

Avsnitt 53: Inkluderande undervisning i ämnet idrott och hälsa för elever med synnedsättning

INFORÖST: Vi på Specialpedagogiska skolmyndigheten arbetar för att alla barn, elever och vuxenstuderande oavsett funktionsförmåga ska nå målen för sin utbildning. I podden förklarar, fördjupar och diskuterar vi specialpedagogik och ger goda råd till dig som arbetar i eller har barn som går i förskolan och skolan.

ERIKA: Hej och välkomna till Specialpedagogiska skolmyndighetens podd, Lika värde. Och som vanligt spelar vi in det här samtalet på distans och det kan påverka ljudkvaliteten. Och jag som håller i dagens samtal heter Erika Bergman och jobbar som pressekreterare på myndigheten. Och i dag ska vi prata om ämnet idrott och hälsa. Och frågan har varit i fokus med anledning av att vi på SPSM tillsammans med skolforskningsinstitutet alldeles nyss har släppt en forskningsöversikt som har fokus på det här skolämnet och frågan om hur man skapar så bra förutsättningar som möjligt för alla elever att delta. Och i dag kommer vi att lufta ett exempel på hur man kan arbeta på ett bra sätt för att elever med funktionsnedsättning som blindhet ska kunna vara delaktig och ha likvärdiga förutsättningar som sina klasskamrater. Och med mig i dagens samtal har jag tre gäster. Och jag vill säga välkommen till Lena Magnusson, rektor på Dotorpsskolan i Falköping, som också undervisat i ämnet idrott och hälsa. Och till Inger Axelsson, rådgivare på Specialpedagogiska skolmyndigheten med särskild inriktning mot synnedsättning, som utgår från vårt kontor i Göteborg. Och

till Lisen Leman, rådgivare på vårt resurscenter syd som är placerad i Stockholm. Och ni som rådgivare möter skolor och utbildar även i hur man kan utveckla sin undervisning för elever med synnedsättning och blindhet. Så jag vill säga varmt välkomna till er.

OKÄND: Tack så mycket.

OKÄND: Tack.

ERIKA: Och jag vill börja med att fråga dig Lena om på vilket sätt du har arbetet med inkluderande undervisning inom ämnet idrott och hälsa. Och särskilt då tänker jag med tanke på den här eleven som du har erfarenhet av att jobba mycket kring för att det ska vara möjligt att vara delaktig och delta på likvärdiga villkor.

LENA: Ja, min målsättning är alltid att få med alla elever i rörelse utifrån sin förmåga, oavsett vad man ... om man är blind eller inte. Man är olika och på idrotten så märks det väldigt tydligt. En del är bekväma i att vara med på idrotten och en del är ... kan vara rent obekväma. Så för att få med alla elever så tycker jag att det första är att skapa goda relationer, att man är lyhörd och man är nyfiken som lärare att lära känna sin grupp och alla individer. Se hur eleverna trivs tillsammans, prata i omklädningsrummen tycker jag är en jättefin grej att man kan göra när man är idrottslärare. Att man både innan lektionen och efter ... det finns möjligheter att följa upp lektionen och även ge en förberedelse för vad det är för lektion som väntar. Och det jobbar jag jättemycket med när jag hade min blinda elev, just för förberedelse och även efteråt för att få en liten uppfattning om hur gick det.

Det är viktigt med rutiner tänker jag också, det har man alltid tänker jag. En samling för en genomgång, vad är det som gäller? Vad kommer hända? Vilka grejer funkar i dag eller ska genomföras i dag? Och ett avslut också och att alla elever har bestämda platser tycker jag är viktigt också, det är för trygghet för alla. Och att man kan upprepa sina lektioner, kanske om man har två ... samma upplägg två gånger samma vecka kanske. Eller i alla fall så att den återupprepas. För det tycker jag är en bra grej för att få alla med och inkluderade, för lyckas man inte första gången riktigt så vet man till nästa gång vad det är som gäller och då kanske man då har fått tillfälle att prata, att ”det här var svårt, vad skulle jag kunna ändra på som lärare? Och vad skulle ...” Så att man är lyhörd för eleven. Och det gäller alla elever tycker jag.

ERIKA: Just det. Så det låter som just den här förutsägbarheten och transparensen är viktig tänker jag.

LENA: Ja, det är nog en förutsättning tror jag. Det är mitt bästa tips för egentligen alla idrottslärare och lärare överlag, att man hela tiden får ... det är bra att ha en relation och att man känner av. Det får man inte från start utan det är någonting man får jobba på, men det gäller även lärare och elev, att man bjuder in till det som lärare.

ERIKA: Och Inger du har varit i skolan där Lena arbetar och följt hennes och skolans arbete generellt, vad är det du har sett i sättet att arbeta som du tycker har varit framgångsrikt?

INGER: Vi har haft ett mångårigt samarbete med Dotorpsskolan eftersom de har haft två elever med blindhet. Så vi har haft

ett ganska tajt arbete genom åren. Och att ta emot elever med blindhet är en stor utmaning för en skola, oftast har man ... känner man inte ens till det och så. För man möter en elev som kommer att läsa och skriva på ett helt annorlunda sätt. Och det jag tycker var ovanligt lätt på Dotorpsskolan, det var att det fanns ett väldigt engagemang hos lärarna. Det fanns en nyfikenhet hos lärarna redan från början. Vi hade också jobbat ganska mycket för att barnen var redan kända ifrån förskolan, så det fanns en överlämning som hade pågått ett tag där också. Men också någonting som jag tror följde under alla de här åren som är väldigt viktig framgångsfaktor, det var att rektor och elevhälsan hela tiden fanns som stöd och de var engagerade i allting som ändå är, så att säga, extra när de gäller elever med blindhet. Det är kurser och det är mycket engagemang och vi hade temadagar och vi ... olika insatser så, som kräver extra tid, extra planering. Så att det handlar absolut jättemycket om lärarna, men det handlar också väldigt mycket om skolledning och att de ger sanktioner till allting som är extra. Sen tycker jag också den här skolan var fantastiskt bra på att alltid ta med elevens röst. Och i det här fallet så var det starka röster vi hade från de här två eleverna och speciellt från kanske den eleven vi pratar om i dag. Så att det var väl på sätt och vis ganska lätt, men jag kände att den här eleven var alltid tillfrågad om hur hon tyckte det skulle vara och hur hon tyckte att det skulle bli bäst. Så det tyckte jag var en väldig styrka i den här skolan att det kändes nyfiket, öppet för elever med olika funktionsnedsättningar så, att möta de och skapa ett delaktigt klimat.

ERIKA: Och i dag har vi ett särskilt fokus på ämnet idrott och hälsa i det här samtalet, vad gör det för skillnad för eleverna när man lyckas skapa den här tillgängliga undervisningen i just ämnet idrott och hälsa? Vad såg du när du arbetade, Lena, med just idrott och hälsa och hade då behov av att anpassa till elev med blindhet?

LENA: Men jag tänker att eleven och eleverna upplever en känsla av att lyckas när man får vara med och göra allt i princip som alla andra. Att man inte är ... man är annorlunda men så annorlunda är man inte, utan man är en i gänget tänker jag, att det skapar ett självförtroende. Och det skapar framför allt också goda kamratrelationer, klassen som jag hade då som den här eleven gick i, var otroligt duktiga på att känna av varandra. De ... jag tror att de lärde sig det också, att vi är olika allihopa. Och sen tror jag att när just när man har ämnet idrott och hälsa, det ... man har en möjlighet att ... man är delaktig på något sätt. Jag kan inte riktigt förklara, jag tänker att det är viktigt att ha med sig att man faktiskt lyckas där, så att man inte känner att man står vid sidan av. Utan att jag tror att får man det så har man skapat en känsla av självförtroende och goda kamratrelationer tror jag.

ERIKA: Vad tänker du om det som Lena berättar, Lisen? Du som i ditt jobb på resurscenter syd möter många verksamheter.

LISEN: Jag håller helt och fullt med just Lena att det betyder så mycket för den sociala gemenskapen. Och man kan också säga att forskning visar att om eleven inte är inkluderad på idrottslektionen så är man inte heller inkluderad på raster eller andra fritidsaktiviteter, man kommer utanför den

sociala gemenskapen. Så att vara medräknad och inkluderad på idrotten är stort ... är viktigt i det stora.

ERIKA: Det får betydelse för hur hela ens skoldag blir egentligen.

LISEN: Ja, absolut.

ERIKA: Vilka förutsättningar behöver man då ha, och fick du då som ... när du undervisade i ämnet, Lena, som ledde till att du kunde utveckla och skapa den här undervisningen som gjorde det möjligt för elever, oavsett sina olika förutsättningar, att delta på ett likvärdigt sätt?

LENA: En förutsättning var att vi var två pedagoger, och var två pedagoger i alla situationer kring det här ... den här eleven. Och jag jobbade ihop med en fritidspedagog då som var med mig på mina idrottslektioner. Så att vi turades om också att kunna vara nära den här ... det här barnet. Men ändå släppa, vad ska man säga, släppa distans så så hon ändå kände sig tillsammans med sina kamrater. Men det gör mycket när man har förutsättning att vara två stycken var fantastiskt tycker jag, och det är vi fortfarande faktiskt i vår skola. Och sen tänker jag att jag fick utveckla mig mycket tycker jag, för att anpassa och ... undervisningen i att ställa mig frågor, funkar det här? Funkar detta inte? Och man ... till en början vet jag att jag var otroligt ... jag ska inte säga rädd, men just det här med bollar, hur funkar det? Orienteringen, hur funkar det? Men när man ställer frågor både till sig själv och till eleven ... och jag fick en hel del hjälp också utav SPSM ska jag säga, just att man kan tänka att ... Just orienteringen tycker jag var så fantastiskt, för att blinda elever orienterar sig jämt, det är inget nytt för dem.

Så då kunde man tänka ”ja, just det.” Det kunde man få ihop då, att orientering det var en grej, särskilt när man går då i låg och mellan att det är i närområdet. Och då använde jag skolgården mycket och det var fantastiskt, där hittar eleven jättebra så då kunde man ... hon orienterar sig jämt. Och bollsporter tycker jag, det skulle jag vilja lyfta för att det är någonting ... man behöver aldrig vara rädd för det egentligen, utan det här handlar om tillit och förberedelse och en relation till eleven. Att man berättar, man ... det är så här att man behöver ... man kan vara delaktig på så många sätt tänker jag, att även om man kanske då inte kommer bli den som är drivande i en bollsport eller så, så är man ändå med. Sen använder jag ... en showdown spelar vi, vi fick låna in. Vi hade tandemcykel, vi cyklade en del. Så man fick göra mycket annat och det var väldigt roligt för alla elever. Det ... man ty... många elever tycker det här är väldigt spännande att få göra andra saker. Så vi gjorde mycket och utvecklade undervisningen, att man lär sig att tänka utanför boxen hela tiden. Och att man är flexibel för att undervisningen ska locka till alla barn i rörelse. Så en varierad undervisning som passar alla, det är a och o. Men man ska inte vara så rädd tror jag, det har jag lärt mig. För att det ska kunna få med det blinda barnet, utan det handlar hela tiden om att fråga och tänka om och ... Men förutsättningarna är klart en fördel att vara två som pedagoger också, det kan jag säga.

ERIKA:

Det låter som att ni verkligen ... så att ni utforskade och prövade och sen justerade, tycker jag på det du beskriver.

- LENA: Ja, och sen är det den här att jag tillbringar ... just då så tillbringar jag mycket tid ute också som rastvärd och aktiviteter ute på raster. Och då passar jag på mycket att jobba för mitt relationskapande för att tiden är också någonting som är en förutsättning som alla lärare pratar mycket om. Och det märker jag nu som rektor med att det är tiden, men det är vad man gör med tiden som man får tänka när tiden är knapp. Så det är väl någonting som jag jobbar mycket med med nu, även med mina pedagoger som jag har på skolan.
- ERIKA: Jag tänkte jag ska fråga er också, Lisen och Inger, för som synrådgivare på SPSM och från resurscenter syd så möter ni olika verksamheter, hur ser det ut mer generellt skulle ni säga i de skolor ni möter, finns det förutsättningar för att kunna utforma den här undervisning som skapar förutsättningar för alla elever att bli delaktiga, oavsett vad man har för funktionsförmåga och förutsättningar? Vad är er erfarenhet?
- LISEN: Jag tycker det är en svår fråga, det är så individuellt, men det gäller att fastna i som idrottslärare att det ... inte bara tänka på de begränsningar man har som ... att man har en för liten sal eller, ja, för lite material eller vad det nu kan handla om. Och som Lena sa, att man inte är rädd att utmana sig själv och fråga eleven, att få en positiv inställning. Och känner eleven att läraren har en positiv inställning till inkludering så finns det att göra mycket trots kanske små ... en liten sal eller andra fysiska hinder. Så att det handlar mycket om en känsla att känna sig delaktig och att få vara en i gruppen tänker jag.

INGER: Ja, och jag tänker lite så här också att ... jag tycker att i min rådgivning på skolor så ibland glöms det här ämnet bort, det är inte alltid idrottslärarna är med på vår rådgivning och så. Men vi själva frågar alltid efter det, för vi vet att det är ett ... svårt på något sätt. Jag tycker nog att jag kan säga att det är ett ämne som man upplever svårigheter att anpassa på något sätt så. Och att vi har väl försökt att möta upp det, vi har haft lite tematräffar med idrottslärarna och tillsammans med resurscenter gjort lite insatser för att stödja dem i det här att tänka utanför boxen, lite grann som du sa innan här Lena, och så. Så att jag tror att vi på SPSM behöver också på något sätt lyfta upp ämnet. För att ibland så hör jag, det är inte ovanligt att man låter de eleverna med olika funktionsnedsättningar så att säga slippa idrotten, eller att de får göra någonting annat, och det är aldrig bra. Så jag tycker att det är viktigt att man tar upp det i rådgivningen hur det går på idrotten och att man frågar efter det ämnet.

ERIKA: Så att vi hjälper till att få upp frågan på dagordningen.

INGER: Ja. Ofta handlar det ... Alltså rådgivningen handlar väldigt ofta om kanske kärnämnen och lite grann delaktighet på raster och social delaktighet och så. Men att man också på något sätt funderar kring just de här praktiska ämnena också.

ERIKA: Ville du säga någonting Lisen?

LISEN: Ja, precis som Inger säger så är det här ett ämne som ofta inte ses som lika viktigt, men att de här eleverna med synnedsättning rör sig generellt mindre än sina kamrater. Och att det är de som gör störst hälsovinster att vara aktiva

under de här lektionerna. Och också för att orka en dag i skolan, att ha styrka till att sitta still på en stol och lyssna eller så.

ERIKA: Precis, och här har skolan alla möjligheter då tänker jag att vara med och bidra till den här positiva upplevelsen av fysisk rörelse och att det får vinster för den här personens hälsa på ... ur ett livsperspektiv också då. Som jag sa i inledningen så har vi nyss släppt en forskningsöversikt som sätter fokus just på ämnet idrott och hälsa. Och då lyfter man tre aspekter som är viktiga för att kunna ge en bra inkluderande undervisning i ämnet. Och då handlar det om tillitsfulla relationer, att man har lektioner med tydlig struktur, och ger stöd. Och att lektionerna, undervisningen präglas av ett utvecklande klimat. Hur ... kunde du skapa de här förutsättningarna i din undervisning, ser du Lena?

LENA: Jag tänker generellt ... för att få bra lektioner så tänker jag att en struktur där alla elever känner igen sig, det skapar trygghet och studiero, även om man är i en idrottshall eller om man är med i ett klassrum. Och det är ett lätt sätt för mig som pedagog också att arbeta och planera. Jag vet, eleverna vet och förväntningar och framförhållning då. Så struktur är väl det som är efter relationer, en god relation med eleven eller eleverna då, och sen att man har en struktur som är samma tänker jag. Man vet, man har sin plats när man kommer in, man vet att det är en liten kort genomgång, det är alltid uppvärmning, det är en aktivitet som man då har gått igenom kanske innan, eller om man tar ett break igen. Så att det blir samma på något sätt i gången. Och sen är det en kort avslutning, tack för i dag, ut i duschen. Då ... det lär

sig eleverna och jag tror att det är bra för alla. Och det är bra för mig som pedagog också, att man har en struktur på det ... lektionerna, när man planerar dem.

ERIKA: Och Lisen, på resurscenter syd så har ni den här fördjupade kompetensen kring just ämnet idrott och hälsa och ger utbildningar för lärare om hur man kan undervisa elever med synnedsättning och blindhet i ämnet idrott och hälsa. Hur upplever du att skolverksamheter tänker kring att skapa en tillgänglig undervisning i det här ämnet?

LISEN: Det stämmer att vi har två olika kurser, dels en där vi pratar om anpassningar för elever med lindrig eller måttlig synnedsättning. Och en kurs där vi pratar anpassningar utifrån blindhet just i ämnet idrott och hälsa. Och sen så träffar jag precis som Inger många idrottslärare genom vanlig rådgivning. Och generellt så är lärarna otroligt kunniga och villiga att göra förändringar tycker jag. Men att de här kurserna tycker jag ger lite extra ... det här med att man kan möta andra lärare som står för liknande utmaningar och funderingar. Och kanske lika mycket att få bekräftat att man tänker rätt eller ... och få tips från andra.

LENA: Och det kan jag säga, jag sticker in, att det har varit jätte jättebra kan jag säga för jag har själv gått dem. Det har varit en otrolig källa till gemenskap också, att man kan just dryfta "gör vi rätt, eller hur kan man tänka här eller ...?" Ja.

LISEN: Och precis som Lena tar upp, jättemånga goda exempel här tänker jag, så sitter oftast lärarna på många goda exempel fast man inte riktigt vågar eller vet att man gör rätt och inte vågar kanske göra lika stora förändringar som man tänker

och så. Så att jag tycker att det är jätteviktigt att man kan diskutera med andra.

ERIKA: Så det blir som en erfarenhetsbank som man tillsammans kan skapa?

LISEN: Ja, exakt.

ERIKA: Är det någonting so med du vill lägga till Inger utifrån det som ... eller det som Lisen och Lena har sagt [skratt].

INGER: Ja, nej, det ... jag håller helt med dem, jag tycker också att det finns ... ofta ... jag möter nästan alltid en väldigt good will kring det här. Men jag ... om man tittar lite längre ut kanske så är det ... fortfarande är det så att man behöver ha en rektor som är engagerad i detta och någon kanske specialpedagog som också stödjer i det här tänket på något sätt, vi brukar att försöka att uppmuntra det i rådgivningen då. Så att man verkligen får tid att sitta och planera, att tid att tänka tillsammans. Sen de här kurserna på RC och det erfarenhetsutbytet ger också mycket. Så att, som sagt var, det här är ett lagarbete på många vis för att få det att fungera. Och det är väldigt roligt när man ser att det fungerar som det precis gjorde på Dotorp då under de här åren. Och jag har säkert fortfarande Lena, att det är som jag säger, det är ett väldigt viktigt ämne som betyder väldigt mycket på många sätt.

ERIKA: Ni var lite inne på just det här med att få dela med sig av sina erfarenheter och råd och nu tänkte jag att ni skulle få en chans att göra det här mot slutet av vårt samtal, att ni får dela med er av era bästa tips och råd i hur man kan skapa delaktighet för elever med funktionsnedsättning i ämnet

idrott och hälsa. Och kanske då med särskilt fokus på elever där det är just en synnedsättning eller blindhet som är utmaningen, vad skulle ni vilja skicka med då till de som lyssnar? Jag tänker vi börjar med dig Lena.

LENA: Ja, jag tycker jag har sagt det flera gånger och jag säger det igen, men jag tycker relationen är den viktigaste, för eleven vet oftast bäst själv. Så det skulle jag vilja skicka med att prata med eleven och få tips och råd. Och nöt och blöt ihop med eleven, det är det bästa.

ERIKA: Vill du lägga till någonting Lisen?

LISEN: Nej, jag håller verkligen med Lena att prata med eleven och var inte rädd att fråga och utveckla och prova på, var inte heller rädd att misslyckas och att då sen diskutera ”nej, men det här funkar faktiskt inte.” Och då testar vi något annat nästa gång. Så att var inte rädd att prova vill jag skicka med också. Och att det handlar mycket om inställning, så att vill man så prova och våga.

ERIKA: Och vad säger du Inger, vad skickar du med för råd?

INGER: Ja, jag håller helt med. Och jag tänker det att våga skapa ett klimat där man har en nyfikenhet kvar, och det tycker jag att man ofta möter hos lärarna. Men en motivation på något sätt att ändå se över det här hur kan man anpassa och att man får tänka också att det här sker över tid. Det är ingenting man kan lösa direkt, men tillsammans med eleven så brukar det ändå gå bra.

ERIKA: Så förtroendegivande råd du skickar med. Men stort tack hörni för att ni har varit med i det här samtalet. Jag vill

tacka dig, Lena Magnusson, rektor på Dotorpsskolan i Falköping och Inger Axelsson, synrådgivare på SPSM och Lisen Leman, rådgivare på SPSM:s resurscenter syd, för att ni var med i samtalet och delade med er av erfarenheter och råd. Och till dig som lyssnar så vill jag också tipsa om att ni kan få veta mer om vårt stöd och vår kompetensutveckling om ni går in på vår webbplats, spsm.se. Där finns också en länk till den här forskningsöversikten som vi har tagit upp, men också webbsidor med hur man kan skapa en inkluderande undervisning i ämnet idrott och hälsa. Och information med råd också om hur man kan utveckla sin undervisning för att möta behov hos elever med synnedsättning och blindhet. Och på webben finns också länkar till fler poddavsnitt om det här ämnet och andra viktiga ämnen, som handlar just om hur man kan skapa en tillgänglig undervisning för elever som oavsett funktionsförmåga kan behöva anpassningar och stöd för att lära sig på bästa sätt och må bra i skolan. Så tack också du som har lyssnat och vi hörs igen.

INFORÖST: Tack för att du lyssnat på Specialpedagogiska skolmyndighetens podd. Fler avsnitt kan du hitta på vår webbplats och där poddar finns. Om du vill veta mer om oss och vilket stöd vi erbjuder, gå in på vår webbplats, spsm.se. Följ oss även på Facebook, Twitter och Instagram.