

Gemeinsam Kinder mit ADHS im Schulalltag begleiten

Fragebogen für Lehrkräfte und Eltern im Austausch

Protokoll der Absprache am: Anwesend:

Name des Kindes: Klasse:

..... zeigt besondere Stärken in folgenden Bereichen:

..... arbeitet besonders gut, wenn:

Besonders motivierend wirken:

Individuelle Unterstützung im Unterricht

 bitte ankreuzen, was für das Kind im Schulalltag hilfreich sein könnte



Organisation und Selbstmanagement

- ☐ Arbeitsblätter werden direkt im Unterricht eingeordnet (z. B. gemeinsam einkleben)
- ☐ Materialien werden gemeinsam strukturiert (z. B. „aktuelles Blatt immer vorne“, Farbuordnung)
- ☐ Tafelabschriften werden überprüft (z. B. kurzer Abgleich mit Nachbarn oder Lehrkraft)
- ☐ Eintragungen im Hausaufgabenheft werden begleitet (z. B. am Stundenende gemeinsam kontrollieren)



Planung und Struktur

- ☐ Einsatz von Zeitstrukturen (z. B. Timer / Sanduhr sichtbar auf dem Tisch)
- ☐ Nutzung von Visualisierungen (z. B. Piktogramme für Arbeitsphasen an der Tafel)
- ☐ reduzierte Textmenge bei Bedarf (z. B. vereinfachte Aufgabenstellung oder Stichpunkte)



Aufmerksamkeit und Arbeitsverhalten

- ☐ Sitzplatz mit wenigen Ablenkungen (z. B. vorne, nicht am Fenster oder Türbereich)
- ☐ gezielte Sitznachbarschaft (z. B. ruhiger, strukturierter Mitschüler)
- ☐ nonverbale Signale (z. B. Blickkontakt, kurzes Antippen, vereinbartes Zeichen)
- ☐ Möglichkeit zum Lärmschutz (z. B. Kopfhörer in Stillarbeitsphasen)



Umgang mit Unruhe und Stress

- ☐ kurze Bewegungsmöglichkeiten (z. B. Botengänge, Aufstehen am Platz)
- ☐ Nutzung von Hilfsmitteln (z. B. Stressball, Knetmasse, Gummiband am Stuhl)
- ☐ Rückzug im Klassenraum (z. B. ruhige Ecke, Nebenplatz)
- ☐ alternative Rückzugsorte (z. B. Flur, Ruheraum, kurz Seilspringen)



Allgemeine unterstützende Rahmenbedingungen

- klare Strukturen und Abläufe (z. B. immer gleicher Stundenbeginn)
- visualisierte Unterrichtsschritte (z. B. Tagesplan an der Tafel)
- regelmäßige Bewegungspausen (z. B. kurze Aktivierungsübungen nach 20 Minuten)
- Entspannungsphasen (z. B. Atemübungen, kurze Fantasiereise)



Unterstützung bei Leistungsnachweisen

- ☐ ruhige Arbeitsumgebung (z. B. Nebenraum oder Kopfhörer)
- ☐ klare Aufgabenstellungen (z. B. kurze, eindeutige Arbeitsaufträge)
- ☐ Aufgaben in Abschnitte teilen (z. B. Blatt zerschneiden oder markieren)
- ☐ angepasste Bearbeitungszeit / Umfang (z. B. weniger Aufgaben oder mehr Zeit)
- ☐ alternative Leistungsformen (z. B. mündliche Abfrage statt schriftlich)
- ☐ zusätzliche Übungsmöglichkeiten (z. B. freiwillige Zusatzaufgaben)



Unterstützung beim häuslichen Lernen

- ☐ zeitliche Begrenzung: _____ Minuten (z. B. Timer stellen und danach bewusst beenden)
- ☐ digitale Hausaufgabenübermittlung (z. B. Schulplattform, E-Mail)
- ☐ Infos zu Tests im Voraus (z. B. Wochenplan, Kalender-App)
- ☐ Lernpartner / Lernpatenschaft mit _____
- ☐ Verantwortungsbereich der Eltern: _____



Reflexion und Rückmeldung

- ☐ kurze Rückmeldungen im Alltag (persönliches Feedback nach dem Unterricht)
- ☐ regelmäßige Reflexion (z. B. Wochenziel besprechen, positiv stärken)
- ☐ feste Kommunikationswege mit den Eltern (z. B. Mitteilungsheft, E-Mail)



Weitere individuelle Absprachen:

Unterschrift aller Beteiligten: _____



MEIN KIND IST RICHTIG

Rike Ringeis Coaching - Systemische Familientherapeutin

