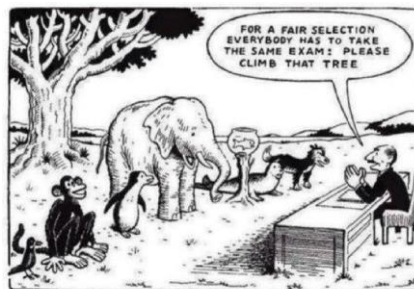


WORKSHOP på Nafo seminar 2015

Treningsperm og gjennomføring av trening

23 april 1015, kl. 15.00 – 19.00



Our Education System

"Everybody is a genius. But if you judge a fish by its ability to climb a tree, it will live its whole life believing that it is stupid."

- Albert Einstein

Marita Kvia, Spesialpedagog i Lier kommune

Hanne Thorhallsson, Spesialkontakt og Spesialpedagog i Lier kommune

Hanne Augland, Senter for tidlig intervensjon

Ukeregistrering _____

Det er hensiktsmessig å ha dokumentasjon på om barnet får de assistenttimer og spesialpedagogtimer som barnet har rett på, og også og ha denne informasjonen samlet en plass. Skriv initialer på de timene det har blitt trent. Hvis X er syk eller andre grunner ikke er i barnehagen skriv det i rubrikken. Hvis assistent eller spesialpedagog har vært syk så skal det skrives i rubrikken.

	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
08.00 – 08.30					
08.30 – 09.00					
09.00 – 09.30					
09.30 – 10.00					
10.00 – 10.30					
10.30 – 11.00					
11.00 – 11.30					
11.30 – 12.00					
12.00 – 12.30					
12.30 – 13.00					
13.00 – 13.30					
13.30 – 14.00					
14.00 – 14.30					
14.30 – 15.00					
15.00 – 15.30					
15.30 – 16.00					
16.00 – 16.30					
Antall timer og minutt hver dag.					

Uke _____

HVA SKAL TRENES PÅ?	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG	FREDAG
Instrukstrening					
Imitasjon av bevegelser					
Imitasjon av lyder/ord					
Regelstyring					
Klokken					
Svare på spørsmål					
Preposisjoner					
Hukommelse					
Fysioterapi					
Farger					
Handinger					
Klippe					
Lage eget treningsprogram					
Evaluering av workshop					
Ekstra:					
Har Hanne T trent dere?					
Har Hanna A gitt ros til deg?					
Har du fått noe godt av Marita?					

Instrukstrening

Instrukstrening kan gjøres morsom. Det lærer barna å følge instruksjer, blikk-kontakt, konsentrasjon. De voksne skal gjøre treningen morsom.

10 eksempel

1. Ta på hodet
2. Ta på nesen
3. Ta på gulvet
4. ta på hodet
5. Ta på kne
6. Si hei
7. Si Bø
8. Si Nei
9. Si ja
10. Si sau

Etter hvert kan en utvide med to instruksjer

10 eksempel

1. Ta på hodet og hopp
2. Ta på nesen og si hei
3. Ta på kne og reis deg opp
4. Ta på tå og nese
5. Stå på stolen og klapp
6. Sett deg på gulvet og hold opp hendene
7. Legg deg ned på ryggen og ta opp føttene
8. Sett deg på stolen og si JAAAAAAA
9. Klapp i hendene og si Nei
10. Hopp og stå på stolen

Videre kan en utvide til å øke avstanden.

10 eksempel

1. Løp bort dit og tilbake igjen
2. Hopp bort dit og tilbake igjen
3. Kryp bort dit og løp tilbake igjen
4. Gå baklengs bort dit og tilbake igjen
5. Kryp som en edderkopp dit og tilbake igjen
6. Kom bort hit: Si hei til alle og gå tilbake igjen
7. Stå på stolen, hopp ned og sett dere ned
8. Kom bort hit, ta high five på meg, og løp tilbake igjen
9. Hent dukken som ligger der og løp tilbake igjen

10. Løp bort og bank i veggen og løp tilbake igjen

En kan utvide vanskelighetsgraden ytterligere med flere instruks

1. Løp bort dit, hopp ned av stolen (som er plassert der) og kryp tilbake igjen
2. Gå baklengs bort dit, bank i veggen og kryp som en edderkopp tilbake igjen
3. Kom til meg, si hei til meg, gå baklengs tilbake igjen

All instruks trening kan kombineres med for eksempel imitasjonstrening, regelstyring, uttale og så videre.

Instrukstrening skal etter hvert gå over til å gjelde i naturlige situasjoner.

Eksempel på registreringsark

Instruks	Dato +/-							

UKE/dato	Hvordan gikk det?	SIGN
14.05.14	Per dags dato (01.10.13) så kan det være en utfordring for X å følge instruks. Han kikker ikke alltid på den voksne, og fortsetter med det han holder på med. Det er hensiktsmessig at X lærer først å kunne følge beskjeder/ instruks. Det er greit og særtrene på instruks i alle typer grupper, både større og mindre grupper.	MK
15.05.14	Jeg har prøvd meg på ett ledds instruks. Han vil ikke. Jeg er usikker på om han forstår hva han skal gjøre. Jeg vil ha veiledning på hvordan jeg skal gjennomføre treningen.	HT
21.05.14	Vi har vært sammen og prøvd ut hvordan treningen skal gjennomføres. X har så kort konsentrasjonsspenn at en kan kun trene 1-2 instruks før en må ha en pause/skifte i aktivitet. Vi innfører tegnøkonomisystem. Til neste uke prøv på ulike instruks, gjerne på avdelingen i naturlige situasjoner. Det kan være at vi må både vise (imitasjonsprompt) og håndlede. Da blir det vi vil skal være å følge en instruks kanskje en imitasjon, men det gjør ikke noe. Se eget imitasjonsprogram.	MK og HH

Imitasjon av lyder/ord

Skriv + for mestring, - for ikke mestring, / for antydning til riktig, eventuelt hvilken lyd barnet sier.

Tester dato:

VOKALER					
A					
E					
I					
O					
U					
Y					
Æ					
Ø					
Å					

KONSONANT					
B					
C					
D					
F					
G					
H					
J					
K					
L					
M					
N					
P					
Q					
R					
S					
T					
V					
W					
X					
Z					

Regelstyring

Det å særtrene på regler, kan gjøre det lettere å følge regler i naturlige situasjoner. Barna lærer å følge med på hva den voksne sier og å gjennomføre det. Det går an å gjennomføre treningen på en måte som gjør at barna synes det er kjekt. Denne typen trening er god trening for alle barn og god forberedende trening til barn skal begynne på skolen.

Det kan være hensiktsmessig i å starte trening med å følge instruksjoner – se eget ark. Når barna klarer dette, så kan en utvide treningen med regelstyringstrening. Til å begynne med er det greit og ikke være så mange på en gang. Et tips er å lære 2-6 barn å følge beskjeder, før en tar med flere barn.

Regelstyringstreningens programmet er bygd opp slik at en gradvis øker vanskelighetsgraden på reglene som blir gitt. Det er bedre med for mange repetisjoner enn for lite før en går videre til neste trinn.

I regelstyringstrening er det viktig at den voksne varierer mest mulig på reglene. Dette er for å unngå at barna «husker» igjen gamle regler, og ikke bare følger det som den voksne har sagt. Her er de fire første trinnene.

Trinn 1. Når jeg.....skal du.....! (og med 5 sekund opphold).

For eksempel; Når jeg klapper i hendene, så må du reise deg opp!

Forklaring på gjennomføring; Når den voksne har sagt regelen, så venter han 3-5 sekund før han klapper i hendene. Da skal barna huske at de skal reise seg opp.

Trinn 2. Når jeg.....Skal du! (Med 5 sekunds opphold og reversering).

For eksempel: Når jeg tar på nesen, så skal dere ta på hodet.

Forklaring på gjennomføring: Når den voksne har sagt regelen, så venter han i 3-5 sekund før han gjør det motsatte av det han har sagt, altså i dette tilfellet at den voksne tar på hodet. Da skal barnet lære at de skal gjøre det motsatte av det den voksne har sagt.

Trinn 3. Når jeg sier..... så skal dere si.....! (Med 5 sekunds opphold).

For eksempel: Når jeg sier BØ så skal dere si NEI.

Forklaring på gjennomføring: Når den voksne har sagt regelen, så venter han i 3-5 sekund før han sier BØ. Da skal barna huske at de skulle si NEI.

Trinn 4. Når jeg sier.....så skal du i.....! (Med 5 sekunds opphold og reversering).

For eksempel: Når jeg sier JA, så skal dere si BANAN.

Forklaring på gjennomføring: Når den voksne har sagt regelen, så venter han i 3-5 sekund før han gjør det motsatte av det han har sagt, altså i dette tilfellet at den voksne sier BANAN. Da skal barnet lære at de skal gjøre det motsatte av det den voksne har sagt.

Lære analog klokke

1. Benevne hel time.
2. Benevne halve timer.
3. Veksle mellom hel og halv med benevning.
4. Benevne kvart på.
5. Veksle mellom benevning hel, halv og kvart på.
6. Benevne kvart over.
7. Veksle mellom benevning hel, halv, kvart på og kvart over.
8. Benevne ti på hel time.
9. Veksle mellom benevning av hel, halv, kvart på, kvart over og ti på hel time.
10. Benevne ti over hel time.
11. Veksle mellom alle lærte tidspunkter.
12. Benevne ti på halve timer.
13. Veksle mellom alle lærte ferdigheter.
14. Benevne ti over halve timer.
15. Veksle mellom alle lærte ferdigheter.
- 16.** Benevne 5 på hele timer.
17. Veksle mellom lærte ferdigheter.
- 18.** Benevne 5 over hele timer.
- 19.** Veksle mellom alle lærte ferdigheter.
20. Benevne 5 på halve timer.
- 21.** Veksle mellom lærte ferdigheter.
- 22.** Benevne 5 over halve timer.
- 23.** Sette klokken på ti på halv time
- 24.** Veksle mellom alle lærte ferdigheter.
- 25.** Selv stille klokken på alle lærte trinn. Presisjonsnivå 5 minutter.

Svare på spørsmål

X kan per dags dato ikke svare så bra på ulike spørsmål. Han svarer heller ikke alltid i setning.

Vi begynner med ti enkle spørsmål som han skal svare på i setning. Til å begynne med så begynner vi med de tre første spørsmålene. Når han svarer på de i setning, så kan vi utvide med neste spørsmål.

Registreringen nedenfor er ment for testing første uken for å se om han klarer det eller ikke. Skriv + hvis han klarer å svare i setning (ikke perfekt uttale) og skriv – hvis han ikke svarer i setning eller ikke svarer.

Vi loggfører hvordan denne treningen går hver dag. Se nedenfor

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	%
1	Hva heter du? (Jeg heter Kine)											
2	Hvor gammel er du? (Jeg er fem år)											
3	Hva heter mor? (Mor heter Rønnaug)											
4	Hva heter far? (Far heter Steinar)											
5	Hva heter søsteren din? Hun heter Linda)											
6	Hva heter hundene deres? (De heter prince og king)											
7	Hvor bor du? (Jeg bor i trollkleiva)											
8	Hva heter barnehagen? (Den/ barnehagen heter Eikenga)											
9	Hva heter avdelingen du går på? (Den heter Marihøna)											
10	Hva heter jeg? (Du heter Marita)											

Preposisjoner

1. A legger et objekt på instruks på følgende plasser: oppå, under, mellom, ved siden, bak, fremfor
2. A kan stille seg selv på instruks på følgende plasser: oppå, under, mellom, ved siden, bak, fremfor

Testet:

	Trinn 1 – legge et objekt på rett plass	Trinn 2 – stille seg selv på rett plass
Oppå		
Under		
Ved siden		
Bak		
Fremfor		

Testet:

	Trinn 1 – legge et objekt på rett plass	Trinn 2 – stille seg selv på rett plass
Oppå		
Under		
Ved siden		
Bak		
Fremfor		

Testet:

	Trinn 1 – legge et objekt på rett plass	Trinn 2 – stille seg selv på rett plass
Oppå		
Under		
Ved siden		
Bak		
Fremfor		

Hukommelsetrening

Trinn 1. Legg en ting oppi en kasse fem meter fra bordet. Si at barnet skal løpe bort og se hva som er oppi kassen. Når barnet har satt seg så spør trener «Hva ligger i kassen?»

Trinn 2. Legg to ting oppi kassen fem meter fra bordet. Si at barnet skal løpe bort og se hva som er oppi kassen. Når barnet har satt seg så spør trener «Hva ligger i kassen?»

Trinn 3. Legg tre ting i kassen fem meter fra bordet. Si til barnet skal løpe bort og se hva som er oppi kassen. Når barnet har satt seg ned så legger trener inn en distraksjon. Eks: Hva heter du? Og så deretter spør: «Hva ligger i kassen?»



Fysioterapiøvelser uke _____

Alle 13 øvelsene skal trenes minimum ti repetisjoner/ en økt hver dag når assistent eller spesialpedagog er her. Når en har gjennomført hver enkelt øvelse med minimumskravet, så skal en krysse ut i rubrikken til høyre. Det er en rubrikk for hver dag. Eks på minimumskrav: Når barnet skal kaste ball, så skal han minimum kaste ballen 10 ganger. Når han skal klippe med saks, så kan han klippe minimum 10 biter/ eller vanskeligere oppgaver som å klippe etter en strek. Når barnet skal gå i trappen, så kan han gå opp og ned trappetrinna. Når barnet skal tre perler på en snor, så kan han tre ti perler på snoren.

Disse øvelsene er gode oppgaver å gjennomføre i grupper. Skriv på loggark bak.

		m	t	o	t	f
1	BALANSETRENING: Stå på en fot, balansere, gå på sansematter, få på kanten av sandkassen, klatre					
2	KASTE STOR BALL: Skal kaste overarm, over hodet.					
3	KASTE LITEN BALL: Skal kaste overarm, over hodet.					
4	LEKE MED BALLONG: Trene øye-hånd koordinasjon. Både leke alene og sammen med andre med å slå ballongen til hverandre.					
5	KLIPPE MED SAKS: Trene på holdegrep. Foreløpig virker det med høyre hånda, tommel i et hull og peke og langefinger i et annet hull.					
6	BLYANTGREPET: tegne, korrigere blyantgrepet, se egne ark for å følge han som skal sykle hjem					
7	HOPPE MED BEGGE FØTTENE					
8	TRE PERLER PÅ EN SNOR: Store perler					
9	GÅ I TRAPP: må gå annen hvert trappetrinn ned trappa og også gjøre det litt seint for å styrke muskler i lår.					
10	SPARKE BALL: Både trene på å sparke med yttersiden og innsiden av foten.					
11	BYGGE MED SMÅ LEGO: styrke finmotorikk. Til å begynne med er det nok at han skal sette de oppå hverandre.					
12	LEGG SMÅ PERLER I EN BOKS					
13	STYRKE HOFTEMUSKEL: Ligge på ryggen med ball mellom lårene, og måtte klemme 10 ganger.					

Reg.ark på begreper i kategori: FARGER

Testet:

Farge	Matching (+/-)	Gi meg? (+/-)	Hvilken farge er det?
Gul			
Rød			
Svart			
Grønn			
Hvit			
Blå			

Testet:

Farge	Matching (+/-)	Gi meg? (+/-)	Hvilken farge er det?
Gul			
Rød			
Svart			
Grønn			
Hvit			
Blå			

Testet

Farge	Matching (+/-)	Gi meg? (+/-)	Hvilken farge er det?
Gul			
Rød			
Svart			
Grønn			
Hvit			
Blå			

Testet:

Farge	Matching (+/-)	Gi meg? (+/-)	Hvilken farge er det?
Gul			
Rød			
Svart			
Grønn			
Hvit			
Blå			

Handlinger

Testet:

Handlinger	Matching (+/-)	Gi meg? (+/-)	Hva gjør han/hun/de?
Ake			
Bade			
Pusse tenner			
Spise			
Løpe			
Sove			
Kjøre bil			
Drikke			
Sykle			
Skrive			
Hoppe			

Testet:

Handlinger	Matching (+/-)	Gi meg? (+/-)	Hva gjør han/hun/de?
Ake			
Bade			
Pusse tenner			
Spise			
Løpe			
Sove			
Kjøre bil			
Drikke			
Sykle			
Skrive			
Hoppe			

Testet:

Handlinger	Matching (+/-)	Gi meg? (+/-)	Hva gjør han/hun/de?
Ake			
Bade			
Pusse tenner			
Spise			
Løpe			
Sove			
Kjøre bil			
Drikke			
Sykle			
Skrive			
Hoppe			

Klippe

Per dags dato så kan X klippe, men han holder ikke saksen riktig.

Vi begynner trening på dette.

Trinn 1. X skal holde rett saksegrep. Trener leverer saksen til X rett veg.

Trinn 2. X skal holde rett saksegrep. Trener leverer saksen til X feil veg.

Trinn 2. X skal holde rett saksegrep når han selv tar saksen fra bordet.

Trinn 3. X holder riktig saksegrep, holder et ark i venstre hand og klipper arket i to

Trinn 4. X klipper ut sirkel, firkant og trekant

Eks på trinn 1: Trener sitter bak X og gir han saksen rett veg slik at det er lett for han. Han må holde saksen riktig. Gjør dette ti ganger.

Eks på trinn 2. Gi X saksen feil veg, og få han til å ta i fingrene riktig fem ganger.

Eks trinn 3. Legg saksen feil veg på bordet, og si han skal ta opp saksen riktig.

Prompting (hjelpe-) prosedyrer

1. **Verbale instruksjer** (Kan både vær verbale og ikke-verbale instruksjer som skrevne ord, tegn, bilder. Kan være vanskelig å fade ut).
2. **Modellering** (krever imitasjonsferdigheter, blikk-kontakt og konsentrasjon. Her kan en rekonstruere og si at de skal gjøre det helt selv).
3. **Fysisk håndledning** Eks med å ta ut av oppvaskmaskinen, lære noen å spise selv, etc. men også som et bra alternativ til verbal instruks. Mål er å fade ut, og med fysisk håndledning så kan en gradere håndledelsen etter hvert.
4. **Stimulus prompts:** kan være bevegelse (stille seg slik at det er lettere å se hvilken veg du skal gå, posisjon).

Oppgave:

Lag et treningsprogram selv + et registreringsark/loggark

Kontaktinformasjon

Hvis det er noe dere lurer på, ønsker tilsendt wordfiler med treningsprogram/registreringsark, vil sende forespørsel om workshop/foredrag så ta kontakt med oss☺

Marita Kvia, Spesialpedagog i Lier kommune

Tlf: 48357971

Maritakvia@hotmail.com

Hanne Thorhallsson, Spesialkontakt/Spesialpedagog i Lier kommune

Tlf: 95029985

Hanne.thorhallsson@gmail.com

Hanne Augland, Senter for tidlig intervensjon

Tlf: 90950962

Augland.hanne@gmail.com

Evaluering av workshop i treningsperm og trening

Hva jobber du som/med? _____

Sett et kryss i rubrikken på skala 1-5 (1=dårlig, 2=noe er dårlig, 3= greit nok, 4=bra, 5=fantastisk).

	1	2	3	4	5
Hva syns du om workshoppen i sin helhet?					
Hva syns du om at vi trente dere?					
Hva syns du om foreleserprestasjonene?					
Hva syns du om treningspermen i sin helhet?					
Hva syns du om treningsprogrammene?					
Hva syns du om måten å registrere på?					
Hva syns du om veiledningen du fikk?					
Hva syns du om å skulle lage ditt eget treningsprogram/reg.ark?					
Hva syns du om videoene?					
Hva syns du om øvelsene dere gjorde?					

	JA	NEI
Var det verdt det å komme på denne workshoppen?		
Lærte du noe du ikke visste fra før?		
Kan du bruke noe av dette i ditt arbeid?		
Vil du anbefale treningspermen til andre?		
Skulle du ønsket av det var flere praktiske øvelser?		
Var det lett å forstå det vi fortalte?		

Har du noen kommentarer/tilbakemeldinger utover det du har krysset av på? (Noe vi kunne gjort bedre? Noe som var spesielt bra? Annet?)

Tusen takk 😊