

18 mars 2027 • Hotel Birger Jarl, Stockholm

LEKFULL RÖRELSE 2027

Från forskning till förskolans vardag

BOKA TIDIGT-PRIS!

3 690 kr

BOKA SENAST 4 DEC
ORD.PRIS 4 190 KR

TALARE PÅ KONFERENSEN:



Beatrix Algurén



Pernilla Unevik



Sara Wikander



Karolina Kjellberg



Janni Karlsson

Arrangeras i samarbete med:

FÖRSKOLE
tidningen

 **GOTHIA**
KOMPETENS

LEKFULL RÖRELSE 2027

Barns rörelse är mer än spring i benen. När barn klättrar, balanserar, dansar, bygger, kryper, hoppar och provar sina gränser utvecklas motorik, språk, rumsuppfattning, samspel, mod och tillit till den egna kroppen.

I en tid då många barn rör sig för lite har förskolan en viktig roll. Här kan alla barn få möta rörelseglädje varje dag – i leken, undervisningen, omsorgen och gemenskapen. Det handlar inte bara om att lägga till fler rörelsepass utan om att skapa miljöer, tillfällen och förhållningssätt där kroppen får vara en självklar del av barns lärande och välbefinnande.

Under konferensen får du:

- fördjupad kunskap om barns rörelse, motoriska utveckling och rörelseglädje
- aktuell forskning och praktiska exempel
- inspiration till hur rörelse kan vävas in i lek, undervisning och vardagssituationer
- idéer för hur förskolan kan skapa rörelserika miljöer där alla barn får delta utifrån sina förutsättningar
- verktyg och perspektiv som går att använda direkt i verksamheten

Dagen riktar sig till dig som vill stärka barns hälsa, lärande, gemenskap och livslånga rörelseglädje – med kroppen som en självklar del av förskolans pedagogiska arbete.

PROGRAM 18 MARS

08.45 Frukost serveras

09.30 Inledning

Malin Ring, chefredaktör Förskoletidningen, Gothia Kompetens. Malin har mångårig erfarenhet av arbete i förskolan som leg. förskollärare och rektor.



09.40 Barns rörelse är en samhällsfråga

Ett inledande inspirationsanförande om barns och ungas hälsa, rörelseglädje och betydelsen av att skapa goda förutsättningar för ett aktivt liv redan från tidig ålder.

Medverkande presenteras senare

10.00 Rörelseförståelse – grunden för ett aktivt och hållbart liv

I förskolan läggs grunden för barns relation till rörelse, kropp och fysisk aktivitet. Men vad innebär det att utveckla rörelseförståelse, och varför är det viktigt redan i förskoleåldern? Hur kan pedagogers attityder, kunskaper och förhållningssätt bidra till rörelseglädje i vardagen?

I denna inledande föreläsning får du en forskningsbaserad grund om barns rörelse, fysisk aktivitet och rörelseförståelse. Med utgångspunkt i forskningsprojektet PLayerMoPA belyser Beatrix Algurén hur ett förhållningssätt präglad av rörelseförståelse kan komma till uttryck i förskolans fysiska och psykosociala miljöer och därigenom påverka barns möjligheter att röra sig, pröva, lyckas och utveckla tillit till sin kropp.

Beatrix Algurén är docent i idrottsvetenskap och universitetslektor vid Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet. Hon forskar om fysisk aktivitet och rörelseförståelse ur ett hälsopromotivt helhetsperspektiv, där individens förutsättningar samspelar med miljö och sammanhang. Hon leder PLayerMoPA, ett forskningsprojekt om förskolemiljöers betydelse för barns rörelse och fysiska aktivitet.



10.50 Paus

11.10 Att upptäcka, förstå och stötta barns sensomotoriska utveckling

Alla barn möter inte rörelse med samma självklarhet. Några klättrar högst, springer snabbast och söker nya utmaningar, medan andra undviker hinderbanan, har svårt att sitta still, krockar med kompisar eller blir snabbt trötta i leken. Vad kan det bero på? Vad behöver barn få öva på och vad behöver pedagoger vara uppmärksamma på?

Föreläsningen belyser sambandet mellan motorik, sinnen och hjärnans utveckling och hur det påverkar barns möjligheter till lek, delaktighet och lärande. Du får stöd i att förstå barns sensomotoriska utmaningar och vad de kan berätta om barnets förutsättningar och behov. Du får också kunskap om hur förskolan kan stärka barns grundmotorik, kroppsuppfattning, balans, koordination och rörelseglädje – i både planerad och spontan undervisning.

Pernilla Unevik är förskollärare, specialpedagog och utbildad sensomotorisk tränare. Hon arbetar som strategisk kvalitetsutvecklare i Österåkers kommun och är medförfattare till böckerna *Motorik med alla sinnen – grund för barns lärande* samt *Specialpedagogik i förskolans systematik och praktik* (Gothia Kompetens 2023/2025).



12.00 Lunch

13.00 Äventyrlig lek – att våga utmana

Vad händer när barn får klättra, balansera, ta fart, pröva sina gränser och känna det där pirret i magen? Och hur kan vi som pedagoger skapa utrymme för äventyrlig och riskfylld lek utan att tumma på tryggheten?

I den här föreläsningen sätts fokus på hur barns behov av att röra sig, utforska och utmana sina förmågor hänger samman med motorik, rörelseglädje, självtillit och lärande. Med utgångspunkt i forskning och konkreta exempel från förskolans vardag lyfter vi skillnaden mellan risk och faktisk fara. Vi synliggör också hur pedagogers förhållningssätt och gemensamma förståelse för barns behov av att få pröva sina förmågor och utmana sina gränser påverkar barns handlingsutrymme.

Karolina Kjellberg och **Janni Karlsson** är legitimerade förskollärare och universitetsadjunkter i pedagogiskt arbete vid Karlstads universitet. Tillsammans ansvarar de för kurserna *Äventyrlig lek i förskolan* och *Lek och rörelse*, den senare på uppdrag av Skolverket.



13.50 Paus

14.00 Aktiv förskola – rörelsens kraft i vardagen

När barn utvecklar sina motoriska grunder stärks kroppskontrollen, vilket i sin tur underlättar koncentration, lek och lärande. Rörelse bidrar inte bara till bättre hälsa utan också till självkänsla, gemenskap och glädje – viktiga byggstenar för barns utveckling.

I denna aktiva föreläsning får du inspiration och konkreta verktyg för att skapa en mer rörelserik vardag i förskolan. Med stöd i aktuell forskning och förskolans läroplan varvas kunskap med praktiska övningar, från korta rörelsepauser och pulshöjande aktiviteter till motoriska lekar som stärker barns utveckling. Tillsammans utforskar vi hur rörelse kan vävas in i lek, undervisning och vardag och bli en naturlig del av den pedagogiska miljön.

Du får själv prova aktiviteter och övningar som enkelt kan omsättas i verksamheten. Fokus ligger på enkla metoder som kan bidra till ökad rörelseglädje, gemenskap, koncentration och välmående.

Vi bryter för eftermiddagsfika i föreläsningen.

Sara Wikander är hälsocoach, personlig tränare för barn och ungdomar och driver *Balanserade Barn* och *Träning i Livet* som strävar efter att skapa en mer rörelserik vardag. Hon hjälper barn och ungdomar att finna nya vägar mot inlärning och bättre välmående och anlitas ofta av förskolor och skolor över hela Sverige. Sara är också författare till serien *Massagesagor* (Ica Bokförlag) och *Aktiv Skoldag* (Bonnierförlagen Lära).



16.20 Konferensen avslutas



ALLMÄN KONFERENSINFORMATION

NÄR

Torsdag 18 mars 2027 kl. 09.30–16.20.

VAR

Hotel Birger Jarl, Stockholm.

BOKA TIDIGT-PRIS

3 690 kr exkl. moms per person för bokningar till och med 4 december.

PRIS

Ordinarie pris 4 190 kr exkl. moms per person. Kaffé och lunch ingår.

BETALNING

Betalning sker mot faktura i samband med konferensen.

BOKNING

Du anmäler dig enklast på vår webbplats www.gothiakompetens.se/lekfull-rorelse. Det går också bra att mejla till anmalan@gothiakompetens.se eller ringa 08-462 26 70. Vi behöver fakturaadress, organisationsnummer samt namn, e-postadress och befattning för samtliga deltagare. Anmäl även om du är vegetarian/vegan eller har matallergi.

AVBOKNING

Anmälan är bindande. Vid förhinder kan deltagarplatsen överlätas till en kollega. Vid avbokning senast 30 dagar före konferensen debiteras 500 kronor. Därefter fullt pris. Gothia Kompetens förbehåller sig rätten att ställa in evenemanget vid för få anmälningar, dock senast 30 dagar innan.

UTSTÄLLARE

Vill du ställa ut på konferensen? Kontakta Benjamin Bektasevic på e-post binjamin.bektasevic@gothiakompetens.se.

ÖVRIGA FRÅGOR

Besvaras av kundservice på 08-462 26 70 eller anmalan@gothiakompetens.se.

Anmäl dig här www.gothiakompetens.se/lekfull-rorelse

Gothia Kompetens – verksamhetsnära kompetensutveckling baserad på forskning och erfarenhet. Kompetensutveckling med både hjärta och hjärna som får dig, dina kollegor och organisationen att växa. För en bättre dag på jobbet.