

2026-06-08

## Avsnitt 112: Svar på vanliga frågor om fritidshem

**SPEAKER:** Vi på Specialpedagogiska skolmyndigheten arbetar för att alla barn, elever och vuxenstuderande med funktionsnedsättning får tillgång till en likvärdig utbildning och annan verksamhet av god kvalitet i en trygg miljö. I podden Lika värde förklarar, fördjupar och diskuterar vi specialpedagogik och ger goda råd till dig som arbetar i eller har barn som går i förskolan och skolan.

Om du vill veta mer om SPSM och vilket stöd vi erbjuder, gå in på vår webbplats [spsm.se](https://www.spsm.se) och följ oss i sociala medier.

**SARA:** Fritidshemmet är en viktig del av skoldagen för många elever. Men vad behöver man tänka på för att tiden på fritidshemmet ska vara givande och trygg för elever med olika funktionsnedsättningar? För att svara på den frågan har jag med mig två rådgivare.

Katarina Sandén och Angelina Sandberg. Välkomna! Tack!

Jag heter Sara Hamrén Håkansson och är kommunikatör på myndigheten. Ni jobbar ju båda två i SPSM Tjänst Fråga en rådgivare och där svarar ni på frågor om pedagogiska konsekvenser av en funktionsnedsättning. Ni publicerar också en del frågor och svar på vår webbplats.

Frågorna kan handla om hur man kan ge stöd i olika ämnen, vilka läromedel som kan vara aktuella och vad man ska tänka på vid skolbyte. Det var några exempel. Det där kräver ju att ni har både bred och djup kompetens, tänker jag.

Så kan ni presentera er lite kort för lyssnarna. Ska du börja Angelina?

**ANGELINA:** Ja, det kan jag göra. Jag är ju då specialpedagog och så är jag förskollärare och också läst en grundskolläraryt utbildning.

2026-06-08

Jag har arbetat på förskola och grundskola och som specialpedagog.

Jag har också varit i en förberedelseförskola, vilket var otroligt lärorikt. Sen har jag fått min spets mest inom synnedläggning när jag började jobba i den här myndigheten. Läst synpedagogik.

Och så har jag också arbetat i en del kurser kring flerspråkighet och funktionsnedsättning. Så det är väl där jag har mina spetsar. Och så har jag varit här på SPSM sedan 2006.

**SARA:** Så du har jobbat med lite olika typer av verksamheter? Ja. Och så har du lång erfarenhet som rådgivare inom SPSM.

Och du Katarina, har du en liknande bakgrund?

**KATARINA:** Ja, men jag är också specialpedagog som Angelina och även grundskollärare. Och jag har arbetat mest inom grundskolans olika stadier. Och jag var länge på en 1-9 skola, grundskolan, som tog emot nyanlända.

Så mångkulturell skola kan man säga. Och jag har även arbetat på Internationella skolan i Paris ett par år. Jag är rådgivare på SPSM sedan 2013.

Och jag har fördjupning inom läs och skriv och språkstudier. Störning, selektiv mutism och matematiksvårigheter. Jag har också jobbat en del med kurser och webinarier som Angelina här på myndigheten.

I vår tjänst Fråga en rådgivare så jobbar vi två. Och vi har ytterligare sex kollegor till med olika spetskompetenser som hjälper till att svara i telefon eller på de inkomna skrivna frågorna som vi får.

**SARA:** Då har ni en ganska lika bakgrund du och Angelina. Men ni har lite olika expertområden. Och tillsammans med de andra som jobbar inom Fråga en rådgivare så täcker ni ju in många områden.

2026-06-08

Så till frågan för det här samtalet. Vad behöver man tänka på för att tiden på fritidshemmet ska vara givande och trygg för elever med olika funktionsnedsättningar? Jag tänker att verksamheten på fritidshem kan variera mellan olika skolor.

Det kan vara väldigt strukturerat med olika aktiviteter och det kan vara fritt fram att välja vad man vill göra. Men Angelina, hur gör man då för att det ska fungera för elever med olika funktionsnedsättningar?

**ANGELINA:** Ja, det är en jättestor fråga och förutsättningarna är ju som du säger väldigt olika. Men det man kan se är ju att det alltid behöver finnas en tydlig struktur och det behöver vara kända rutiner för att verksamheten ska bli tillgänglig för alla. Den behöver ju då först och främst vara genomarbetad av arbetslaget och i nästa steg känd såklart för de elever som går där.

Att om jag kommer som elev så ska jag veta vilka som är där idag till exempel, vilka barn är här idag, vad kan jag göra, vilka regler det gäller, är det olika aktiviteter olika dagar? Helt enkelt att känna sig trygg med den verksamheten man kommer till.

**SARA:** Så det behövs ramar och regler och tydlighet. Hur gör man det då tydligt? Ska man göra det skriftligt, muntligt, använda bilder?

Eller har du något svar på det, Katarina?

**KATARINA:** Ja, men det är viktigt att vara tydlig, att kunna använda, som vi säger, en tydliggörande pedagogik och där ingår att använda visuellt stöd som bilder. Och då är det viktigt att tänka på att använda bilder som eleverna förstår beroende på ålder. Men även texter som stöd och foton, kroppsspråk och mimik.

Och att vara konsekvent, att kunna använda samma bilder i verksamheten, på fritids och i skolan, så att barnen är bekanta med det vi använder. Man kan också färgkoda material i kanske teman eller ämnen, så det är lätt för dem att hitta och

2026-06-08

veta vad man ska göra just med det här materialet. Och det kan också underlätta när man ska städa.

Och har man rutiner som är gemensamma på skolan så förespråkar vi ju det. Och man kan också använda det för att förbereda en aktivitet med ord och begrepp som kan vara bra för att kunna ta med just i den här leken eller den här aktiviteten. Och att sätta upp det synligt där leken eller aktiviteten utövas kanske vid fotbollsplanen och så vidare.

Eller dock, det beror ju på såklart barnets ålder. Det här med tid kan ju vara svårt för många av våra elever att kunna visualisera tiden som att använda en Timetimer eller en Timstock.

En Timetime är ju då en klocka som räknar ner tiden där man ser väldigt tydligt med rött hur mycket som är kvar eller en Timstock på en Ipad som då också räknar ner från grönt till gult till rött och när tiden har tagit slut för

just den här aktiviteten. Något som också som kan vara värdefullt är att sätta upp ett veckoschema på vad som ska hända på fritids.

Ska vi gå till skogen så kan det vara bra att det finns ett centralt schema uppsatt där många elever och föräldrar rör sig. Så får man ändå en påminnelse om vad man ska ta med sig eller vad som ska hända. Och varför gör vi allt det här?

Jo, för att skapa den här förförståelsen. Att så mycket vi kan ge de här förutsättningarna för alla våra elever att kunna vara delaktiga för att öka tillgängligheten. Att kunna stötta dem, att de får vara autonoma, kunna få välja utifrån sina förmågor.

**SARA:** Man kan göra det tydligt på flera sätt med bilder och färger, scheman och verktyg för att hålla koll på tiden. Men måste man inte också planera utifrån de elever som faktiskt kommer till fritidshemmet och kanske för de som inte kommer? Jag tänker att det kan finnas elever som väljer bort fritids för att det inte funkar för dem.

2026-06-08

Vad säger du Angelina?

**ANGELINA:** Men det är absolut otroligt viktigt att tänka utifrån de eleverna som man har på det här fritidshemmet och väljer elever bort att komma till fritids så behöver man ju verkligen fundera på vad är det som gör att eleven inte vill vara på fritids?

Och som Katarina pratade om, vårdnadshavare, det här med veckoscheman, att verkligen ha kontakt med vårdnadshavare och eleven naturligtvis, lyssna in elevens röst. Hur vill eleven ha det?

Man måste ju alltid se så att det blir en helhet för eleven, att det inte blir uppdelat med skola och fritids, utan de stöd och hjälpmedel som finns i skolan, det kanske är flera av de stöden och hjälpmedlen och anpassningarna som också behövs på fritidshemmet för att det ska bli tillgängliggjort.

Så det är ju oerhört viktigt att man har den här dialogen än ett rätt sätt, utan det finns ju lika många egentligen som det finns elever. Om man tar till exempel en elev som skulle ha en synnedsättning, då är det jätteviktigt att veta vart finns kompisarna, vad gör de? Hur många är vi här idag?

Vilka är det som inte är här? Och vad kan man göra vart? Att det blir tydliggjort för alla.

Och ljudmiljön, jätteviktig! Och det är ju bra för alla elever och för de flesta anpassningar är ju faktiskt bra för alla elever. Även om det är ett måste för några.

Och sen egentligen, det allra viktigaste av allt, det är ju att man som vuxen på fritidshemmet som finns där, och jobbar där, att man har en förståelse för den här elevens situation. Det är ju ingen som har valt att ha en funktionsnedsättning. Utan att man skapar den här trygga relationen med den eleven, eleverna, så att de får känna sig förstådda och trygga.

**SARA:** Du kommer in på trygghet där på slutet. Och jag tänker att...

2026-06-08

Det är ju viktigt, för på fritidshemmet så träffas ju elever från olika klasser. Och alla kanske inte känner varandra. Katarina, har du några förslag på vad man ska tänka på för att skapa en socialt trygg miljö?

**KATARINA:** Ja, först och främst är det viktigt att man är närvarande som vuxen i allt socialt samspel. Och särskilt i början när man kanske är ny och man är ny för varandra. Nystart på terminen.

Och här kan vi vuxna modelleras. Vi är en förebild för våra elever och barn. Att man kanske aktivt väljer spel och lekar som stimulerar just det här samspelet och glädjen där alla kan vara med.

Och att vi tydliggör reglerna som vuxna. Så vilka regler är viktiga nu för den här gruppen när vi är tillsammans? Och att vi vuxna är överens om då...

vad det är vi ska ha för regler och hur vi ska förtydliga det för våra elever. Och att man kanske behöver möta upp varje individ. Att den här individen behöver bli sedd utifrån sina förutsättningar och behov.

Och det betyder att vi behöver ha bra rutiner vid övergångar, exempelvis mellan skolan och fritids. Och kanske behöver vi ha ett inskolningssamtal i början, speciellt när eleven är ny och där vi ställer frågor som "Vad är viktigt för dig?" "Vad behöver du?" och så vidare.

**SARA:** Ja, men jag tänker det du var lite inne på, om jag tolkar dig rätt, att vuxna som lite grann måste styra upp här och både välja kanske vissa aktiviteter och styra upp med lite regler "Vad är det som gäller?" och "Hur gör vi?" och så där. Men då kommer jag att tänka på det här med fri lek. Är det något som du inte rekommenderar då?

Hur ser du på det?

2026-06-08

**KATARINA:** Jag tänker ju att det måste finnas en bra balans mellan fri lek och de här vuxenstyrda aktiviteterna, men det beror ju på också vad vi lägger in i det här begreppet "fri lek". För i den fria leken, det är ju något väldigt positivt också, där får ju eleverna möjlighet att bearbeta sina intryck, att utveckla sin identitet och relationer och kommunikation till sina till sina jämnåriga och kompisar.

Och här får man ju också använda sin fantasi och sin kreativitet och den här goa lusten till att lära, vilket skapar ju den här tryggheten och den här tillhörigheten som vi också vill åt. Och det står ju också i Lgr 22 i skollagen, där man betonar just den fria leken, att den är ju aldrig fri från vuxenansvar.

Och här behöver vi vara lyhörda vuxna, som ser elevernas behov och kanske olika behov ibland. Och särskilt kring de här eleverna, som har utmaningar i sina kamratrelationer. Och det gäller ju både de här eleverna, som utmanar och de som kanske inte tar för sig så mycket.

Och då kräver ju det att vi är kloka, vi vuxna, och där vi har en medveten pedagogik kring vad vi gör.

**SARA:** Ja, men så allt behöver inte vara uppstyrt av vuxna? Men vuxna behöver vara lyhörda, ha koll på vad som händer i lekarna. Är det så jag ska tolka dig?

**KARARINA:** Absolut, ja.

**SARA:** Men över till en annan situation, som kan vara utmanande. Och då tänker jag på måltiderna. Angelina, har du några förslag på hur man kan planera så att måltiderna blir trevliga stunder på fritids?

**ANGELINA:** Ja, här behöver man ju fundera på: Vad behöver eleverna för att ha en sån trevlig stund som möjligt? Behöver de ha samma plats? Samma bord?

En vuxen med vid bordet? Behöver de kanske veta vad måltiden består av? Det vill säga en förförståelse?

2026-06-08

Är det möjligt att minimera intrycken? Ha en tydlig, trygg struktur? Även här, som eleverna känner igen?

Utifrån varje enskild elevs behov?

**SARA:** Och du menar så att även med måltiderna behöver man utgå från elevernas behov? Som vi har pratat om tidigare också.

**ANGELINA:** Absolut.

**SARA:** Ja, men nu har vi gått igenom några frågor och svar om fritidshem. Och jag tänker om du som lyssnar inte har fått svar på det som du undrar över. Då kan du gå in på SPSM:s webbplats och ta del av vanliga frågor och svar.

Eller ställa din fråga till Angelina, Katarina och deras kollegor i tjänsten Fråga en rådgivare. Du hittar den tjänsten på [spsm.se](http://spsm.se).

Klicka på rubriken: Stöd och råd. Men vilka är det då som svarar på frågorna som kommer in? Vad säger du, Katarina?

**KATARINA:** Ja, det är ju Angelina och jag då. Och så är det ju sex till, så vi är åtta stycken i tjänsten Fråga en rådgivare. Och tillsammans så täcker vi upp de flesta funktionsnedsättningarna.

Och vid väldigt specifika frågor så har vi även sakkunniga inom olika områden som vi kan ställa frågan, som hjälper oss att ge ett bra svar på frågan. Och vi finns ju till för alla skolformer, från förskolan till vuxenutbildningen. Och vi är kvalificerade samtalspartners och vi försöker då besvara frågorna som kommer in och guida även då frågeställarna vidare om det är något annat.

Så gott vi kan. Och frågeställarna kan ringa till oss, de kan skicka in frågor via mejl och under frågor och svar på vår webb finns även de vanligaste frågorna publicerade.

**SARA:** Ja, vad bra. Och Angelina, är det någonting som du vill lägga till här?

2026-06-08

**ANGELINA:** Ja, alltså egentligen bara att det finns inga dumma frågor, så ring och samtala med oss om era frågor kring tillgänglighet, delaktighet, funktionsnedsättningar. I ett samtal med oss så ger vi oss ut tillsammans med er i ett sökande, en väg förhoppningsvis framåt.

Och kanske får ni svar direkt på en specifik fråga, eller så kan ett samtal med oss leda er vidare i ert eget tankesätt, eller till att söka annat fördjupat stöd från SPSM, till exempel specialpedagogisk rådgivning, eller bidrag till projekt. Och vi guidar er gärna på SPSM:s webbplats, för där finns väldigt mycket tips, både kurser och material.

**ANGELINA:** Och glöm inte att fritidshemmets verksamhet är en väldigt viktig del av elevens skoldag.

**SARA:** Tack för de orden Angelina Sandberg. Och jag vill tacka även dig, Katarina Sandén, som har varit med här idag. Och det är dags för oss att avsluta.

Ja, men gå in på vår webbplats, spsm.se. Där hittar ni tjänsten Fråga en rådgivare. Och det finns också ett studiepaket, som heter Studiepaket NPF. Och där finns en särskild del, som riktar sig till just fritidshem. Studiepaketet har fokus på adhd och autism.

Och där på vår webbplats finns också inspelade seminarier och information om undervisning och lärande för barn, elever och vuxenstuderande i behov av stöd. Tack till dig som har lyssnat.

**SPEAKER:** Tack för att du har lyssnat på SPSM:s podd Lika värde. Fler avsnitt hittar du på SPSM och där poddar finns.