

# Hjälpmedel för tidshantering

---

## Mål

Målet med stödmetoden är att hjälpa eleven att bli bättre på att uppfatta tidsåtgången med hjälp av en timer.

Det finns olika timer i form av appar på mobilen eller pekplattan. Det enklaste är att använda en äggklocka eller väckarklocka som timer.

Det är viktigt att göra det tydligt för eleven hur mycket tid hen har på sig för att utföra en viss uppgift. Det hjälper eleven att förbereda sig inför nästa uppgift eller aktivitet.

## Anvisning

Välj ut en timer för övningen. En timer som i rött visar hur mycket tid som återstår är ofta effektiv för att påminna eleven om hur mycket tid hen har på sig.

Ställ in timern på den tid som eleven har för att utföra uppgiften.

Ge en muntlig anvisning, såsom: Du har 20 minuter på dig att göra den här uppgiften. Sedan går vi och äter. När tiden på timern tar slut har det gått 20 minuter. Lägg sedan undan böckerna i ryggsäcken före du går och tvättar händerna.

Påminn eleven när det är fem minuter kvar. På det sättet kommer övergången till nästa uppgift inte som en överraskning för eleven.

När du ger anvisningar till eleven ska du undvika vaga beskrivningar såsom "snart" eller "strax". Det är inte säkert att eleven uppfattar hur lång tid det handlar om.