

# INNHOOLD

Norsk revmatikerforbunds forord . . . . .	11
<b>Forord.</b> . . . . .	13
<b>Kapittel 1</b>	
<b>Innledning: født til bevegelse</b> . . . . .	17
Bokas målgruppe. . . . .	19
Barn med nedsatt funksjonsevne . . . . .	19
Funksjonsevne, individ og samfunn. . . . .	21
Kropp, læring og fysisk aktivitet . . . . .	25
Barnehageloven. . . . .	26
Barnehagens pedagogiske målsetting . . . . .	28
Opplæringslova og tilpasset opplæring . . . . .	29
Spesialundervisning. . . . .	30
Fysisk aktivitet på 1.–4. trinn i grunnskolen . . . . .	31
Om barns rettigheter, FNs barnekonvensjon og Verdens helseorganisasjon. . . . .	33
Viktige avklaringer . . . . .	34
Bokas innhold . . . . .	36
Oppgaver . . . . .	37
<b>Kapittel 2</b>	
<b>Milepæler i barns utvikling.</b> . . . . .	38
Innledning: kroppoppfatning . . . . .	38
Kropp og samfunn. . . . .	43
Det sansende barnet . . . . .	46
Sansene. . . . .	48

Sanseintegrasjonsteorien . . . . .	54
Hjernespor . . . . .	56
Sentralnervesystemet . . . . .	57
Langtidspotensiering . . . . .	59
Myeliniseringsprosessen . . . . .	60
Grovmotoriske milepæler . . . . .	62
Mentale og sosiale milepæler . . . . .	68
Barn med nedsatte funksjonsevner . . . . .	71
Oppsummering . . . . .	73
Oppgaver . . . . .	73
<b>Kapittel 3</b>	
<b>Barn og helse . . . . .</b>	<b>74</b>
Innledning . . . . .	74
Forebyggende helsearbeid . . . . .	76
Kommunehelsetjenesten . . . . .	77
Kosthold og helse . . . . .	79
Hygiene . . . . .	81
Barn og overvekt . . . . .	83
Oppsummering . . . . .	85
Oppgaver . . . . .	85
<b>Kapittel 4</b>	
<b>Planlegging av fysisk aktivitet . . . . .</b>	<b>86</b>
Innledning . . . . .	86
Miljøhindringer . . . . .	88
Planleggingens innhold . . . . .	89
Observasjon som utgangspunkt for planlegging . . . . .	90
Aktivitetsvalg og organisering . . . . .	98
Alternativ tilrettelegging . . . . .	100
Hjelpemidler . . . . .	107
Likeverdig opplæring . . . . .	110
Individuelle planer . . . . .	112
Den gode dialogen . . . . .	117
Oppsummering . . . . .	120
Oppgaver . . . . .	121

**Kapittel 5**

<b>Glade barn i sal</b> . . . . .	122
Innledning . . . . .	122
Lek og læring med barn (null–tre år) . . . . .	123
Allsidig fysisk aktivitet. . . . .	124
Lek og læring med barn (fire–fem år) . . . . .	133
Aktiviteter med baller . . . . .	136
Aktiviteter med ballonger. . . . .	137
Leker på tjukkassen . . . . .	138
Bruk av småapparater . . . . .	139
Allsidig bevegelseserfaring . . . . .	140
Hinderløype. . . . .	140
Et utvalg av leker. . . . .	141
Moro i sal og i svømmehall (1.–4. trinn) . . . . .	142
Oppsummering . . . . .	153
Oppgaver . . . . .	154

**Kapittel 6**

<b>Ekte naturglede</b> . . . . .	155
Innledning . . . . .	155
Barn og natur. . . . .	156
Sanseopplevelser og læring. . . . .	157
Naturglede og læring . . . . .	160
Ut på tur, aldri sur (null–tre år). . . . .	160
Ut på tur med barn (fire–fem år) . . . . .	164
Gøy på isen . . . . .	166
Moro i snøen!. . . . .	166
Uteskole (1.–4. trinn). . . . .	168
Turmat. . . . .	173
Begynneropplæring på skøyter. . . . .	174
Gøy i snøen!. . . . .	177
Oppsummering . . . . .	179
Oppgaver . . . . .	179

**Kapittel 7**

<b>Et utvalg leker og spill</b> . . . . .	180
Innledning . . . . .	180
Idéer til leker . . . . .	181
Spill for blinde og svaksynte . . . . .	189
Andre spill med tilpasningsmuligheter . . . . .	191
Oppsummering . . . . .	193
Oppgaver . . . . .	194

**Kapittel 8**

<b>Funksjonsnedsettelse</b> . . . . .	195
Innledning . . . . .	195
Årsaker til funksjonsnedsettelse . . . . .	196
Barn med atferdsvansker . . . . .	196
Barn med utviklingshemming . . . . .	202
Barn med fysiske funksjonsnedsettelse . . . . .	202
Oppsummering . . . . .	213
Oppgaver . . . . .	214

**Kapittel 9**

<b>Avslutning: barnehagens og skolens oppgave</b> . . . . .	215
Innledning . . . . .	215
Lærerens betydning for læringen . . . . .	217
Samarbeid, rådgivning og veiledning . . . . .	218
Veien videre . . . . .	220

<b>Litteratur</b> . . . . .	221
Nettadresser . . . . .	227

<b>Stikkord</b> . . . . .	228
---------------------------	-----