

Utvärdering efter tolv träningstillfällen - 2016

Kevin 10 år, kom till mig på grund av stora motoriksvårigheter. Han hade uppmärksammats av idrottsläraren. Det visade sig även att Kevin hade stora svårigheter med skolans ämnen. Att läsa, skriva och räkna tyckte Kevin själv var jobbigt. Kevin kunde inte simma ännu och han var rädd för vatten. Han var även rädd för höjder och nya aktiviteter.

Kevin fick arbeta mycket med sin grov- och finmotorik. Vi arbetade med rytmiska övningar och olika avspänningstekniker. I slutet av träningen arbetade vi även specifikt med löpteknik och bollkontroll eftersom Kevin själv ansåg att han inte klarade dessa moment under idrottslektionerna.

Frågor till Kevin angående träningens effekter.

Träningens effekter	mycket	sådär	lite	inget
Bättre motorisk kontroll på kroppen	X			
Bättre balans	X			
Bättre finmotorik, lättare att skriva	X			
Minskad impulsivitet och aggression	X			
Bättre minne	X			
Ökad koncentrationsförmåga	X			
Bättre matematiska resonemang	X			
Minskad oro	X			
Bättre självkänsla och självförtroende	X			
Bättre uthållighet och motivation	X			
Bättre läshastighet	X			
Bättre läsförståelse	X			
Större intresse för läsning	X			

Andra effekter av träningen som framkommit under perioden.

Det är lättare att följa raden när jag läser.

Jag skriver bättre

Kevin är mer rörlig

Kroppen har jag mer kontroll över.

Det är lättare att springa och att skriva

Massor med saker har blivit mycket bättre!

Det lättare att spela på datorn. Jag har mer kontroll över knapparna.

Matte är lättare, det är lättare att tänka.

Jag förstår bättre i skolan.

Jag känner mig gladare

Mår bättre

Allt har blivit lättare!

Jag kan läsa igen.

Det är lättare att cykla.

Bodil Opdahl

www.tbohappyliving.se