

DE MOTORISKA GRUNDERNA



Erik Hamrén, förbundskapten:

- Alla elitidrottare har nytta av gymnastikträning i tidig ålder. Det ger en grund för alla idrotter. Många ungdomar kan inte ens göra en kullerbytta idag.
- Skolans roll är jätteviktig. Jag anser att man borde ha fler idrottstimmar i skolan och träna mer motorik.



Foto: Svenska Fotbollförbundet

DE MOTORISKA GRUNDERNA



Suzanne Lundvall, docent och forskare Gymnastik- och Idrottshögskolan (GIH)

-Allt fler barn lever i urban miljö. Därför är det viktigt att man bygger in rörelsemöjligheter för barn i och utanför skolan.

-Att kunna är en förutsättning för att vilja. Ett brett rörelsekunnande ger förutsättningar för att vara fysiskt aktiv som vuxen.



Forskare från Gymnastik- och Idrottshögskolan (GIH) har visat att så många som 4 av 10 barn i årskurs 6 har brister i sin motorik.

Idrottshallar byggs idag utan redskap för gymnastik och därmed utan förutsättningar för den viktiga motoriska grundträningen.

DE MOTORISKA GRUNDERNA



Foto: Mats Nydén

DE MOTORISKA GRUNDERNA



HOPPA

Foto: Åsa Fredrik



RULLA

Foto: Mats Nyström

DE MOTORISKA GRUNDERNA



KLÄTTRA

Foto: Mats Nydahl



HÄNGA

Foto: Mats Nydahl

DE MOTORISKA GRUNDERNA



FÅNGA

Foto: Mikael Neman



KASTA

DE MOTORISKA GRUNDERNA

ÅLA



Foto: Mats Nydahl

KRYPA



DE MOTORISKA GRUNDERNA



STÖDJA

Foto: Andreas Svensson/Max Photo



BALANSERA

Foto: Bildbyrå RF

DE MOTORISKA GRUNDERNA



GRUNDMOTORISK TRÄNING:

Åla, /krypa, gå, rulla,
stödja, kasta/fånga, hoppa,
balansera, springa, hänga
och klättra



FÖRUTSÄTTNING:

Gymnastikredskap i
förskolor och skolor

DE MOTORISKA GRUNDERNA



Foto: Åsa Fredh

Ur Skolverkets Lpfö -98:

Förskolan ska sträva efter att barn'utveckla sin motorik, koordinationsförmåga, kroppsuppfattning...'

Undervisning i idrott och hälsa syftar till att eleverna utvecklar allsidiga rörelseförmågor

Ur LGR 11:

» Åk 1–3

Centralt innehåll är grovmotoriska grundformer och deras sammansatta former i redskapsövningar

» Åk 4 – 6

'Sammansatta grundformer i kombination med gymnastikredskap'

» Åk 6

Betyg E = godkänd har som kunskapskrav att eleven kan delta i lek och spel och idrotter som innefattar sammansatta motoriska grundformer