

# KUPOZ Program pro rozvoj pozornosti

## Základní informace

- program je vhodný pro děti od 8 let (přibližně do 12 let)
- je určen pro děti s ADHD, pomalejším psychomotorickým tempem, neurotickými potížemi, poruchami učení apod.
- použití je vhodné i pro děti s hraničním intelektem
- těžiště programu je v domácí práci, kdy společně pracuje rodič s dítětem pod vedením odborníka (psycholog, speciální pedagog s platným osvědčením pro práci s metodou)
- trvání 15 týdnů, pracuje se denně 15 až 20 minut, 1x za 14 dní instruktáž u odborníka
- cena pracovních materiálů je 399 Kč, konzultace jsou v rámci působení psychologa na škole bezplatné
- cvičení jsou hravá a děti baví

## Výsledky

- zrychlení psychomotorického tempa, zklidnění křivky pozornosti
- zlepšení komunikace mezi rodičem a dítětem
- schopnost pravidelné práce
- zlepšení emočního vyladění a přístupu k práci
- zážitek úspěchu a zvýšení vědomí vlastní ceny
- odbourání časového stresu, celkové zlepšení při školní práci

## Princip programu

Program je založen na společné práci rodiče s dítětem. Dítě provádí každý den v týdnu po dobu maximálně 20 minut tři až čtyři cvičení. Ta jsou zaměřena na oblasti sluchového a zrakového rozlišování, dále pak na pojmové myšlení, na komunikační dovednost a na vlastnosti pozornosti. Důležité je, že je kladen důraz na udržení a přenášení pozornosti. Úkol z výše uvedených oblastí se každý den opakuje se stoupající obtížností. Další navazující lekce procvičuje stejnou oblast, ale jiným typem úkolu. Některé úkoly jsou časově limitované. Daná časová dotace poskytuje dítěti kontrolu vlastního výkonu, ukazuje, jak se zrychlilo, a tedy jak se učí řešení, také ale odstraňuje strach z časově limitovaných úkolů. Mnohdy se tato obava objevuje zejména v souvislosti se školními činnostmi, kde se nebere ohled na individuální pracovní tempo dítěte. Program KUPOZ pomáhá dítěti zvykat si na časový limit v situacích, které ho neohrožují. Program je hravý.

Podrobnější informace o programu naleznete na: <http://www.kuprog.cz/index.php/kupoz/>