

# Lärarhandledning

# Min Skola



*Illustrationer av: Frida Andersson*

## Förord

*Det här är ett material som ska underlätta för dig, dina elever och elevernas vårdnadshavare att på ett enkelt sätt förstå hur den svenska skolan fungerar.*

Vi tror att vi kan nå fler föräldrar genom att undervisa barnen om hur det fungerar i skolan och de förväntningar som finns. Vi hoppas på så vis att vi får mer medvetna elever och mer engagerade föräldrar som vet både sina rättigheter och skyldigheter. Vi vill nå föräldrarna genom barnen.

På *Min Skola* finns lättlästa, korta svenska texter som kan läsas av elever i lågstadiet och på mellanstadiet. Dessa texter är tänkta att användas som en sorts läsläxa när det passar under läsåret eller när ett område gått igenom i skolan.

Texterna är översatta till flera språk för att kunna skickas hem och förtydliga till de vårdnadshavare som behöver detta. Dessa texter har en QR-kod för översättning och går att skriva ut. Föräldrarna kan via mobil och dator också översätta texterna direkt på hemsidan genom att klicka på symbolen som liknar en jordglob och välja språk.

På hemsidan finns texterna under olika områden. Till varje sådant område finns diskussionsfrågor och andra lämpliga länkar att använda vid föräldramöten, utvecklingssamtal och under dina lektioner för att komplettera texterna på hemsidan.

För att förtydliga olika begrepp i faktatexterna finns en ordlista. På hemsidan finns också textade filmer kopplade till de olika områdena. Filmerna visar enkelt en del av innehållet för vissa av områdena.

Det finns också sagor till tre baserade på områdena. Sagorna finns i två olika versioner, ett original och en mer lättläst. De kan användas kombinerat eller enskilt. Barnen kan ha det som lästräning eller kan vuxna läsa dessa som högläsning.

Vi önskar att du gör detta material till ditt, lägg till det som är speciellt för din skola och just din elevgrupp. Gör det till ett levande material och hör gärna av dig till oss.

*Gunilla och Lotta*

# Innehållsförteckning

<b>Lärarhandledning Min Skola</b> .....	<b>1</b>
Förord .....	2
<i>Min skola</i> .....	4
Hur fungerar skolan?.....	4
<i>Skolans innehåll</i> .....	5
Läroplanen .....	5
Betyg .....	5
Läxor.....	5
<i>Alla föräldrars sida</i> .....	7
Jobba med:.....	7
På ett föräldramöte med skolsköterska.....	8
Du måste .....	9
Prova själv, du kan mer än du tror .....	9
Om någon är dum .....	9
<i>Mitt samtal</i> .....	10
Vad är ett utvecklingssamtal? .....	10
<i>Mitt språk</i> .....	11
Att göra .....	11
Bedömning.....	11
Språkstegar .....	12
<i>Min idrott</i> .....	14
Rekommendationer .....	14
Olika idrotter.....	15
<i>Min hälsa</i> .....	16
Att göra kring måltider.....	16
Skärmtid.....	17
Tobak och droger .....	17
Sex och samlevnad.....	17
Sjukanmälan.....	19
Frånvarotrappan .....	19
Begrepp.....	19
<i>Jag vill vara ledig</i> .....	20
Sök ledigt.....	20
Skolplikt.....	20
<i>Min fritid</i> .....	21
Att göra .....	21
<i>Om Helsingborg</i> .....	22
Att göra .....	22
Guide Helsingborg.....	22

## Min skola

Materialet på [minskola.helsingborg.se](https://minskola.helsingborg.se) kan användas under hela läsåret. Det är till stor fördel att gå igenom materialet vid terminsstart.

### Hur fungerar skolan?

Visa för åk 4–6 en allmän bild av hur skolan fungerar.

Från UR play

- <https://urplay.se/program/206211-nyfiken-pa-sverige-skolan>



# Skolans innehåll

## Läroplanen

Visa läroplanen eller ett foto på planen, länken till läroplanen:

- <https://www.skolverket.se/publikationer?id=9718>

## Diskutera:

- Vad är ett ämne?
- Vad är ett arbetsområde?
- Vad är syfte och mål?

## Betyg

Gå in på Skolverkets hemsida och se om det finns några lämpliga länkar eller filmer att diskutera och visa för eleverna. På spsm´s hemsida brukar det ibland finnas bra information att hämta.

- <https://www.spsm.se/>

## Diskutera:

- Hur fungerar betyg?

Filmer för eleverna att titta på och /eller visa på föräldramöte

- <https://www.youtube.com/watch?v=ciRJZwiR50Y>
- <https://www.youtube.com/watch?v=fHSbPRtbvT4>

Visa olika elevelster på olika nivåer eller betygssteg för olika ämnen. Ta elevexempel från din klass och aidentifiera uppgifterna eller samarbeta med en parallellklass och byt exempel.

## Läxor

Stödmaterial från Skolverket:

- <https://www.skolverket.se/skolutveckling/inspiration-och-stod-i-arbetet/stod-i-arbetet/laxor>

## Diskutera:

- Varför har man läxor?
- Hur gör du dina läxor?
- Vad är svårt med läxor?
- Var gör du dina läxor? Har du någon som kan hjälpa dig? Vem går du till när du behöver hjälp?
- Hur planerar du upp arbetet med dina läxor?



## Alla vårdnadshavares sida

För att göra föräldrar mer delaktiga i skolan kan man arbeta med läxor eller små uppgifter där hemma som barn och föräldrar kan lösa tillsammans. Uppgifterna och ämnena är så att alla föräldrar kan berätta om eller delge de erfarenheter som de varit med om. Antingen får barnen jobba med ämnen där hemma tillsammans med en förälder eller så bjud in föräldrarna till skolan. Här kommer en lista med bra ämnen som man kan arbeta med tillsammans.

### Jobba med:

- Lekar och leksaker när föräldrarna var små
- Sevärda platser
- Mäktiga personer i landets historia
- Har ni varit med om våldsamma oväder
- Typiska sagor
- Maträtter och kakor
- Släktens historia
- Visa olika läroböcker, hur gick man i skolan?
- Flaggor och symboler
- Djur och natur
- Broar eller kända verk
- Konstverk, dikter och sånger
- Hur var din skola? Eller dina föräldrars skola?



## På ett föräldramöte med skolsköterska

Den här filmen kan man visa på ett föräldramöte och diskutera vad en skolsköterska gör. [Hos skolsköterskan](#)



### Diskutera i olika föräldragrupper:

- Vilka regler som gäller vid sjukfrånvaro och återgång till skolan
- Vad är närvaroplikt och åtgärdstrappa
- Om att vara hemma när man är sjuk, diskutera vad får ett barn lov att göra när den inte är i skolan, dataspel, vara ute, gå i affärer?
- Varför går man inte till doktorn direkt när man är sjuk?
- Prata om 1177
- Vårdcentralens uppgift och funktion, när kontaktar man vårdcentral samt egenvård? Vad gör man själv? Tipsa varandra.
- Vad är skolsköterskans och skolläkarens uppgift?
- Hur mycket är ditt barn är vid sin telefon alt. iPad? Titta på barnens skrämtidsrapport
- Sovtid. Diskutera när är lämplig sovtid för ditt barns ålder
- Läxor, hur gör man? Vad gör man om man inte klarar av att hjälpa där hemma? Var gör ditt barn sina läxor och när? Vad är svårt när det gäller läxor?
- Vad är en aktiv fritid, hur gör man?

Aktiv fritid

<https://helsingborg.se/uppleva-och-gora/ung-fritid/>



# Du måste och du kan!

## Du måste

### Diskutera:

- Vad kan dina föräldrar hjälpa dig med? Läxor, praktiska saker.
- Vilja, våga prova och inte vilja gå i skolan. Hur ska man tänka kring detta? Hur tänker du?

## Prova själv, du kan mer än du tror

### Diskutera:

- Självkänsla, skriv 3 saker som du är nöjd med, som du kan eller som du har blivit bättre på?
- Rita eller skriv ner tre saker som är viktiga för just dig
- Hur vill du att andra ska uppfatta dig?
- Vad tycker du om att göra?
- Gruppträck, när är det viktigt att vara i grupp och när är det viktigt att tycka själv?

## Om någon är dum

### Diskuterar

- Hur går du tillväga om någon är dum mot dig?
- Hur gör du om du blir mobbad? Hur ser skolans plan kring mobbning ut?

Vad är gränsen för kränkande behandling? Vad är gränsen för mobbing?

<https://www.youtube.com/watch?v=Sypz52PyDfw>



## Mitt samtal

### Vad är ett utvecklingsamtal?

Tre filmer som beskriver utvecklingsamtal

- <https://youtu.be/FDtVjGqcVxM>
- <https://www.youtube.com/watch?v=ZsTf91Chymw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=jMesJmwUf4U>



# Mitt språk

## Att göra

Läs och diskutera den fina sagan *Språket* som finns på [minskola.helsingborg.se](http://minskola.helsingborg.se).

För att ge förståelse för hur det är att lära sig ett nytt språk kan ni se på filmer eller faktafilmer på olika språk från t.ex. SLI. Låt sedan barnen som kan språket berätta vad filmen handlar om på svenska.

Lära sig och samla ord som välkommen, hej, tack osv på olika språk.

Sjung olika sånger på olika språk.

## Diskutera:

- Vilka språk finns i klassen?
- Var ligger länderna i världen?

## Bedömning

Vilka rutiner finns på din skola att bedöma om ett barn ska läsa Sva?

Vad Sva är:

- <https://www.andrasprak.su.se/grundskola/vanliga-fr%C3%A5gor?cache=title%3DTipsa%2Farbetsdator%2Fcourses%2Ffree-standing-courses%2BORDER%2BBY%2B1--%2BgcYV>

Ett behovsprövat ämne - vem kan läsa detta?

Sva är ett eget ämne som man läser om man har behov och har en fördel av att läsa det istället för svenska. Detta behov måste kontinuerligt följas upp så att man läser rätt ämne.

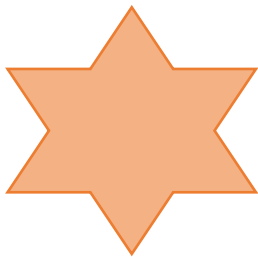
- <https://www.skolverket.se/skolutveckling/inspiration-och-stod-i-arbetet/stod-i-arbetet/svenska-som-andrasprak--ett-behovspruvat-amne>

## Språkstegar

Gör en undersökning i din klass, tex inför samtal eller bedömning med hjälp av Gudrun Svenssons metod *Språkstegar*,

### Elevenkät om språkidentifikation, språkfärdighet och språkarv

Skriv i **hjärtat** det språk som **du tycker bäst om**



Skriv i **stjärnan** det språk som **du är bäst på**

Skriv i **pratbubblan** det språk som **du tycker är lättast att prata**



Skriv i **pilen** det språk som **du tycker är ditt modersmål**

## Länkar:

- Här kan du få tips om hur du kan arbeta vidare med hjälp av språkstegen:  
<https://pedagog.malmo.se/2018/05/08/vad-ska-vi-gora-sprakutveckla-del-13/>
- Här kan du läsa om arbetet med translanguaging och språkstegar  
<https://www.skolverket.se/download/18.645f1c0e17821f1d15c779/1619511438329/translanguaging-transsprakand--gudrun-svensson-20180418.pdf>
- Translanguaging - är det något ni kan använda i ert klassrum?  
<https://www.youtube.com/watch?v=ifuEDly69X0>
- Modersmål – forskning-lättare att tillgodogöra sig svenska, utveckla svenska  
<https://www.youtube.com/watch?v=EsN5TBBFDoE>
- Om modersmålsundervisning  
<https://www.youtube.com/watch?v=p-TAtFzFUOw>

## Diskutera:

- Modersmål – svenska - Fula ord och svordomar? Vilket språk är det fult att svära på? Vad bör man tänka på när man blir arg?
- Hur säger man förlåt på ditt språk? Varför och när säger man förlåt?
- Vilka levande språk finns i hemmet?



# Min idrott

## Rekommendationer

Folkhälsomyndighetens rekommendationer kring idrottande, rörelse

- [www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/fysisk-aktivitet-och-matvanor/rekommendationer-for-fysisk-aktivitet-och-stillasittande](http://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/fysisk-aktivitet-och-matvanor/rekommendationer-for-fysisk-aktivitet-och-stillasittande)

Här finns som lättläst och på olika språk på denna hemsida

- <https://generationpep.se/sv/inspirationsbanken/rorelse-i-skolan-for-okad-inlarning/>

Material, arbetshäfte för främst lågstadiet om simning, badvett osv:

- <https://svenskalivraddningssallskapet.se/simkunnighet/i-skolan>

## Diskuterar:

- Vad är träning?
- Vad tränar du mest?
- Hur ofta tränar du?
- Varför ska man träna, vilka hälsoeffekter finns? Fysiskt, socialt, men också kunskapsmässigt?
- Vilka kläder behöver du?
- Vilka anläggningar, föreningar och sporter finns i ditt område?

## Olika idrotter

Filmer för att skapa intresse:

- <https://www.rf.se/RFarbetarmed/Aktuellaprojekt/rorelsesatsningiskolan/inspirationtillrorelseochidrott>

Kolla också på nätet eventuella föreningar.

### Diskutera:

- Varför är det viktigt att duscha och tvätta händerna?
- Vad tänker du när du träffar någon som luktar svett? Vågar du säga till?



# Min hälsa

## Att göra kring måltider

### Diskutera:

- Hur ser en bra frukost ut? Gör olika exempel. Koppla in Hk, Illustrera med bilder, urklipp från tidningar osv.
- Kostcirkeln, vad är det?
- Vad är din favoritmat? Vad är nyttigt av det? Vad äter du helst? Vad borde du äta mer av?
- Äter du alltid frukost, lunch och middag?
- Mellanmål, vad är det?
- Prova mat? Hur många gånger måste man smaka? Vad är gott? Vad är nyttigt? Bestäm en sak du ska prova x antal gånger framöver
- Nyckelhålmärkningen, vad betyder detta?

Material, tips och idéer om hälsa, mat, sovtider osv till lågstadieelever

- [https://aktivskola.org/wp-content/utbildningsmaterial/halsa-pa-skolan\\_lagstadiet.pdf](https://aktivskola.org/wp-content/utbildningsmaterial/halsa-pa-skolan_lagstadiet.pdf)
- <https://shop.aktivskola.org/produkt-tagga/halsa/>

## Psykisk hälsa - Hur mår du?

### Diskutera:

- Vad mår du bra av? Vad behöver du för att må bra?
- Vad gör dig glad?
- Vad kan du bli stressad av eller rädd för?
- Vem kan man prata med på sin skola?
- Vad kan BRIS - barnens rätt i samhället hjälpa till med?
- Rädda barnen i Helsingborg <https://www.raddabarnen.se/medlem-och-volontar/lokalforening/syd/skane-lan/helsingborg/>



## Skärmtid

Undersök hur mycket tid du är vid din telefon använd skrämtdidsrapporten.

Gör diagram över användandet i matematik.

### Diskutera:

- Sovtid, när är lämplig sovtid för barn i olika åldrar?
- Hur många timmar sover du per natt? Gör ett diagram på matematiklektionen
- Vad ska man göra för att sova gott? Vilka rutiner kan man ha? Samla tips på vad barnen kan göra när de inte kan sova
- Mardrömmar, varför får man detta? Farliga filmer, vad mer kan påverka?

## Tobak och droger

### Diskutera:

- Alkohol, tobak och narkotika -
- Vilka regler finns för köp av tobak, energidrycker och alkohol? Hur gammal får man vara när man ska handla? Varför finns dessa åldersgränser?
- Vad händer i kroppen?
- Varför börjar man? Diskutera kring gruppsyck.

## Sex och samlevnad

### Diskutera:

- Sex och samlevnad
- Sexualundervisning för vem? Alla har rätt att få reda på detta, oavsett om man har föräldrar eller vårdnadshavare som inte vill
- Din kropp växer, vad händer i kroppen?
- Sex och samlevnad, pubertet? Hur skyddar vi oss? Vilka ord använder vi för våra könsorgan? mens? graviditet
- Genus? Könsskillnader, vad är okej som tjej eller kille? könsnormer, vilka föreställningar finns runt dig?
- Samtycke, relationer, Är ett nej alltid ett nej?
- UMO vad är det? Det finns på olika språk:
  - <https://www.umo.se/om-oss/umo-pa-andra-sprak/>
  - <https://www.umo.se/sex/sex-och-samlevnad-i-skolan/>

## Hälsa invävt i olika ämne

Här är några exempel på frågor som kan diskuteras i olika ämnen och olika åldrar:

- **Biologi och naturkunskap**

Hur blir man gravid? Kan man skydda sig mot könssjukdomar?

- **Samhällskunskap**

Vad kan man göra åt ojämställdhet och diskriminering? Vilka fördelar och nackdelar har man beroende på kön, hudfärg eller funktionsvariation.

- **Historia**

Hur har synen på sexualitet och kön förändrats genom tiderna? Vilka grupper har haft mer makt än andra under historien?

- **Religion**

Hur hänger det ihop med olika religion? Hur ser olika religioner på olika relationer, sexualitet och rättigheter.

- **Musik**

Hur beskrivs kärlek, kön och sexualitet i låttexter? Varför används ord som tex "tjejband" och "kvinnlig trummis"?



## När du är sjuk

### Sjukanmälan

Gå igenom sjukanmälan, hur det fungerar på er skola. Vilket telefonnummer ska man ringa, Unikum familj funktion.

#### Diskutera:

- Vad kan man vara hemma för, vilka sjukdomar eller symtom?
- Vad missar man när man är borta? Ämnen, det sociala, svårare med kompisar?
- Vem kan hjälpa dig att hämta läxor och material? När kan man ta igen det man missar? Hur gör man för att få kontakt med läraren om det är ngt man undrar?

### Frånvarotrappan

Visa frånvarotrappan och följer vid hög frånvaro på både föräldramöten och för eleverna.

#### Diskutera:

- Gör ett räkneexempel på hur många timmar en frånvaro på 10% genom hela skolan innebär.
- 5 minuter efter en rast försvinner, hur mycket blir det på en vecka, på en termin.

### Begrepp

Samla olika ord och begrepp om sjukdomar och sjukvård.

#### Diskutera:

- Akutvård och 112 hur fungerar detta? när är det dags? Hur ringer man? När går man till akuten?
- När ringer man vårdcentralen?
- Vad behöver man ha hemma i sitt husapotek? Receptfritt/recept. Kan du ta med och visa vad du har?



## Jag vill vara ledig

### Sök ledigt

Prata om hur man gör för att söka ledigt, vilka regler som gäller.

### Diskutera:

- Olika religioners högtider.
- Kristna högtider jul, påsk, Kristi himmelsfärd är några exempel på vissa av läsårets ledigheter.
- Alla är lediga oavsett religion.

### Skolplikt

Prata om vad skolplikt är och betyder

[https://www.youtube.com/watch?v=Kt3skrYz3yo&list=PLiY6hVslw2VMgNJE0Y2pKDHLAQ0B1\\_GUv](https://www.youtube.com/watch?v=Kt3skrYz3yo&list=PLiY6hVslw2VMgNJE0Y2pKDHLAQ0B1_GUv)



## Min fritid

### Att göra

- Rita och skriv vad du gör på din fritid
- Vad är du duktig på? Intresse och hobbies vad är det?
- Skillnaden fritid och fritids
- Bjud in olika föreningar
- Lämpliga aktiviteter  
<https://helsingborg.se/uppleva-och-gora/ung-fritid/>



## Om Helsingborg

### Att göra

- Besök - stadsvandring, åk 3 Dunkers kulturhus
- Besök - området eleverna bor i
- Besök - ställen för fritidsaktiviteter

### Guide Helsingborg

På den här länken kan man hitta saker att uppleva och göra i Helsingborg.

- <https://helsingborg.se/uppleva-och-gora/upptack-appen-guide-helsingborg/>

