



Övning: Ett steg i taget

Mål

Målet med övningen är att hjälpa barnet att göra dagliga sysslor från början till slut. Övningen kan gradvis stödja barnet att agera mer självständigt.

Anvisning

Skriv ut korten Ett steg i taget på följande sida eller skapa egna.

Exempel 1: Påklädning ett steg i taget.

Anteckna det som ska göras.

Först - Klä av dig din pyjamas.

Sedan – Klä på dig strumpor och underbyxor.

Slutligen – Klä på dig skjorta och långbyxor.

Exempel 2: Att gå ut på rast ett steg i taget

Först – Gå från klassen till garderoben.

Sedan – Lägg inneskorna på sin plats.

Sedan – Klä på dig jackan, mössan, handskarna och skorna.

Slutligen – Gå ut på gården.

Försök och observera:

Prova på att dela upp aktiviteter aktivt i 2–4 veckor.

- Förändrades något? Hur märks förändringen?
- Har något i er vardag blivit lättare?
- Är sättet ni valt för genomförandet bra?
- Borde någon annan metod testas?
- Vilka utmaningar har ni stött på under övningen?



FÖRST

SEDAN

TILL SLUT