

# INTRODUKTION PHYSICAL LITERACY OCH INFORMATION OM RÖRELSERIKA SAMHÄLLEN

INBJUDAN TILL IDROTTSLEDARE OCH FÖRÄLDRAR

**TORSDAG 27/9 KL 18.00-19.30, JENNINGSHALLEN**

Rörelseinstruktör från SISU idrottsutbildarna:

- Ger en allmän introduktion till "physical literacy", eller rörelserikedom/rörelseförståelse som vi kallar det på svenska, som är ett nytt koncept och perspektiv för att öka barns fysiska aktivitet och för att öka chanserna till ett livslångt intresse att idrotta. Utbildningen hjälper dig att förstå vad physical literacy innebär och hur man kan använda det för att förbättra befintliga fysiska aktiviteter för barn och ungdomar.
- Ger en praktisk genomgång av ett "rörelserikedomberikande" program för barnidrottsuppvärmning. Med övningar som är kul, ökar prestationsförmågan, är socialt inkluderande och är skadeförebyggande.

**Kostnad: Ingen kostnad, bekostas av arrangörerna**

**Mer information och anmälan: [www.changethegameumea.se](http://www.changethegameumea.se)**

**Obs! Begränsat antal platser**

**Film om physical literacy ([klicka här](#))**

**WWW.CHANGETHEGAMEUMEA.SE**

Change the game vill förändra synen på vad som motiverar barn och unga till aktiva liv så att de får samma rätt till rörelse och därmed samma förutsättningar att må bra och prestera bra. Det gör vi genom att arrangera aktiviteter, utbildningar och nätverksträffar så att samhällen kan starta och fortsätta resan för att bli rörelserika\*. Vi vill att alla barn och unga ska bli rörelserika.

\*Rörelserikedom (Physical literacy): Att med motivation, självförtroende, kunskap, förståelse och fysisk kompetens värdesätta och utveckla ett livslångt intresse för fysisk aktivitet.

**CHANGE  
THE  
GAME™**

Arrangör



Med stöd av Västerbottens läns landsting



Lokal arrangör



**ROBERTSFORS  
KOMMUN**