

## Linköpings studenter tar plats

# I KATEDERN

**Nervöst, nyttigt och kul, tycker sjukgymnaststudenterna. På sjukgymnastprogrammet i Linköping får de träna pedagogik ute i skolorna. Vi följde med fyra studenter när de höll lektion om kroppskännedom och avslappning för årskurs fyra och fem.**

**DING-DONGET** från skolklockan ljuder ur högtalarna på [Lilltorpsskolan](#) i Linköping. Barnen, som varit ute på rast, börjar släntra in. "Nu är jag ganska rejält nervös" säger Ellen Ströberg och tar ett djupt andetag där hon står, i musiksalen.

Utanför hörs ett stegrande tjatter från femteklassarna som Ellen och hennes kurskamrat Angelica Persson Fornander strax ska träffa. De ska prata med klassen på temat kroppskännedom och avslappning, och har fått fria händer att utforma sin lektion. De har bestämt sig för att först prata lite om vad en sjukgymnast gör och sedan låta barnen pröva olika övningar, innan de får slappna av en stund på golvet.

Ellen kollar att CD-spelaren verkligen fungerar och Angelica sneglar på papperen med övningarna som de har förberett. Kristina Beckman, ansvarig lärare för detta moment på sjukgymnastprogrammet, ger några sista råd innan hon skyndar iväg till nästa klassrum. Sammanlagt är det åtta studenter som ska undervisa idag, så hon vill hinna lyssna lite på alla.

**ELLEN STRÖBERG** och Angelica Persson Fornander går termin fem på sjukgymnastprogrammet i Linköping, och undervisningsmomentet ingår i utbildningen. Barnen, tolv stycken, åthyssjade av sin fröken Erika, kommer in och får ta plats på stolarna som ställts i en ring i rummet. Det är mycket tjatter och stök i bör-

jan, men efter hand blir det lugnt.

– Vad vet ni om sjukgymnaster? Frågar Angelica.

– Om man har brutit armen så hjälper de en att träna den, säger en pojke.

– De jobbar med kroppen, säger en annan.

Isen är bruten och Ellen och Angelica turas om att prata på sin lektion. De berättar lite mer om vad en sjukgymnast kan göra och fortsätter med att prata om



**Tillitsövning.** Ellen Ströberg (vit kofta) och Angelica Persson Fornander visar femteklassarna hur de ska ta emot sin "fallande" kompis.

hur kroppen känns i olika situationer och stämningsslagen. Barnen får gå runt i rummet och fundera lite över hur det känns när man är ute och går i en snöstorm.

– Tänk er att det är kallt och blåser motvind, säger Ellen och barnen lutar sig framåt och huttrar. Inlevelsen är det inget fel på.

– Nu är ni istället på sommarlov, har inga läxor och kan göra vad ni vill, fortsätter hon och ber dem notera skillnaden i kroppen.

Barnen skuttar runt med glada hopp. Steg för steg får barnen utforska sambandet mellan kropp och känslor. Några killar stökar runt och har svårt att koncentrera sig, men deltar ändå så småningom i en tillitsövning, där barnen får forma en ring och den som befinner sig i mitten får "vandra runt" och låta sig fångas av kamraternas händer. Alla vill prova, men barnen enas till sist om att två tjejer och två killar hinns med. Rättvist ska det vara.

**EN LEKTION GÅR FORT**, och plötsligt är det bara några minuter kvar. Ellen och Angelica bestämmer sig för att runda av med en stunds avslappning. Stök-killarna har svårt att komma till ro och vill inte riktigt vara med, men stillar sig när fröken Erika blir bestämd.

– Oj vad det gick fort, säger Angelica efteråt. Vi hade massor med fler övningar som vi inte hann med.

Både hon och Ellen är nöjda med sin lektion och får beröm av klassläraren, som inte trodde att barnen skulle vara så samarbetsvilliga som de var.

– Ni kunde ha hållit lite högre tempo, då hade ni hunnit med mer av det ni hade planerat. Det gäller att våga bryta och snabbt gå över till nästa övning, annars börjar de skruva på sig och far iväg, tip-sar hon.

**I KLASSRUMMET BREDVID** har Daniel Bergqvist och Erik Holmner just startat sin andra lektion med en grupp barn i årskurs fyra.

Här är det lugnare, det märks att barnen är lite yngre. De berättar utförligt, nästan lite omständligt, om vad de vet om sjukgymnaster. Plötsligt berättar en pojke att hans mamma träffade en sjukgymnast strax innan hon dog för ett par



**Rätt handgrepp.** "Det får inte göra ont när man masserar" Erik Holmner hjälper barnen till rätta.



**Avspänning.** Erik Holmner visar fjärdeklass-elever hur de kan massera sin kamrat. Daniel Bergqvist agerar modell.

år sedan. Det blir tungt i rummet, men Daniel behåller fattningen, låter en sekund passera och pojken fortsätter att berätta om vad han vet om sjukgymnaster. Flera barn hakar på och berättar. Samtalet kommer in på sport och det visar sig att nästan alla idrottar.

– Har ni fått kramp nån gång då? Frågar Erik.

– Ja, jag åt så mycket pizza en gång så jag fick kramp, säger en pojke och Erik får försöka styra bort barnen från fler



**Kroppskännedom.** "Hur känns det när axlarna är riktigt spända?" frågar Angelica Persson Fornander eleverna i [Lilltorpsskolan](#).

matberättelser. Det gäller att försöka hålla spåret.

Det visar sig också att alla barnen har provat massage när de gick "sexårs", och nästan alla tyckte att det var jätteskönt.

– Det kan vara skönt att ta till massage om man är stressad och spänd, säger Erik, är ni det ibland?

– När jag ska räkna 120 gångertal på tio minuter, då är jag rejält nervös säger en liten kille.

Daniel och Erik leder in lektionen på

vad som händer i kroppen när man är stressad, och skriver OXYTOCIN på tavlan. Barnen får gissa hur det uttalas och får veta lite om hur kroppen fungerar.

Det märks att både Daniel och Erik har varit lärarvikarier, de är hemmastadda i klassrumssituationen och använder vant tavlan och overheadapparaten. Erik är utbildad massör och hälsocoach, berättar han, och van att förklara saker.

Så är det dags för massage. En pojke vill inte vara med och får sätta sig bredvid fröken istället. "Jag gillar inte när någon tar på mig", säger han bestämt.

Resten av klassen ställer upp sig i ett "massagetåg" och får massera varandras axlar på olika sätt. Daniel smyger fram till pojken hos fröken, som efter lite fundering också vill prova. Han får egen massage av Daniel, och spricker upp i ett litet leende – det var inte så tokigt att bli masserad ändå.

När barnen fått slappna av, lutade över bänkarna en stund, är det dags att avsluta. Erik och Daniel frågar barnen vad de tyckte.

– Det var jättejättejätteskönt! Jag fick njuta av mitt inre, säger en flicka och suckar djupt. Bättre lärarbetyg kanske inte kan ges?

**PÅ LILLGÅRDSSKOLAN** har man samarbetat med sjukgymnastutbildningen under tre år. Skolan är en friskola med viss dramaprofil, där barnen ofta arbetar temabaserat.

– Sjukgymnaststudenterna håller sina lektioner på tematid, och deras lektioner passar bra in i vår dramaprofil, säger Kerstin Sund som är dramapedagog på skolan och ansvarig för utbytet med sjukgymnastutbildningen.

Kristina Beckman är nöjd med dagens lektioner, och det är studenterna också. Alla fyra tycker att undervisningsmomentet var roligare än de förväntade sig, och väldigt lärorikt.

– Glöm inte att lämna in er rapport, påminner Kristina Beckman innan hon släpper iväg dem.

HILDA ZOLLITSCH GRILL