

Základní škola

Podpora zaměření pozornosti prostřednictvím omezování smyslových podnětů

Jedná se o strategii v přístupu k žákovi s poruchou pozornosti a impulzivitou, kdy cíleně omezujeme množství podnětů, které by mohly působit rušivě a odvádět žákovu pozornost od aktuálně realizované činnosti. Strategii uplatňujeme od zjištění obtíží s pozorností (nejlépe od prvního ročníku).

Prostředí třídy a pracovní místo

Pro žáka volíme pracovní místo v přední části třídy a dále od okna, aby dění za oknem nepřitahovalo jeho pozornost. V tradičním uspořádání je vhodná např. první nebo druhá lavice v druhé řadě od okna, v uspořádání do U volíme místo nejbližší místu učitele, pokud možno zády k oknu. V zorném poli žáka směrem k tabuli omezíme trvalé umístění atraktivních vizuálních informací (plakáty, obrázky, modely atd.). Výzdobu směřujeme spíše do zadní části třídy.

Žáka také vedeme k tomu, aby na lavici měl jen to, co souvisí s aktuálně realizovanou výukou a vše, co v dané hodině nepotřebuje, bylo uklizené v lavici nebo ve školní tašce.

Při organizaci zasedacího pořádku bereme do úvahy osobnostní charakteristiky žáků ve třídě. Do lavice k žákovi volíme spolužáka klidnější přátelské povahy s dobře rozvinutými pracovními návyky, který nebude mít tendenci odvádět žákovu pozornost od realizované činnosti, ale naopak mu pomůže s jejím zaměřením. V některých případech může být dobrou volbou i osamocení žáka v lavici. Tuto možnost vždy zvažujeme v kontextu jeho zapojení v kolektivu. Žáka, který nemá vybudovanou pevnou síť přátelských vztahů, může osamocení v lavici od spolužáků ještě více izolovat.

Úprava učebních materiálů

K omezení nadbytečných podnětů v učebnicích používáme zakrývání částí, které nejsou aktuálně využívány. K tomuto účelu je vhodná karta ze čtvrtky, kterou si žák po zacvičení zakrývá v daný okamžik nepodstatné informace. Jsou-li využívány pracovní sešity k učebnici, je vhodnější kopie listů pracovního sešitu rozstříhat na jednotlivé úlohy a ty nalepit do samostatného sešitu tak, aby z počátku byl jeden úkol na stránce. Delší úlohy můžeme rozdělit na menší části a ty žákovi předkládat postupně (platí např. pro delší cvičení s početními příklady nebo přepis). Dbáme vždy na to, aby žák měl v sešitě dostatečný prostor pro přehledné vypracování úlohy.

Později, až bude mít žák fixované strategie postupů zpracování informací a řešení zadávaných úloh, můžeme množství prezentovaných informací zvyšovat. Podpoříme tím žákovu vlastní regulaci koncentrace pozornosti.

Pomůcky

K omezení zvukových podnětů v situaci, kdy se žák má soustředit na samostatnou práci v sešitě, pracovním listu nebo učebnici je vhodné nabídnout využití tlumících sluchátek. Ve třídách, kde se všichni žáci nevěnují současně jedné činnosti, by tato sluchátka měla být k dispozici ve více kusech, aby je mohli využívat všichni žáci, kterým mohou pomoci lépe se soustředit. Tyto pomůcky jsou velmi vhodné např. v malotřídních školách, kde jsou v jedné třídě žáci více ročníků. K podpoře zaměření pozornosti na čtený text lze využít záložku popř. záložku s výřezem, která podporuje pohyb očí zleva doprava (zakrývá přečtené).

Vedle uplatňování této strategie současně podporujeme posilování koncentrace pozornosti a odolnosti vůči rušivým podnětům. Toto posilování realizujeme zejména v rámci speciálně pedagogické nebo pedagogické intervence. Ve výuce jej uplatňujeme v situacích, které nemají vliv na vzdělávací výsledky žáka (např. zvětšujeme objem práce, která není hodnocena známkou) nebo formou her k trénování zaměření pozornosti (rozpoznávání zvuků v rušivém pozadí apod.)