

Namn: ____

Klass: ____

Datum: ____

Rörelseglädje och Grovmotorik

Stadie: Åk. 1 - 3

Ämne: Idrott

Tema: Lekar för att träna grovmotorik

Ordkollen

Orden nedan är bra att känna till i ämnet, och särskilt bra att känna till för att lyckas väl med arbetsbladet.

Ämnesbegrepp	Förklaring	Synonymer
Grovmotorik	Styrkan och koordinationen i stora muskler	Stormotorik
Bollspel	Lekar där man använder en boll	-
Hopprep	Ett rep som används för att hoppa över	-
Hinderbana	En bana med olika hinder att ta sig igenom	-
Samarbete	Att arbeta tillsammans med andra	Lagarbete

Fakta om Grovmotorik

1. Vad tränar grovmotorik?
2. Nämn två lekar som kan förbättra grovmotoriken.
3. Varför är samarbete viktigt i lagspel?
4. Vilket redskap används ofta i hopprebslekar?

Lekar för Grovmotorik

Markera de lekar som hjälper till att träna grovmotoriken:

- ☐ Pussel
- ☐ Hopprep
- ☐ Räknesport

- [] Hinderbana
- [] Läsa högt

Skapa Din Egen Hinderbana

Beskriv en enkel hinderbana som du kan göra ute på skolgården. Du kan använda saker som hopprep, koner och bänkar.

Jag har utformat arbetsbladet enligt dina specifikationer för åk 1-3 inom ämnet Idrott, med fokus på lekar för att träna grovmotorik. Arbetsbladet inkluderar en Ordkoll med fem relevanta begrepp, fyra uppgifter anpassade för yngre elever, och ger utrymme för handskrivna svar utan understreck.

Tags: [Arbetsblad](#)