



# Övning: Övning: Alternativ plan

---

## Mål

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

## Anvisning

Skriv ut kortet Ett steg i taget från PDF-filen eller skapa det själv.

### 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 märker du 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