

# Barn och unga i rörelse



Upplands Väsby  
kommun

---

---

---

---

---

---

---

---

## Uppdrag, syfte & bakgrund

- Uppdraget är att ge alla barn och unga möjlighet till mer rörelse under dagen. Både fristående och kommunala enheter och huvudmän inbegrips av projektet.
- Långsiktigt syfte: minska den psykiska ohälsan samt att skapa bättre förutsättningar för lärande för kommunens barn och elever.
- Bakgrunden är ett politiskt beslut som är taget av kommunfullmäktige den 17 december 2018. Det är ett nämnds specifikt uppdrag till utbildningsnämnden.



Upplands Väsby  
kommun

---

---

---

---

---

---

---

---

## Grundidé

- Nå barn och unga som inte aktivt idrottar
- Utveckla rörelseförståelse och inte träning
- Utomhuspedagogik & raster- fokus på den verksamhet som redan finns



Upplands Väsby  
kommun

---

---

---

---

---

---

---

---

## Projektets organisation

- 3 år- avslut december 2021
- Styrgrupp- Utbildningskontorets ledningsgrupp
- Projektledare, 20%
- Två projektgrupper
  - Förskola: 7 huvudmän, 27 förskolor
  - Skola: 12 skolor




---

---

---

---

---

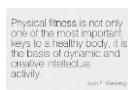
---

---

---

## Upstart

- Projektgruppsmöten
- Utbildning




---

---

---

---

---

---

---

---

## Mål

### • Delmål per termin

- Mål fsk, HT19:
  - Mål 1: Minst två planerade aktiviteter per vecka med fokus på minst två av de grovmotoriska grundrörelsema
  - Mål 2: Fler barn deltar aktivt utifrån sina förutsättningar i de planerade aktiviteterna i december än vid start i oktober.
- Mål skola, HT 19:
  - Mål 1: Varje verksamhet ökar med ytterligare en pedagogledd rörelseaktivitet per vecka.
  - Mål 2: Projektdeltagaren skapar sammanhang där ytterligare pedagoger inkluderas i det praktiska arbetet på skolan
- Mål fsk, VT20:
  - Mål 1: Alla barn 3-5 år ges möjlighet att minst en gång under vårterminen bestämma/initiera en rörelseaktivitet
  - Mål 2: Initiera en ny aktivitet per månad som barnen inte gjort.
- Mål skola VT20:
  - Mål 1: Aktivitetsbank- Digital. Påbörja arbete med att skapa digital plattform för Väsbys med rastaktiviteter, brainbreaks och organisatoriska idéer. Etc
  - Mål 2: En ytterligare rörelseaktivitet per vecka




---

---

---

---

---

---

---

---

## Genomförda aktiviteter

- Konferens Physical literacy/Rörelseförståelse, Umeå
- GIH:s idrotts- och hälsokonvent
- Föreläsning till samtliga förskolor och skolor om Rörelseförståelse
- Samtliga skolor erbjudits stöd via Stockholmsidrotten




---

---

---

---

---

---

---

---

## Genomförda aktiviteter

- Workshop för projektgrupperna med Stockholmsidrotten
- Föreläsning med "Skolgårdsläraren"
- Fritidsbanken besökt raster i skolan
- Dans med Pidde P




---

---

---

---

---

---

---

---

## Planerade aktiviteter

- Barn- och elevgrupper på respektive enhet intervjuas
- Föreläsningar med skolgårdsläraren- Riktade
- Projektdeltagare skola och rektor deltar vid dag om ökad organisering för ökad fysisk aktivitet i skolan
- Fortbildning för pedagoger i förskolan, kombination av rörelse med språk och matematik




---

---

---

---

---

---

---

---

## Planerade aktiviteter

- "Rörelseevent" under förskolans dag.
- Fortsatt samarbete med Stockholmsidrotten
- Fortsatt samarbete med kultur och fritidskontoret
- Samarbete med idrottsföreningar
- Fokus på "risky-play"




---

---

---

---

---

---

---

---

## Verksamheterna

- Laserbana
- Stegtävling
- Dans
- Fritidsgympa
- Mobilfri-måndag
- Just Dance
- Rörisraster
- Gagaboll
- Fredagsdisco
- Sportmorgon
- Skoldans
- Rörelsepauser
- Idrottshall öppen lunchrast
- Rörelseprat
- Hoppgolv
- Walk and talk-lektioner
- Morgonpromenad
- Labyrinter
- Pingisbord
- Veckotävlingar
- Skol-IF
- Turneringar




---

---

---

---

---

---

---

---

## Verksamheterna

- Vad har hittills fungerat utifrån insatser? (Stockholmsidrotten och projektgrupperna)

- Ökad medvetenhet om vikten av rörelse, självklar del av arbetet
- Bättre spridning av barn och mer att göra
- Positiv reaktion hos vårdnadshavare
- Ökad rörelseglädje
- Inspirerar andra skolor
- Utökning
- Rastborden ökat barnens fysiska aktivitet på rasterna
- Barnen getts möjlighet till att testa nya lekar och rörelser
- Inte kräva ombyte och dusch
- Införande av samarbete med idrottsföreningar
- Fler elever aktiva under rasterna: lärre konflikter, eleverna längtar efter rasterna som är styrda, eleverna söker med varandra över årskursgränserna
- Att vi lyckats få så många elever på skolan att känna en rörelseglädje
- Bra med att tid har varit avsatt för detta
- Bidragit till ett bättre klimat på skolan, språkbruket har förbättrats
- De strukturer som vi satt upp och de mål vi valt att jobba mot har fungerat bra.




---

---

---

---

---

---

---

---

## Utmaningar

- Olika huvudmän, skolor, förskolor etc
- Kommunikation och information
- Elevernas delaktighet



---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---



Upplands Väsby  
kommun

---

---

---

---

---

---

---

---