

Tillsammans för lek och läxor

På Söderporten i Norrköping samverkar skolan, föreningslivet och universitetet. Via fotboll ska lågstadieelever lockas till fysisk aktivitet och läxhjälp. Målet är mindre stillasittande och förbättrade skolresultat.

– Så här gör man en passning. Med sidan, förklarar Julia och slår en breddsida till bästa vännen Hiba som står mellan två koner i det stora målet på Sydullen i Norrköping.

De båda klasskompisarna kommer hit två dagar i veckan.

– I alla fall när vi orkar. Och när det inte haglar. Förra gången var det hagel och jag fick ett sår här, säger Julia och pekar på en prick på handryggen.

Efter skoldagen har båda mycket spring i benen, precis som resten av de cirka 30 lågstadieelever som sökt sig till fotbollsplanen den här eftermiddagen. En majoritet saknar plats i fritidshem-



“Alla samtidigt nu. Ett, två, tre!” Hiba och Julia får instruktioner av Nishan Zado, en av ledarna i Bollis, som själv är aktiv fotbollsspelare i Assyriska.

met på grund av att föräldrarna inte arbetar. Och det är främst de barnen som Bollis – lek och spel, som träningsformen heter, riktar sig till.

Arbetslösa blev ledare

Det är den ideella föreningen Norrköping Tillsammans som är arrangör, i samarbete med bland annat fotbollsklubben Assyrisk och de båda grundskolorna Söderporten och Kungskapsluset i stadsdelen Hageby. Ledarna har rekryterats bland arbetslösa 18-22-åringar i området, och flera av dem jobbar även som rastvärdar inom projektet Trygg Skolgång (se faktaruta). Syftet är att öka elevernas intresse för rörelse, erbjuda en aktiv fritid och introducera dem till föreningslivet. Det långsiktiga målet är att höja skolresultaten. Norrköpings niondeklassare har idag lägre genomsnittligt meritvärde än i riket i övrigt.

– De elever som når betygsnivåerna A och B hos oss är de som har en strukturerad vardag och deltar i föreningslivet. Det är de som har energi till skolarbetet. Det märks väldigt tydligt vilka som bara sitter hemma och spelar Fifa och Fortnite varje eftermiddag och kväll, säger Johan Söderman, rektor för årskurs 4-6 på Söderporten.

Han arbetar aktivt mot ”stillasittandet” och har bland annat infört mobil-



Man kan inte lösa alla samhällsproblem med sådana här initiativ, men några, framhåller David Ekholm på Linköpings Universitet.



Söderportens rektor Johan Söderman har infört mobilförbud på mellanstadiet för att uppmuntra eleverna att leka på rasterna.



Sargon Akcan växte upp i Hageby och är tacksam att han hamnade i föreningslivet. Idag är han aktiv i både Assyrisk och Norrköping Tillsammans.



Idrottsläraren Thomas Westerberg har tagit fram konceptet Bollis – lek och spel. Precis som i skolan strävar han efter likvärdighet.

Så funkar Bollis – lek och spel

- Träning två gånger per vecka, en timma per pass.
- Förlagd i direkt anslutning till skoldagen, så att eleverna inte behöver gå hem emellan.
- Drop-in – det är helt okej att komma mitt i.
- Gärna träningskläder, men inget krav. Gummistövlar och jeans funkar lika bra.
- Tydlig lektionsplanering för varje vecka. Olika tema varje gång, till exempel passning, dribbling eller målvaktsspel.
- Upplägg: 15 minuter teknik, 30 minuter spel, 15 minuter lek. Olika spel och lekar beroende på tema.
- Förutom de praktiska övningarna får deltagarna lära sig att lyssna på ledaren, samarbeta, följa regler och att vara en god vinnare/förlorare.
- 4-6 barn per ledare.



förbud och pulsträning på mellanstadiet.

– Det får eleverna att leka på raster-na. När jag var barn kunde vi säkert 50 lekar, det var bara att välja. Nu är det många som inte vet hur man leker och jag tror att det beror på tekniken, som utvecklats väldigt fort.

Det är ingen slump att det är just fotboll som ska locka till mer rörelse. I Hageby drömmer de flesta ungdomar om att bli proffs.

– Fotboll är livsviktigt här. Alla ska bli Zlatan eller Messi. Det är plan a, b och c. Vi vill uppmuntra till en annan plan b, som inbegriper utbildning, säger Johan Söderman.

Han tror också att idrottens fostrande inslag kan bidra till bättre stämning och sammanhållning på skolan.

– Bollis ger en vi-känsla även för dem som inte har en lagtillhörighet. Eftersom det är kostnadsfritt ger det avlastning för de föräldrar som inte har råd att låta sina barn träna i en klubb. Och en skillnad mellan skolan och idrotten är att man inte ifrågasätter vad ledaren säger. Kanske kan den inställningen leda till ökad respekt för lärarna.

Fotbollsmatcher på natten

Granne med Söderporten ligger Assy-riskas klubblokal. Här fostrades Sargon Akcan, som växte upp i området och idag är en av eldsjälarna i Norrköping



Ska Julia rädda skottet?

Detta gör Norrköping Tillsammans

Bollis – lek och spel: Fotbollsträning med fokus på rörelseglädje, samarbete och kamratskap för årskurs 2, 3, 4, 5 och 6. Ledarna har rekryterats bland arbetslösa ungdomar i området. De behärskar totalt nio språk.

Läs och räkna med Bollis: Läxhjälp två dagar i veckan med lärar-studenter från Linköpings Universitet campus Norrköping.

Nattfotboll: Ledarledd kvällsaktivitet för äldre ungdomar klockan 19-24 på helger.

Trygg Skolgång: Rastvärdar, kända för eleverna från Bollis, hjälper till att minska antalet konflikter på skolgården.

Ishtar Bollen: Fotbollsträning för tjejer.

Alla aktiviteter har ett barnrättsperspektiv och ledstjärnorna är:

- Barnens lika värde.
- Barnets bästa.
- Barnets rätt till utveckling.
- Barnets rätt till inflytande.
- Barnets rätt till fritid.





"Doppboll" är ett av momenten när Bollis har målvaktstema. Syftet är att öva motorik och använda händerna. Passet börjar med att deltagarna rullar en boll mellan sig. Sedan kastar de och fångar. I doppboll måste man dunka bollen i marken innan man passar den vidare. Den som håller i bollen står stilla, vilket tvingar medspelarna att röra på sig för att bli passningsbara.



Thomas Westerberg har en bakgrund som elitfotbolls-tränare och riksinstruktör i Svenska fotbollförbundet.

Tillsammans. Som vuxen har han varit engagerad i Assyriskas styrelse och som barn uppmanades han av sina föräldrar att vistas i klubblokalen nästan varje dag, efter träning och skola.

– De lockade oss med pingisbord och andra aktiviteter. Ibland dök det upp någon som föreläste om alkohol och droger eller om ungdomsbrottslighet. Det kom till och med en och pratade med oss om projekthantering. Vi hängde inte alltid med, men lyssnade. Idag arbetar många av oss i näringslivet eller har blivit akademiker, berättar han.

Hageby räknas som ett socioekonomiskt utsatt område och det finns stora sociala problem, bland annat med arbetslöshet, missbruk och kriminalitet.

– Ungdomarna här är ofta allmänt rastlösa. Har de inte något att göra så driver de omkring. Någon sparkar på en sten, som råkar träffa en ruta som krossas och så blir det en polisanmälan, säger Sargon Akcan.

Även dessa ungdomar vill Norrköping Tillsammans nå. Bollis är bara en av fem grundpelare i verksamheten. För de äldre ordnas sedan flera år Nattfotboll. På helger mellan klockan sju och midnatt erbjuds organiserade fotbollsmatcher med minst fem ledare på plats. Matcherna pågår i tre minuter och det lag som gör mål först vinner. Ett sextiotial ungdomar brukar komma till nattfotbollen i Hageby. Nittio i Marielund. I höst hoppas man kunna starta

även i stadsdelen Navestad.

– Vi kan konstatera att antalet polis-anmälningar minskat drastiskt under de timmar nattfotbollen pågår. Ungdomarna har ingen energi kvar efter fyra timmar fotboll. Vi försöker ha inställningen "Bättre ett gäng på plan än ett gäng på stan", säger Sargon Akcan.

Särskilda tider har avsatts för nyanlända och flickor för att locka fler än bara killar som redan är intresserade av fotboll.

– Många familjer som bor här har ursprung i länder där flickorna förväntas ta stort ansvar för hushållet redan i 10-12-års-åldern. Vårt mål är att få ut dem ur hemmet.

Läxhjälp för lågstadiet

Två dagar i veckan ordnar Norrköping Tillsammans via Bollis läxhjälp i Assyriskas klubblokal i samarbete med studenter som går tredje året på grundlärarprogrammet vid Linköpings Universitet campus Norrköping. Målgruppen är lågstadielever utan plats på fritids. Det är också tänkt som en avlastning för föräldrar, och ett långsiktigt mål är att stötta eleverna att klara grundskolan och komma in på gymnasiet.

– Kan du inte språket har du väldigt svårt att hjälpa ditt barn med matteläxan, konstaterar Sargon Akcan.

Allt som Norrköping Tillsammans gör ska ge tydliga resultat, förklarar han:

– Det är en enkel ideologi: kan vi inte



Julia och Hiba går i tvåan och är både lagkamrater och bästisar.

mäta och se att det är bra så ska vi inte göra det. Skolresultaten ska öka – mobbning, slagsmål och psykisk ohälsa ska minska.

Uppföljning sker i enkäter med lärare och annan personal efter varje läsår. Men att mäta är svårt och komplext. Ännu har ingen elev som nåtts av aktiviteterna hunnit gå ut nian. Och om skolresultaten höjs – hur vet man säkert att just Bollis eller läxhjälpen varit en avgörande, eller i alla fall bidragande, orsak? För att ge ett vetenskapligt perspektiv finns forskaren David Ekholm från Linköpings Universitet tillgänglig som bollplank. Han har forskat om liknande insatser där civilsamhället involverats i offentlig verksamhet och är påläst om olika projekt både i Sverige och internationellt. Han tycker själv att ett av hans viktigaste budskap har varit att sänka ambitionerna:

– Man kan inte lösa alla samhällsproblem med sådana här initiativ, och det kanske inte behövs. Det finns ett värde bara i att erbjuda en aktiv fritid för deltagarna i exempelvis

Bollis. Forskning visar också att det är svårt att till exempel integrera grupper från olika stadsdelar i projekt som Nattfotboll. Däremot kan det få grupper inom stadsdelen att mötas, och även där finns ju människor med olika livsvillkor och bakgrund.

”Det här ger oss energi!”

Ute på fotbollsplanen rullar Julia och Hiba bollar mot koner. Om konerna faller får de en poäng. Det är jämnt men motståndarlaget leder.

Dagens tema på Bollis är målvaktsspel och alla övningar går ut på att använda händerna. Lektionsplaneringen är noggrant framtagen av idrottsläraren Thomas Westerberg, som har lång erfarenhet som elitfotbollstränare och riksinstruktör på Svenska Fotbollförbundet. Varje pass följer en tydlig mall med femton minuters inledande teknikträning, trettio minuters spel och femton minuters avslutande lek. Eftersom konceptet ska kunna genomföras på flera olika

skolor vill han säkerställa likvärdighet. Övningar för dribbling, passning och bollmottagning beskrivs både i text och bild. Målvaktsmomentet finns med för att träna motorik.

– Alla ska få samma motoriska bas, förklarar Thomas Westerberg. Förhoppningsvis stimulerar det till att barnen sedan rör sig lite varje dag på egen hand.

Han tror stenhårt på att lärandet gynnas av fysisk aktivitet, en koppling som även hjärnforskare gör, framhåller han.

– När jag jobbade på riksgymnasiet i fotboll så såg jag hur de som tränade åtta pass i veckan hade bättre skolresultat än genomsnittet i landet. Många lägger av med sin sport för att satsa på skolan istället, men det tror jag är helt fel sätt att tänka, säger Thomas Westerberg.

Julia och Hiba har ännu inte märkt att de lärt sig mer på lektionerna sedan de började i Bollis. Men de är överens om en sak:

– Det här ger oss energi!