



Hälsa och motorik i förskolan

valbar kurs i förskolläraryrket

En kurs för dig som vill utveckla din förmåga att undervisa i olika frågor som har bäring på vår hälsa, men även hur förskolans inne- och utemiljö kan användas som en plats för lärande och motorisk utveckling.

I kursen belyses olika levnadsvanor som rörelse, mat, avspänning och framförallt hur man som pedagog kan arbeta med dessa frågor med barn och föräldrar. Samtidigt sätts de olika hälsofrågorna i ett sammanhang för att både förstå dem i ett samhälleligt perspektiv och kunna se möjligheter till samverkan med andra som finns i barnens vardag.

En genomgående del i kursen är motorisk utveckling och rörelse i teori och praktik, och då både i inomhus- och utomhusmiljö. Rörelse ger förutsättningar för lärande och nya erfarenheter. Kropp, känslor och sinnen samverkar i den motoriska utvecklingen och påverkar i sin tur hälsa, koncentration och självkänsla.

Vidare sätts fokus på hur och varför vi ska vara utomhus under alla årstider. Att vistas ute är inte "bara" att vara ute och leka utan utevistelsen är en utmärkt miljö att befinna sig i för att stimulera barns utveckling på olika sätt. Det erbjuds goda möjligheter att använda alla våra sinnen som bidrar till en hållbar kunskap kring många olika områden.

Kursen ges som valbar kurs på båda campus.

För mer information kontakta:

Birgitta Glemne via birgitta.glemne@lnu.se

Johanna Jansson via johanna.eklund-jansson@lnu.se