

EN
BOK
OM

LEK

i förskolan

Erika Wallin (red.)



Lärförlaget

EN
BOK
OM

LEK

i förskolan

Erika Wallin (red.)

Läraryörlaget

LÄRARFÖRLAGET
Lärofortbildning AB
Box 17023
104 62 STOCKHOLM
www.lararforlaget.se
info@lararforlaget.se

KOPIERINGSFÖRBUD

Förlaget påminner om att detta verk är skyddat av upphovsrättslagen. Kopiering är förbjuden, utöver lärares begränsade rätt att kopiera för undervisningsbruk enligt avtal och den mycket begränsade rätten att kopiera för privat bruk.

© 2026 Författarna och Lärofortlaget
UPPLAGA 1 Första tryckningen
TEXTREDAKTÖR Kirsi Ylioja
GRAFISK FORM Nette Lövgren
FOTO OMSLAG Pinnada, Shutterstock

TRYCKT Inom EU via Printpool, 2026
ISBN 978-91-88149-90-9



INNEHÅLL

Inledning 6

Uppdraget 10

Kapitel 1. Lek för livet – en introduktion 12

AV INGRID ENGDAHL

Inledning 13

Kännetecken för lek 18

Leksignaler 19

Lek och lärande i en läroplansstyrd utbildning 20

Får alla barn vara med och leka? 23

Vad blir ditt ansvar? 25

Kapitel 2. Att få och kunna leka – den sociala lekens förutsättningar, möjligheter och utmaningar 26

AV MARIA GLADH

Inledning 27

Lekens fysiska, sociala, kognitiva och
symboliska dimensioner 28

Lek som utvecklingsstadier – ingen
fast kronologi 30

Låtsaslek och stöttning 31

En lekintervention för social lek 33

Slutord 39

Tips! 41

Reflektionsfrågor 41

Kapitel 3. Vårt ansvar – vår roll 42

AV ÅSA LERNBERG OCH LOUISE MESSER

Inledning 43

FoU-projekt om pedagogens ansvar
i att stödja barns lek 43

Fem områden som av pedagogerna
identifierades som viktiga 46

Vågar vi låta leken ta plats? 53

Alla slags lekar? 54

Leken – en väg till reellt inflytande 55

Tips! 57

Reflektionsfrågor 57

Kapitel 4. Pinnlek – vad är det och hur kan det förstås i förskolan? 58

AV MIA HEIKILÄ OCH ANN-CHRISTIN FURU

Inledning 59

Hur kan leksaker i förskolan förstås? 60

Leksaker inomhus och utomhus 62

Att få syn på barns pinnlek 64

Vad händer med pinnar i lek? 65

Pinnar på förskolan – ja eller nej? 69

Tips! 71

Reflektionsfrågor 71

Kapitel 5. Miljöer för lek i förskolan 72

AV ERIKA WALLIN

Barn leker i alla miljöer 73

Alla rum signalerar något 76

Ledtrådar för lek 77

Vad är en lekmiljö? 79

Lekarenor och medvetna materialval 80

Introducera, duka upp och besjåla 82

Organisation, normer och regler 82

Hela dagen-perspektiv 83

Tips! 85

Reflektionsfrågor 85

Kapitel 6. Vad innebär det att arbeta med lekresponsiv undervisning i förskolan? 88

AV NIKLAS PRAMLING

- Tänk dig... 89
- Att skifta mellan fantasi och verklighet 90
- Tänk om ... 91
- Att lära sig leka och att lära sig genom att leka 92
- Vad är då lek? 93
- Vad vi i dag vet om vuxnas deltagande i lek med barn 95
- Tips! 97
- Reflektionsfrågor 97

Kapitel 7. Yngsta barnens lek 98

AV LENA EDLUND

- Ta kontakt genom att leka 99
- Gör dig intressant! 99
- Lekfullhet som pedagogisk strategi 100
- Varför ska vi leka med de yngsta barnen? 101
- Materialets betydelse för de yngstas lek 103
- Bredda lekmönster och synliggör mångfald 104
- Stimulera lekförmågan 104
- De yngstas leksätt i åldersblandade grupper 105
- Visa barnen hur man leker 106
- Vägleid barnen i att förhandla 107
- Tips! 108
- Reflektionsfrågor 109

Kapitel 8. Barn som språkskapare – ett projekt med lekfull undervisning i fokus 110

AV ANNA KEMSON

- Ett gemensamt fokusområde och en gemensam grund att stå på i arbetslaget 111
- Projektet startar – "Jag har hittat Lummer" 113
- Hur går vi vidare? – Skapa lerfigurer 115
- Lekfull undervisning 116
- Hur går vi vidare? – Skapa hus till figurerna 118

Lyssnande och nyfiket förhållningssätt – reflektion i arbetslaget och med barnen 119

Hur går vi vidare? – Skapa berättelser med digitala verktyg 121

Levande projekt som skapar förutsättningar för lek och språkande 124

Tips! 125

Reflektionsfrågor 125

Kapitel 9. Lekfulla former för lärande 126

AV SARA BERGSTRÖM OCH LINDA BJÄLLERSTEDT

Inledning – lekens plats i undervisningen 127

Penntrollens värld – lekbaserad undervisning med Rimma och Ramsa 128

Sagan kommer till liv – sagopaket och litteratur som inspiration 130

Fakta möter fantasi – utforskande och naturbaserat lärande 133

Fantasin kommer till liv – Tigergrisen och värdegrundsarbete 134

Avslutning – när lek blir lärande på riktigt 137

Tips! 138

Reflektionsfrågor 139

Kapitel 10. Rörelselek 140

AV ULRIKA FAGERSTRÖM

Inledning 141

Vad är rörelselek? 142

Rörelsens betydelse 145

Förutsättningar för god rörelseundervisning 146

Rörelselek inomhus 148

Rörelselek utomhus 150

Vardagsnära rörelsetips 152

Tips! 155

Reflektionsfrågor 155

Kapitel 11. Lekandets egenvärden 158

AV MARGARETA ÖHMAN

En biologiskt nedärvd lekberedskap 160

Lekandets egna värden 161

Barnen äger sitt lekande 164

Lärandet finns där 167

Att hitta balansen – om betydelsen av
medlekande pedagoger 168

Tips! 169

Reflektionsfrågor 169

Kapitel 12. Lek som utmanar 170

AV SARA FRÖDÉN

Inledning 171

Fantasilekar som uppmuntras och upprör 171

Fysiska lekar som uppmuntras och upprör 173

Att hantera utmanande lekar i förskolan 178

Tips! 181

Reflektionsfrågor 181

Kapitel 13. Lek och existens i förskolan 182

AV EVA SCHWARZ

Inledning 183

”Mamma ska till jobbet” 186

Ett existensfilosofiskt perspektiv på
barnens lek i förskolan 188

Barnen är inte (än) 190

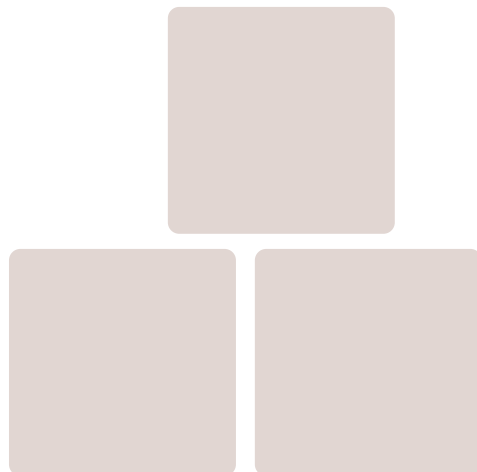
Undrar vem som har planterat alla
träd här i skogen? 191

En spricka uppstår 192

Tips! 194

Reflektionsfrågor 194

Referenser 195



Inledning

ERIKA WALLIN

Erika Wallin är förskollärare och arbetar i dag som kommundoktorand. Halva sin arbetstid har hon ett uppdrag som kvalitetsutvecklare för förskolorna i Nyköpings kommun och resterande arbetstid är hon doktorand vid Centrum för praktisk kunskap på Södertörns högskola. Hennes avhandlingsprojekt handlar om utvecklingsarbete, professionskunskap och förskolepersonals kollektiva läroprocesser.

• "Vilken lek ska vi ta i dag?" "V", häxan i skogen, superstars, förslagen
• är många. Vi kommer fram till att det blir "V" i dag. Vi delar ut
• roller, jag väljer som vanligt Lydia. Vi har mer eller mindre alla sett
• på något avsnitt av tv-serien, så vi vet vad det handlar om. Leken
• har vi lekt många gånger, samma lek men i olika former, samma
• lek som fortsätter dag efter dag, vecka efter vecka. Plötsligt blir
• Anna skrämmande, hon ändrar röstläge, gör ett minspel och rör sig
• annorlunda. Hon är nu Diane. Vi klättrar upp på berget och springer
• över till andra sidan, bort till lekparken. Kylan drar sig över min
• kropp, i lekparken är det alltid kallt, träden skymmer solen. Anna och
• jag springer till gungorna, vi hoppar upp på våra rymdskepp och far
• iväg. Efter en stund hoppar jag av mitt skepp, landar i sanden, solen
• försöker kika fram mellan träden. Leken fortsätter den närmsta
• timman. Plötsligt bryts förtrollningen, en förälder ropar att hens barn
• ska komma in och äta lunch. Vi rör oss alla tillbaka över berget, och
• går ur vår fantasivärld, jag går ner för backen, in genom grinden och
• öppnar dörren till huset där jag bor, det luktar pannkaka ...

LEK ÄR NÅGOT MAGISKT, lek kan sprida glädje, rädsla och förväntan. I lekens värld kan allting hända. Barn kan lära och utvecklas i och genom lek och leken kan vara en del i förskolepersonals undervisning. Att lek ska ha en central plats i förskolans utbildning anser säkerligen de flesta som arbetar i förskolan. Att leka är en rättighet för alla barn.

Lek lyfts fram i förskolans läroplan som viktig för barns välbefinnande och möjligheter att imitera, fantisera och bearbeta intryck.

Förskolepersonal ska skapa förutsättningar för lek, stimulera barns nyfikenhet och ge dem många, varierande och lekfulla möjligheter att utvecklas.

Men även om lek anses vara viktigt för barn och en självklar del i förskolepersonals arbete finns det många utmaningar kopplade till lek. Det finns lek som uppmuntras och lek som hindras. Avbrott påverkar leken och likaså miljöerna och materialen barnen har tillgång till. Att fördela tiden mellan lek, undervisning och rutin-situationer är inte alltid enkelt eller självklart.

När leken fick ett större utrymme i förskolans reviderade läroplan 2018 började många reflektera över lek och lekens plats i förskolan. Så även jag tillsammans med kollegor. När vi började läsa och prata om lek handlade det mycket om barns lekutveckling och vårt förhållningssätt. Men ju mer vi samtalade om lek, desto fler aspekter blev synliga. Hur ställer vi oss till krigslek, hur använder vi leken som en metod i vår undervisning, vad lär sig barnen genom leken, ska vi nyttja lek för lärande och så vidare.

För att vidga våra tankar, arbetssätt och förhållningssätt om lek kan vi behöva få till oss inspiration och ny kunskap. Det här är en antologi, skriven av förskollärare, utvecklingsledare, kvalitetsutvecklare, specialpedagoger, psykologer, forskare och en filosof. Alla med olika erfarenheter och kunskaper. Sammanlagt är vi 16 personer som skrivit bokens 13 kapitel, några enskilt och några tillsammans utifrån olika perspektiv på lek i förskolans utbildning och undervisning. Du finner säkert flera röda trådar mellan texterna i boken, men du kommer även se olikheter.

Med den här antologin vill jag visa på olika aspekter av lek, vikten av lek och lekens komplexitet. Jag hoppas att du som läsare kan lära och inspireras av mig och mina medförfattare för att sedan kunna ge barnen på din förskola ännu bättre förutsättningar för lek på ett medvetet sätt.

Bokens kapitel är uppdelade i tre delar: *Uppdraget*, *Lekens användbarhet* och *Lekens komplexitet*. Varje kapitel avslutas med några tips från författarna och reflektionsfrågor som du kan reflektera kring både individuellt och tillsammans med dina kollegor.

"ju mer vi
samtalade om
lek, desto fler
aspekter blev
synliga"

Alla kapitel i boken är helt fristående från varandra, så du som läsare kan läsa boken i den ordning du själv önskar. Längst bak i boken finner du varje kapitels källor.

Läs, begrunda och inspireras. Plocka ut delar från de olika kapitlen och komponera fram era egna ställningstaganden, ert eget arbetssätt och innehåll för att skapa de bästa förutsättningarna för barn att leka, lära och utvecklas, enskilt och tillsammans.

Erika Wallin, Nyköping

”

Lek stimulerar fantasi och inlevelse. Lek kan också utmana och stimulera barnens motorik, språkutveckling, kommunikation, samarbete och problemlösning samt förmåga att tänka i bilder och symboler. Därför är det viktigt att ge barnen tid, rum och ro att hitta på lekar, experimentera och uppleva. Lek och rörelse ska ha en central plats i utbildningen.

Ett förhållningssätt hos alla som ingår i arbetslaget och en miljö som uppmuntrar till lek och rörelse har stor betydelse för barnens utveckling, lärande och välbefinnande [...] Genom en aktiv närvaro är det möjligt att stödja kommunikationen mellan barnen samt förebygga och hantera konflikter (Lpfö 18, rev. 2025, s. 8).

LEK ÄR EN FRIVILLIG, lustfylld och meningsskapande aktivitet som barn initierar själva eller tillsammans med andra. Att få leka är en rättighet för barn i Sverige utifrån barnkonventionen och förskolepersonal har en skyldighet utifrån förskolans läroplan att skapa tid, rum och ro för lek. Leken i förskolans utbildning har alltid haft en central plats, även om förskolepersonal i varierande grad har pratat om vad lek egentligen innebär. Synen på och kunskapen om lek kommer påverka barnens möjligheter att leka. Likaså personalens engagemang och förståelse för sin egen roll i barns lek. En förskola där personal reflekterar över och problematiserar barns möjligheter till lek kommer bidra med bättre förutsättningar för lek än en förskola där personalen tar leken för given.

Följande kapitel kommer ge dig och dina kollegor kunskap om lek, lekens betydelse och faktorer som kan påverka barns lek och lekutveckling.

”Ska vi leka?” En enkel fråga – med stor kraft

Lek är grunden för barns lärande, men också ett av förskolans mest komplexa uppdrag.

Genom lek utforskar barn världen, skapar relationer, utvecklar språk och provar sina gränser. Samtidigt är leken inte alltid självklar eller okomplicerad. Vissa lekar väcker frågor, konflikter eller oro. Vilken lek får ta plats? Vems lek räknas?

Den här boken handlar om leken som drivkraft, som pedagogiskt verktyg och som ett fenomen som lockar, men som samtidigt också utmanar och ibland skaver. Genom skilda perspektiv och erfarenheter synliggörs lekens betydelse, möjligheter och utmaningar – och bidrar med nya sätt att tänka, se och agera i den pedagogiska praktiken.

Boken är indelad i tre delar: Uppdraget, Lekens användbarhet och Lekens komplexitet. Den innehåller konkreta tips och reflektionsfrågor, som kan användas både i det egna arbetet och i kollegiala samtal.

Det här är en bok för dig som vill fördjupa din förståelse av lekens roll i förskolan – och som vill låta leken fortsätta vara en kraft som utvecklar, utmanar och engagerar.



Redaktör Erika Wallin är legitimerad förskollärare med över 20 års erfarenhet. Hon arbetar som kvalitetsutvecklare för förskolorna i Nyköpings kommun och är samtidigt doktorand vid Södertörns högskola.