



Ingegerd Ericsson är speciallärare, filosofie doktor i pedagogik och docent i idrottsvetenskap. **Kennet Fröjd** är specialiserad inom anpassad fysisk aktivitet med särskilt fokus på inkludering och motorisk träning. Båda författarna är utbildade idrottslärare med mångårig erfarenhet av arbete med elever i behov av extra stöd i motorisk utveckling.

Motorik för studiero och lärande

I varje klass finns barn som befinner sig på olika motoriska nivåer och i ett inkluderande arbetssätt ingår att erbjuda alternativa motoriska utmaningar så att varje barn känner motivation och får chans att uppleva rörelseglädje. De rörelser och övningar vi rekommenderar visas därför på tre olika nivåer eller svårighetsgrader: 1) Förberedande och inkluderande övningar, som kan underlätta och ge självförtroende, 2) Automatiserande övningar, för att befästa och känna trygghet i rörelsen (Det här kan jag nu!), 3) Utmanande övningar; exempelvis utföra dem med stängda ögon eller snabbare flera gånger i följd.

Bokens del 1 innehåller en rörelsebank med metodisk stegring för barns motoriska och perceptuella utveckling från 0–13 år.

Bokens del 2 benämns "Så här lägger du upp det" och är utformad som ett koncept för hur du effektivt kan främja, inkludera och dra nytta av motorisk träning i ordinarie verksamhet. Här ges praktiska råd för motorikträning i förskoleklass, årskurs 1–3 respektive 4–6; på lektionen, rasten och på fritids.

Bokens del 3 behandlar rörelse för mental hälsa och lärande. Här redovisas forskningsstudier som undersökt effekter av olika typer av fysisk aktivitet. Kapitlet avslutas med några sammanfattande konsekvenser och rekommendationer för motorisk träning i skolan.

Boken vänder sig till lärare, lärarstudenter, fritidspedagoger, skolledare och andra pedagoger i grundskolan inklusive den anpassade grundskolan. Även skolsköterskor och vårdnadshavare till elever i dessa skolor kan ha glädje av bokens innehåll liksom föreningslivets idrottsledare/tränare samt andra motorikintresserade.

Art.nr 45234



Motorik för studiero och lärande



Ingegerd Ericsson & Kennet Fröjd