



Faget	A-holdet
Uddannelses år	Skoleåret 2025/2026
Antal timer	Ugentligt: 1 time og 45min 32 gange i alt, 56 timer årligt
Fagets formål og sammenhæng til STU-lovgivning	Fagets formål er at varetage LBK 1077, STU-lovens §6, stk. 2 – at fremme den unges personlige udvikling og muligheder for at deltage selvstændigt og aktivt i samfundslivet, ved at opnå en større forståelse for sig selv, evt. diagnose og handlemuligheder.
Fagets mål	A-holdets mål er at give unge med autisme og/eller ADHD eller lignende træk, en forståelse for egne udfordringer samt kompetencer. Den unge præsenteres for mestringsstrategier, som vil kunne øge dennes muligheder for at kunne deltage selvstændigt og aktivt i samfundslivet samt i fritidslivet. Desuden klædes de unge på til evt. at kunne mestre beskæftigelses- og uddannelsessituationer. Målet er, at den enkelte unge finder de redskaber, der giver mening for dem, og som de kan benytte sig af i deres liv. De redskaber, som den enkelte unge finder anvendelige, forventes det, at kontaktunderviser er undersøgende på og efterfølgende støtter den unge i at formidle videre til støttekontakt, familie og andet netværk, så den unge kan støttes i at anvende redskaberne i praksis.
Fagets målgruppe	Unge med autisme eller ADHD, eller lignende træk.
Fagets indhold	På A-holdet opbygges undervisningen ud fra følgende emner: • Hvad er ADHD og hvad er Autisme • ADHD og Autisme hjernen • Amygdala • Autismetriaden • Mentalisering – Isbjerget • Signal stoffer • Stress sårbarhedsmodellen • Energibanken • Sanser • Krav • Informationsbearbejdning • Selvforståelse • Følelser • Søvn • Læringsstile
Arbejdsformer	Grundet de unges udfordringer er strukturen opbygget ens hver gang:



	- Dagens program gennemgås - Oplæg med opgaver/øvelser - Evaluering af dagen - Næste gang Afhængigt af emnet, arbejdes der enten individuelt eller fælles om emnet. Arbejdes der individuelt, tilbydes der sparring fra en underviser. Undervisningen er opbygget omkring et teoretisk oplæg, men med kobling til praktiske øvelser eller visuelle måder at forstå emnet på. Som udgangspunkt benyttes altid det samme rum til undervisningen, hvis andet ikke er tilfældet, forberedes de unge på det, gangen inden. På A-holdet anvendes der forskellige tilgange til at skabe indtryk og forståelse, for de unge, bl.a.: - Power Point - Visualiseringer - Praktiske øvelser - Film - Bevægelse -vejtrækningsøvelser - Praksis eksempler - Udfylde diverse skemaer - Individuelle samtaler Der er fælles drøftelser løbende i undervisningen, hvor den unge kan komme med egne erfaringer, meninger og holdninger, som de andre unge på holdet kan spejle sig i.
Samarbejde	Der samarbejdes med kontaktundervisere, forældre og evt. støttekontaktperson.
Den unges forventede læringsudbytte: - Personlige kompetencer - Sociale kompetencer - Faglige kompetencer - Praktik	Personlige kompetencer: - Den unge får en større forståelse for sig selv, hvor den unge er særlig udfordret, samt hvilke ressourcer den unge besidder. - Den unge opnår mestringsstrategier i form af metoder og redskaber, som den unge kan anvende i hverdagen. - Den unge formår at energifordele, så den unge får mest mulig selvstændighed og aktiv deltagelse i hverdagslivet. Sociale kompetencer: - Den unge får forståelse for egne sociale grænser og formåen. - Den unge får strategier til at kunne smalltalke. Faglige kompetencer: - Den unge får forståelse af hjernens opbygning.



	Praktiske kompetencer: - Den unge opnår forståelse for sig selv, og ved hvilken støtte, der er behov for ved en praktik Fx faste strukturer, skemaer, fast kontaktperson. Det forventes ikke, at alle unge har mulighed for at tilegne sig alle kompetencer. Der udarbejdes derfor individuelle ressourcepapirer.
Dokumentation af den unges udbytte	Undervisningen afsluttes altid med at spørge de unge om, hvad de har fået ud af undervisningen. Dette gøres for at skabe bevidsthed hos den enkelte unge, om dennes udbytte og læring samt give dem mulighed for at øve i refleksion og give feedback. I starten af undervisningsforløbet interviewes de unge på holdet, hvor de skal svare på spørgsmål omhandlende deres diagnose. I slutningen af året skal de unge igen besvare de samme spørgsmål, hvorved det bliver tydeliggjort, hvilken udvikling de unge har gennemgået. I undervisningen udarbejder de unge med skemaer og produkter, der er relevant for det tema, som er grundlag for undervisningen. Skemaerne og produkterne kan den unge anvende som mestringsstrategier. Ved gennemgang af hvert emne, får de unge udleveret øvelser og redskaber, disse gemmes i en individuel mappe. De unge opfordres til at tage mappen med hjem, og anvende redskaberne i den til bl.a. at forklare familien derhjemme, hvorfor de reagerer, som de gør. De unge får til opgave at skulle afprøve de gennemgåede og udleverede redskaber som fx mediterer med glimmerflaskerne hjemme, eller udføre nogle af handlingerne fra deres dopamin- og serotoninlister. Formålet er, at de unge får et bedre kendskab til redskaberne og om de fungerer for dem. Den unges læring og udvikling dokumenteres i notater i den unges dokument for udbytte af STU.
Dato for fagplan	August 2025