

Fritidshemmes rikskonferens



PROGRAM

Möt: Tino Skovlund, Lisa Isenström, Elin Larsson,
Meta Broddare, Lina Söderman Lago, Mikael Andersson
och Ulrika Borén. Moderator Jonas Wallman

Fritidshemmens rikskonferens

Malmö 12 november • Göteborg 24 november

Stockholm och online 3 december

Välkommen till Fritidshemmens rikskonferens 2026. Konferensen samlar forskning och praktik för att visa hur vi kan stärka elevernas tilltro till sig själva och sin roll i samhället samtidigt som vi motverkar utanförskap och antidemokratiska värderingar.

Program

8.15 Incheckning med kaffe, te och smörgås

9.00 Konferensen inleds

Moderator Jonas Wallman hälsar välkomna och inleder dagen



9.15 En unik demokratistärkande arena

Tino Skovlund, fritidspedagogisk utvecklingskonsult

Demokratiuppdraget är fundamentalt i fritidshemmets uppdrag. Här ger vi eleverna ett sammanhang där de kan känna sig som en del i en större gemenskap, en plats där deras röster blir hörda och tagna på allvar och där de får inflytande på riktigt. Det ger oss näst intill unika möjligheter att stärka demokratiska värderingar och skapa handlingskraft hos eleverna.



- Fritidshemmets roll i samhället
- Demokratiuppdraget i praktiken
- Vad är demokrati för barnen?
- Samverkan med närsamhället

Tino Skovlund är en riktigt eldsjäl inom utveckling av fritidshem. Han arbetade under många år på skolor i Karlstad där han utvecklade fritidsverksamheten genom bland annat utbyggnaden av leko-tek. Han är idag en flitigt anlita och mycket uppskattad föreläsare där han på ett verksamhetsnära vis sätter fingret på fritidshemmets möjligheter och potential. Idag arbetar han på Fritidsbanken som nationell samordnare för skola.

10.10 Paus

10.30 Rättighetsundervisning – mänskliga rättigheter som grund i demokratifostran

Lisa Isenström, biträdande lektor i pedagogiskt arbete, Karlstads universitet

Skolan och fritidshemmet har inte bara i uppdrag att lära eleverna om mänskliga rättigheter, de ska också få träna, prova och utveckla de förmågor som behövs för att kunna utöva, respektera och försvara de mänskliga rättigheterna. Något som blir extra viktigt i en tid där mänskliga rättigheter utmanas på samhällets alla nivåer.



Här tar vi på oss rättighets-glasögonen och kikar närmare på praktiken. Vad är det som sker i mötet med eleverna? Genom att se på fritidsverksamheten som rättighetsundervisning kan vi vidareutveckla det som gör skillnad i det demokratistärkande arbetet.

- Rättighetsundervisning i fritidshemmets kontext
- Så stärker vi demokratiska värderingar och beteenden
- Skapa handlingskapacitet hos eleverna
- Gör arbetet med mänskliga rättigheter och demokrati synligt – för oss, för eleverna och för andra

Lisa Isenström är biträdande lektor i pedagogiskt arbete vid Karlstads universitet, där hon forskar och undervisar inom grundläroutbildningen. Hon är legitimerad lärare för årskurs 1–7 med inriktning mot matematik/no samt för fritidshem. År 2020 disputerade hon med avhandlingen Att utbilda rättighetsbärare, ett arbete som lade grunden för hennes fortsatta forskningsinriktning: hur rättighetsundervisning utformas och genomförs för yngre skolbarn. För närvarande driver hon ett post-doc-projekt om hur barns mänskliga rättigheter kan ta form i fritidshemmets pedagogiska praktik.

11.30 Lunch



12.30 Konflikthantering som demokratifrämjande arbete

Elin Larsson, utvecklingspedagog och författare

I en fungerande demokrati är konflikter både naturligt och nödvändigt. Det handlar om att mötas, att krocka och att lyssna. Elever behöver få öva på att hantera konflikter på ett konstruktivt sätt. Väl hanterade blir konflikterna faktiskt en viktig resurs i undervisningen och det demokratistärkande arbetet. Elever ges möjlighet att förstå känslor och behov och att visa omsorg om varandra. I den här föreläsningen får du konkreta exempel och användbara verktyg som hjälper dig att medla mellan barn på ett sätt som stärker både trygghet, delaktighet och empati – mitt i den pedagogiska vardagen.



- Medling som kreativ process med eleverna i centrum
- Behovsbaserad konflikthantering och känslors betydelse
- Att främja lärande mitt i konfliktsituationen
- Att förebygga våld och andra kränkningar

Elin Larsson är förskollärare och utvecklingspedagog med fokus på normkritik och värdegrund. Hon har en master i pedagogik, föreläser nationellt och utsågs till Årets lärarförfattare 2024. Elin är aktuell med boken Konflikter och kreativitet i förskolan och medverkar också i antologin Normkritiska perspektiv i pedagogisk verksamhet – förskola, fritidshem och skolans tidigare år.

13.20 När demokratin utmanas – förebygg och bemöt radikaliserings

Meta Broddare, föreläsare, utbildare och tidigare polis

Hatretorik, konspirationsteorier och extrema idéer sprids snabbt, inte minst på nätet. När unga möter detta behövs vuxna som förstår vad som händer, är medvetna om riskfaktorer, som agerar vid oro – och som presenterar demokratiska och inkluderande alternativ. Här får du insikt i hur ni formar en brottsförebyggande kultur på ert fritidshem. Hur ni bygger upp skyddsfaktorer, minskar risken för att era elever hamnar snett och vad ni som vuxna bör vara uppmärksamma på.



- Insikt i hur propaganda sprids i digitala miljöer
- Upptäck varningstecken och agera i tid
- Elever med extra sårbarhet och riskfaktorer
- Handlingskraft och verktyg för förebyggande arbete

Meta Broddare har bakgrund som polis och därtill lång erfarenhet av vuxenutbildning. Hon föreläser med noggrann pedagogik, mycket humor och verksamhetsnära exempel som ger deltagarna möjlighet att närma sig ett mörkt ämne på ett lugnt och relevant sätt.

14.10 Paus

14.40 Behåll de äldre eleverna – meningsfull fritid för 10–12-åringar

Lina Lago, universitetslektor och docent, Linköpings universitet och Mikael Andersson, förstelärare fritidshem, Maria Parkskolan, Helsingborg

Under det här passet riktar vi strålkastarljuset mot de äldre eleverna. Vi får ta del av pågående forskning om 10–12-åringarnas fritid och erfarenheter från ett mellanstadiefritids med över 100 inskrivna elever. Hur lyckas vi få en svår fångad målgrupp att stanna och frodas på fritidshemmet? Vi utforskar och utmanar vad det innebär att utgå från elevernas behov och skapa en viktig trygg social samlingsplats i ett föränderligt samhälle.

- 10–12-åringarnas egen syn på meningsfullfritid
- Hur bör verksamhet, undervisning och aktiviteter organiseras för de äldre eleverna?
- Ge både stöd och utmaningar – att stärka äldre elevers självständighet
- Framgångsfaktorer och fallgropar i arbetet med äldre elever

Lina Lago är universitetslektor och docent vid Linköpings universitet. Hennes forskning fokuserar på barns sociala liv i utbildningsmiljöer, särskilt i fritidshemmet. Hon intresserar sig för hur barn navigerar övergångar och hur dessa övergångar påverkar barns möjligheter till delaktighet, relationer och trygghet. Genom kvalitativa och praktisknära studier undersöker hon hur fritidshemmets pedagogik, organisering och vardagliga rutiner formar barns sociala villkor och möjligheter att höra till.

Mikael Andersson har 30 års erfarenhet som lärare i fritidshem och driver sedan åtta år mellanstadiefritids på Maria Parkskolan i Helsingborg. Genom ett självkritiskt förändringsarbete växte avdelningen fort från en knapp handfull elever i ett gruppum till skolans största med över 100 inskrivna.



15.30 Återhämtning är inte en paus från uppdraget – det är en del av det

Ulrika Borén, inspirationsföreläsare, författare och samtalsterapeut, PAUSA



Sista passet för dagen handlar om en del av fritidshemmets uppdrag som ofta hamnar lite i skymundan, nämligen återhämtning och rekreation. I tider av ökad psykisk ohälsa behöver vi förstå mer om stressfysiologi och hjärnans behov av växling mellan aktivitet och vila. Hur vi kan se pedagogisk kvalitet i återhämtning och normalisera lugn och "inget särskilt" som något värdefullt. Här får du med dig konkreta, genomförbara verktyg att ta med direkt in i verksamheten – både för elever och pedagoger.

- Så påverkar brist på återhämtning relationer, konfliktnivå och lärande
- Skillnaden mellan stimulans och överstimulans
- Uppmärksamma signaler på att barn behöver paus
- Mikropauser och små strukturella skillnader som gör stor skillnad

Ulrika Borén är beteendevetare, föreläsare och författare med fokus på återhämtning, mikropauser och hållbart arbetsliv. Hon har en bakgrund inom skola och fritidshem, bland annat som fritidsledare och kurator. Vilket ger en god förståelse för skolans vardag och de utmaningar som finns i tempo och arbetsmiljö. I över 13 år har Ulrika nu arbetat med fokus på återhämtning i olika former. I sina föreläsningar delar hon konkreta, enkla verktyg som kan användas direkt – för att stärka energi, fokus och hållbarhet i vardagen.

16.20 Summering

Moderator Jonas Wallman sammanfattar och avslutar dagen

16.30 Konferensen avslutas