

# INKLUDERANDE VERKSAMHET MED NPF-ANPASSNING SOM MODELL

START

1

## Hur ska vi anpassa verksamheten?

I detta steg tittar vi på hur vi ska anpassa de olika momenten vid träningstillfället:

- Inför ett träningspass
- Vid starten av ett träningspass
- I slutet av ett träningspass
- Efter ett träningspass
- Vid konflikter

Under det här arbetspasset rekommenderar vi att man delar in sig i mindre grupper där varje grupp arbetar med ett av momenten ovan. Utgå ifrån frågeställningarna som är kopplade till respektive moment.

2

## Inför ett träningspass?

- Hur ser vår miljö ut och vad har vi för förutsättningar
- Hur skapar vi inlussningsgrupper som är välkomnande i vår förening?
- Hur möter vi barnen när de kommer till oss?
- Hur är vi förutsägbara ledare?
- Hur tar vi emot nya föräldrar?
- Har vi framförhållning, struktur, tydlighet i alla våra delar?
- Hur anpassar vi utifrån vår förening och dess möjligheter?

### Tips inför ett träningspass

- **5-minuters-regeln:** Lägg 5 minuter på barnets vårdnadshavare och fråga om det är något du som ledare behöver veta om deras barn.
- Engagera föräldrarna i föreningen, så att de kan vara delaktiga och se när barnet lyckas.
- Ha rutiner på träningen som gör att barnen känner igen strukturen varje träning.
- Kommer barnet tidigt, aktivera dem i väntan på start.
- Tänk på ljudnivåer i omklädningsrum, när du ger instruktioner etc.
- Använd rit-tavla för att visa övningar.

4

## Efter ett träningspass?

- Hur kan vi naturligt skapa tid för reflektion och analys inför nästa träning?
- Skapa egna reflektionsfrågor som säkerställer att vi analyserar och skapar goda förutsättningar för nästa gång.
- Hur hanterar vi föräldrarna när något gått dåligt under ett träningspass?
- Har vi framförhållning, struktur, tydlighet i alla våra delar?
- Hur kommunicerar vi med föräldrarna om kommande träningar?

### Tips vid konflikter

- Ha en gemensam plan för hur ni ska göra om barnet blir arg/frustrerad/trött.
- Sitt/stå bredvid barnet när ni ska prata om exempelvis en konflikt.

Använd Stanna-upp-modellen (se separat bilaga).

3

## Vid starten av ett träningspass?

- Hur bygger vi träningen utifrån framförhållning, struktur, tydlighet i alla våra delar?
- Hur skapar vi inlussningsgrupper som är välkomnande?
- Hur jobbar vi med förstärkning?
- Hur hanterar man situationer när saker inte går bra?
- Hur kommunicerar vi med målgruppen?

### Tips i slutet av ett träningspass

- Viktigt med lika rutiner på start och avslut.
- Satsa på positiv förstärkning. Inför barnets föräldrar när de kommer.

### Tips efter ett träningspass

- När det har funkat bra
- utvärdera vad som gjorde det bra.

### Tips vid starten av ett träningspass

- Utgå från att försöka få alla barn att lyckas under träningen.
- Dela upp barnen i mindre grupper.
- Var tydlig med hur lång tid en övning ska ta.
- Ge positiv feedback flera gånger under varje övning.
- Undvik övningar som ger lång väntan – hjälp de som ej klarar.
- Addera instruktioner stegvis i lekar och övningar.
- Börja med övningar som barnen kan och gillar.
- Utgå från Framförhållning, struktur och tydlighet i alla träningspass.
- Håll dig alltid till planen.
- Påminn och upprepa, det kan aldrig bli övertydligt.
- Påminn och rätta med glimten i ögat.



Halland