

השלכות חינוכיות של בעיות קשב שונות ללמידה ולמתמטיקה

גלית שוורצמן

קשיי קשב וריכוז השלכות חינוכיות ומעשיות

תפקיד הקשב בלמידה - קשב מתמשך

הביטוי הלימודי

- הקשבה להוראות הניתנות על ידי המורה
- דיון בכיתה – המורה שואלת שאלה, הילדים עונים בהצבעה
- הקניית חומר בהרצאה פרונטאלית
- הסבר של פרוצדורה מתמטית ופתרון "בשלים"
- ביצוע פרוצדורה מתמטית ארוכה

קשב מתמשך – המלצות ספציפיות למתמטיקה

➤ בעת הקניית החומר לחלק את יחידת ההנחיה לשלבים

➤ שימוש בכרטיס ניווט לפתרון תרגילים / בעיות מילוליות המאפשר עבודה בשלבים והפסקות מתוזמנות

קשב מתמשך – המלצות ספציפיות למתמטיקה

➤ "פחות זה לפעמים יותר" (תרגול עודף לא תמיד עוזר ל-
(ADHD

➤ תרגול מגוון לחומר הלימוד: בעיות המחשה, משחק, אתרים באינטרנט, חיבור בעיות מילוליות ע"י התלמידים וכד'

➤ לנסות ולעודד תלמידים להגיב כמה שיותר ולשתף אותם במהלך הפתרון ופחות "להעתיק" את הפתרון למחברת.

קשב מתמשך – המלצות

➤ רצוי לחלק כל מטלה ליחידות קטנות / מצומצמות יותר (במסגרת הכיתה או הבית). כאשר משך היחידה יקבע בהתאם לילד ולאופי המטלה. בהדרגה להעלות את זמן העבודה.

➤ בעבודה פרטנית: לאפשר לילד הפסקות קצרות בין יחידות העבודה (תרגילים/בעיות) לדבר עימו ; לשתות כוס מים; לקלוע לסל 2 כדורים ; לשרבט ; לאכול וופל / עוגייה ; לצאת וללטף את הכלב / חתול; טאקי ; איקס עיגול/ איש תלוי וכד'.

קשב מתמשך – המלצות

➤ אופי ההפסקה תלוי בילד.

➤ הפסקה טובה היא כזו המאפשרת לילד לחזור חזרה לפעילות בצורה "חלקה".

➤ במבחנים – רצוי לתת לילד הפסקות קצרות או לפצל את המבחן. במידה ואין אפשרות לקבל את התנאים הללו – רצוי לתת תוספת זמן.

קשב מתמשך – המלצות

- במהלך העבודה יש להקפיד שהילד קשוב וממוקד בפעילות ולא "בורח" למחוזות אחרים.
חשיבותו של "חוזה עבודה".
- בכיתה: כאשר נראה כי הילד 'מתנתק' – להניח יד על כתפו, על-מנת להחזירו לקשב ללא הפניית תשומת לב שאר הילדים (למנוע בושה).
- רצוי שהילד ישב קרוב למורה. ניתן גם לקבוע סימן מיוחד בין הילד והמורה, כמו מחיאת כף / נקישה על הלוח / הגברת הקול וכד'. אם הילד יושב קרוב למורה – גם נגיעה בשולחנו יכולה לשמש כסימן.

קשב מתמשך – המלצות

➤ חשוב מאד לתת פידבקים חיוביים על הצלחות.
בייחוד על הצלחה להתרכז לפרקי זמן ארוכים יותר וכד'. למורה - את הפידבקים לתת לאחר השיעור (מיידיים), ולא לפני תלמידים אחרים.

קשב מתמשך – המלצות

➤ הבנייה – נדרשת מסגרת מובנית, ברורה, עם כללים וחוקים ולא למסגרת פתוחה.

גבולות משך הפעילות צריכים להיות מוגדרים וברורים.

לתכנן את השיעור / משימה כך שהילד יהיה עסוק במשימה תוך צמצום משך הזמן שבו יישאר זמן פנוי ללא מטרה מוגדרת.

ניתן להשתמש בשעון.

קשב מתמשך – המלצות

➤ שינוי בתגובה צריך לכלול תגובות אקטיביות בתוך השיעורים וביניהם. שינויים במטלות כוללים הוספת חדשנות במיוחד בשלבים מאוחרים של הביצוע (סיכום באמצעות מצגת, תרגול באמצעות משחק קצר, הבאת חפץ ממחיש (ניתן גם כפתיח לשיעור או כ"סוגר" נושא)).

תפקיד הקשב בלמידה - קשב סלקטיבי

הביטוי הלימודי

- תלמיד מבצע עבודת כיתה וברקע ילדים מדברים וצוחקים
- תלמיד כותב מבחן ובחוץ קולות ממשחק כדורסל
- קריאת פתרון אלגברי ארוך
- פתרון משוואות אלגבריות ארוכות
- מספרים דומים / היפוך מספרים

קשב סלקטיבי – המלצות ספציפיות למתמטיקה

- הצגה גראפית של תרגילים : שימוש בפונט מוגדל
וריוח מרבי בין כל תרגיל
- שימוש בדפים נקיים מגירויים ואם גירויים אז לא
מורכבים
- שימוש במרקר בעת פתרון משוואות / כינוס אברים
דומים / בעיות מילוליות / סימון סוגי סוגריים
- שימוש בדף חלק להפרדה בין תרגילים / בעיות
מילוליות

קשב סלקטיבי - המלצות

➤ לצמצום גירויים מסיחים בעת השיעור – רצוי להושיב את הילד קרוב למורה, ולא ליד חלון. כמו כן, לוודא שאין על שולחנו פריטים שיכולים להעסיקו.

➤ לצמצום גירויים מסיחים בעת עבודה – רצוי לספק לילד דפי עבודה ללא קישוטים / איורים / קריקטורות וכד', ואף עם טקסט בכתב גדול ומרווח יותר.

ניתן להשתמש בדף עם חלון, דף חלק כעזר לקריאה ולהתמקדות בעיקר.

קשב סלקטיבי - המלצות

➤ **מיקום התלמיד:** ליד המורה ולא ליד הדלת או החלון או ליד מקור רעש חיצוני (כמו למשל מאוורר של מחשב) או חזותי (תמונות ופלקטים).

➤ **מרחב:** מבנה כיתה "סגור" ולא "פתוח". במובן זה קבוצות ישיבה אינן מועילות!

קשב סלקטיבי - המלצות

➤ חשוב לתת פידבקים חיוביים על **הצלחות קטנות של התעלמות ממסיחים**, שבדרך-כלל היו מפריעים לו (לאחר השיעור, לא בנוכחות תלמידים אחרים).

➤ במבחנים – רצוי לספק לילד סביבה שקטה (אם אפשר: בחדר נפרד משאר הילדים, אך ללא דברים אחרים שיסיחו את דעתו)

חדר מורים זה לא המקום להעברת המבחן או המשכו!

תפקיד הקשב בלמידה - הכוונת קשב

הביטוי הלימודי

- מעבר בין פעילויות
- קריאת טבלאות
- הבנת "התנהגות" גראפית של פונקציות מתמטיות
- העתקה מהלוח / מהספר למחברת
- העתקת משוואות אלגבריות ארוכות

הכוונת קשב – המלצות ספציפיות למתמטיקה

➤ "פחות להעתיק – פחות טעויות"

עדיף לתת צילומים!

במקרה של קושי בהעתקה - רצוי לתת לילד אפשרות לצלם ממחברת של חבר, חומר שנדרש להעתיק מהלוח, במידה ולא הספיק.

חשוב לספק לו את הידע על קיומה של אפשרות כזו! (הרבה ילדים לא חושבים על כך בעצמם).

➤ במידה והילד מספיק להעתיק – רצוי לבדוק האם ההעתקה נכונה (לא החסיר חומר), ובמידה ויש צורך בהשלמה – לאפשר זאת. קריטי ביותר במקצועות הריאליים.

הכוונת קשב – המלצות ספציפיות למתמטיקה

➤ בעת הסבר תרגיל / בעיה לסמן בצבע או מרקר /
אצבע היכן אנו נמצאים כדי להקל על המעברים
ולמקם את הילד במקום הנכון

➤ סרגל אטום או דף לבן לסימון מיקום בעת העתקה

הכוונת קשב – המלצות ספציפיות למתמטיקה

➤ ללמד ילדים כיצד יש לקרוא טבלה / גרף פונקציה
ולחזור על ההסבר מספר פעמים

➤ ניתן לסכם ולהדגים את עיקרי הטבלה בסיכום קצר
בע"פ ובכתב או לחלופין לתת הקדמה לפני הצגת
הטבלה (כיצד נעשית ההצלבה בין שתי קטגוריות;
מטרת הטבלה; מה אנו נוכל להסיק מהטבלה וכד')

תפקיד הקשב בלמידה - שליטה ובקרה בקשב

הביטוי הלימודי

- ביצוע במשימות עמומות
- ביצוע במצבים חברתיים מורכבים
- זיהוי 'כללי משחק' והתנהגות על-פיהם
- פירוק עבודות מורכבות או נרחבות לשלבים
- תכנון בכלל ותכנון זמן בפרט למשל ארגון מסיבה/ מצגת לכיתה
- הכנה למבחן וביצוע המבחן
- פיתרון בעיות מילוליות במתמטיקה

בקרת קשב – המלצות ספציפיות למתמטיקה

➤ שימוש בכרטיס ניווט לפתרון תרגילים / בעיות
מילוליות המאפשר עבודה מאורגנת ובקרה על
שלבי העבודה

➤ להדגיש את חשיבותה של בקרה במהלך העבודה
ובסיומה

➤ להדגים מהי בקרה נכונה (איפוס המשוואה,
התייחסות לכמות ריאליות וכד')

בקרת קשב – המלצות ספציפיות למתמטיקה

➤ חשוב לשלב אלמנטים בולטים להפניית הקשב
לחלקים החשובים בבעיה (למשל הבלטה של
הוראה מרכזית בתרגיל)

בקרת קשב – המלצות

➤ **משחקים:**

נחש מי? צוללות "שעת העומס"
טאקי משחקי קלפים שולה המוקשים
רוורסי
משחקי אסטרטגיה למיניהם.

בקרת קשב – המלצות

➤ **תכנון הזמן** : ניתן להתחיל בהכוונה מפורשת לחלוקה יעילה של הזמן, ובהמשך רק לוודא כי הילד עושה זאת בעצמו.
ניתן להניח שעון על שולחן העבודה.

➤ במקרה של עבודה מורכבת או הוראות מורכבות – לוודא שהילד מבין את כל המרכיבים, ושהוא מתארגן נכון מבחינת זמן העבודה.

בקרת קשב – המלצות

➤ הנחיות קצרות, ברורות ומדויקות.

לא לתת הנחיות מעורפלות כמו "התכנן לשיעור"
אלא הסבירו למה אתם מתכוונים: להוציא ספר,
מחברת, כלי כתיבה, להביט אל הלוח וכד'.

בקרת קשב – המלצות

ניתן לחלק הוראה ארוכה לרצף הנחיות שנותנים לתלמידים / לילדים לחלקי משנה קטנים.

לדוגמא, הנחיה הניתנת לכלל הכיתה ומתייחסת לרצף פעולות (לקרוא את הפרק, לפתוח חוברת ולענות לשאלות המתייחסות לפרק, מי שמסיים שיעבור לפרק הבא יקרא ויענה על השאלות בחוברת המתייחסות לפרק זה וכיוצ"ב).
רצף כזה מבלבל ילדים עם ADHD והם עלולים להיכשל בניהול הזמן ובהשלמת המשימות.

לכן מומלץ לכתוב או לומר כל הנחיה בנפרד ולאפשר להם לבצע בהצלחה כל משימה.

ודאו שהילדים / תלמידים הבינו את כוונתכם ומה עליהם לעשות.

בקרת קשב – המלצות

➤ **לעזרה בבעיית ארגון** – ניתן לכתוב (או לדבר) ביומן את שיעורי בית וחובות אחרים וכן לציין את סדרי העדיפויות שלהם.

האחראים לרישום ביומן יהיו המורה / הילד. עם הזמן, ניתן להעביר את הרישום ביומן לאחריותו המלאה של הילד.

➤ במעבר בין מצבים שונים בכיתה (כמו במעבר מהקשבה לעבודה עצמית) – רצוי לתת לילד זמן להתארגן ולעזור לו במידת הצורך.

בקרת קשב – המלצות

לפני מבחנים:

➤ ספקו רשימה מסודרת של חומר הבחינה

➤ העניקו הנחיות לגבי:

1. הזמן הריאלי ללמידה יעילה למבחן

2. כיצד מומלץ ללמוד לבחינה

בקרת קשב – המלצות

במבחנים:

- רצוי לוודא שהילד מתארגן נכון מבחינת הזמן העומד לרשותו.
- בשאלות רבות-ברירה, כדאי לוודא שהילד קורא היטב את כל המסיחים לפני שהוא בוחר מביניהם. אפשרות נוספת היא לאפשר לו לכתוב את תשובתו בנוסף לבחירת התשובה הנכונה, או לספק נוסח עם שאלות פתוחות.

איך להתמודד עם אימפולסיביות והיפראקטיביות ?

➤ במקרה שהילד חסר מנוחה בכסא – ניתן לסכם עימו על פעולה שתאפשר לו להיות בתנועה, אך יחד עם זאת להקשיב. למשל: לנקות את הלוח, לקום ממקומו מידי פעם ולחזור לשבת וכד'.

➤ במבחנים – בשאלות רבות-ברירה, כדאי לוודא שהילד קורא היטב את כל המסיחים לפני שהוא בוחר מביניהם. או לאפשר לו לכתוב את תשובתו בנוסף לסימון.

איך להתמודד עם אימפולסיביות והיפראקטיביות ?

➤ ניתן לסכם עם הילד על פעילות שמותר לו לעסוק בה בעת הקשבה פסיבית, כמו: צביעת דגמים (רצוי לא ציור, כי אז יכול להיות "סיפור" מאחוריו, שיסיט את הקשב).

**דרושה לנו רק מעט סבלנות
ויצירתיות בכדי לעזור להם להצליח**

