

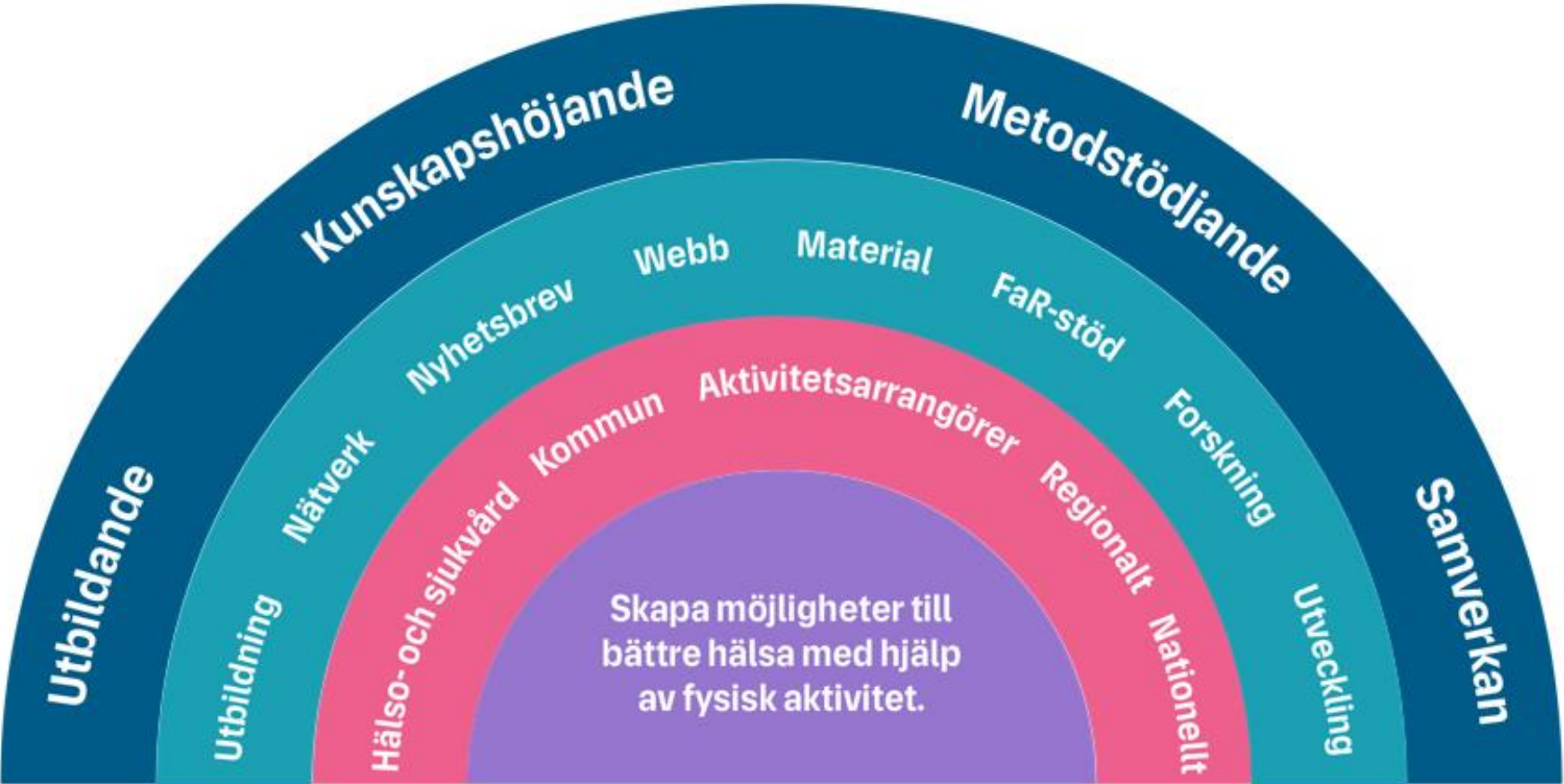
Välkommen till dagens temawebbinarium: Skola i Rörelse som verktyg

Vi startar klockan 13:00. Skriv i chatten:

- vilken profession du har
- var du jobbar
- vilka förväntningar du har på temawebbinariet



Centrum för fysisk aktivitet – ett regionalt kunskapscentrum



Vårt uppdrag Vad vi gör För/med vem/vilka Syfte

Vad ska vi prata om idag?

- Vad är Skola i Rörelse?
- Hur kan Skola i Rörelse vara ett stöd i skolans arbete med daglig rörelse?
 - Genomgång av stöd till olika professioner
 - Rundvandring på webbsidan
- Tid för frågor och diskussion



Insatser för ökad rörelse på skolan som arena

3 GOD HÄLSA OCH
VÄLBEFINNANDE



Mål 3: god hälsa och välbefinnande

Mål 3 handlar om att säkerställa hälsosamma liv och främja välbefinnande för alla i alla åldrar.

4 GOD UTBILDNING
FÖR ALLA



Mål 4: god utbildning för alla

Mål 4 handlar om att alla ska få tillgång till utbildning av god kvalitet.

10 MINSKAD
OJÄMLIKHET



Mål 10: minskad ojämlikhet

Mål 10 handlar om att minska ojämlikheter inom samhällen och mellan länder.

11 HÅLLBARA STÄDER
OCH SAMHÄLLEN



Mål 11: hållbara städer och samhällen

Mål 11 handlar om att göra städer säkra, inkluderande och hållbara.

Skola i Rörelse

-Stöd i arbete med fysisk aktivitet på skolans arena

- Utjämna skillnader i hälsa och aktivitetsvanor
- Nå de som har/riskerar att utveckla sjukdom eller ohälsa
- Förbättra förutsättningar för
 - Fysisk och psykisk hälsa
 - Inläring
 - Fullföljda studier
 - Resiliens/motståndskraft



Stöd till olika målgrupper

- Pedagoger
 - Praktiska tips och verktyg
- Elevhälsa
 - Utbildningar och material
- Rektor/skolledning
 - Inkludering av arbete med fysisk aktivitet i systematiskt kvalitetsarbete och inkluderande lärmiljöer
- Skolförvaltning/organisation
 - Erbjudande om skräddarsytt stöd





Stöd till pedagoger

- Tips och inspiration för upplägg, struktur och design av aktiviteter, aktiv pedagogik och rörelsepåuser
- Konkreta rörelsetips
- Raster
- Transport
- Lektioner
- Före och efter skoltid





Stöd till elevhälsa

- Tips för att främja goda rörelsevanor
 - T ex aktiva samtal och aktivitetsmätning
- Samtalsmaterial
- Fysisk aktivitet på recept: FaR och GoFaR
- Utbildning



Stöd till skolledare

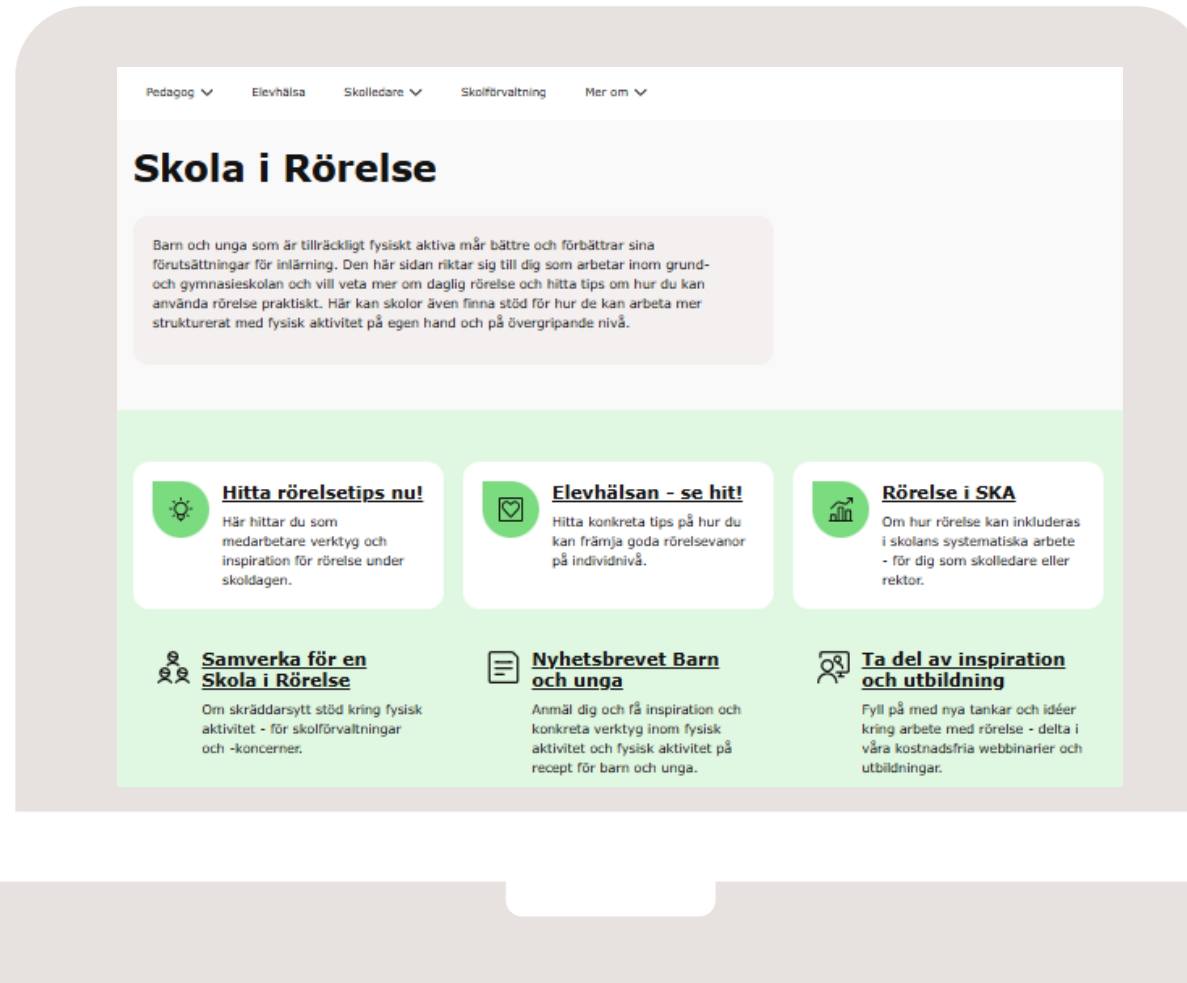
- Rörelse som del i skolans systematiska kvalitetsarbete
- Inkluderande lärmiljöer
- Forskning och riktlinjer

Stöd till skolförvaltningar

- Erbjudande om skräddarsytt stöd
 - Handledning
 - Skräddarsydda utbildningar
 - Sektorsövergripande samverkan och samordning, t ex GoFaR



Webbsidan



Rörelsepaus!

Energipiller Kondition

1. Luftboxa
2. Höga knän
3. Twisthopp
4. Lufthopprep
5. Krysshopp
6. Jogga på stället

Höstens program på Teams

Temawebbinarier

- Rörelsenyckeln
 - 2/10 och 27/11, kl. 13.00-13.45
- Att skapa inkluderande lärmiljöer genom rörelse
 - 5/11, kl. 13.00-13.45
- Upptäck betydelsen av rörelse vid ADHD för barn och unga
 - 3/12, kl. 13.00-13.45
- FaR-mottagning online
 - 11/9 och 3/11 kl. 12.00-12.20

Digital workshop

- Motiverande samtal om fysisk aktivitet –barn och unga
 - 27/10 kl. 13.00-14.30

www.vgregion.se/far-utbildning



Nätbaserade utbildningar om fysisk aktivitet för barn och unga

- Grundutbildning Fysisk aktivitet för barn och unga
- Fysisk aktivitet på recept (FaR) för barn och unga
- Att prata om kropp och rörelse med barn och unga
- Motiverande samtal om fysisk aktivitet med barn och unga

www.vgregion.se/far-utbildning



Frågor och diskussion



Utvärdering Temawebbinarium hösten 2025





VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

Centrum för fysisk aktivitet

Telefon: 031 346 06 40

Mail: rh.cffa@vgregion.se