

Tids- og faseplan til hjemmetræning

|  |
| --- |
| Målskema til brug ved opfølgning - udfyldes af barnets forældre. |
| Barnets navn og alder: | **Dato:** |
|  |  |
| Funktionsevne: | **Metode(r):** |
|  |  |
| Søskendes navn og alder: | **Metodeudbyder:** |
|  |  |
| Forældre navn, mobil nr., mailadresse og adresse: | **Hjemmetræning fuldtid** [ ] **Hvis deltid, hvor mange timer:****Institution/skole:** **Hjemmeundervisning** [ ]  |
| Jeg giver samtykke til at Næstved kommune – Center for Børn og Unge, udveksle relevante informationer med: |
| *Bemærk at målsætningen skal tage udgangspunkt i det enkelte barns behov for træning indenfor de enkelte udviklingsområder. Fx er dit barn alderssvarende indenfor det grovmotoriske område, skal dette IKKE målsættes.* *Bemærk at selvom dit barn ikke er aldersvarende inden for et udviklingsområde, er der ikke et krav om at dette målsættes i hver træningsperiode, hvis I vælger at der skal være et særligt fokus på et/andre udviklingsområder. I kan fortælle om jeres valg af målfokus til opfølgning- og tilsynsmødet.* *Indsæt selv flere kolonner hvis behov for flere målsætninger.*  |

|  |  |
| --- | --- |
| Udvalgt mål |  |
| Udviklingsområde(r) |  |
| Barnets aktuelle status |  |
| Kortsigtet mål (½ år) |  |
| Formålet med det konkrete mål |  |
| Hvilken metode arbejder I ud fra under dette udvalgte mål?  |  |
| Konkrete øvelser via metoden  |  |
| Tidspunkter i træner |  |
| Træningsredskaber/udstyr |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Udvalgt mål |  |
| Udviklingsområde(r) |  |
| Barnets aktuelle status |  |
| Kortsigtet mål (½ år) |  |
| Formålet med det konkrete mål |  |
| Hvilken metode arbejder I ud fra under dette udvalgte mål?  |  |
| Konkrete øvelser via metoden  |  |
| Tidspunkter i træner |  |
| Træningsredskaber/udstyr |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Udvalgt mål |  |
| Udviklingsområde(r) |  |
| Barnets aktuelle status |  |
| Kortsigtet mål (½ år) |  |
| Formålet med det konkrete mål |  |
| Hvilken metode arbejder I ud fra under dette udvalgte mål?  |  |
| Konkrete øvelser via metoden  |  |
| Tidspunkter i træner |  |
| Træningsredskaber/udstyr |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Udvalgt mål |  |
| Udviklingsområde(r) |  |
| Barnets aktuelle status |  |
| Kortsigtet mål (½ år) |  |
| Formålet med det konkrete mål |  |
| Hvilken metode arbejder I ud fra under dette udvalgte mål?  |  |
| Konkrete øvelser via metoden  |  |
| Tidspunkter i træner |  |
| Træningsredskaber/udstyr |  |

|  |
| --- |
| **Hvad menes der med…** |
| **Udvalgt mål:****Udviklingsområde(r):** | Hvilket specifikt mål vil I arbejde med?Hvilke udviklingsområder arbejdet der indenfor?  |
| **Barnets aktuelle status:** | Hvad kan barnet nu set i forhold til det konkrete mål? |
|  |  |
| **Kortsigtet mål (½ år):** | Hvad er det konkrete mål? Hvad vil I opnå med træningen om ½ år? |
| **Formålet med det konkrete mål:****Hvilken metode arbejder I ud fra under dette udvalgte mål?**  | Hvad er hensigten med, at I har valgt det konkrete mål, set i forhold til barnets funktionsnedsættelse?Hvilken metode har I valgt at arbejde ud fra under det udvalgte mål? |
| **Konkrete øvelser via metoden:**  | Hvilken metode eller del af en metode anvendes til at opnå det konkrete mål?Beskrivelse af de konkrete øvelser via metoden hvilken øvelse, hvordan og i hvor lang tid? |
| **Tidspunkt:** | Hvornår vil I træne hver enkelt øvelse? |
| **Træningsredskaber/udstyr:** | Hvilke redskaber er nødvendige for at kunne udføre den enkelte øvelse? |
| **Dokumentation af indsats** | Beskrivelse af, hvordan I vil dokumentere effekten af den enkelte øvelse |

**TRÆNING – HVERDAG *Ugeplanen er vejledende – der er opmærksomhed på, at dagsformen kan variere efter barnets overskud.***

 *(Eksempler slettes, er angivet til inspiration)*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| TID | Mandag | Tirsdag | Onsdag | Torsdag | Fredag |
| 6.00 – 6.30 | Fx Stå op tid | Fx Stå op tid | Fx Stå op tid | Fx Stå op tid | Fx Stå op tid |
| 6.30 – 7.30 | Fx påklædning og spisning | Fx påklædning og spisning | Fx påklædning og spisning | Fx påklædning og spisning | Fx påklædning og spisning |
| 7.30 – 13.30 | Fx Skole inkl. taxakørsel | Fx Skole inkl. taxakørsel | Fx Skole inkl. taxakørsel | Fx Skole inkl. taxakørsel | Fx Skole inkl. taxakørsel |
| 13.30 – 14.30 | Fx Hjernepause/selvvalgt fritid | Fx Hjernepause/selvvalgt fritid | Fx Hjernepause/selvvalgt fritid | Fx Hjernepause/selvvalgt fritid | Fx Hjernepause/selvvalgt fritid |
| 14:30 – 15.30 | Fx Sprogtræning: ca. 15 min aktiv – 10 min pause | Fx motorisk træning: ca. 20 min aktiv – 10 min pause | Fx Sprog træning: ca. 15 min aktiv – 10 min pause | Fx motorisk træning: ca. 20 min aktiv – 10 min pause. | Fx Sprog træning: ca. 15 min aktiv – 10 min pause |
| 15.30 -16.30 | Fx Sansetræning: ca. 15 min aktiv – 10 min pause | Fx Sansetræning: ca. 15 min aktiv – 10 min pause | Fx Sansetræning: ca. 15 min aktiv – 10 min pause | Fx Sansetræning: ca. 15 min aktiv – 10 min pause | Fx Sansetræning: ca. 15 min aktiv – 10 min pause |
| 16.30 – 18.00 | Fx selvvalgt leg, alene eller med venner/familie | Fx selvvalgt leg, alene eller med venner/familie | Fx selvvalgt leg, alene eller med venner/familie | Fx selvvalgt leg, alene eller med venner/familie | Fx selvvalgt leg, alene eller med venner/familie |
| 18.00-19.00 | Fx Aftensmad | Fx Aftensmad | Fx Aftensmad | Fx Aftensmad | Fx Aftensmad |
| 19.00-20.00 | Fx aftenrutine, tøjskifte, børste tænder, godnat historie | Fx aftenrutine, tøjskifte, børste tænder, godnat historie | Fx aftenrutine, tøjskifte, børste tænder, godnat historie | Fx aftenrutine, tøjskifte, børste tænder, godnat historie | Fx aftenrutine, tøjskifte, børste tænder, godnat historie |
|  |  |  |  |  |  |

**Budget**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Redskaber  | Ift. mål nr. ? | Pris pr. stk.  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Supervision og kurser mm. | Pris pr. stk./time |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |