

KOM IHÅG VILD & STILLA- TIMMEN

OCH SÄTT FOKUS PÅ ADHD

I "Vild & Stilla-timmen" kan ni fokusera på oro i kroppen och koncentrationssvårigheter. Med tre enkla lekar kan eleverna se hur ostyrig kroppen kan vara – och tillsammans kan ni upptäcka hur man skapar plats både för "den vilda" och "den stilla". Timmen slutar med att ni kommer överens om tre regler för hur ni hanterar detta i din klass.

Materialet finns för utskrift på www.levamedadhd.se



VILD & STILLA