

IDROTTSBÖCKER

Idrott - Träning - Utbildning - Inkludering



Foto: Martin Naucier



Foto: Martin Naucier



Foto: Martin Naucier



Foto: Marie Birkl

Bli medlem i
**Idrottens
bokklubb!**

Mötesplatsen för oss som är intresserade av Idrott, Träning, Motion och Utbildning. Bli en av oss! Anmäl dig på www.idrottensbokklubb.se



VÅGA! UTMANA! PRÖVA!

Ledarskap handlar ofta om att våga, att utmana genom att pröva nya saker och metoder. Många ledare behärskar redan nu alldeles utmärkt att träna idrottare med funktionshinder. Det är ändå helt naturligt att i början känna en viss osäkerhet inför uppgiften. Då är den här boken ett toppen bra stöd. Du får följa några ungdomar med olika funktionshinder genom deras uppväxt och genom ett antal olika idrotter. Ungdomarna tipsar om vilket typ av stöd du som ledare bäst kan bidra med.

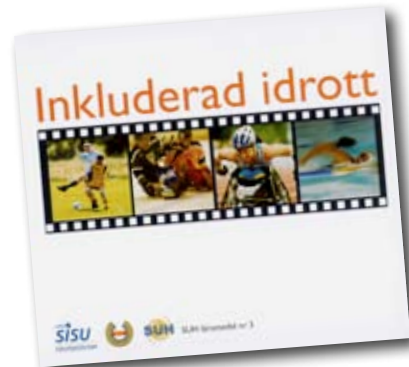
Författare: Kennet Fröjd, Conny Nygren och Ingemar Wedman
Utgiven: 2003, häfte, 38 sidor
ARTNR: 18000
Pris: 49 kr inkl. moms.



PASSA MIG!

Ett livslångt intresse för fysisk aktivitet kan skapas i skolan. Den här boken är i första hand avsedd för lärare/studenten. Boken syftar till att utveckla skolans verksamhet och skapa ett samarbete med föreningslivet. Den bjuder på en omfattande beskrivning av olika funktionsnedsättningar och deras påverkan på fysisk aktivitet. Du får också konkreta tips på hur elever med funktionshinder kan inkluderas i den ordinarie verksamheten. Boken är en översättning från Australian Sports Commission, men är anpassad efter svenska förutsättningar och med ett kompletterande kapitel om vinteridrott.

Författare: SUH, Australian Sports Commission och Terhi Huovinen
Utgiven: 2004, mjukband, 187 sidor
ARTNR: 18004
Pris: 198 kr inkl. moms.



INKLUDERAD IDROTT - EN CD-ROM

CD-skivan ger dig praktiska och pedagogiska tips och stöd i idrottsmiljön. Här finns handikappläran med information om olika typer av funktionshinder. Genom skivan får du också grundläggande kunskaper om rullstolsträning. Slutligen finns här också filmer från ett 20-tal olika idrotter för personer med funktionsnedsättning, information om klassificering och om handikappidrottens organisation - både ur ett nationellt och internationellt perspektiv.

Författare: Svenskt Utvecklingscentrum för Handikappidrott
Utgiven: 2004, CD-ROM för dator
ARTNR: 18005
Pris: 99 kr inkl. moms.



VARDAGSMAT - RÄTT ENKELT

I denna unika kokbok har författarna valt att med enkla och utförliga instruktioner hjälpa användaren igenom recept för frukost, lunch och middag. Tallriksmodellen ligger till grund för de 25 näringsberäknade recept som boken innehåller. Boken är anpassad för att användas inom gruppboenden och särskolor, men fungerar perfekt för alla ovana kokar.

Författare: Viola Adamsson och Elisabeth Gahn
Utgiven: 2004, spiralbunden, 75 sidor
ARTNR: 18002
Pris: 149 kr inkl. moms

HANDIKAPPLÄRA

I organiserad tävlingsverksamhet skiljer man inom handikappidrotten på idrottare med rörelsehinder, synskador, hörselskador och utvecklingsstörningar. Detta häfte ger en kortfattad översikt av de vanligaste skadorna och sjukdomarna inom dessa grupper. Hörselskador berörs inte. Studiematerialet är avsett som information och stöd till idrottsledare inom handikappidrotten.

Författare: Svenska Handikappidrottsförbundet
Utgiven: 2001, häfte, 32 sidor
ARTNR: 18007
Pris: 150 kr inkl. moms



OM HANDIKAPPIDROTTS GRUNDUTBILDNING - BASEN

Inom SHIF finns grundutbildningen Basen. Den finns för dig som vill bli ledare inom handikappidrotten. Basen genomförs lokalt i distriktet så kontakta ditt lokala distrikt om du vill gå denna utbildning. Du kan också höra av dig till Svenska Handikappidrottsförbundet så kan de lotsa dig vidare till rätt kontakt.

Basen ger dig grundläggande kunskap för att du ska bli en bra ledare inom handikappidrotten. Du får lätt tag i innehållet i Basen då den ligger som en pdf-fil på Svenska Handikappidrottsförbundets hemsida. Där kan du ladda ner den gratis.
www.handikappidrott.se



IDROTTSLEDARE FÖR BARN OCH UNGDOM

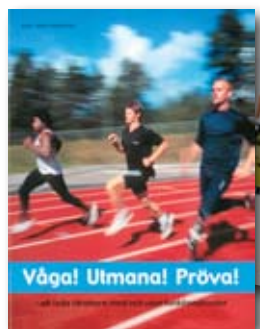
Ett material framtaget inom ramen för Plattformen. För dig som är tränare eller ledare för idrottande barn och ungdomar är boken oundgänglig oavsett om du tänker gå utbildningen Plattformen eller om du vill läsa den av eget intresse.

Utgiven: 2007, mjukband, 160 sidor
ARTNR: 1254
Pris: 139 kr inkl. moms

PLATTFORMEN

är en gränsoverskridande barn- och ungdomsledarutbildning inom idrotten. Läs mer på www.sisuidrottsutbildarna.se

PAKETERBJUDANDE TILL BRA PRIS



PAKET-ERBJUDANDE

VÅGA! UTMANA! PRÖVA! + INKLUDERAD IDROTT (CD)
ARTNR: 18008
Pris: 109 kr inkl. moms. (Ord.pris 148 kr)



PAKET-ERBJUDANDE

PASSA MIG! + INKLUDERAD IDROTT (CD)
ARTNR: 18009
Pris: 239 kr inkl. moms. (Ord.pris 297 kr)



SUH:S FORSKNINGS- OCH PROJEKTRAPPORTER

På SUH:s hemsida www.suh.se kan du hämta slutrapporter från de projekt som legat till grund för de flesta av SUH:s läromedel. Forskningsrapporter i både digital och tryckt form finns också att hämta eller beställa via hemsidan.



OPTIMERA DITT TRÄNARSKAP

En bok främst för dig som är idrottstränare för personer med utvecklingsstörning. Du får många pedagogiska och metodiska tips och en mängd övningar för att träna upp balans och styrka. I boken beskrivs också svaga och starka sidor hos utvecklingsstörda och vad det kan innebära för dig som tränare. Boken innehåller också ett viktigt kapitel om andning och andningsträning.

Författare: Kennet Fröjd
Utgiven: 2007, hårband, 54 sidor
ARTNR: 18003
Pris: 170 kr inkl. moms.

Beställ och läs mer om böckerna på din idrottsbokhandel på nätet: www.idrottsbokhandel.n.se

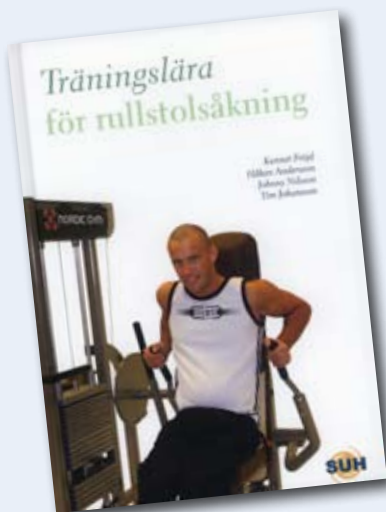
Läs mer om Svenska Handikappidrottsförbundets och Svenskt Utvecklingscentrum för Handikappidrotts utbildningar och verksamhet på www.handikappidrott.se och www.suh.se



KLARA, FÄRDIGA...SPRING!

Denna bok vill inspirera, motivera och ge konkreta tips och råd för dig som är protesbärande och som vill leva ett fysiskt aktivt liv. I boken möter du personer som delar med sig av sina egna erfarenheter och som gärna tipsar om vilka fysiska aktiviteter de har fastnat för och vad denna träning innebär för dem. En viktig faktor är att bygga upp grundstyrka och balans. En stor del av boken ägnas därför åt ett träningsprogram med en mängd övningar, illustrerade med bilder. Oavsett om du är protesbärande, anhörig eller i din profession möter människor som bär benprotes hoppas vi att du ska få mycket glädje av denna bok.

Författare: Protesidrottarna Sverige
Utgiven: 2007, mjukband, 48 sidor
ARTNR: 18010
Pris: 51 kr inkl. moms.



TRÄNINGSLÄRA FÖR RULLSTOLSÅKNING

Spridd över hela världen finns det mycket kunskap om rullstolsträning, men den har inte tidigare funnits samlad på ett och samma ställe. Flera års litteraturstudier, erfarenhets- och datainsamling samt forskningsstudier har resulterat i denna bok. En stor del av utrymmet i boken ägnas åt styrketräning då det är viktigt ur ett idrottsrehabiliterings- och folkhälsoperspektiv. Det gäller både för rullstolsidrottare och andra rullstolsbrukare. Författarkvartetten som skrivit boken är sammantaget etablerade inom såväl den paralympiska som den olympiska idrotten och också i forskarvärlden.

Författare: Kennet Fröjd, Håkan Andersson, Johnny Nilsson och Tim Johansson
Utgiven: 2007, hårband, 289 sidor
ARTNR: 18006
Pris: 349 kr inkl. moms.



ANDNINGSMETODIK

Studier har visat att personer med CP-skada oftast har ett dysfunktionellt andningsbeteende. Rätt utförd andningsträning har många positiva hälsoeffekter för denna målgrupp. Boken är ett praktiskt hjälpmedel för sjukgymnaster och andra med medicinsk kompetens för att utveckla andningsbeteendet hos personer med CP-skada. Efter medicinska instruktioner kan boken fungera som ett hjälpmedel i hemmet för personens dagliga träning.

Författare: Kennet Fröjd och Elisabeth Gahn
Utgiven: 2000, häfte, 38 sidor
ARTNR: 18001
Pris: 69 kr inkl. moms.



TIDNINGEN HANDIKAPPIDROTT är Sveriges enda renodlade magasin om idrott för personer med funktionshinder. Handikappidrott som är officiellt organ för Svenska Handikappidrottsförbundet kommer ut sex gånger per år. En prenumeration kostar 250 kronor.

Vill du prenumerera på tidningen?
 Sänd ett e-post till: monica.landebjer@shif.rf.se eller ring 08-69962 59



Svenska Handikappidrottsförbundet, Svenskt Utvecklingscentrum för Handikappidrott och SISU Idrottsböcker i samverkan.
 Genom den svenska handikappidrottens och SISU Idrottsböckers samarbete utvecklas nya och intressanta utbildningsmaterial för dig som ledare och aktiv. Det finns mängder av värdefull erfarenhet och kompetens bland dem som är engagerade i handikappidrotten. Det är självklart för oss att göra den tillgänglig för dig som vill utvecklas med oss.

HÄR BESTÄLLER DU:
www.idrottsbokhandeln.se
Tel: 040-660 66 67
Fax: 040-660 66 70
E-post: sisuidrottsbocker@holmbergs.com

Alla priser inkluderar moms. Postens portokostnad tillkommer.