



## **erbjuder Cogmed Arbetsminnesträning**

**- vetenskapligt beprövad metod för ökad koncentrationsförmåga**

**Studier på sambandet mellan arbetsminne och elevers skolprestation visar att omkring 15% av eleverna i en klass har ett nedsatt arbetsminne, vilket hindrar deras förmåga till inläring . Vi vill att alla våra elever skall få möjlighet att utnyttja sin fulla potential till inläring och kommer därför erbjuda Cogmed Arbetsminnesträning under terminen. Vi startar med elever som har nedsatt arbetsminne för att sedan utöka gruppen elever.**

### **Arbetsminnet centralt för inlärningsförmågan**

Cogmed Arbetsminnesträning är en vetenskapligt beprövad metod utvecklad vid Karolinska Institutet som förutom att ge ökad koncentration, uppmärksamhet och impuls kontroll även förbättrar elevers läsförståelse och matematiska förmåga. Det är en tidseffektiv insats, då fem veckors intensiv träning kan ge avgörande resultat för ett barns fortsatta skolgång.

### **Att träna upp sitt arbetsminne med Cogmeds program**

Cogmeds datoriserade träningsprogram innehåller vetenskapligt testade övningar för att träna auditivt- och visuospatialt arbetsminne. Träningen tar cirka 30-45 minuter per dag och omfattas av totalt 25 träningstillfällen. Träningen ska planeras intensivt, gärna fem dagars träning per vecka i fem veckors tid. Genomförandet av träningen sker med stöd av en *coach* (**Diana Willborg, Johanna Forstén och Christina Häggblad**) från skolans personal, som fått utbildning hos Cogmed.

### **Vill du veta mer?**

Läs mer om vad arbetsminnet är, hur nedsatt arbetsminne yttrar sig hos ett barn, forskningen bakom Cogmed Arbetsminnesträning och hur träningen går till på Cogmeds hemsida, [www.cogmed.com](http://www.cogmed.com). Tveka inte att höra av dig till någon av Coacherna, se ovan, om du undrar hur vi lägger upp träningen.