

## Materiale – arbejdsbogen

**Opgave 6** Historie på ADHD-foreningens hjemmeside: *Alle er gode til noget.*

Følg linket [https://adhd.dk/wp-content/uploads/sites/2/2014/11/140948-ADHD\\_-\\_minibog\\_som\\_PDF.pdf](https://adhd.dk/wp-content/uploads/sites/2/2014/11/140948-ADHD_-_minibog_som_PDF.pdf)

**Opgave 11** Historierne udgivet af Jannsen-Cilag A/S

*Du er klog som en bog Sofie!* Følg link eller pdf

*Så er jeg alligevel en klog dreng!* siger Lucas. Følg linket eller pdf

**Opgave 12** YouTube-film *Kender du det?* Følg linket [https://adhd.dk/materiale\\_cat/film-om-adhd/adhd-kender-du-det/](https://adhd.dk/materiale_cat/film-om-adhd/adhd-kender-du-det/)

Ekstra til opgave 12:

*ADHD for mig.* YouTube-film lavet på opfordring af adhd-foreningen. Følg linket [https://www.youtube.com/results?search\\_query=adhd+for+mig](https://www.youtube.com/results?search_query=adhd+for+mig)

Det uorganiserede barn - sådan takler du det som lærer eller pædagog. YouTube-tegnefilm. Følg linket <https://www.youtube.com/watch?v=J1IpfBXfJwM>

**Opgave 14** Kendte dansker på ADHD-foreningens hjemmeside. Følg linket <https://adhd.dk/foreningen/ambassadoerer/>

**Opgave 27** *ADHD for mig.* YouTube-film lavet på opfordring af adhd-foreningen. Følg linket [https://www.youtube.com/results?search\\_query=adhd+for+mig](https://www.youtube.com/results?search_query=adhd+for+mig)

## Opgave 34: strimler

OPGAVE

34

35

36

### Min impulsivitet Hvordan styrer jeg min impulsivitet? Strategier, der kan styre min impulsivitet

#### Formål

At øge barnets bevidsthed om, at det selv kan gøre noget for at overkomme sine vanskeligheder med impulsivitet.

#### Indhold og materialer

Opgave 34, 35 og 36. Opgaverne 34 og 36 findes også digitalt på begernes hjemmeside, se side 4.

#### Vejledning

Til opgave 34 har du nedenstående liste, der ligger på begernes hjemmeside. Du kan printe den ud og klippe den i strimler, så barnet skal forholde sig til et statement ad gangen. Det varierer opgaveforløbet og er noget, mange børn med ADHD sætter pris på.

Jeg har svært ved at vente på min tur, når jeg er i klassen.

Jeg har svært ved at huske at række fingeren op og vente på, at læreren spørger mig.

Jeg har svært ved at vente, hvis der er noget, jeg glæder mig til.

Jeg undgår at stå i kø, fordi jeg har svært ved at vente.

Jeg kommer til at sige det, jeg tænker, og fortryder det bagefter.

Jeg har svært ved at vente med at gøre det, jeg kommer i tanker om.

Jeg kommer til at afbryde andre, der taler.

Jeg kommer til at svare andre, før de er færdige med at stille mig et spørgsmål.

## Ekstramateriale – vejledningen

**Opgave 24 og 25** Artiklen Åbenhed skaber forståelse af Charlotte Andersen. Følg linket: [www.adhd.dk/r/wp-content/uploads/sites/2/2014/11/Åbenhed-skaber-forståelse.pdf](http://www.adhd.dk/r/wp-content/uploads/sites/2/2014/11/Åbenhed-skaber-forståelse.pdf)

**Opgave 26** Materiale til klasseundervisning Viden om ADHD gennem øvelser og leg. Følg Linket link: <http://www.adhd.dk/wp-content/uploads/sites/2/2014/11/viden-om-ADHD-gennem-%C3%B8velser-og-leg.pdf>

**Opgave 29** Pjecen 25 råd og redskaber til lærere og pædagoger, hvori du kan læse om undervisningsmateriale, tilrettelagt for klassen ud fra de mest brugte metoder til børn med ADHD i skole- og fritidssammenhæng. Følg linket: [www.adhd.dk/wp-content/uploads/sites/2/2014/12/Lærerguide.pdf](http://www.adhd.dk/wp-content/uploads/sites/2/2014/12/Lærerguide.pdf)

**Opgave 31** Artiklen ADD – Den stille ADHD. Følg linket: [www.adhd.dk/wp-content/uploads/sites/2/2014/06/Mere-om-ADD.pdf](http://www.adhd.dk/wp-content/uploads/sites/2/2014/06/Mere-om-ADD.pdf)

## Mere viden om ADHD

Der findes rigtig meget viden om ADHD. Generelt kan vi anbefale at orientere dig på ADHD-foreningens hjemmeside, da de er meget opdateret på området.

[www.adhd.dk](http://www.adhd.dk)

Dette er ADHD-foreningen i Danmarks hjemmeside. En vigtig del af ADHD-foreningens arbejde er at sprede viden om ADHD til mennesker med ADHD, deres familier, de professionelle. Siden er opdateret løbende.