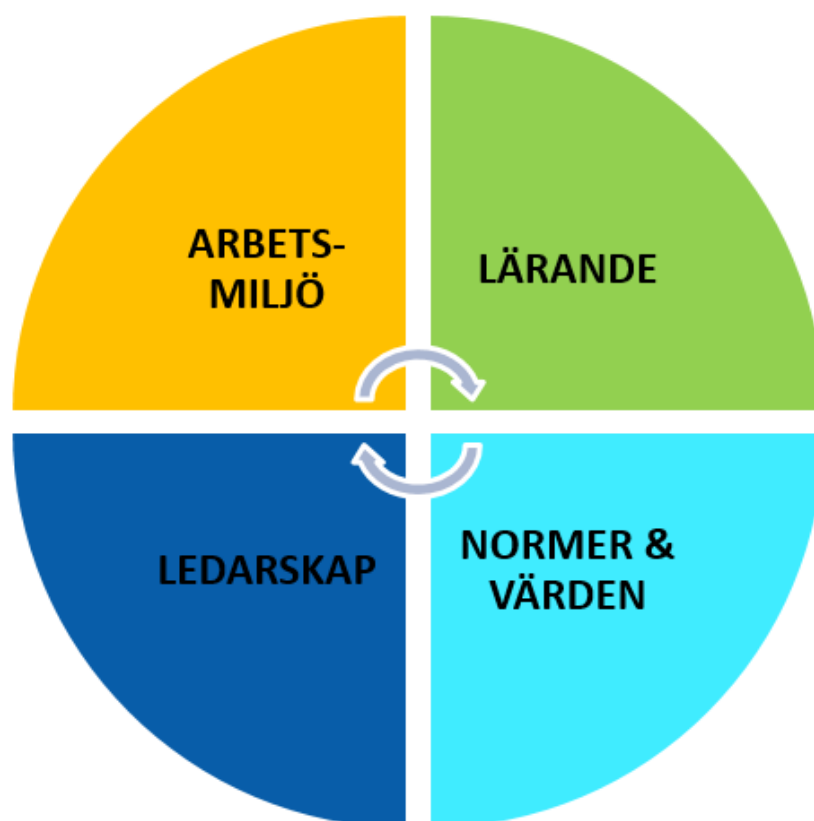


Handledning, inspiration & stöd i arbetet med att organisera en inkluderande rastverksamhet



Inledning	2
Uppdraget	4
Ur Grundskolenämndens verksamhetsplan 2023:	4
Ur Grundskolans arbetsplan 2023:	4
Uppföljning och utvärdering	5
Viktiga steg i att bygga upp en rastverksamhet	6
Visättraskolan tipsar!	6
“Skolgårdsläraren”, Gustav Sund tipsar!	10
Rastbod	11
Läs mer	12
Boktips - Exempel	12
Länktips - Exempel	12
Föreläsning	12
Föreläsning	13
Inspiration hämtad från Spindelnätverket	13
Workshop 1 - Kartläggning - Rastverksamheten	14
Workshop 2 - Kartläggning - Trygghetsvandring	17
Ur Friendsrapporten 2022	19



Inledning

Fler elever än för tio år sedan uppger att de känner sig otrygga i skolan. Det är stor skillnad mellan olika stadier och oron är högst på högstadiet. I årskurs nio uppger två av tio att de känner sig otrygga jämfört med en av tio för tio år sedan. Men det finns skolor där endast sex av tio upplever trygghet. Rasten är en viktig arena för att arbeta för alla barns trygghet och trivsel på skolan.¹ Friendsrapporten för 2022 visar att 24 % av skolans elever i årskurs F–3 är rädda för att vara ensamma under rasten.²

Friends har tillsammans med Örebro universitet gjort en studie där tre olika faktorer har granskats för att se hur de påverkar elevernas prestationer och möjligheterna till godkända betyg. Faktorerna som granskades var, ogiltig frånvaro, förekomsten av mobbning och kränkningar samt avsaknad av vänner. Avsaknad av ett socialt umgänge på rasterna var den faktor som har störst negativ inverkan på betygen. Elever som uppger att de är ensamma i skolan löper tre gånger högre risk att få icke godkända betyg samma år, och därmed inte gymnasiebehörighet, jämfört med elever som har någon att vara med.³

I *Friendsrapporten 2022 – 10 år av barnens röster* så lyfts en ökad vuxennärvaro, främst på rasterna, som ett förslag från eleverna för att skapa mer trygghet på skolan. Rastvärdar eller fler vuxna utomhus är ett återkommande exempel på önskingar, både på mellan- och högstadiet. En ökad vuxennärvaro påverkar positivt och skapar trygghet bland eleverna.⁴

Rastverksamheten har satts på agendan inom skoldebatten och rasten har gått från att ses som exkluderad från elevernas hela skoldag, från lärandet, till att vara en viktig del i elevernas kunskapsutveckling. Pihlgren skriver i antologin *Rasten – Möjligheternas mellanrum* att lärandet fortsätter under rasten, genom lek får eleverna exempelvis möjligheten att träna på socialt samspel såsom samarbete och turtagning. Vill man som pedagog bidra till ett helhetslärande så är det viktigt att man är delaktig och engagerad i elevernas lek. Med detta förhållningssätt från pedagogen så inspireras eleverna till fortsatt lek, och fler blir engagerade och inkluderade i leken.⁵

Utifrån vårt uppdrag så har det tagits fram ett inspirationsmaterial, och ett stöd för er som står i startgroparna i ert arbete med att starta upp en inkluderande rastverksamhet. I materialet får ni tips på hur:et, länkar till fortsatt läsning och till föreläsningar, en workshop som kan användas för att kartlägga er verksamhets styrkor och utvecklingsbehov sett till rastverksamheten, samt en workshop som kan ge stöd i hur man kan genomföra en trygghetsvandring. Visättraskolan har genom Erik Hall och Jimmy Askelius spelat in en inspirationsföreläsning om deras insats #roligare raster för att materialet med fördel ska kunna användas inom ramen för det kollegiala lärandet.

¹ Skolinspektionen (2020). Skolors arbete med trygghet och studiero. En tematisk analys utifrån beslut fattade inom regelbunden kvalitetsgranskning 2018–2019. Stockholm: Skolinspektionen.

² Friendsrapporten 2019.

³ Flygare, E., Hellfeldt, K. & Johansson, B (2017) Godkänd eller icke godkänd? En studie om hur erfarenheter av mobbning, skolk och socialt umgänge inverkar på elevers skolprestationer. Working Papers and Reports Social work 10. Örebro universitet.

⁴ Friendsrapporten 2022 - 10 år av barnens röster!

⁵ Pihlgren, S. A. (red.) (2019). *Rasten – Möjligheternas mellanrum*. Lund: Studentlitteratur

Att bygga upp en inkluderande rastverksamhet som utgör en viktig del i det främjande och förebyggande arbetet är komplext och som kräver tid och tålamod. Som alltid i ett förändrings- och utvecklingsarbete så stöter man på en hel del hinder längs med vägen. För att minimera era hinder, och få en fördjupad bild av rastverksamhetens *hur, vad, varför* och *när*, så rekommenderas att besöka skolor som har kommit lite längre, och med det dra lärdom av deras utmaningar och framgångar.

Vi har många skolor i Huddinge, Edboskolan, Glömstaskolan och Visättraskolan för att nämna några, som idag har kommit långt i arbetet med att utveckla rastverksamheten. Glömstaskolans Gustav Sundh, "Skolgårdsläraren", åker exempelvis land och rike runt för att föreläsa och inspirera om rasten. Använd kompetensen som finns för att se hur ni i er verksamhet på bästa sätt ska kunna ta er an uppdraget med att ordna en inkluderande rastverksamhet i syfte att förebygga risken för utsatthet, trakasserier och mobbning.

Semira Vikström - Skolchef Sydvästra/Östra

Elinor Kennerö Tonner - Skolchef Mellersta/Nordvästra



Uppdraget

Ur Grundskolenämndens verksamhetsplan 2023:

Grundskolenämnden ger förvaltningen i uppdrag att arbeta fram en systematik för rastverksamhet med inspiration från goda exempel bland kommunens skolor, exempelvis Visättraskolan, samt säkerställa att samtliga kommunala grundskolor har en fungerande rastverksamhet för att främja trygghet, trivsel, hälsa och lek. Syftet är att skapa en inkluderande rastverksamhet i syfte att förebygga risken för utsatthet, trakasserier och mobbning.

Ur Grundskolans arbetsplan 2023:

Insats - Rastverksamhet - Kartläggning, stöd, kollegialt lärande och uppföljning

Syfte

För att eleverna ska nå kunskapskraven och utvecklas så långt som möjligt, så behöver de känna sig trygga på sin skola. En inkluderande rastverksamhet förebygger risken för utsatthet, trakasserier och mobbning.

Grundskolenämnden har gett förvaltningen i uppdrag att arbeta fram en systematik för rastverksamhet med inspiration från goda exempel bland kommunens skolor, exempelvis Visättraskolan, samt säkerställa att samtliga kommunala grundskolor har en fungerande rastverksamhet för att främja trygghet, trivsel, hälsa och lek. En första kartläggning kommer göras i det systematiska kvalitetsarbetet där varje verksamhet ska ange om de upplever att deras rastverksamhet uppfyller grundskolenämndens mål. De ska också beskriva hur de arbetar för att rasten ska vara främjande och förebyggande.

Vi har många skolor som idag arbetar aktivt med att organisera för en inkluderande rastverksamhet. Inom ramen för det kollegiala lärandet i rektorsgruppen ska därför skolcheferna organisera så att rektorerna ges möjlighet att delge varandra goda exempel, och tillfällen att lära tillsammans.

För att ge stöd till skolor i deras fortsatta arbete med rastverksamheten så kommer ett stödmaterial att tas fram:

- Inför läsårsstarten 2023/2024 så ska Visättraskolan spela in en föreläsning som kan användas som stöd i skolornas fortsatta arbete.
- En tillhörande workshop ska tas fram för att kunna användas tillsammans med föreläsningen. Workshopen ska syfta till att ge verksamheterna stöd i deras kartläggning av verksamhetens styrkor och utvecklingsbehov.
- Utifrån att vi gör kartläggningen under våren 2023, så ser vi att det här är ett arbete som även kommer fortgå under hela det kommande läsåret dvs även våren 2024.

Uppföljning och utvärdering

Skolornas arbete med rastverksamheten och hur väl de arbetar för att rasten ska fungera som en främjande och förebyggande insats kommer att följas upp av skolcheferna inom ramen av skolornas systematiska kvalitetsarbete, under kvalitetsdialogerna och under verksamhetsbesök.

Viktiga steg i att bygga upp en rastverksamhet

Visättraskolan tipsar!

Här nedan delar Visättraskolan med sig fem viktiga steg i arbetet med att bygga upp en rastverksamhet. Steg som utifrån deras behov och förutsättningar har varit till stor hjälp, och förhoppningsvis kan dessa tips hjälpa er i ert fortsatta utvecklingsarbete för att skapa en ännu bättre rastverksamhet.⁶

1. Kartläggning av behov

Rastverksamheten måste utgå från hur behovet ser ut i verksamheten, och det är våra elever som har bäst koll på vad en bra rastverksamhet är. Det är viktigt att få med elevernas upplevelse av rasterna, både psykosocialt och vad gäller trygga och otrygga platser. Detta så att ni kan förbereda för aktiviteter, sätta rutiner för personalen och schemalägga rastvärdar vid otrygga platser.

Exempel på diskussionsfrågor:

- Vad fungerar bra på rasten idag?
- Vad ser ni behöver bli bättre på rasten?
- Vad behöver ni för stöd/hjälp av vuxna som är rastvärdar?

Ett flertal skolor genomför även trygghetsvandringar där elever tillsammans med ansvarig personal för klasserna får markera ut på en karta vilka platser som anses vara otrygga. Även här har ni bra stöd av den kommunövergripande elevenkäten som "ringar in" fysiska platser på skolan såsom korridorer och toaletter. I "Workshop 1 - Kartläggning - Trygghetsvandring" som ni hittar längre fram i det här dokumentet ges förslag på hur ni kan genomföra en trygghetsvandring i er verksamhet.

Använd er av de avstämningar som ni redan gör, så att ni inte måste gå ut med ännu fler enkäter. På Visättraskolan användes den kommunövergripande elevenkäten tillsammans med klassens kvalitetsrapport för att som första steg kartlägga rastverksamheten.

När ni har samlat in ert underlag så kan ni ställa följande frågor i analysarbetet:

- Har vi en bild av var eleverna befinner sig när de är ute på rasten och vad de gör/tycker om att göra?
- Vilka trygga/otrygga platser har vi?
- Vilka styrkor och utvecklingsmöjligheter ser vi i verksamheten?

Skolans klass- och elevråd är ett väldigt bra forum för att kontinuerligt kartlägga elevernas åsikter om rastverksamheten. Ett tips är därför att låta eleverna inom ramen för skolans klass- och elevråd diskutera rastverksamheten med stöd av diskussionsfrågor.

⁶ Hall, E., Hayyoun, D., Hylander, I. & Vikström, S. (2022). *Elevhälsa i praktiken – Konkreta exempel*. Stockholm: Liber.

2. Del av det systematiska kvalitetsarbetet

Visättraskolans erfarenhet är att det systematiska kvalitetsarbetet verkligen har hjälpt i arbetet med att få till en rastverksamhet som genomsyrar skolans arbete. Att formulera tydliga och mätbara insatser kopplade till rastverksamheten, vilket inte gör det tydligt bara för alla medarbetare, utan även för eleverna.

Grundskolornas mall för systematiskt kvalitetsarbete

Efter det att kartläggningen är gjord, så är nästa steg att formulera insatser kopplade till rastverksamheten. Använd er av grundskolornas mall för systematiskt kvalitetsarbete – Uppföljning och planering. Under "Normer & värden" tar ni stöd av de fem frågorna som syftar till att ge er stöd i formuleringen av insatsen.

SYSTEMATISKT KVALITETSARBETE - UPPFÖLJNING & PLANERING



SKOLAN

Uppföljning 2022-2023
Planering 2023-2024

Om rastverksamheten har angetts som ett prioriterat område av grundskolenämnden, så ska arbetet med rastverksamheten dokumenteras i ert systematiska kvalitetsarbete. Det här gäller även om ni idag bedömer att ni har en rastverksamhet som genomsyrar verksamheten. Det finns alltid utrymme för utveckling! 👍

Tips är att koppla rastverksamheten till ett redan befintligt mål. Exemplet nedan är hämtat från Visättraskolans SK-dokument. De har som mål att öka elevernas nöjdhet, och en del i det här arbetet är att fortsätta arbetet med att erbjuda eleverna en rastverksamhet som är rolig och varierad.

Normer & värden

MÅL LÄSÅRET 2023/2024:	Vilka verksamheter berörs av insatserna?	Varför är det här ett utvecklingsområde för er?	Vilken målbild har ni inför läsåret? Vad konkret vill ni uppnå?	Vilka insatser planerar ni för att komma åt detta?	Hur ska ni mäta målet, dvs hur vet vi om ni har lyckats?
Elevernas nöjdhet med skolan ska öka. (SKA)	Förskoleklass Skola	Vi har sett i resultatet av elevenkäten läsåret 2022-2023 att vi behöver arbeta för att öka elevernas nöjdhet med Visättraskolan. På frågan "Jag är nöjd med min skola" fick vi 73 % positiva svar i årskurserna F-3 och 80 % i årskurserna 4-6.	Vi vill öka andelen positiva svar på frågan "Jag är nöjd med min skola". Vi har som mål att nå 90 % av våra elever som uppger att de är nöjda med Visättraskolan.	#roligareraster Fortsätta arbetet med att rastverksamheten ska erbjuda våra elever en varierad och rolig rastverksamhet. Vi har ett team som består av fem trygghetsvårdare som erbjuder våra elever minst två vuxenledda aktiviteter varje rast.	Vi mäter genom att se till resultatet av elevenkäten och vi kollar då särskilt på frågan "Jag är nöjd med min skola".

Skolans plan mot diskriminering, trakasserier och kränkande behandling

Visättraskolan lyfter in målen under "Normer & värden" i skolans plan mot diskriminering, trakasserier och kränkande behandling. I planen konkretiseras insatserna ytterligare och tydliggör den röda tråden i skolans systematiska kvalitetsarbete. Det är skolans trygghetsteam som har det operativa arbetet för att genomföra insatserna i planen, och så även insatserna kopplade till insatsen #roligareraster.

3. Resurser och rastvärdsschema

Utifrån kartläggningen så är det viktigt att se över hur ni har fördelat era resurser, personalen. Tips är att göra tydliga områden, "rastvärdstationer", utifrån vad kartläggningen visade och bemanna dessa för att säkerställa elevernas trygghet och trivsel på rasterna. På Visättraskolan läggs alla rastvärdspass in i personalens schema. Det ger inte bara en god överblick över vem som ska vara ansvarig rastvärd när, och för vilket område, utan ger också skolledningen en god överblick över medarbetarens hela arbetssituation, apropå utmaningen med att minska den arbetsrelaterade utmattningen.

Visättraskolans erfarenhet är att det är viktigt att ha ett så detaljerat och så tydligt rastvärdsschema som möjligt. Men, eftersom vi aldrig i förväg *exakt* kan veta hur eleverna kommer röra sig under respektive rast, så är den viktigaste utgångspunkten att vi vuxna ska vara där eleverna är. Visättraskolans skolgård består av en stor yta, en övre och nedre skolgård, och en slänt (en liten skog). Då det *kan* vara elever på alla områden, så placeras initialt vuxna där. Men, om man exempelvis är stationerad på den "nedre" skolgården, och det inte är några elever där, så ska man som rastvärd givetvis rotera. Flexibilitet utifrån eleverna är A och O. Exempel på hur rastvärdsschemat ser ut se nedan.

Måndag

09:10 dilsoy,miakle ÖVRE SKOLGÅRDEN - ROTERA	joaspe,angaid NEDRE/SLÄNTEN/ÖVRE-ROTERA	siahaj #RR - FOTBOLLSPLANEN	yuserd,sainji #ROLIGAREASTER	09:40	
09:40 marber,nazbay,Emioli NEDRE/SLÄNTEN/ÖVRE-ROTERA	matlar,danteo,teitho,henbar ÖVRE SKOLGÅRDEN - ROTERA	siahaj #RR - FOTBOLLSPLANEN	yuserd,sainji #ROLIGAREASTER	10:10	
10:10 hangos,suzezz,mahtep,mavand,johanh NEDRE/SLÄNTEN/ÖVRE-ROTERA	sainji,yuserd,dogbar #ROLIGAREASTER	siahaj #RR - FOTBOLLSPLANEN		10:40	
11:00 ahmade #RR - FOTBOLLSPLANEN	larand,ingcar,sabmag,mohalji,mehari ÖVRE SKOLGÅRDEN - ROTERA	sainji #ROLIGAREASTER		11:30	
11:30 mehari,dogbar ÖVRE SKOLGÅRDEN - ROTERA	nazbay ÖVRE/NEDRE - ROTERA	sainji #ROLIGAREASTER NEDRE	siahaj #RR - FOTBOLLSPLANEN	yuserd #ROLIGAREASTER	12:00
12:00 angsan NEDRE/SLÄNTEN/ÖVRE-ROTERA	dogbar #ROLIGAREASTER NEDRE	siahaj #RR - FOTBOLLSPLANEN	yuserd #ROLIGAREASTER	12:30	
12:30 mehari ÖVRE/NEDRE - ROTERA	siahaj #RR - FOTBOLLSPLANEN	yuserd,sainji,dogbar #ROLIGAREASTER		13:00	
13:00 johrog,joaspe ÖVRE/NEDRE - ROTERA	siahaj #RR - FOTBOLLSPLANEN	yuserd,mahtep,dogbar #ROLIGAREASTER		13:30	

4. Rastvårdsrutiner

Det är viktigt att ha tydliga rutiner för vad som förväntas av en rastvärd. Tydliga rutiner som är väl implementerade, och som följs upp i praktiken skapar samsyn för uppdraget hos personalen, samt bidrar till ökad likvärdighet och till ökad kvalitet. På Visättraskolan är det skolledningen som har tagit fram rutinerna, personalen har därefter fått komma med inspel. Om ni har ett behov av att prata ihop er om ett gemensamt förhållningssätt och bemötande gentemot era elever så kan det finnas en fördel att diskutera fram rutinerna tillsammans i personalgruppen. [HÄR](#) kan ni ta del av exempel på rastvårdsrutiner, rutiner som givetvis måste anpassas utifrån er verksamhets specifika behov och förutsättningar.

- Vara ute på rasten i tid.
- Be en kollega att ta din rast om du av någon anledning inte kan gå ut. Vi ställer givetvis upp för varandra!
- Hålla reda på NÄR du ska vara ute och rastvärda, och vilket område du ansvarar för.
- Lämna kaffekoppen inne, det ger inte en "aktiv" signal med en kaffekopp i handen.
- Undvika att prata i mobilen eller surfa när du är ute på rast.
- Cirkulera och stå inte på samma plats.
- Prata med eleverna, känn av stämningen och visa att du är och vill vara där.
- Påminna en kollega om kollegan glömmer bort att gå ut, eller glömmer bort ovanstående rutiner.

5. Ansvarig för verksamheten

En framgångsfaktor i Visättraskolans arbete har varit att de har en utsedd person som har det dagliga ansvaret för verksamheten. På Visättraskolan ingår ansvarig för rastverksamheten i skolans trygghetsteam. Insatsen #roligareraster utgör en självklar och naturlig del av skolans trygghetsarbete.

6. Inspireras!

Inspireras av alla drivna och kompetenta människor som arbetar med rastverksamheten. Självklara tips i ett sådant här sammanhang är Facebookgrupperna *Rastaktivisterna!* – *Rasten som aldrig tar slut* och *Rastlek och pyssel*. Använd er också den kompetens och erfarenhet som redan finns i Huddinge. Det finns flera skolor som har kommit långt i sitt arbete, och inte minst så arbetar Gustav Sundh på Glömstaskolan. Gustav är känd i hela Skolsverige som "Skolgårdsläraren", föreläsare, författare och en stor inspirationskälla för många när det kommer till arbetet med rasten. På nästa sida ger Gustav några värdefulla tips i arbetet för en rastverksamhet i toppklass!

[HÄR](#) kan ni läsa mer om Visättraskolans insats #roligareraster. Sidorna är hämtade från böckerna "Elevhälsa i praktiken – Hur gör vi?" (Liber 2020) och "Elevhälsa i praktiken – Konkreta exempel" (Liber 2022).

“Skolgårdsläraren”, Gustav Sund tipsar!

- *Tid - Vikten av goda förutsättningar*

Att starta upp ett förändrings-/utvecklingsarbete förutsätter att den/de som får uppdraget får tid. Här behöver man som rektor prioritera och organisera för att möjliggöra den här tiden. Tid för att planera, genomföra och utvärdera. Förutsättningarna måste matcha förväntningarna.

- *Hot spots - Otrygga platser*

Att kontinuerligt och tillsammans med kollegiet som arbetar i rastverksamheten kartlägger skolgården. På Glömstaskolan använder man sig av en “Skolgårdskarta” där man ser över vilka “hot spots” det finns, “döda vinklar” eller platser eleverna i deras skolgårdsråd samt elevråd lyft fram som otrygga.

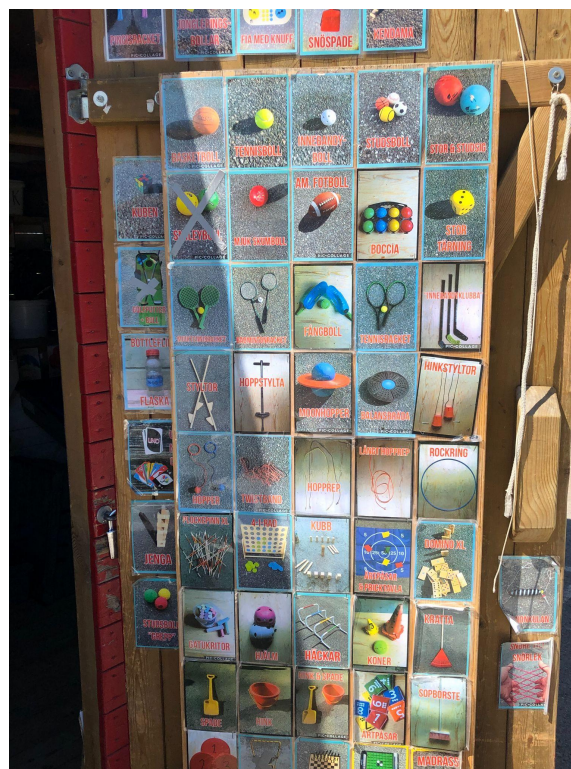
- *Elevdelaktighet*

Känslan av delaktighet & att vi tar elevernas idéer på allvar är väldigt central i att skapa den stämningen och ”medkulturen” som för rastverksamheten framåt. Viktigt är också att eleverna görs delaktiga i utformandet av pedagogiska miljöer. På Glömstaskolan har man över tid skapat återkommande miljöer (skapar också trygghet för barnen) som skiftar något utifrån årstid. Exempelvis har de under hösten ett återkommande “kojbygge” med två aktiva och ledande pedagoger som är med i skogen.

Rastbod

Kanske har ni på er skola ett behov av att ta fram ett utlåningssystem, och här är verkligen ett supertips att titta på skolor som har ett system som fungerar i praktiken. Gustav Sundh på Glömstaskolan tydliggör just att det här med att arbeta fram ett utlåningssystem kräver ett långsiktigt arbete som i sin tur kräver mycket pedagogisk handledning (och pedagogiskt tålamod). "Att över tid vara konsekvent, följa upp och verkligen ha en vilja att lära varenda unge hur man gör när man lånar och lämnar saker." Det kanske är mer av att skapa en stark ansvarskultur och självklarhet "så här gör man på den här platsen".

Ett system kan exempelvis bestå av klädnypor och bildstöd. Alla elever på skolan har sitt namn på en klädnyppa, där varje klass har sin egen färg på klädnypan. När eleven vill låna ett redskap från boden sätts klädnypan på bildstödet, och när redskapet lämnas tillbaka sätts klädnypan på en bräda där elevernas namn är insorterade klassvis. En stor vinst med att använda bildstöd är att elever som av olika anledningar har språksvårigheter får ett stort stöd av bilderna i en miljö som består av många intryck och som därigenom kan vara svår att tolka. Med tydliga rutiner och strukturer som tydliggörs med hjälp av bilder möjliggörs en tillgänglig lärmiljö.⁷



⁷ Bilderna i denna handledning är tagna på Visättraskolan och hämtade från boken "Elevhälsa i praktiken - Konkreta exempel".

Läs mer

Boktips - Exempel

[Berättelser från skolgårdens lärande](#) - Gustav Sundh, Studentlitteratur 2021.

[Elevhälsa i praktiken - Hur gör vi?](#) - Erik Hall, Ingrid Hylander mfl. Liber 2020.

[Elevhälsa i praktiken - Konkreta exempel](#) - Erik Hall, Ingrid Hylander mfl. Liber 2022.

[Nyckeln till skolgårdens lärande](#) - Gustav Sundh, Studentlitteratur 2019.

[Rasten - Möjligheternas mellanrum](#) - Ann S Pihlgren, Lars Berglund, Olof Jonsson, Eva Kane, Anna Larsson, Studentlitteratur, 2019.

Länktips - Exempel

[Den Goda Rasten på Korpadalsskolan](#)

[Det händer på rasten - UR](#)

[Kul på rasten med Rastkul på Kulladalsskolan](#)

[Paulas knep gör att ingen lämnas utanför på rasten](#)

[Roligare raster lyfter Visättra](#)

[Skolverkets stödmaterial - Mer rörelse i skolan](#)

[Så planerar du raster där alla kan vara med](#)

[Vuxenledda rastaktiviteter gynnar elevers hälsa och lärande](#)



Föreläsning

Föreläsning

Här nedan hittar ni länken till en inspirationsföreläsning där Erik Hall berättar om Visättraskolans rastverksamhet.

Innehåll:

- Bakgrund till #roligareraster
- Vad är #roligareraster?
- 6 konkreta tips

Föreläsningen är ca 21 minuter.

När ni ska titta på föreläsningen så säkerställ med fördel att bildinställningen är den bästa, HD. Ni ändrar inställningar genom att klicka på kugghjulet.

[Här hittar ni föreläsningen “#roligareraster - Ett konkret exempel”.](#)



Inspiration hämtad från Spindel nätverket

[#roligareraster](#)

[Glömstaskolans rastverksamhet](#)

Workshop 1 - Kartläggning - Rastverksamheten

Här en workshop som ni kan använda för att synliggöra er verksamhets styrkor och utvecklingsbehov när det gäller rastverksamheten.⁸

Syfte:

För att eleverna ska nå kunskapskraven och utvecklas så långt som möjligt, så behöver de känna sig trygga på sin skola. En inkluderande rastverksamhet förebygger risken för utsatthet, trakasserier och mobbning.

Genomförande:

Material:

Digitalt verktyg

App för QR-kod

Gruppindelning:

Ni bör max vara 6-8 personer/grupp och ni bör utse någon som är sekreterare och fokushållare.

Tidsåtgång:

Här beror det lite på vilka förutsättningar ni har, var ni befinner er i processen, och hur många grupper ni är. Viktigt att arbetet får ta tid. Nedan anges därför endast ungefärlig tid för respektive steg.

Steg 1: 60 min

Steg 2: 90 min

Steg 3: 60 min

Steg 4: Skolledningen

Ledare:

Varje grupp består av en fokushållare och en sekreterare. En person behöver utses som ska sammanställa gruppernas kartläggning av rastverksamheten. Förslagsvis en representant från skolledningen.

Mall för dokumentation:

[Mall som ska användas i arbetet med denna workshop hittar ni här.](#)

⁸ Workshopen är hämtad från boken "Elevhälsa i praktiken - Konkreta exempel". Kopiering är tillåten inom kollegiet på den egna skolan, men får inte på något sätt spridas utanför den egna skolans verksamhet.

Steg 1 - Diskussion i mindre grupper

Som steg 1 går ni i era grupper igenom nedanstående reflektionsfrågor. Reflektera enskilt över diskussionsfrågorna och gå sedan en runda där var och en besvarar frågorna.

Dokumentera era svar i mallen som ni hittar [HÄR](#).

1. Har ni en *rastverksamhet* idag?
2. Om ja, vilka är styrkorna i er rastverksamhet?
3. Om ja, hur skulle ni i ännu högre grad kunna utveckla er rastverksamhet?
4. Om ni *inte* har en rastverksamhet, vilka är enligt er de första viktiga stegen i arbetet med att bygga upp en rastverksamhet?
5. Rastvakt är ett vanligt begrepp som används för att beskriva personal som har tillsynsansvar under rastverksamheten, vad står det för enligt er? Ser ni vinster med att använda en annan beskrivning av uppdraget? Om ja, vilka alternativa formuleringar finns för uppdraget?
6. Rastvårdsrutiner för att det ska finnas tydliga förväntningar, tydliga ledstänger, så att vi alla ska agera på ett likvärdigt sätt. Är det någon ni skulle behöva ta fram i er verksamhet? Varför?/Varför inte?

Steg 2 - Översyn över rastverksamheten

Som en fördjupning av *Steg 1* så ska ni med stöd av [tabellen](#) diskutera olika områden för en välfungerande rastverksamhet.

1. I gruppen arbetar ni er igenom tabellens samtliga områden. Det finns också utrymme för er att lägga till områden som ni tycker saknas.
2. **Finns på plats/Ej aktuellt** - Här anger ni om ni har "området" på plats. Exempelvis Ja, vi har rastvårdsrutiner på plats. Kanske kan det vara så att något av områdena inte är aktuella för just er skola.
3. **Utvecklingsområde** - Här anger ni vad inom respektive område som behöver utvecklas. Exempelvis kan det vara att ni har era rastvårdsrutiner på plats, men att de inte är väl implementerade i hela verksamheten. Några tomma rutor med utrymme för eventuella förslag på områden som gruppen tycker är viktiga i ert fortsatta arbete.
4. **Förslag på åtgärder** - Här anger ni förslag på åtgärder för att vända utvecklingsområdet till en styrka. Exempelvis hur ni ska arbeta för att implementera rastvårdsrutinerna i hela verksamheten.
5. Inför den gemensamma gruppdiskussionen ska ni ha valt ut de **tre områden** som ni i gruppen ser som viktigast att prioritera i det fortsatta arbetet med att utveckla rastverksamheten.
6. Den ifyllda tabellen mejlas till skolledningen, eller av skolledningen utsedd person.

Steg 3 - Gemensam diskussion

Återsamlas för en gemensam diskussion.

1. Börja med att lyfta frågorna från Steg 1 för en gemensam diskussion. Se till att alla gruppernas tankar och synpunkter blir hörda.
2. Varje grupp presenterar de *tre områden* som de ser som viktigast att prioritera i det fortsatta arbetet med att utveckla rastverksamheten. Varför och hur?
3. Den som leder samtalet skriver upp respektive område på tavlan. Om det är fler grupper som lyfter samma område så skriv upp det.
4. I slutet när alla grupper har presenterat sina prioriterade områden så går ni igenom hur fördelningen har sett ut. Har ni haft samma bild av vilka områden som är viktiga att prioritera?

Steg 4 - Sammanställning - Skolledningen

Gruppernas mallar från "Översyn av rastverksamheten" och gruppdiskussionerna sammanställs av skolledningen, eller av skolledningen utsedd person. Sammanställningarna utgör underlag för utvecklingen av rastverksamheten. Vi rekommenderar att skriva in rastverksamheten som mål i arbetsplanen för att på så sätt få in rastverksamheten i det dokumenterade systematiska kvalitetsarbetet.

Workshop 2 - Kartläggning - Trygghetsvandring

Vad:

I workshopen involveras personalgruppen i en trygghetsvandring i syfte att kartlägga skolmiljön med fokus på trygghet. Bifogad tabell kan med fördel även användas tillsammans med skolans elever.

Genomförande:

Material:

Digitalt verktyg

Gruppindelning:

Ni bör max vara 6-8 personer/grupp och ni bör utse någon som är sekreterare och fokushållare.

Beroende på antalet grupper så delar ni upp ansvarsområden enligt tabellen ovan. Exempelvis om ni har fyra grupper så kan en grupp ta område 1-3, nästa grupp ta område 4-6 osv. Grupperna ska då i första hand genomföra vandringen för dessa områden, men avsätt gärna tid så att alla grupper kan genomföra en trygghetsvandring i hela verksamheten.

Tidsåtgång:

Här beror det lite på vilka förutsättningar ni har, var ni befinner er i processen, och hur många grupper ni är. Viktigt att arbetet får ta tid. Nedan anges därför endast ungefärlig tid för respektive steg.

Steg 1: 40 min

Steg 2: 90 min

Steg 3: 60 min

Ledare:

Varje grupp består av en fokushållare och en sekreterare. Utse en person som ansvarar för att sammanställa diskussioner och trygghetsvandring.

Mall för dokumentation:

[Mall som ska användas i arbetet med denna workshop hittar ni här.](#)

Steg 1 - Trygghetsvandring i grupper

1. Ledningen har informerat er om vilka områden som är gruppens fokusområden. Fördel är att avsätta tid så att grupperna kan genomföra trygghetsvandringen i hela verksamheten.
2. I gruppen går ni igenom [mallen](#), och era fokusområden. Planera för hur ni ska genomföra vandringen. Fundera även över om ni har områden som inte täcks in nedan. Fyll då i dessa områden i de tomma raderna.
3. Dags att ge sig ut på vandring!
4. Använd er av [tabellen för trygghetsvandringen](#).
Hur kan ni vända era utvecklingsområden till styrkor?
Diskutera i gruppen och sammanställ era förslag på åtgärder kopplade till utvecklingsområden i tabellen.
5. Den ifyllda mallen skickas till skolledningen, eller till den person som skolledningen har utsett för att sammanställa resultatet.

Steg 2 - Gemensam diskussion

Gå igenom mallens olika områden.

Ansvarig grupp presenterar några av de styrkor och utvecklingsområden som gruppen har observerat under trygghetsvandringen. Likaså kan gruppen här presentera förslag på åtgärder. Övriga grupper får gärna fylla på med sina tankar och synpunkter, håller ni andra med, har ni andra förslag på åtgärder?

Avslutningsvis får grupperna presentera om de har observerat några andra områden i verksamheten som inte omfattades av mallen. Grupperna presenterar sina tankar om utvecklingsområden och förslag på åtgärder.

Steg 3 - Sammanställning av trygghetsvandring

Gruppernas mallar från trygghetsvandringen och gruppdiskussionerna sammanställs av skolledningen, eller av skolledningen utsedd person. Sammanställningarna utgör underlag för det fortsatta trygghetsarbetet på skolan. Exempelvis är detta ett utmärkt underlag inför upprättande av skolans plan mot diskriminering och kränkande behandling.

Ur Friendsrapporten 2022⁹

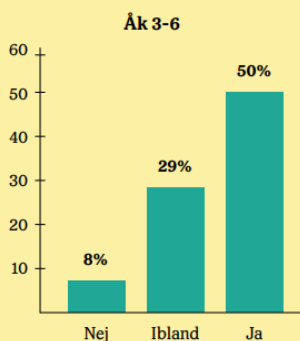
Förtroende för vuxna

Har du berättat för någon att du blivit kränkt/mobbad?

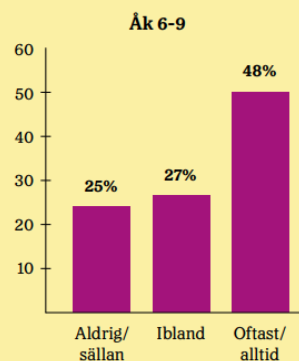
Svar: Nej jag har inte berättat för någon



Tycker du att de vuxna på skolan säger till när de märker/får veta att en elev behandlas illa?



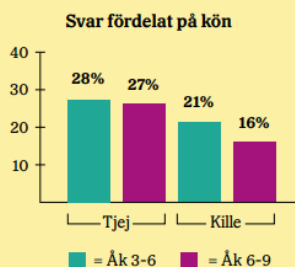
Upplever du att personalen på skolan agerar när de märker/får veta att elever blir illa behandlade/kränkta?



Kränkningar



har blivit utsatta för kränkningar av en annan elev



Trygghet

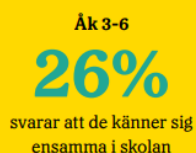
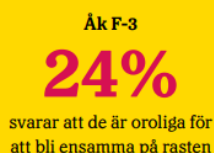


känner sig ibland, sällan eller aldrig trygga när de är i skolan



svarar att de ibland, oftast eller alltid känner sig oroliga för att bli illa behandlade i skolan

Ensamhet



⁹ Friendsrapporten 2022 - 10 år av barnens röster!