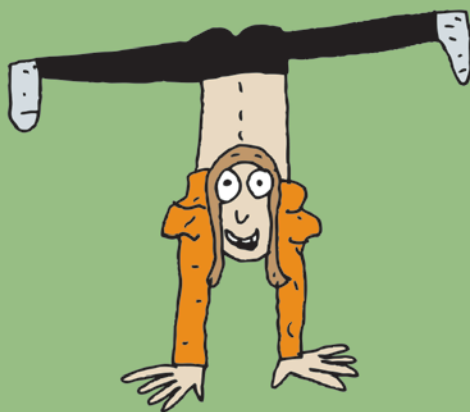


Anna Fiske



BAK & FRAM



Om kroppen

Lärarhandledning av Pär Sahlin



NATUR &
KULTUR

Lärarhandledning

Bak & fram – Om kroppen

**Av Pär Sahlin, lärare, läromedelsförfattare
och barn- och ungdomsboksförfattare.**

Det här är en lärarhandledning till boken *Bak & fram – Om kroppen* av författaren och illustratören Anna Fiske. Boken är översatt från norska till svenska av Hanna Skogar Sundström och ges ut av bokförlaget Natur & Kultur. I lärarhandledningen finns tankar, idéer och förslag på hur du tillsammans med eleverna i skolan (förskola, förskoleklass och grundskola) kan arbeta med boken.

Inledning

Kroppen – tänk att det finns så mycket att prata om den! Vi kan prata om det vi ser på våra kroppar; om hud, hår, armar, ben och bröst. Vi kan prata om det som gör oss lika och det som skiljer oss åt. Vi kan prata om hur kroppen förändras med ålder eller att vi med kroppen kan uttrycka känslor av olika slag. Vi kan prata om kroppens behov av vila, mat, skydd och att hålla sig ren. Vi kan prata om rätten till vår egen kropp; att det är vi själva som sätter gränser för vad andra får eller inte får göra med vår kropp. Allt detta och mycket mer kan vi tala om när vi talar om kroppen.

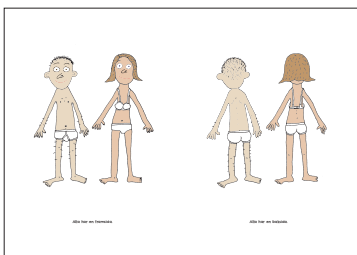
I sin bok *Bak & Fram – Om kroppen* tar Anna Fiske upp en mängd olika aspekter av våra kroppar. Med en härlig mix av värme, humor, allvar och fakta i både illustrationer och text förmedlar hon tankar och kunskaper om kroppen för unga läsare.

Tanken med denna lärarhandledning är att du som lärare med hjälp av boken ska finna stöttning i att på ett naturligt sätt prata med dina elever kring frågor som har med kroppen att göra. Handledningen vänder sig främst till dig som arbetar med de yngre barnen i förskola och lågstadium, men lärare för äldre elever kan med fördel också använda sig av boken och lärarhandledningen.

Så här kan du arbeta med boken

I denna lärarhandledning fokuseras inte så mycket på hur du ska organisera själva läsandet av boken (t.ex. högläsning, parläsning eller enskild läsning) utan fokus ligger mer på att ge förslag på vad du och dina elever kan samtala om och diskutera under läsningen. Förslagen i handledningen följer för det mesta bokens kronologi (några få hopp görs). Indelningen av uppslagen i temarubriker är min tolkning av boken. Det finns förstås andra sätt att dela in boken på och mitt förslag ska snarare ses som en vägledning än ett facit.

Inledning – uppslag 1



"Alla har en framsida. Alla har en baksida". Så inleder Fiske boken. Samtala med eleverna kring det faktum att *alla* människor har både en framsida och en baksida. Vilka tankar väcker det hos eleverna? Låt dem fundera och berätta för varandra vad som finns "fram" och "bak" på oss människor.

1. Vad har du "fram" på kroppen?
2. Vad har du "bak" på kroppen?
3. Vilken sida ser du oftast?
4. Finns det någon del på din baksida som du aldrig har sett? Vilken då?
5. Tänk om "fram" hade varit "bak" och "bak" hade varit "fram". Vad tror du hade varit mest annorlunda med att leva så? Vad hade varit enklare att göra? Vad hade varit krångligare?

Olika kroppar – Uppslag 2-7



Uppslag 2-7 handlar om att vi människor har olika kroppar och att vi kan vara långa, korta, smala, kraftiga, små, stora, unga och gamla. Titta på bilderna och läs texterna för eleverna. Samtala och diskutera utifrån följande frågor:

1. Vilka kroppar på uppslagen tycker du ser korta/långa ut?
2. Vilka kroppar på uppslagen tycker du ser smala/kraftiga ut?
3. Vilka kroppar på uppslagen tycker du ser små/stora ut?
4. Vilka kroppar på uppslagen tycker du ser unga/gamla ut?

Eleverna behöver inte vara överens, snarare är det en fördel om de tycker olika, för det gör att du som lärare kan prata om att orden som beskriver en persons kropp ofta varierar beroende på vad man jämför med. Jämfört med till exempel ett småsyskon kan en elev vara både lång, stor och gammal, medan hen jämfört med en vuxen kan vara både kort, liten och ung. Samtala och diskutera utifrån följande frågor:

5. Kan man vara både lång och kort på en och samma gång? Ung och gammal? Stor och liten? Förklara hur du tänker.

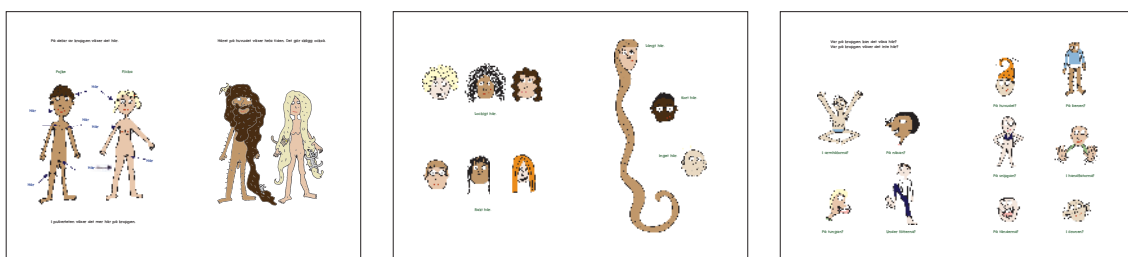
Be eleverna fundera över situationer där de uppfattar sig själva som korta, små och unga och en situation där de uppfattar sig själva som långa, stora och gamla. Ge gärna ett eget exempel för att visa hur du menar.

På det sjunde och sista uppslaget kan eleverna få samtala och diskutera vem av personerna på bilderna som de tycker är gammal och ung.

Skapande uppgift:

Låt eleverna rita sig själva i situationer där de är små/stora, korta/långa, unga/gamla.

Hår – uppslag 8–11



På de kommande fyra uppslagen handlar det om hår. Här finns bilder som visar var på kroppen det växer hår, att vi tvättar, klipper och borstar håret, att vi rakar bort det och att det finns olika typer av hår (lockigt, rakt, långt och kort eller inget alls).

Låt eleverna med hjälp av bilderna i boken berätta för varandra vad för typ av hår de olika personerna på bilderna har. Här finns det möjlighet att hjälpa eleverna att använda sig av beskrivande ord (adjektiv). Berätta att de kan lägga till egna adjektiv för att beskriva personernas hår (*Hon har långt, lockigt, gult hår, Han har kort, rakt, välkammat, brunt hår.*).

Därefter kan eleverna berätta för varandra om sina eget hår. Uppmuntra dem att använda flera beskrivande ord.

Skapande uppgift:

Måla ett självporträtt på ditt ansikte där ditt hår syns tydligt.

Skapande uppgift 2:

Måla ett självporträtt på ditt ansikte och ge dig själv en ny spännande, rolig, galen, tuff eller snäll hårfrisyr.

Det åttonde uppslaget visar en naken man och kvinna och beskrivs med pilar var på kroppen det växer hår. Bilderna kommer säkerligen locka till fniss, skratt, röda kinder men också uppriktig nyfikenhet. Titta på bilden och samtala om var på kroppen det växer hår.

På det sista uppslaget får eleverna utifrån bilderna besvara följande frågor: *Var på kroppen kan det växa hår? Var på kroppen växer det inte hår?* En rolig uppgift där det kan bli både roliga och intressanta diskussioner om det verkligen kan växa hår i handflatan eller på tungan.

Puberteten och Stopp, min kropp – Uppslag 12–17

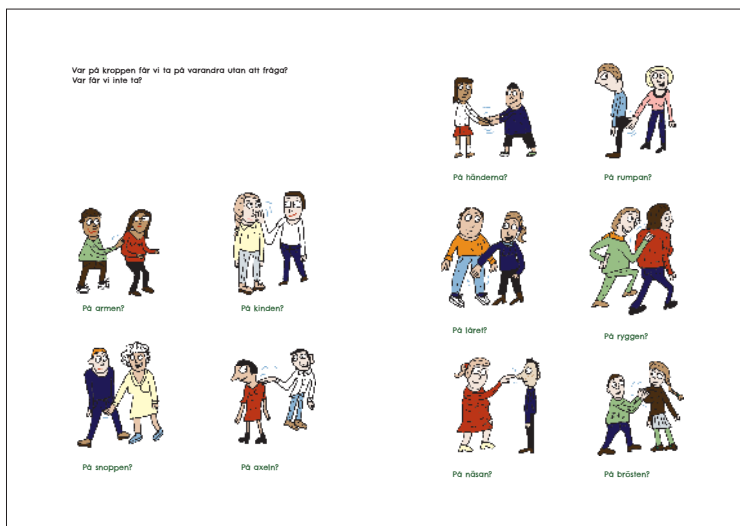


Uppslagen 12–17 handlar om puberteten och vad som händer med kroppen då. De avslutande uppslagen handlar om att man äger sin kropp och att andra ska respektera den.

På uppslagen 12–14 visas vad som förändras med kroppen när man hamnar i puberteten. Många elever känner kanske inte till ordet, men kan säkert utifrån egna och andras erfarenheter (t.ex. storasyskon, äldre elever på skolan, kompisars syskon) samtala om övergången mellan barn och vuxen.

Återigen visas nakna bilder av både barn och vuxna, vilket kommer att leda till en del fniss, förlägenhet och genuin nyfikenhet. Låt barnen samtala utifrån bilderna om vad som händer med kroppen när man blir äldre. Fånga upp tankar och kunskaper som inte nämns i texten (t.ex. målbrottet, finnar [syns i och för sig i bild]).

Uppslagen 15–17 handlar om rättigheten att äga sin kropp. Det här är viktiga uppslag att samtala med eleverna om, framför allt om du i elevgruppen har barn som inte vet gränserna för vad som är okej att göra eller inte.



Det sista uppslaget (17) är en bra övning att ha som underlag för ett sådant samtal, och finns som en bilaga längst bak i handledningen om du vill skriva ut. Kika gärna också på Rädde Barnens material "Stopp! Min kropp!": <https://www.raddabarnen.se/rad-och-kunskap/stopp-min-kropp/>, där finns bland annat fråge-, aktivitets- och faktakort för nedladdning.

Huden – Uppslag 18–19

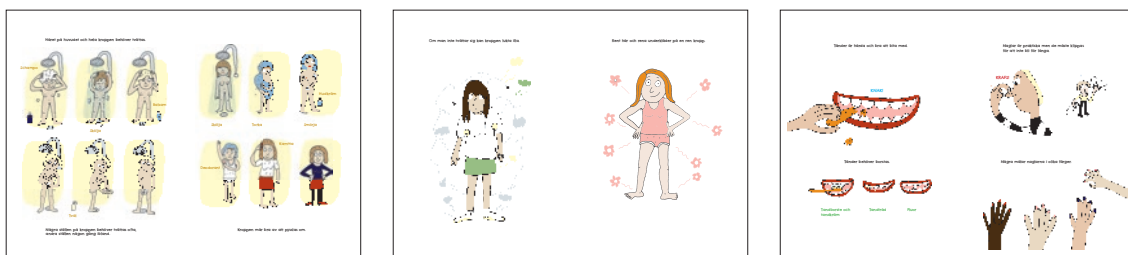


Uppslagen 18–19 handlar om huden, vårt största organ. På det första uppslaget syns olika hudfärger. Låt barnen titta på uppslag 18 och samtala om vilka färger huden kan ha. Uppmuntra eleverna att tänka ”utanför boxen”. Ett blåmärke på huden kan ju t.ex. skifta i både blått, grönt, rött och orange.

På Uppslag 19 handlar det om solbränna, utslag och insektsbett. Här har nog eleverna många erfarenheter som de vill delge.

1. Hur kan du skydda dig mot solen på sommaren?
2. Hur kan du skydda dig mot insektsbett?

Hygien – Uppslag 20–21 + 28



På uppslagen 20–21 handlar det om hur viktigt det är att sköta sin hygien. För elever som har idrott i skolan kan detta vara ett viktigt avsnitt att tala om, t.ex. att de ska duscha efter idrotten. En del elever uppfattar inte själva att de borde byta kläder oftare och att dålig lukt kan få andra att reagera på ett negativt sätt.

1. Hur ofta duschar du hela kroppen med tvål och schampo?
2. Hur ofta byter du underkläder?
3. Hur ofta byter du tröja och byxor?

Hoppa gärna till Uppslag 28 som handlar om tänder och naglar och vikten av att borsta tänderna och klippa naglarna.

4. Hur ofta borstar du tänderna?
5. Hur ofta klipper du naglarna?
6. Varför är det viktigt att borsta tänder och klippa naglar?
7. Hur långa naglar tror du att man kan få om man inte klipper dem?

Kläder och mat – Uppslag 22–27



Uppslagen 22–27 handlar om att vi måste skydda vår kropp med kläder och att vi måste äta för att må bra.

Samtala med eleverna om att kläder är viktiga att ha på sig för att inte frysa. Men låt också samtalet handla om att vi använder kläder för att göra oss fina, för att visa vem vi är, för att visa vad vi gör eller för att vissa kläder passar bättre vid ett tillfälle än andra, t.ex. att det är lättare att klättra i träd i mjuka, oömma kläder än i finkostym och lågskor.

På Uppslag 24 kan eleverna samtala om hur man med hjälp av kläderna kan visa vem man är och/eller se vad någon har för yrke. Uppslag 25 handlar om var någonstans man kan gå naken eller inte. En uppgift som troligen kommer att ge upphov till både roliga och intressanta diskussioner.

Här är några andra frågor att samtala och diskutera kring, vad gäller klädsel.

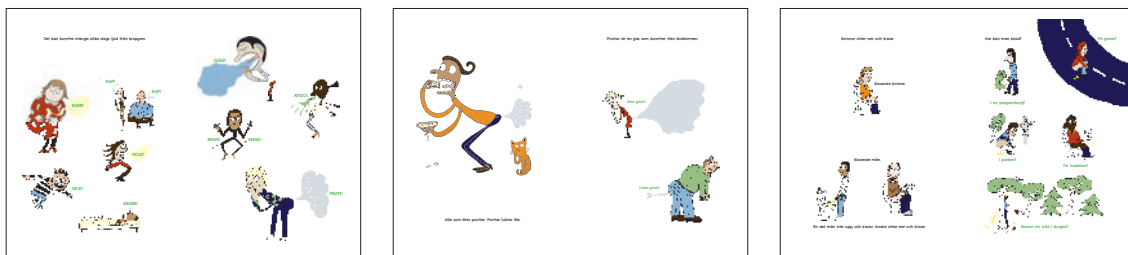
1. Vilka kläder har du när du ska leka utomhus?
2. Hur skiljer sig dina kläder på sommaren jämfört med vintern?
3. Har du olika kläder när du är i skolan än när du är hemma på helgen? På vilket sätt är de lika/olika?
4. Vilka är dina favoritkläder? Varför är de det?
5. Hur skulle du vilja gå klädd om du fick bestämma helt själv?
6. Vilka kläder har en person som arbetar på bank, på skola, på teve, som busschaufför eller i en klädbutik?
7. Varför tror du att vissa yrken har särskilda kläder, medan andra yrken inte har det/kräver det?

Skapande uppgift:

Använd tidningar och tidskrifter. Klipp ut bilder på människor och deras kläder. Skapa nya personer med hjälp av collageteknik. Hitta på en historia om din/dina person/er, t.ex. yrke, familj, vänner, hobby. Uppmuntra eleverna att utmana normer när de gör sina bilder. Redovisa för varandra.

Uppslag 27 handlar om mat och att vi behöver mat för att må bra. De två frågorna på höger-sidan kan eleverna besvara och samtala om.

Kroppsljud, bajs och kiss – Uppslag 29–32

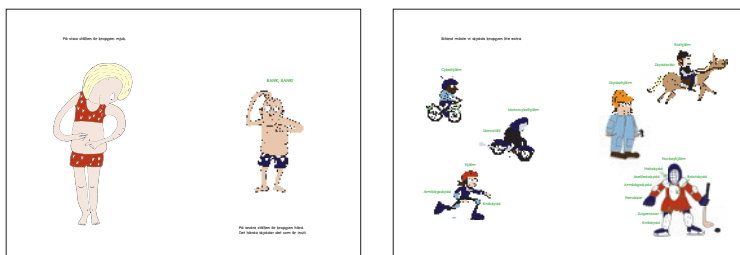


Det här är förstås ett roligt avsnitt eftersom det handlar om kroppsljud, bajs och kiss. Det första som tas upp på uppslag 29 är olika slags kroppsljud. Här kan du, beroende på elevernas ålder låta eleverna dels berätta om olika (mer eller mindre dråpliga) situationer när deras kroppar (eller andras) har gett ljud ifrån sig, dels kan de få möjlighet att lyssna på varandras ljud. Dela in eleverna i par, där du vet att eleverna är trygga med varandra. Låt dem sedan i tur och ordning lägga örat mot kompisens mage, bröstkorg, rygg, ben, handled, huvud och lyssna. Var någonstans hörs det ljud? Vad hör de för olika ljud?

Uppslagen som handlar om kiss och bajs är också viktiga att samtala om, särskilt med lite yngre barn, som kanske inte alltid vågar/kan/vill gå på toaletten under dagen i skolan/förskolan.

Den avslutande sidan på sista uppslaget om var man kan kissa, är både en rolig och viktig fråga att samtala om.

Skydda kroppen – Uppslag 33–34



Uppslagen 33–34 handlar om att vår kropp är både mjuk och hård och att vi ibland måste skydda kroppen från att bli skadad. Låt eleverna titta på bilderna på uppslag 34 och samtala sedan om olika tillfällen när eleverna brukar skydda sin kropp.

1. När skyddar du din kropp lite extra?
2. Varför måste man ha hjälm när man cyklar, åker skridskor eller rider?
3. Varför har en del personer hjälm när de arbetar? Vilka yrken arbetar de med?
4. Vilket skydd tycker du är det bästa för din kropp?

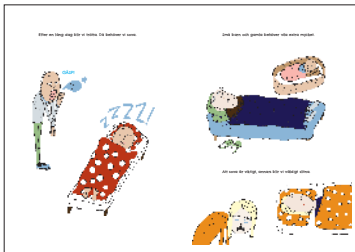
Känslor – Uppslag 35–38



På uppslagen 35–38 handlar det om vilka roliga saker vi kan göra med vår kropp. Vi kan t.ex. köra rullstol, stå på händerna, kasta pil och kramas. Brainstorma med eleverna kring alla roliga saker man kan göra med kroppen och samla deras förslag på en whiteboard/ett blädderblock eller dylikt. Be dem sedan göra en topp fem-lista över de saker som de tycker är roligast att göra med kroppen. Låt dem sedan redovisa för varandra.

På uppslag 36 visar några personer olika känslor med kroppen. Gör på samma sätt som i övningen ovanför och samla på ord som beskriver känslor. Skriv elevernas förslag på en whiteboard/ett blädderblock eller dylikt. Spela sedan upp charader för varandra. En elev ställer sig framför gruppen och med hjälp av kroppen ska hen visa en känsla. Gruppen får sedan gissa vilken känsla som eleven uttrycker. Utvidga övningen med att bestämma att eleven ska göra något samtidigt som hen visar känslan, t.ex. laga mat, se på teve, spela tennis.

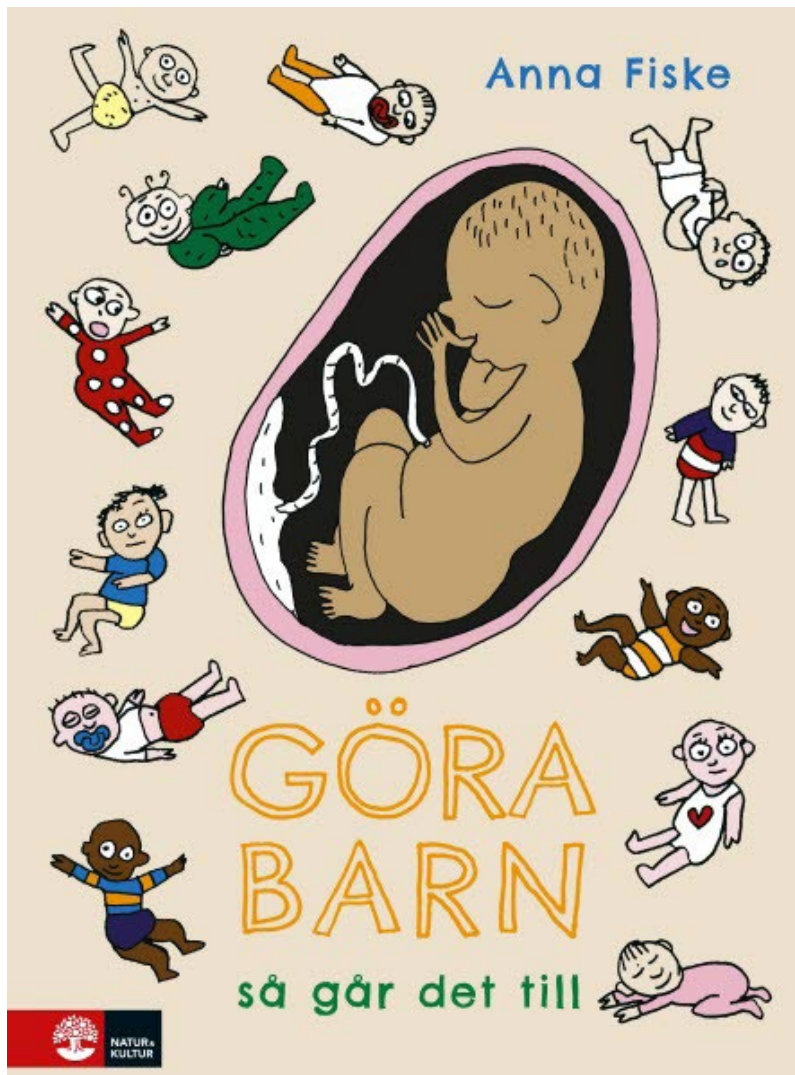
Sömn – Uppslag 39



Till sist (uppslag 39) handlar det om vikten av att låta kroppen vila.

1. Hur många timmar sover du varje natt?
2. Är du morgonpigg/morgontrött eller kvällspigg/kvällstrött?
3. Vad tror du kan hända om du inte får sova tillräckligt mycket?

Fler böcker av Anna Fiske:



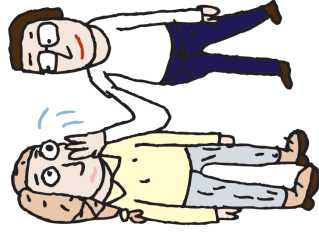
Var på kroppen får vi ta på varandra utan att fråga?
Var får vi inte ta?



På rumpan?



På händerna?



På kinden?



På armen?

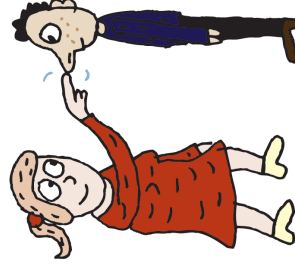


På snoppen?



På bröstet?

På läret?



På näsan?

På ryggen?



På axeln?