


# Den Förutsägbara ledaren



**Att vara förutsägbar innebär  
att vara proaktiv och  
relationsskapande**



A child is shown from the chest down, wearing a red long-sleeved shirt, sitting on a light-colored surface. They are stacking colorful wooden blocks. A hand is visible at the top, placing a red block on top of a stack of two green blocks. The stack is part of a larger structure of blocks arranged in a row on the floor. The background is slightly blurred, showing more blocks and a white object.

# Skapar man en NPF - anpassning som grund

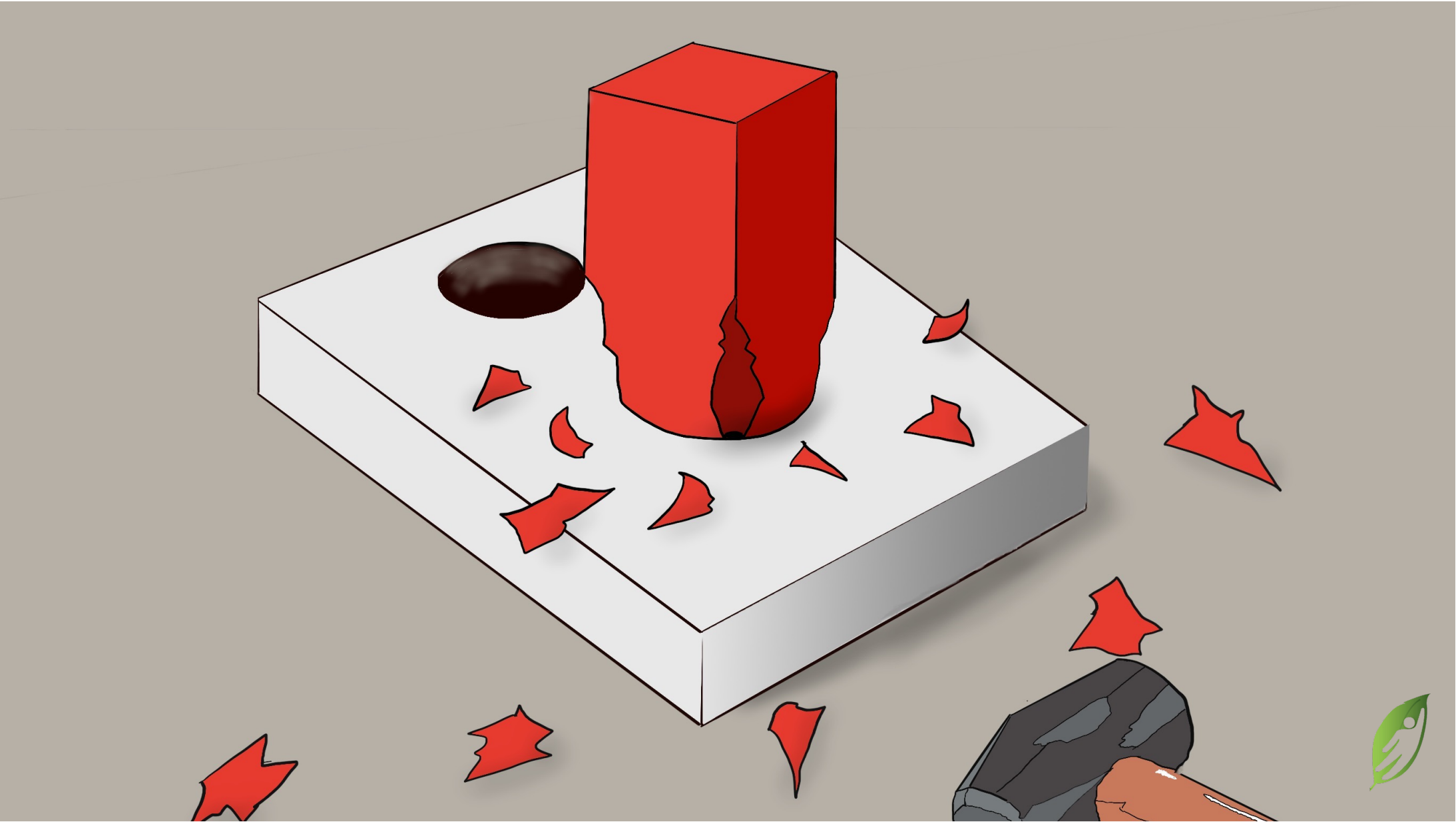
gynnar och hjälper det alla barn





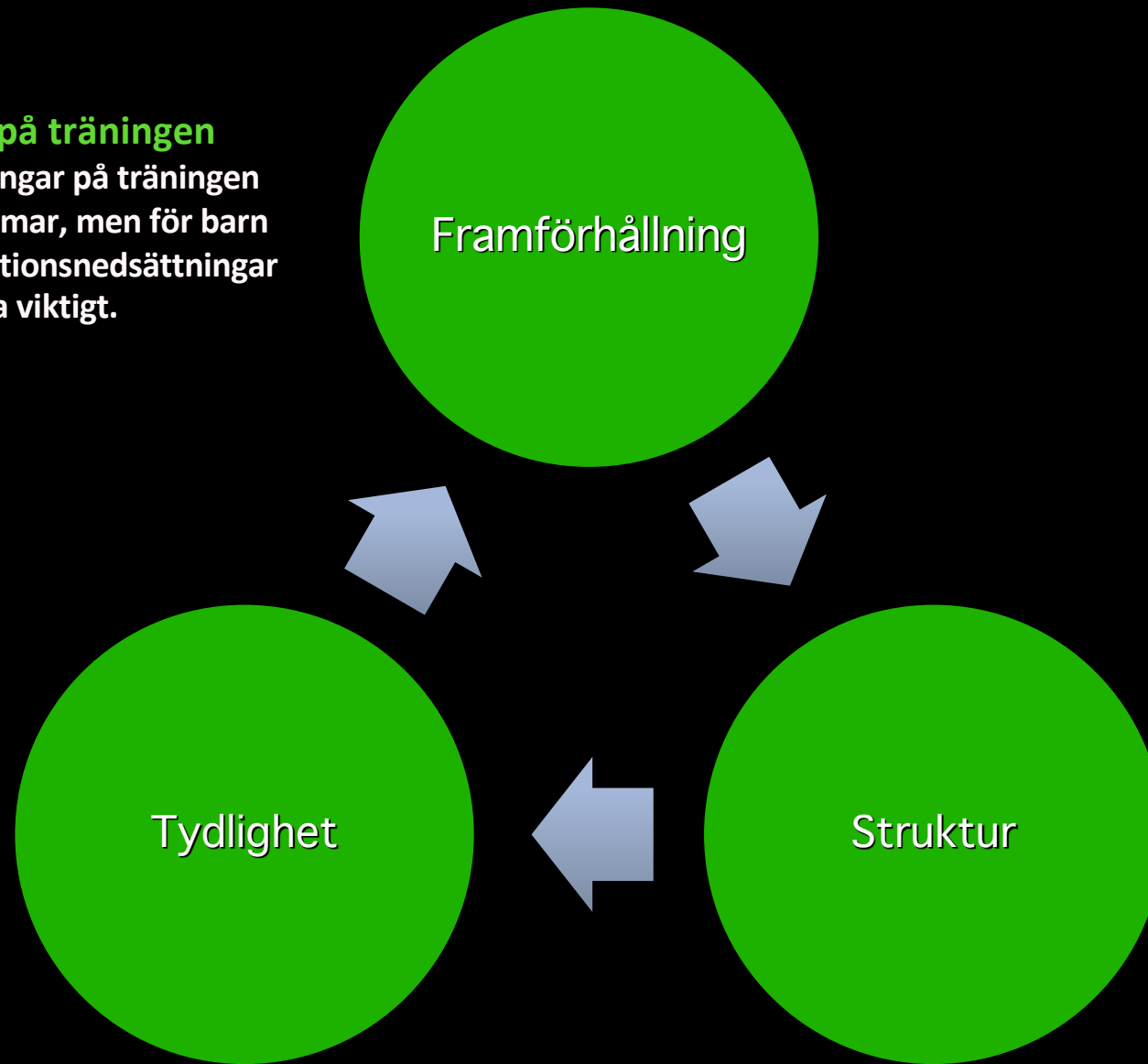






## NPF-säkra övningar på träningen

Att säkra och anpassa övningar på träningen hjälper alla barn och ungdomar, men för barn med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) är det extra viktigt.



Framförhållning

# via förberedelse

- Planera allt i förväg
- Ha beredskap inför det som man vet brukar hända
- Skaffa kunskap
- Ta lärdom av de svårigheter som brukar hända
- Planera undan problem
- Ge så mycket förvarningar som möjligt inför förändringar
- Täpp till tomrummen





# Ge svar på:

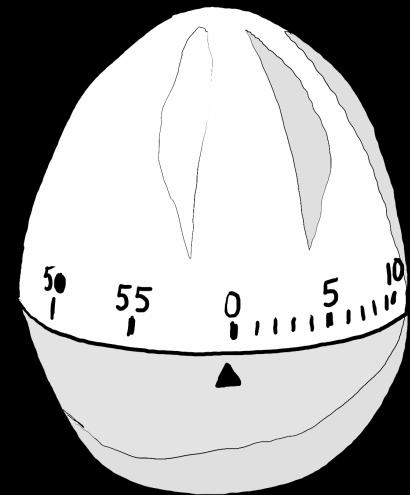
- När?
- Var?
- Hur?
- Med vem?
- Hur länge?
- Vad händer sedan?
- Varför?



## Tydlighet

Tänk på hur du ger information:

- Hur använder du rösten, kroppen och tonläget?
- Tydliga förväntningar
- Är den enkel, klar o begriplig?
- Är de korta och tydlig?
- Är den konkret och lätt att förstå?
- Visualisering



## Struktur

- Rutiner
- Anpassning till miljön
- Anpassning till olikheter
- Genomgång på tavla
- Regler (upprepning)
- Situationsplanering

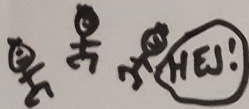




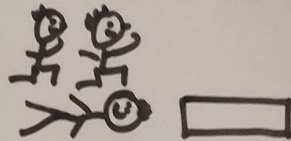
# CIRKUS-TRÄNING

15min

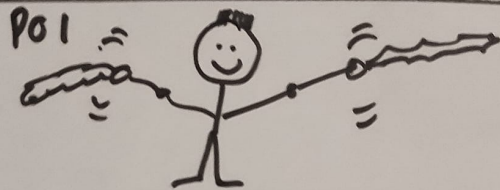
SAMLING



AMBULANSKULL



10min



20min

ÖVA PÅ NUMRET -VÄVA



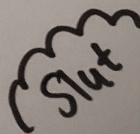
10min

PYRAMID



5min

STRETCH



Norrköpings Ungdomscirkus



**NYHET**



**Gävleborg**

# Inkluderande verksamhet med NPF - anpassning som modell





**Ahmet Bölüktas**



**Emma Håkansson**



**Läs mer om hur du  
kan använda metoden  
i din förening**



**Steg 1  
RF-SISU  
möter  
styrelsen**



**Steg 2  
Utbildning  
Den förutsägbara  
ledaren**



**Steg 3  
Hur ska vi  
anpassa?  
Workshop**





Ny bok  
Kommer 2024



Mikael Nilsson



Måns Lööf

Den förutsägbara ledaren  
NPF - kunskap för idrotten