.
- 5) Využívať priamy fyzický kontakt so žiakom /napr. položiť zľahka ruku na plece, keď učiteľ chce zamerať pozornosť žiaka na činnosť v triede/.
- 6) Využívať pozitívne stimuly na udržanie a posilnenie pozornosti.
- 7) Používať pri stimulácii pozornosti vopred dohodnuté signály /napr. keď učiteľ ukáže na oči, znamená to „dívaj sa“/.

Upútať pozornosť žiaka učiteľ môže najrôznejšími signálmi napr. zhasne svetlo, zazvoní zvončekom, zabliká, zdvihne ruku a pod. Osvedčilo sa, ak učiteľ mení hlas, strieda hlasnejší hovor so šepotom, využíva vizuálne pomôcky, pri výklade napíše kľúčové slová na tabuľu farebnými kriedami, na písomný materiál, na ktorý sa majú žiaci sústrediť, učiteľ ukáže prstom. Výklad učiteľa by mal byť živý, energický, pri výklade učiteľ používa obrázky, grafy, gestá. Maximálnemu zapojeniu žiakov do vyučovacej hodiny a udržaniu ich pozornosti napomôže, ak žiakov necháme pracovať vo dvojiciach alebo v skupinách. Kooperatívne učenie je vynikajúcou metódou, ako u žiakov udržať zaujatie a aktívnu účasť na vyučovacej hodine. Tým, že učiteľ zadáva žiakom zložitejšie otázky, na ktoré sa nedá jednoznačne odpovedať, ktoré si vyžadujú logické myslenie, žiakov podnecuje ku kritickému mysleniu a k diskusií.

Osvedčenou metódou je metóda vynechaných slov, žiaci dostanú texty s chýbajúcimi kľúčovými slovami, ktoré počas výkladu do textu dopĺňajú, kľúčové slová si môžu žiaci zaznačiť i farebne. Učiteľ by mal žiakov vyvolávať rovnomerne, žiaci veľmi rýchlo zistia, že učiteľ vyvoláva tých žiakov, od ktorých očakáva odpoveď, preto pozornosť týchto žiakov je vyššia a ostatní žiaci, hlavne žiaci s poruchou pozornosti „vypínajú“ svoju pozornosť.

### Existujú však metódy, ktoré zaistia, aby boli žiaci vyvolávaní rovnomerne:

- učiteľ si pripraví kartičky s menami žiakov, pri vyvolávaní náhodne vyťahuje kartičky, ktoré potom vracia späť,
- učiteľ položí žiakom na lavicu kontrolnú kartu, na kartu žiak urobí počas hodiny čiarku vtedy, keď ho učiteľ vyvolá, je to dobrá kontrola i pre samotného učiteľa.

Pri žiakoch, ktorí majú problémy s pozornosťou, potrebujú spracovať otázku, usporiadať si myšlienky a vyjadriť ich, na odpoveď žiaka učiteľ počká aspoň 5 sekúnd, prípadne otázku znovu sformuluje. Žiakovi, ktorý nedokáže ani tak odpovedať, učiteľ navrhne, že sa k nemu po chvíli vráti, žiak má tak dostatok času na spracovanie správnej odpovede.

Učiteľ môže so žiakmi, ktorí majú problémy s pozornosťou, uzavrieť i dohodu, o ktorej ostatní žiaci nevedia, cieľom dohody je zvýšenie sebaúcty žiakov. Ak bude vedieť žiak odpovedať na otázku, tak zdvihne ruku s otvorenou dlaňou, ak žiak zdvihne ruku so zaťatou pästou, nebude vyvolaný.

K udržaniu pozornosti na hodine je vhodné, ak učiteľ zaradí do vyučovacej hodiny nasledovné postupy:

- úlohou žiakov je vymýšľať nové nápady, ktoré súvisia s témou vyučovacej hodiny, učiteľ môže nápady zapisovať na tabuľu, spätný projektor a pod.,
- žiaci vo dvojiciach, v skupinách niekoľko minút diskutujú o téme, probléme, ktorá súvisí s vyučovacou hodinou, navrhujú nové riešenia a pod.,

Aby žiaci mohli na vyučovacej hodine správne splniť zadané úlohy musia byť pokyny k práci zadané správne,



# ZÁKLADNÁ ŠKOLA

Klačno 4/2201, 034 01 Ružomberok



zvlášť žiaci s poruchou pozornosti majú problémy so správnym pochopením a vyplnením pokynov.

## Nasledujúce body sú vhodnou metódou pre správne zadávanie pokynov.

1. Učiteľ pokyny zadáva až potom, keď trieda stíchne.
2. Učiteľ počká, až kým sa nebudú všetci sústrediť, žiakom s poruchou pozornosti dá jasný signál / gesto, priamy fyzický dotyk/, že majú zamerať pozornosť.
3. Učiteľ vysvetľuje, jasne, pomaly, výstižne.
4. Učiteľ pri výklade, zadávaní úloh stojí vždy k žiakom čelom.
5. Učiteľ pokyny udeľuje multisenzorickými postupmi, udeľuje ich vizuálne i verbálne.
6. Učiteľ názorne celej triede predvedie, čo majú žiaci robiť.
7. Učiteľ nezadáva žiakom viac pokynov naraz.
8. Učiteľ dbá na to, aby si žiaci zadávanú úlohu zaznačili do plánovacieho školského kalendára resp. do zoznamu úloh.
9. Učiteľ správne pochopenie pokynov celou triedou skontroluje kontrolnými otázkami.
10. Učiteľ pre kontrolu nechá vybraných žiakov udelené pokyny zopakovať alebo preformulovať.
11. Učiteľ dbá na to, aby pokyny boli úplné, aby obsahovali i pokyn, čo majú žiaci robiť ak úlohu splnia.

## Metódy práce na hodinách slovenského jazyka

Deťom s poruchou pozornosti /podobne ako ostatným deťom so ŠVVP/ vyhovujú v práci na vyučovacej hodine moderné vyučovacie metódy /integrované vyučovanie, metódy rozvoja písomného prejavu a pod./, tieto metódy sú pre prácu s deťmi s poruchou pozornosti vhodné hlavne preto lebo:

- sú pre deti zaujímavé, motivujúce,
- sú multisenzorické,
- zahŕňajú interakciu medzi žiakmi, čo vedie k rozvoju sociálnych zručností a zvyšovaniu sebaúcty,
- dávajú možnosť voľby, preto umožňujú odhaliť spôsoby, ako sa žiak učí, kde sú jeho silné stránky.

Metódy sú vhodné nielen pre deti s poruchami pozornosti, ale sú prospešné pre všetkých žiakov.

## Metóda grafického znázornenia informácií

Grafické pomôcky uľahčujú usporiadanie informácií, predstavujú vizuálne zobrazenie pojmu a umožňujú žiakom vizuálne si usporiadať to, o čom čítali. Dobrí čitatelia si vytvárajú vizuálne predstavy už počas čítania. Aby žiaci s poruchou pozornosti porozumeli významu textu pri tichom čítaní, musia počuť svoj hlas, to znamená, že musia čítať polohlasne, sluchový vnem potrebujú preto, aby pochopili význam textu. Deti s poruchou pozornosti zvyčajne čítajú plynule, bez problémov, ale ich rozptýlenosť im nedovoľuje, aby sa sústredili na obsah textu, zvlášť ak je text nezaujímavý alebo náročný. Žiaci majú výrazne problémy s orientáciou v texte, je vhodné, aby text sledovali pomocou záložky, ukazovali si prstom, prípadne používali čítacie okienko.

Z množstva metód, ktoré napomáhajú odstrániť nepozornosť žiakov pri čítaní a zabraňujú problémom s pochopením textu, uvádzam tie, ktoré bežne používam vo svojej práci so žiakmi na hodinách slovenského jazyka ako i pri individuálnej práci so žiakmi.

**1. Políčka** – tabuľu, papier rozdeľte na políčka a úlohou žiakov je, aby do každého políčka nakreslili alebo napísali udalosť z príbehu v časovej postupnosti.

**2. Graf najzaujímavejších udalostí príbehu** – po prečítaní príbehu vyberú žiaci niekoľko udalostí, ktoré ich najviac zaujali a učiteľ vyznačí v grafe väčšinový názor.



# ZÁKLADNÁ ŠKOLA

Klačno 4/2201, 034 01 Ružomberok



**3. Cyklické príbehy** – učiteľ na tabuľu v náhodnom poradí napíše hlavné udalosti cyklického príbehu /koniec príbehu je novým začiatkom podobného deja/ a nakreslí kruh. Celá trieda sa rozhodne, na aké miesto do kruhu každá udalosť patrí. Potom na individuálne papierové tabuľky rozdelené na úseky, žiaci príbeh zapisujú, nakreslia v správnom poradí a následne príbeh vyrozprávajú.

**4. Zatykač** - úlohou žiakov je nakresliť, napísať „zatykač“, ktorý má charakterizovať postavu z príbehu, knihy.

**5. Venove diagramy** – tieto množinové diagramy sa používajú na porovnanie dvoch podobných literárnych textov a k určeniu rozdielov medzi nimi.

**6. Charakter postavy** – do stredu tabule, papiera sa napíše meno postavy a okolo postavy sa pripisujú vlastnosti postavy.

**7. Tabuľky pre zachytenie zápletky príbehu** - zostavíme tabuľku, ktorá obsahuje stĺpce s označením : niekto; chcel; ale; a tak ... .

**8. Reflexívny denník** – do denníka, ktorý predstavuje tabuľku, si žiak zaznačí po prečítaní príbehu nasledovné údaje : - čo sa stalo,

- čo som prežíval,

- čo som sa naučil.

**9. Metóda V – CH – D** – opäť použijeme tabuľku s tromi stĺpcami, do ktorej žiaci počas čítania zapisujú nasledovné fakty : V – čo o danej téme už viem,

CH – čo sa chcem naučiť,

D – čo som s dozvedel.

Všetky spomenuté metódy sa môžu využívať aj na iných vyučovacích hodinách /vlastiveda, prírodopis a pod./, nielen na hodinách čítania a literárnej výchovy.

## Metódy pri nácviku písania

Najväčšie problémy so zvládnutím školských zručností žiakom s poruchami pozornosti robí písanie, problémy sa prejavujú v pravopise slov, interpunkcii a písaní veľkých písmen, písmo týchto detí a celkový písomný prejav je neúhľadný, problémy majú s usporiadaním myšlienok písomným vyjadrením myšlienok, píše pomalým tempom, chcú sa vyrovnáť tempu ostatných, a to ich často veľmi frustruje. Pri oprave chýb využívajú gumu, korektor, zmizík, čím sa ešte viac prehľbuje nečitateľnosť ich písomného prejavu, zošity týchto detí sú často špinavé, pokrčené, roztrhané. Problémy im robí písať úhľadne do riadkov, písmená väčšinou tvoria nemotorne.

Problémy v pravopise a v písaní sa prejavujú preto, lebo deti s poruchami pozornosti sa obvykle vizuálne nesústredia na detaily a nespozorujú alebo si nevybavia jednotlivé písmená a sled slov. Nedokážu v slovách vizuálne rozlišovať opakujúce sa vzorce a v písaní nie sú dostatočne pozorné. Tieto deti majú často poruchy sluchovej pamäti a táto porucha spôsobuje, že sa tieto deti veľmi ťažko učia spojovať písmeno s hláskou a s problémami si pamätajú vypočuté hlásky v správnom poradí /napr. slovo hlas môžu napísať ako hals/. Môžu mať i nedostatky v zrakovej pamäti, čo im sťažuje schopnosť vybaviť si ako slovo vyzerá a následne napísať písmená v správnom poradí, preto im robí problém správne napísať i bežné krátke slová, ktorá už mnohokrát videli, čítali, písali a použili .

Pri práci s deťmi na odstránenie problémov v pravopise slov využívam nasledovné multisenzorické metódy „

- 1) žiaci slovo vyslovia a napíšu ho do vzduchu.
- 2) žiaci pomocou lepidla, tekutého škrobu napíšu na papier slová, papier posypú pieskom, makom, šošovicou , a tak vytvoria plastické / trojrozmerné / slovo, ktoré prečítajú hmatom.
- 3) žiaci píše slová prstom do piesku, soli a zároveň slová vyslovujú.
- 4) žiaci maľujú slová prstom na lavicu, ktorá je postriekaná penou na holenie.
- 5) žiaci píše prstom slová spolužiakovi na chrbát.
- 6) žiaci si precvičujú písanie slov na písacom stroji, počítači.



# ZÁKLADNÁ ŠKOLA

Klačno 4/2201, 034 01 Ružomberok



- 7) žiakom dáme napísané písmeno v tlačenej i písanej podobe na papieri., úlohou žiakov je po línií tvaru písmena nalepiť kúsky farebného papiera .
- 8) žiakom dáme na papieri nakreslenú maketu konkrétneho písmena, úlohou žiakov je
- 9) poskladať písmeno z jednotlivých častí ako puzzle, alebo do makety písmena napísať slová, ktoré sa začínajú na konkrétne písmeno, resp. nakresliť do makety písmena slová, ktoré sa začínajú na konkrétne písmeno.

Pri preverovaní pravopisu formou diktátu učiteľ by mal slová vyslovovať pomaly, výslovnosť hlások by mala byť dôrazná, aby žiaci lepšie počuli, ako idú jednotlivé hlásky za sebou, tempo diktovania by malo byť pomalé, žiakom s poruchou pozornosti musí učiteľ dať dostatok času, aby stihli dané slovo napísať a skontrolovať, diktát pre žiakov s poruchou pozornosti by mal byť kratší, v prípade, že žiak diktát nezvládol je nutné, aby učiteľ žiaka ústne vyskúšal zvládnutie gramatických javov, lebo nezvládnutie diktátu nemusí automaticky znamenať, že žiak nezvládol daný gramatický jav. Vhodné sú na overenie gramatických znalostí doplňovacie cvičenie, kde žiak dopĺňa slová, písmená, diakritické znamienka, interpunkčné znamienka.

## Didaktické hry

Dobrou didaktickou hrou, ktorá je vhodne zakomponovaná do vyučovacej hodiny sa podporuje aktivita, tvorivosť a fantázia detí, „neaktívni“ žiaci sa usilujú prejaviť svoje schopnosti. Žiaci počas hry komunikujú, tým sa rozvíja ich slovná zásoba, logické myslenie, pozornosť, prosociálne vzťahy, postoje. Učiteľ môže hru využiť na precvičovanie učiva, získa tak spätnú väzbu, ako žiaci učivo pochopili, ale zároveň zábavnou formou núti žiakov zmobilizovať všetky svoje schopnosti a ukázať, čo všetko vedia, čo si osvojili.

Na upevnenie pozornosti na hodinách slovenského jazyka využívam nasledovné didaktické hry, tieto hry nerozvíjajú len pozornosť, ale aj ostatné zručnosti.

### Kto zaspí, nevyhrá

**Cieľ:** Analyzovať hlásku , rozvoj pozornosti

**Postup:** Žiaci spia na laviciach – hlavy majú sklonené na lavici. Keď učiteľ povie slovo s hláskou, ktorá bola vopred dohodnutá / napr. m /, žiaci sa prebudia – zodvihnú hlavy, hlásku učiteľ používa v slovách nielen na začiatku, ale i v strede a na konci slova.

### Slabiková štafeta

**Cieľ:** Precvičiť analýzu slov, rozvoj pozornosti

**Postup:** Učiteľ povie deťom slovo, napr. koleso. Žiaci slovo rozložia na slabiky : ko – le – so a ďalej na hlásky k-o-l-e-s-o. Na poslednú hlásku vždy určený žiak vytvorí nové slovo a hra pokračuje ďalej.

### Pokračuj za mnou

**Cieľ:** Tvoriť vety na základe asociácii, cvičenie pozornosti

**Postup:** Žiak povie vetu, druhý žiak vetu dopovie / učiteľ môže pomáhať /a hra pokračuje stále dookola /napr. Včera som bol v kine, hrali zaujímavý film. Filmy rád sledujem v televízii, naposledy som videl film o Indiánoch. Indiáni žili v Amerike .../.

### Na slabiky

**Cieľ:** Rozvoj koncentrácie a pohotovosti v tvorení slov

**Postup:** Na začiatku určíme alebo vyžrebujeme hráča, ktorý bude hru začínať a určíme smer, ktorým bude hra



# ZÁKLADNÁ ŠKOLA

Klačno 4/2201, 034 01 Ružomberok



pokračovať. Výhodné je, ak sedia žiaci v kruhu. Určený hráč začne hru tým, že povie akékoľvek slovo. Jeho sused musí rýchlo povedať iné slovo, také, ktoré sa začína na slabiku, ktorou sa končilo predchádzajúce slovo / napr. kapor – porisko –koza atď. /.

## Čo tam patrí

**Cieľ:** Upevňovať učivo o vete, rozvoj pozornosti

**Postup:** Žiaci majú kartičky, na ktorých sú interpunkčné znamienka / . ? ! / . Úlohou žiakov je za každou vetou, ktorú povie učiteľ, zdvihnúť kartičku so správnym znamienkom.

## Živá abeceda

**Cieľ:** Upevniť tvorenie slov z hlások, cvičenie pozornosti

**Postup:** Dva a dva rady si pripraví sériu písmen abecedy. Sú napísané na kartičkách. Každé družstvo má inú farbu. Hráči dostanú 2 -3 písmená tak, aby jedno družstvo malo kompletnú abecedu. Družstvá stoja v rovnakej vzdialenosti od učiteľa. Učiteľ povie nejaké slovo /napr. kvet/, hráči, ktorí majú písmená, z ktorých sa slovo skladá, vystúpia z radu k učiteľovi a postavia tak, aby vytvorili určené slovo.

## Rozprávka v rozprávke

**Cieľ:** Cvičiť postreh a koncentráciu

**Postup:** Učiteľ si vopred pripraví text rozprávky, ktorý žiakom prečíta, resp. porozpráva. V texte sa neuvádzajú vlastné mená literárnych postáv. Žiaci majú zistiť, koľko rozprávok bolo zakomponovaných do deja rozprávky, prípadne môžu uvádzať aj ich názov, autora.

## Z rozprávky do rozprávky

**Cieľ:** Nácvik orientácie v deji

**Postup:** Na lístky obdĺžnikového formátu z jednej strany učiteľ napíše číslíce 1 – 10 a z druhej strany vetu, krátky úryvok z rozprávky, článku z čítanky, utvorí z lístkov vejár, ktorý drží obrátený textom k sebe. Žiaci si volia ľubovoľné čísla, prečítajú obsah lístka a hádajú, o akú rozprávku, článok ide.

## Uhádni názov

**Cieľ:** Výcvik pozornosti a pamäti

**Postup:** Učiteľ napíše na tabuľu osoby, zvieratá veci, ktoré v rozprávke, v článku vystupujú, úlohou žiakov je určiť názov rozprávky, učiteľ môže použiť i ilustráciu rozprávky.

## Slová naopak

**Cieľ:** Opakovanie gramatických a jazykových javov, cvičenie postrehu

**Postup:** Učiteľ na tabuľu napíše slová, lenže s chybami. Úlohou žiakov je napísať slová správne, ten, kto uhádne a napíše slovo správne, dostane toľko bodov, koľko písmen slovo obsahuje. Žiak s najväčším počtom bodov víťazí / opakujeme tematické celky spodobovanie spoluhlások, vlastné podstatné mená, a pod. /.

## Uhádni, čo je to ?

**Cieľ:** Rýchla reakcia, pohotovú opis slov, pochopenie obsahu slov

**Postup:** Žiaci dostanú 5 – 10 slov, hrajú dvojice, jeden zo žiakov vysvetľuje význam slova čo najvýstižnejšie bez toho, aby dané slovo vyslovil. Druhý hráč má za úlohu slovo uhádnuť čo najrýchlejšie /napr. pečie chlieb – pekár; češeme vlas – hrebeň/.





# ZÁKLADNÁ ŠKOLA

Klačno 4/2201, 034 01 Ružomberok



## Koho hľadáš ?

**Cieľ:** Osvojenie veľkých písmen abecedy – vlastné mená, cvičenie pozornosti

**Postup:** Na lístkoch máme napísané písmená veľkej abecedy. Žiaci sedia v kruhu, učiteľ drží škatuľu s lístkami. Žiaci postupne vyberajú lístok s písmenom a učiteľ sa pýta : „ Koho hľadáš ?“ Žiak , ktorý vytiahol lístok s písmenom napr. B – musí hneď odpovedať: „Hľadám Braňa.“ Za správnu odpoveď si lístok ponechá, ťahá ďalší žiak a hovorí :“Braňa tu nie je, hľadám Janku.“ , lebo si vytiahol J. Hra pokračuje, až sa minú všetky písmená abecedy, kto nevie odpovedať, vráti lístok do škatule. Obmenou môže byť tvorenie názvov miest, štátov a pod.

## Urči správne

**Cieľ:** Určenie slovného druhu, cvičenie pozornosti

**Postup:** Žiaci dostanú text. Ich úlohou je určiť počet podstatných mien, prídavných mien, sloviac. Text učiteľ môže žiakom iba pozorne prečítať, pri počúvaní si žiaci značia vopred určený slovný druh

## Neposlušné písmená na plote

**Cieľ:** Analýza – syntéza slov, cvičenie pozornosti

**Postup:** Hru motivujem nasledovne : Zvieratká na dvore písali kriedou na latkový plot svoje mená /kohút, zajac a pod./ . Na druhý deň búrka zvalila plot. Dedko plot opravil, latky zamenil a zvieratká nevedeli svoje mená prečítať. Pomôž im:

O K H T Ú  
R K A A V  
A Z J C A  
A B R N A  
O M R A K

Pre starších žiakov volíme ťažšie slová so spoluhláskovými skupinami, viacslovné pomenovania.

## Metódy výučby matematiky

Pri výučbe matematiky majú žiaci s poruchou pozornosti problémy hlavne s tým, že počítajú nepozorne, nepresne, nedokážu čísla pri početných operáciách v zošite správne zoradiť, problematické je pre tieto deti usporiadanie úloh, ich odpisovanie z tabule alebo učebnice, nevenujú dostatočnú pozornosť operačným znamienkam, ťažko si pamätajú a vybavujú základné údaje. Veľa žiakov má strach z hodín matematiky, trpia malou sebaúctou, lebo sa im nedarí chápať matematický jazyk a matematické pojmy, aj keď majú dobrú priestorovú orientáciu, logické myslenie. Pri výučbe matematiky je dôležité zvlášť žiakom s poruchami učenia a správania, teda aj žiakom s poruchami pozornosti, interpretovať učivo v kontexte, ktorý dáva zmysel, učiteľ by nemal zdôrazňovať postupy bez toho, aby sa nevzťahovali k situáciám, v ktorých sa vyžadujú, žiaci by mali vedieť, čo sa učia, prečo sa to učia. Je dobré, ak majú možnosť žiaci povedať svoju úvahu a metódu, ktorú použili pri riešení úloh. Učiteľ by mal výučbu matematiky usporiadať tak, aby mali žiaci čas s problémami sa popasovať , aby mohli hľadať svoj vlastný postup riešenia a svoje vlastné výsledky zhodnotiť. Pri vyhodnotení a vypočítaní jednotlivých úvah a postupov riešenia si žiaci uvedomia, že úlohy sa dajú riešiť rôznymi spôsobmi, že žiaden „jedine správny“ spôsob neexistuje.

## K typickým metódam riešenia úloh patria:

- hľadanie pravidielností,
- zostavovanie tabuliek,
- vytvorenie usporiadaného systému,
- názorne predvedenie problému,
- nakreslenie obrázku,



# ZÁKLADNÁ ŠKOLA

Klačno 4/2201, 034 01 Ružomberok



- využitie rôznych predmetov,
- odhadovanie výsledkov a spätná kontrola,
- zostavovanie rovníc,
- vyriešenie jednoduchšieho /alebo/ podobného problému,
- vytvorenie modelu,
- vylúčenie niektorých možností.

Učiteľ na hodine matematiky by nemal žiakom predkladať hotové vzorce, algoritmy, nemal by vysvetľovať, ako sa dá úloha pomocou vzorcov a algoritmov vyriešiť, ale učiteľ problém názorne rozoberie a vedie žiakov k tomu, aby v spolupráci s ostatnými žiakmi objavili vlastný spôsob riešenia. Najdôležitejšie je, že učiteľ žiakov povzbudzuje, aby k riešeniu využívali najrôznejšie prístupy a metódy a uzná platnosť týchto metód. Tieto metódy a prístupy vo výučbe matematiky zaisťujú u žiakov s poruchami pozornosti, že žiaci sú vysoko motivovaní, vidia zmysel matematických pojmov a lepšie ich chápu, výučba žiakov „nestraší“, ale podnecuje ich. Interaktívne a kooperatívne práce v skupinách zaisťujú, že sa žiaci výučby aktívne zúčastnia, sú tak lepšie sústredení, a tak rastie ich sebaúcta. Výučba sa zameriava na silné stránky žiaka a berie ohľad na rôzne štýly učenia. Vhodné je používať k precvičeniu matematických zručností počítačové programy, ktoré matematické zručnosti precvičujú zábavnou formou a počítačové programy sú schopné udržať pozornosť žiakov vďaka rýchle meniacim sa podnetom. Osvedčil sa i matematický denník, kde si žiaci zaznamenávajú svoje myšlienky, úvahy, otázky, spôsoby chápania matematických pojmov takzvanou metódou ZaMyNaP : „ Zapiš myšlienku na papier“. Pre učiteľa je dôležité pri kontrole matematického denníka, či žiak chápal matematický pojem pred vysvetlením látky, alebo po vysvetlení látky.

Pri matematických previerkach je nutné, aby učiteľ žiakom s poruchou pozornosti poskytol viac času, tak sa budú žiaci lepšie sústrediť a nebudú robiť chyby z nepozornosti. Žiaci s poruchou pozornosti majú problém so zvládnutím násobilky, násobilku v zásade ovládajú, ale na previerke, kedy sú limitovaní časom, nedokážu zvládnuť zadané úlohy, preto je nutné u týchto žiakov zvládnutie násobilky preveriť ústne. Pri počítaní matematických úloh je vhodné žiakom zredukovať počet úloh, nie je nutné, aby žiak pre dostatočné pochopenie a precvičenie vyrátal všetky príklady, ale chybne, nepresne, nedbalo a nečitateľné. Oveľa lepšie je, ak vypracuje z desiatich príkladov päť, ktoré budú vyrátané správne a úhľadne. Učiteľ sa so žiakom môže dohodnúť, že počíta len párne úlohy. Žiakom výrazne pomáha, ak sa sú operačné znamienka vyznačené farebne, zvlášť vtedy, keď v úlohe nastáva zmena v matematických operáciách. Každodenné používanie spätného projektora na hodinách matematiky, žiakov s poruchami pozornosti /a nielen im, ale všetkým žiakom/ uľahčí prácu na hodine. Spätný projektor žiakom pomáha vizuálne znázorniť a pochopiť abstraktné matematické pojmy.

## Didaktické hry z matematiky posilňujúce pozornosť

### Samoobsluha

**Cieľ:** Upevniť pamäťové sčítanie, odčítanie, upevniť pozornosť

1. Žiaci ukladajú na lavicu makety mincí a bankoviek podľa zadania učiteľa.
2. Na magnetickej tabuli sú rozložené rôzne predmety /tovar/, žiaci ukladajú potrebnú sumu peňazí na lavicu, učiteľ vždy určí, ktorý tovar má žiak zaplatiť.

### Stratila sa čiapka

**Cieľ:** Cvičiť pohotovosť a postreh

**Postup:** Do hry je zapojená celá trieda. Každý žiak má svoje číslo/ napr. 20 žiakov – 20 čísel/. Učiteľ si na tabuľu zapíše čísla, hra začína slovami : „Stratila sa čiapka má ju číslo 7“. Žiak, ktorý má uvedené číslo, musí hneď reagovať: “Ja ju nemám, má ju číslo 13“.Z hry vypadáva ten žiak, ktorý neskoro zareaguje, alebo povie číslo, ktoré nehrá.



# ZÁKLADNÁ ŠKOLA

Klačno 4/2201, 034 01 Ružomberok



## Sčítací priatelia

**Cieľ:** Upevniť sčítanie čísel v hre, posilniť pozornosť

**Postup:** Učiteľ rozdelí medzi žiakov sčítance a ich súčty. Potom učiteľ povie niektoré sčítance a žiaci s týmito sčítancami sa postavia. Žiak, ktorý má príslušný súčet, sa postaví a doplní príklad. Hra sa môže hrať i opačne. Povie sa súčet a žiaci hľadajú sčítance.

## Snehulienka a sedem trpaslíkov

**Cieľ:** Precvičovanie pojmov prvý, posledný, pred, za, hneď pred, hneď za a pod., cvičenie pozornosti

**Postup:** Žiaci rozprávku poznajú /môžeme použiť i rozprávku O repe/ a ich úlohou bude odpovedať na otázku. Kto je prvý? Kto je posledný? Kto je hneď pred a pod.

## Z rozprávky do rozprávky

**Cieľ:** Reťazové počítanie – určiť konečný počet vecí / predmetov /, posilnenie pozornosti

**Postup:** Žiakom rozdáme vymyslenú rozprávku o princeznej a drakovi, ktorú zachráni princ. Princ odtína drakovi hlavy, ktoré opäť prirastú, odpadnú atď. Deti majú zdvihnúť kartičku s číslom správnej odpovede po troch – štyroch úkonoch.

## Kalkulačka

**Cieľ:** Precvičovanie sčítania a odčítania, cvičenie pozornosti

**Postup:** Žiaci dostanú na papieri číslice zvisle i vodorovne v rôznom poradí. Ich úlohou je zakrúžkovať dvojice čísel podľa zadania napr. číslo 17 /žiaci zakrúžkujú dvojicu čísel so súčtom 17/. Môžeme zadať úlohu aj na základe odčítania čísel, použiť môžeme i násobenie, delenie.

## Trikrát hádž

**Cieľ:** Precvičovanie sčítania a odčítania čísel v obore do 1000, zložiť a rozložiť trojčiferné alebo viacčiferné číslo, rozvoj pozornosti

**Postup:** Učiteľ hodí kocku trikrát za sebou. Prvé padnuté číslo predstavuje počet stoviek, druhé počet desiatok, tretie počet jednotiek. Žiaci číslo zapíšu. Potom sa hádže opäť trikrát, opäť sa zapíše trojčiferné číslo a zadá sa odčítanie alebo sčítanie.

## Počtári

**Cieľ:** Vedieť vymenovať stúpajúci a klesajúci číselný rad, rozvoj pozornosti

**Postup:** Žiaci sedia v lavici alebo v kruhu. Pred začiatkom hry sa dohodne, ktoré číslo alebo čísla nahradia slovom „bum“. Keď sa zvolí číslo 5, tak „bum“ hovoríme aj pri desiatkových resp. vyšších číslach končiacich na 5. Kto sa pomýli, vypadá z hry.

## Stavanie domčekov

**Cieľ:** Rozvíjať abstraktné, pružné a pohotové myslenie

**Postup:** Žiakom určíme číslo, napr. 135. Z jeho troch číslic majú vytvoriť číslo najväčšie a najmenšie a odčítať ich navzájom /vytvárajú tak domčeky/, úlohou žiakov je postaviť domček napr. s piatimi poschodiami.

**Vypracovala: Mgr. Katarína Peknušová, ZŠ Terchová**