

Varje barn är unikt och utvecklas individuellt. Några färdigheter är dock gemensamma för de flesta i en åldersgrupp.



Att tänka på som tränare:

- Många barn i den här åldern är stolta över sina kroppar och upplever glädje över vad kroppen förmår – bekräfta och uppmuntra gärna detta.
- Lyssna på vad barnet säger, samtidigt som barnet behöver förstå att det är viktigt att lyssna på andra.
- Var uppmärksam på att barn i den här åldern kan få svårare att styra sina rörelser än tidigare. Saker som barnet nyss klarade bra kan helt plötsligt bli svårt igen.

Psykisk utveckling

- Tänker allt mer logiskt.
- Kan flexibelt anpassa och rikta sin uppmärksamhet.
- Förstår att man kan känna fler och också motstridiga känslor samtidigt.
- Kan koncentrera sig längre stunder.

Fysisk utveckling

- Kan få svårare att styra sina rörelser än tidigare.
- Har ett stort behov av att röra på sig och sitter inte gärna still.
- Börjar kunna cykla på en tvåhjulig, hoppa hopprep, knyta skorna, kasta, sparka och ta emot bollar och lär sig att simma.
- Blir hungrigare och äter mer.

Social utveckling

- Förstår värdet av att samarbeta med andra.
- Prövar sin förmåga genom att tävla med andra.
- Börjar kunna se sig själv med andras ögon.
- Kan ha tålamod och vänta på sin tur.
- Kan diskutera med andra och komma fram till en lösning.

Idrottslig utveckling

Den idrottsliga dimensionen är olika för respektive idrott

