

AKTIVITETSKONCEPTET – RÖRELSEBIBLIOTEK FÖR FÖRSKOLA

Vad det är

Aktivitetskonceptet är ett färdigt, kvalitetssäkrat rörelsebibliotek för förskolan.

Det ger barn daglig rörelse genom lek – utan att kännas som undervisning.

Hur det fungerar

- Dagligt pass: **21 minuter**
 - 3 min uppvärmning
 - 3 × 5 min rörelseblock
 - 3 min nedvarvning
- Samma struktur varje dag → trygghet och igenkänning
- Innehållet utvecklas över **5 år**, i takt med barnens mognad

Grunden i biblioteket

- **12 grovmotoriska grundpelare** (hela kroppen)
- Varje grundpelare tränas i många variationer
- Svårighetsgrad ökar naturligt över tid

Pedagogisk idé

- Lek före prestation
- Upprepning före variation
- Glädje före krav

Barnen lär genom att göra – inte genom instruktioner.

Ansvar & kvalitet

- Innehållet är färdigproducerat och uppdateras löpande
- Förskolan behöver inte skapa eget material
- Aktivitetskonceptet tar ansvar för progression, balans och helhet

Resultat

- Mer rörelse – varje dag
- Hela kroppen aktiveras
- Låg belastning på pedagoger
- Ett långsiktigt, hållbart system för barns motoriska utveckling