

Idrott, fysisk aktivitet och hälsa för barn och unga med synnedsetsättning



Historisk återblick



Framtagen av Synskadades Riksförbund, av Gilda Stiby Pelkonen i samband med projektet Idrott och hälsa 2018 där även Riksidrottsförbundet och Gymnastik- och idrottshögskolan medverkar.

Innehåll

Idrott, fysisk aktivitet och hälsa för barn och unga med synnedsättning.....	2
1800-talet	2
1900-1920-tal.....	6
1930-1950-tal.....	12
1960-talet	29
1970-1990-tal.....	38
2010-talet	49
Citerade arbeten	54

Idrott, fysisk aktivitet och hälsa för barn och unga med synnedsättning

Historisk återblick

Att fysisk aktivitet och idrott har en stark inverkan på hälsa och välmående är något som pedagoger varit medvetna om långt tillbaka i tiden. När skolundervisning för barn med funktionsnedsättningar startade i vårt land på 1800-talet var det självklart att alla barn skulle lära sig simma och ha gymnastik. Detsamma gällde vid de Blindinstitut som barn med synnedsättningar var hänvisade till ända fram till integrerad skolgång genomfördes fullt ut på 1980-talet.

Gymnastik och idrottsundervisningen i skolan innebar för många en bättre självkänsla och stärkt gemenskap. Det var också inkörsport till fysisk aktivitet även på fritiden. Att som synskadad träna sin kroppsliga styrka och smidighet var och är en vital förutsättning för att erövra ett fysiskt aktivt liv. I samband med införandet av integrerad skolgång har förutsättningarna för synskadade barns fysiska träning försämrats. Inte för alla men för många.

1800-talet

Undervisningen för blinda i Sverige haltade sedan starten 1808, och låg till och med helt nere mellan åren 1817-1843. När undervisningen sen kom igång igen verkar gymnastikundervisningen ha förekommit för både

blinda och döva, som undervisades vid Blindes och Döfstummes Institutet på Manilla. Det var inte så vanligt, vid den här tiden, att intressera sig för elevernas fysiska fostran. Men här fick eleverna ägna sig åt friluftsliv, lekar och kroppsövningar. I det ingick särskilt simträning vid det badhus som var byggt vid stranden av Tolvskillingsholmen, i närheten av institutsbyggnaderna. Varje år hade man simuppvisningar. En uppvisning från år 1852 omnämndes i en av stadens tidningar så här:

”Såväl yngre som äldre elever ådagalade samma utmärkta skicklighet, som man föregående år haft tillfälle observera. Vågsamma hopp och om stor vighet och muskelspänstighet vittnande konststycken i vattnet utfördes av så väl manliga som kvinnliga elever, varvid de blinda, förvånande nog icke gåvo de öfriga efter.”

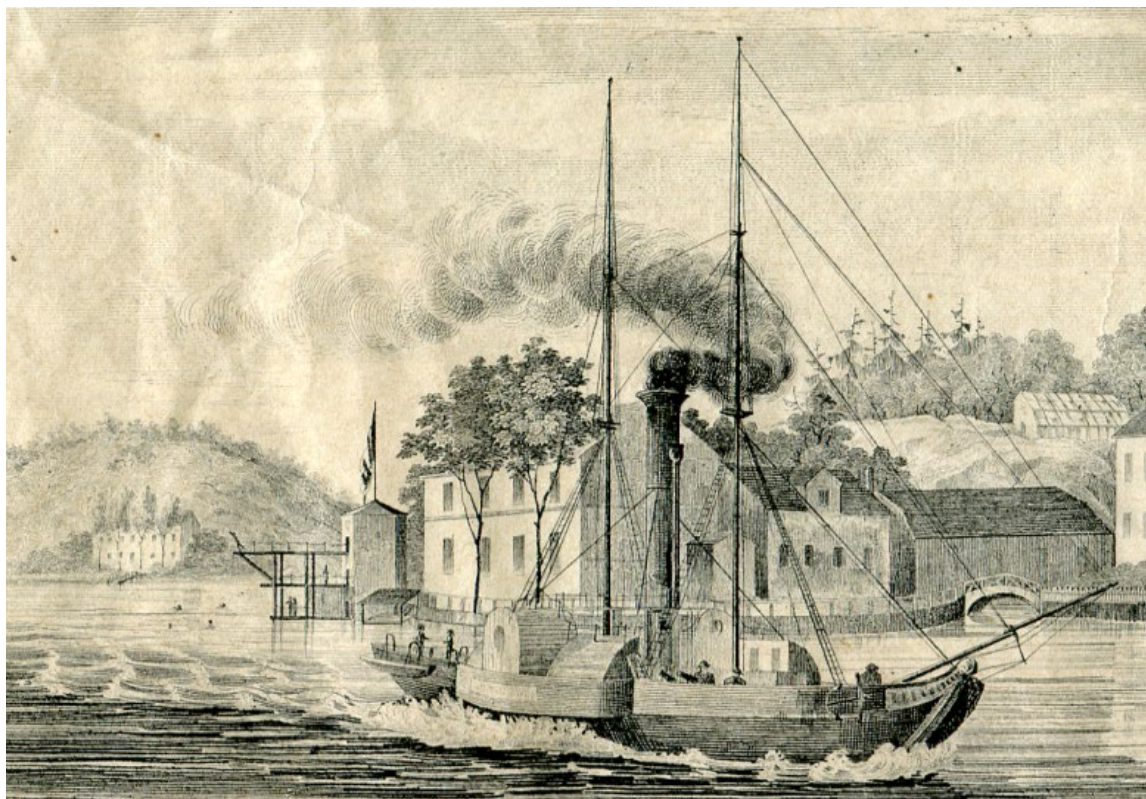


Bild som visar badhuset och badande barn vid Blindes och döves institut på Manilla.

Blindundervisningen separerades från dövundervisningen genom ett förordnande 1878. Verksamheten flyttades för en tid till lokaler på Nybrogatan i Stockholm, där den fysiska undervisningen säkerligen var svår att genomföra. Men ett nytt institut var under uppförande på Tomtebodområdet i Solna, Stockholm. Det nya blindinstitutet blev klart

för inflyttning 1888, men innan dess hade en skola för de yngre blinda barnen öppnats i Växjö år 1884.¹

Där hade eleverna gymnastik två gånger per skoldag, en halvtimme på både förmiddag och eftermiddag. Man ägnade sig åt marscher, vändningar, klättring på stång, lättare hävrörelser i trapets och ribbstol, växelsidiga rörelser på bänk samt flera rörelselekar med och utan sång.²

När Kungliga Blindinstitutet å Tomtebodas kom i drift 1888 fanns bra förutsättningar för gymnastik, idrott och fritidsaktiviteter, även utomhus. Institutet omgavs av stora grönområden, visserligen ganska kuperat vilket åtgärdades på 1920-talet, men som inbjöd till utomhusaktiviteter. 1898/99 byggdes en förskola, lik den i Växjö, även på Tomteboda. Båda byggnaderna innehöll rymliga och ljusa gymnastiksalar. Gymnastiklärarna för de äldre eleverna var militärer, vilket speglades i övningarna även för de mindre barnen.

¹ (Ek, 1938)

² (Lyberg, 1884-1886)



Bild som visar den nybyggda gymnastiksalen på Tomtebodas med gymnastiserande pojkar klädda i svarta byxor och väst samt vita skjortor. Foto taget cirka 1900.

1900-1920-tal

Under de första decennierna av 1900-talet fortsatte den fysiska träningen av blinda barn och ungdomar att utvecklas. I Växjö tränades barnen ungefär som under slutet av 1800-talet med enkla fristående övningar, marschövningar, vändningar, sånglekar 4 dagar i veckan för Årskurs 1 – 2. Årskurs 3-4 gjorde enkla fristående rörelser, marschövningar, vändningar, redskapsgymnastik 5 dagar i veckan.

Gymnastik och fritidsaktiviteterna på Tomtebodas Blindinstitut utvecklades däremot mer och mer under denna tid. Man hade gymnastik alla dagar i veckan. Undervisningen bestod också av något nytt som kallades pedagogisk gymnastik med lekar och dans (om lördagarna).

Under september och maj, samt i övrigt när vädret tillät gjordes övningar i det fria. Pojkarnas idrottsövningar hade utökats med idrottsgrenar som längdhopp, trestegshopp, stafettlöpning, kulstötning, men även med slungbollskastning, trisslagning, dragkamp. Läsåret 1928-29 infördes också handboll och kulstötning. I årsberättelserna står särskilt noterat av läraren att "särskilt idrottsövningarna ha av lärjungarna omfattats med allra största intresse."³ Gymnastikundervisningen pågick alla dagar i veckan tre till fyra timmar ofta uppdelade i pass på trettio minuter.

1919 infördes så kallad samlad arbetsdag, vilket innebar att undervisningen för dagen kom att avslutas klockan 15 istället för 18. Undervisningen i gymnastik och sång fortsatte dock även på eftermiddagarna som tidigare.⁴

1926 gjordes gårdsplanen i ordning för utomhusgymnastik och försågs senare med gymnastik- och lekredskap. Man började anlägga en stor gräsplan, som skulle användas vid elevernas gymnastik- och lekövningar under den del av året det var möjligt. För att åstadkomma kälkbanan och idrottsplatsen forslades över 50 000 lass jord dit. Jorden kom dels från institutets eget område, dels från Atlasområdet som just då höll på att bebyggas. Det var gratis och fritt hemkört.

³ (Årsredovisningar 1900-1937)

⁴ (Ek, 1938)

Göte Lingshede, som var elev på Tomtebodavägen vid denna tid, har berättat hur trisskastningen gick till:

”Visst hade vi idrott på Tomtebodavägen på 1920-talet. En unik och tuff gren var trisskastning. Före 1920 bestod trissan av en rund träplatta med en kraftig järnskoning runt kanten, som gjorde den hållbar och tyngre. Kasten gjordes så att trissan rullade med största möjliga fart i en bestämd riktning, så att den nådde så långt som möjligt.

Trisskastningen bedrevs som dueller där deltagarna bevakade var sitt mål. Det ena målet var norra grinden. Det var viktigt att den var stängd, så att trissan inte for ut och vållade förskräckelse på Tomtebodavägen.

Spelaren fick göra sitt utkast från den punkt där trissan stannade och det var tillåtet att hejda den om man vågade. Man kunde höra var trissan kom hoppande över gruset och bästa sättet att stoppa den var med en spark från sidan. Om det inte skedde med tillräcklig precision, kunde det gå så illa att foten kom i vägen för trissan, särskilt smärtsamt om fotknölen träffades. Kamraterna på gården varnades av kastarna med höga rop.

Den järnskodda trissan hade på 1920-talet blivit förbjuden och ersatts med ett träklot som användes på samma sätt men som var något skonsammare.”⁵

Det finns också en levande beskrivning av denna sport gjord av ett lärarbarn, Bengt Ek som växte upp på Tomtebodavägen. Hans far var Gustaf Ek, från Småland, som senare blev rektor vid institutet. I boken ”Bortom Ingentingskogen” beskriver Bengt Ek sitt livs första möte med blinda:

”De slog trissa nere på trissgården, som var en långsmal gata mellan den gamla repslagarbanan och en bergvägg. Här fanns inga fönster att akta. Trissan var en tung järnskodd best ... Att slå trissa var en bra blindlek. Alla som var med hörde var besten for fram. Det här var en typisk dränglek och den var alltid omtyckt på landet. Varje lag hade stora knölpåkar för att

⁵ (Djupenström, 1995)

försöka hejda trissan. Så kunde det bättre laget driva det sämre från by till by i landsvägarnas sommarskymning. Trisskador på skallen var vanliga fall i de småländska sjukstugorna. Här bland de blinda gick trisskastningen lugnare till, men det var ändå respektingivande. Trissgården var mödrarnas oro i lärarfamiljerna.

När den blinde kastade trissan tog han en våldsam sats, sprang fram ett stycke och skrek: "Nu kommer den!" Han gjorde ett hopp vid kastet och trissan flög iväg mot motståndarna, som skulle stå så långt borta, att de med sina grova kängor kunde hejda trissan. De blinda hade inga knölpåkar... De blinda stod på vakt, framåtböjda och spända. Trissan kunde dansa mot en sten i sin vilda fart och plötsligt ändra riktning. Det var en lömsk med hörbar fiende... Trisskastningen gav mig min första respekt för de blinda."⁶

Bland pojkarna förekom det också boxning i slutet på 1920-talet och in på 1930-talet. Göte Lingshede, som gick på Tomtebodas 1923-1930, berättade hur inspirerade han och kompisarna blivit av svensken Harry Perssons och amerikanen Jack Dempseys ryktbara matcher:

"Vi hade inga boxhandskar men i gengäld något humanare regler. Man fick inte slå mot huvudet och inte under bältet. Seende domare värvades. Det var utmaningsmatcher efter mönster av proffsen. För den som inte såg motståndaren gällde det att hålla närkontakt med denne och på så sätt undvika att slå hål i luften och komma ur balans och därmed kanske vända fel sida åt motståndaren."⁷

Arne Karlsson gick också på Tomteboda, 1938-1945, och minns att de boxades på gymnastiklektionerna. Det hände också att de gick och tittade på riktiga boxningsmatcher. Rektor Ek fick en dag höra talas om att det förekom boxning. "Boxas dom i andra skolor?" frågade han. "Det vet jag inte," svarade Arne. "Ta reda på det! Gör dom inte det, ska vi inte

⁶ (Ek, 1976)

⁷ (Djupenström, 1995)

göra det här heller.” Efter en olyckshändelse lades handskarna åt sidan. Dom hade ju provat i alla fall.⁸

Fritidsaktiviteter

Under vintern fick både pojkar och flickor ägna sig åt skridskoåkning. Skridskobanan hade kommit till 1910 genom elevernas egen försorg. För att främja denna gren av fysisk fostran utökades den 1925.

Året därpå anlades en 200 meter lång kälkbacke på Tomtebodas, som användes flitigt snörika vintrar. De små barnen åkte på mindre träkälkar, medan de större åkte flera stycken samtidigt på en stor träbob med ledade medar fram till så att barnen kunde styra. Det var åtråvärt att uppnå den ålder då man fick åka med den stora bobben.



Bild som visar elever på kälkar och sparkstötting i den nyanlagda kälkbacken på Tomteboda, 1926.

Skidåkning kom också igång på barnens eget initiativ under 1920-talet. Göte Lingshede, som kom från Norrland, berättade hur de fann kasserade buktiga tunnlaggar vid områdets sopgröp. Av dem tillverkade de en sorts skidor, genom att spetsa dem och spika fast en tvärrem för skon. En del

⁸ (Djupenström, 1995)

var besatta på utförsåkning på berget vid institutets östra gavel. Där fanns möjlighet att välja olika nivåer allt efter djärvhet och uppnådd skicklighet. Göte berättar vidare hur de en senhöst plötsligt upptäckte att det fanns en stor uppsättning eleganta skidor till deras förfogande. De blev strängeligen tillsagda att vara rädda om dem, för de måste förstå att de kostade mycket pengar. Kanske var det därför barnen inte vågade använda dem så mycket och absolut inte för den riskabla utförsåkning.



Bild på elever med skidor i backen vid förskolan på Tomtebodas 1920-tal.

Både skridskoåkning och skidor var främst fritidsaktiviteter vid blindinstitutet. Barnen bodde ju på skolorna så det var viktigt att hitta fungerande fritidsaktiviteter.

Simning

Simundervisningen, som på Manilla hade varit en naturlig del av undervisningen, föll bort i Växjö och på Tomteboda där det inte fanns någon närhet till vatten. Det här togs upp till diskussion av korgmakeriläraren A. Upmann vid det Sjätte Nordiska Mötet för Abnormsaken i Helsingfors 1912. Han hade övat torrsim med några elever på Tomteboda och ansåg att simundervisningen borde vara ett obligatoriskt ämne, liksom gymnastiken. Ingen borde lämna skolan utan att kunna simma. Han pekade på statistik som visade att ca 1100 personer i åldern 15-45 år årligen omkom i drunkningsolyckor. Upmann

menade att det också fanns en annan viktig anledning till varför just den blinde bör lära sig simma:

”Allt arbete, som passar den blinde, är ju stillasittande, mer eller mindre dammigt inomhusarbete. Vid skolorna ha vi ju gymnastiken som motgift under uppväxtåren. Men efter skoltiden är det nog ej många blind, som idkar gymnastik. De flesta blinda är nog nödsakade att taga långa arbetsdagar för att få ihop så mycket arbete, att debet och kredit går något så när ihop.

Det gäller att finna något, som bereder honom ett nöje och på samma gång medför vistelse och rörelse i det fria. Jag tror säkert, att simningen är att rekommendera, som medlet. Ty vad är simning annat än gymnastik. En härlig härdande sådan med arbete i vatten, och på köpet får man renlighet.

Av fru L. Lyytikäinenens föredrag hörde jag att simundervisningen bedrives vid blindanstalter i Amerika. Men varför skola vi i Norden vara sämre?”⁹

Det dröjde dock till 1930-talet innan simningen togs upp igen, men då utanför undervisningen.

⁹ (Sjätte Nordiska Mötet i Abnormsaken i Helsingfors 1912)

1930-1950-tal

De större eleverna hade redan länge haft en gymnastiskt utbildad lärare på Tomtebodas, men det var först på 1930-talet som de mindre barnen fick en professionellt utbildad gymnastiklärare.

Ur Rektorns berättelse från läsåret 1930-31:

"I likhet med de närmast föregående åren har med frivillig arbetskraft anordnats övningar med syfte att hos en del barn uppöva och stärka armens och handens muskler. Då det visat sig, att de blinda barnen äro i stort behov av en utvidgad, för deras lyte avpassad fysisk fostran, har under läsåret gymnastikövningarna med Förskolans elever letts av särskild gymnastiklärarinna. Vid dessa övningar har rytmen i största möjliga mån fått medverka".¹⁰

Från detta år undervisade gymnastikdirektör Märta Neumüller-Dahlberg alla klasserna i förskolan på Tomtebodas. Nu infördes rytmisk gymnastik ackompanjerad av musik, förutom de tidigare övningarna i redskapsgymnastik och sånglekar. Den rytmiska gymnastiken hade införts vid många blindinstitut och uppfostringsanstalter i Europa, bland annat i Danmark. Man ansåg att rytmiken kunde vara till mycket god hjälp för blinda ungdomar att finna sig tillrätta i livet. Genom rytmiken tränade man den inre känslan för rörelse, vilket också skulle lära de blinda barnen att bedöma avstånd med örat och med takten och rytmen i de egna rörelserna. Rytmiken skulle ge de blinda barnen musikalisk rörelsefrihet och kultiverat balanssinne och på så sätt göra dem bättre rustade för livet.¹¹ Fortfarande ansåg man att de blinda barnen hade stort behov av en god fysisk omvårdnad. Gymnastik med lek och idrott var de viktigaste hjälpmedlen. Därför stod det på schemat varje dag i veckan.

"Vi hade gymnastik med Märta Dahlberg i förskolan på Tomtebodas. Vi hade egen gymnastiksal och där gjorde vi

¹⁰ (Tomtebodas årsredovisningar 1900-1937)

¹¹ (Rootzén, 1935) (Årsredovisningar 1900-1937). Impulsen med rytmisk gymnastik kom från den fransk-schweiziske dirigenten Emile Jacques-Dalcroze, som vid en pedagogisk kongress 1905 lade fram sin metod, där han ville organisera ett samband mellan skolornas undervisning i musik och gymnastik.

sådan gymnastik som jag antar att andra också gjorde. Vi skulle ligga på golvet och skutta upp, utan att direkt anstränga oss, rätt så snabbt. Det kommer jag särskilt ihåg för det tyckte jag var rätt så svårt. Annars så körde vi hoppa-steg runt om i ring. Man lyssnade var dom andra var, på något sätt. Alla var ju synskadade där och vi körde nog ett vanligt program inomhus. Så var vi ju utomhus också. Vi hade en idrottplats där på skolan, där det fanns löparbana, höjdhopp och längdhopp. Så fanns det en skridskobana också. Så hade vi ju gungor och klätterställningar och sånt där, så vi var ute mycket och lekte och hängde i knävecken och klängde i det där. Så det var mycket rörelse, i alla fall för min del. Och ibland så gick vi till idrottsplatsen och lekte och hoppade lite höjd på fritiden. Jag kommer särskilt ihåg att jag kom dit en gång och så var det några klasskompisar där. När dom hängde upp ribban så satte dom den så att dom här piggarna för ribban med kedjan satt runt ribban. Då sa jag att så där ska det inte vara. Och jag tror att det måste ha varit i någon av de första årsklasserna i alla fall. Sen hoppade vi långrep också, det kanske kom lite högre upp men vi hoppade rep i alla fall. Jag tror att många av oss rörde oss rätt normalt som andra barn också gör, medan en del gick ut genom porten och stod där utanför eller gick med någon personal en liten sväng och rörde sig. För alla vågade inte röra sig så mycket.”¹²



Bild på tre glada elever som kollar av höjden på hoppställningen innan hopp vid skolmästerskap på Tomtebodas 1960.

¹² (Björk, 2017)

Att idrott och fysiska fritidsaktiviteter var naturligt även för gravt synskadade ungdomar vittnar Göte Lingshede om när han 1930, som tonåring, flyttades från Tomtebodas Hantverksskolan i Kristinehamn för vidareutbildning. Det var en yrkesskola och gymnastik ingick inte i undervisningen. Men det hindrade inte ungdomarna från att själva sätta upp en hoppställning på gården där de hade höjdhopp, med eller utan ansats. Till och med stavhopp förekom. Då valde de ut den grövsta och längsta pilkappen ur korgmakeriförrådet. Den spetsades i grovändan och sen använde de den för att svinga sig över ribban. Allt det här gav kondition och framför allt så tyckte ungdomarna att det var roligt.¹³ Men utan den idrottsliga träningen de fått på Tomteboda hade det kanske inte varit lika självklart?

Vid det nordiska mötet 1936, för undervisning och vård av barn med funktionsnedsättningar, betonades åter från svenskt håll att "särskilt blinda barn behöver en stark och härdad kropp - en förutsättning för att kunna motstå de fysiska och psykiska påfrestningar blindheten för med sig. Varje år avlägga ett avsevärt antal elever de för skolungdomen gällande proven inom olika slags idrottsgrenar."¹⁴

Gymnastiktimmarna tillbringades både ute och inne, berättade Alvar Blom. Under kapten Söderströms ledning drillades eleverna i både löpning, hopp och kast. Hoppgruppen fanns mellan sjukan och förskolan, kulstötningen skedde mellan flyglarna på institutet. Kast med liten boll skedde på gräsmattan framför institutet och löpning på den berömda "linjen". Man provade till och med stavhopp ibland.¹⁵

I och med att det kom en kvinnlig gymnastikdirektör till skolan läsåret 1933-34, förändrades synen på flickornas deltagande i gymnastiken. Direktionen hade därför under läsåret, med ett mindre anslag från fondmedel, anordnat särskilda lek- och idrottsövningar för institutets flickor. Nu skulle även flickorna kunna avlägga föreskrivna prov för skolidrottsmärket. I den nybildade idrottsföreningen var ett stort antal av institutets pojkar och flickor nu medlemmar. Många av dessa tog

¹³ (Djupenström, 1995)

¹⁴ Ur rektor Gustaf Eks anförande vid det Nionde Nordiska Mötet 1936 (1938)

¹⁵ (Djupenström, 1995)

skolidrottsmärket under läsåret 1934-35. Resultatet av flickornas introduktion i idrottsövningarna gick så bra, att ytterligare en kvinnlig gymnastikdirektör, Gullan Rudberg, anställdes på Tomtebodas 1936-37.¹⁶



Bild på gymnastiserande elever utomhus framför Förskolan på Tomtebodas omkring år 1940.

1939 kom Anta Ryman första gången till Tomteboda. Hon hade sett en gymnastikuppvisning, som Märta Dahlberg hade med sina blinda förskoleelever, och blev väldigt intresserad. Anta var gymnastikdirektör och legitimerad sjukgymnast. Hon besökte Märta Dahlberg på Tomteboda och såg hur hon jobbade med barnen. Sen började hon vikariera för Märta när det behövdes. Först ledde hon flickornas hållningsgymnastik och idrott. Under 1940-42 tog hon också med flickorna till badhus för simundervisning. Under 40-talet var det Solnabadet och Centralbadet man gick till.

När kapten Söderberg gick i pension 1948, tog Anta över ansvaret för gymnastiken. Kapten Per August Söderström, som varit anställd sedan 1913, tillhörde den gamla skolans gymnastiklärare som oftast hade en

¹⁶ (Årsredovisningar 1900-1937)

bakgrund i armén. På den tiden utövade man den "Lingska gymnastiken", en hård militärisk gymnastik med mycket löp- och styrkeövningar. Söderberg var känd för sin humor och "smeknamnen" han gav alla barn.¹⁷

Med Anta kom nya idéer in i verksamheten. Hon var viljestark och påhittig, och ville inte lämna något oprövat. Hon trodde på synskadades möjligheter. Hennes devis var, "Säg aldrig att ni inte kan. Prova först!" Bengt Lindqvist berättade hur han som 15-åring kom till Tomtebodas. Dittills hade han varit utåtriktad och gillat att springa och spela fotboll. Men en stadigt försämrad synförmåga hade nu satt stopp för det. Omställningen från det aktiva liv han levt till det som nu skulle komma kändes oerhört tungt, berättar Bengt. Bara efter några dagar vid blindinstitutet inträffade något dramatiskt.¹⁸

"Som en virvelvind kom hon, Anta, in i mitt liv. Hon var gymnastiklärarinna och gymnastiken skötte hon med den äran. Men hon gjorde något mycket mer. Hennes energi och avväpnande sätt fick mig att vakna till och förstå, att det fanns åtskilligt jag kunde och borde göra med mitt unga liv. Det fanns absolut ingen anledning att sluta med idrott och motion. Det fanns enligt Anta Ryman knappast några gränser alls för vad man som ung synskadad kunde ta sig för. Det var bara att sätta igång."¹⁹

Fritidsaktiviteter

På Tomtebodas var idrott så omtyckt att det bildades en idrottsförening, den 30 april 1934, Tomtebodas Idrottsförening (TIF).²⁰ Det var här som simningen återupptogs med hjälp av en engagerad vaktmästare. I Stockholm invigdes Sportpalatset 1934. Där hägrade en 50-meters simbassäng. Alvar Blom, som gick på Tomtebodas 1929-1937, berättade hur Vaktmästare Kraft tog med eleverna till Sportpalatset för

¹⁷ (Djupenström, 1995)

¹⁸ Ibid.

¹⁹ (Djupenström, 1995)

²⁰ (Gissler, 1964)

simundervisning. I ett rakt fint led tågade eleverna iväg i ur och skur, vinter som sommar, från Tomtebodas till S:t Eriksbron där "Sportis" låg. Man fick till och med gå ifrån lektionerna när det var dags att gå och simma.²¹

Scoutverksamheten på Tomtebodas började under 1935. Flickorna bildade genast sin egen scoutkår, men pojkarna blev en avdelning av Carolinernas scoutkolonn i Stockholm. Det bildades också en Blåvingering och en Vargungeflock. Båda verksamheterna kom att få stor betydelse för elevernas prestationer och självkänsla, inte minst i mötet med andra seende scouter. I Stäket, utanför Stockholm, fick Tomtebodascouterna rusta upp en gammal skogsvaktarstuga och ha som tillhåll. 1949 fick pojkarna på Tomtebodas sin egen scoutkår. Samtidigt invigdes en scoutlya i institutets källare. De tränade i samma grenar som andra scouter, och varje vår var det ädel 7-kamp. I övrigt la man inte så stor vikt vid tävlingsformen i scoutarbetet utan överlät det till Tomtebodas Idrottsförening. Tomtebodascouterna deltog också i flera stora läger på olika ställen i Sverige.²² 1957 fick två Tomtebodascouter åka på läger i England.²³

²¹ (Djupenström, 1995)

²² (Gedin, 1949)

²³ (Djupenström, 1995)



Bild på flickscouter som tågar med brinnande facklor i händerna över Tomtebodaoområdet år 1940.

På fritiden försökte man också gynna aktiviteter som radiolyssning, schack- och dominospel, läsning, språkstudier i esperanto, tyska och engelska. Gymnastiksalen fick användas till lekar och ibland nöjesföreställningar som barnen ordnade. Idrottsplatsen användes flitigt även på fritiden. Under 1930-talet försökte man mjuka upp institutionslivet något genom att skapa en mer hemlik känsla. De stora sovsalarna hade, för de större barnen ersatts, med mindre rum där 4-5 bodde. Men så länge Gustaf Ek var rektor hölls pojk- och flickavdelningarna strikt isär. Anta Ryman berättade att när hon började på Tomteboda reagerade hon på detta och frågade rektorn om det verkligen måste vara så. Jo, rektorn vidhöll att det inte skulle ges tillfälle till synd. Lite senare blev Anta uppkallad till rektorn. Jag hör att det pågår nått mystiskt vid skridskobanan, sa Ek, att pojkarna smeker flickornas ben! Anta förklarade att något sådant pågick då inte. Hon hade bett pojkarna att hjälpa henne med att snöra flickornas skridskor eftersom det var för många skridskor för henne att snöra själv. Hon förklarade att

pojarna var mycket artiga mot flickorna. Men så kom det på något sätt fram till Ek, att en av pojkarna och flickorna fattat tycke för varandra. De beklagade sig för Anta att de blivit förbjudna av Ek att åka skridskor. Då föreslog Anta att dom skulle ta på sig skidor och ta en tur tillsammans i skogsdungen.²⁴

När rektor Ek gick i pension och efterträddes av Tore Gissler, från läsåret 1948/49, blev det lättare för Anta Ryman att få igenom nya idéer, som att åka på skidresa med både pojkar och flickor i 7:an, att ordna pardans för ungdomarna vid sidan av skolans traditionella lördagsdans och folkdans, att gå och bowla, att prova brottning och boxning. Hon tog också med eleverna till matcher för att de skulle få en uppfattning om sporterna. Hennes inställning var att de skulle göra allt vad andra skolungdomar gör i skolan och på fritiden.²⁵

På 1940-talet startades De Blindas Fritidsklubb, men var i början inte så inriktad på idrott och friluftsliv som det blev senare. Klubben lever fortfarande och har genom åren varit synnerligen framgångsrik i olika idrottssammanhang. Skidor, friidrott, simning har varit grenar där många DBFK-are hamnat högst på prispallarna såväl nationellt som internationellt.

Förutom motion och idrott har klubben bedrivit verksamhet av mer social karaktär som fester, cirklar etc. Vartefter tiden gått har inriktningen förändrats något. Därför antogs ny profil och stadgar 1995 med verksamhetsinriktning friskvård, friluftsliv, motion och idrott.²⁶ Inom klubben har många synskadade ungdomar kunnat fortsätta sin träning.

Idrott

Den nya idrottsplanen, som togs i bruk våren 1942, blev mycket viktig för den fysiska undervisningens utveckling under 1940-50-talet. Anta Ryman började låta barnen ta gångmärken. Eva Björk minns från skoltiden:

”Sen var det den här skogsrundan. Vi hade ju också det här varje år att vi gick. Vi tog sådana här gångmärken. Då skulle

²⁴ (Ryman, 1990)

²⁵ Ibid.

²⁶ (De Blindas Fritidsklubb, 2018)

man gå ett varv på ett visst antal minuter och sen ökade det år för år. Jag har för mig att man skulle gå ett varv på 18 minuter, och jag tyckte det var jätteenkelt. Så kommer jag ihåg att de vuxna lärarna skulle gå en mil på en timme. Det var väldigt imponerande. Det var inte många som klarade det. Jag tror att Torsten Andersson och en som hette Olsson klarade det. Och rektorn försökte varje år men han kunde inte. (skratt). För det där gjorde vi varje år. Olika många varv och olika fort och mer och mer. Så jag tror att dom ansträngde sig jättemycket för att vi skulle vara rörliga.”²⁷

Idrotten, främst friidrott med Skolmästerskap som hägrande mål, sporrade eleverna att träna både på skoltiden och fritiden. Eleverna sporrade också varandra. Arne Karlsson, som gick på Tomtebodas 1938-1945, kommer ihåg de stora pojkarna. När han gick på förskolan såg han upp till Ludvig Weber från Helsingborg, som var en mycket duktig kastare, och Gösta Larsson från Ångermanland, som var en bra 60-meters löpare.²⁸

Hur gick träningen till?

I samband med De Blindas Dag hösten 1950, skrev Anta Ryman en intressant artikel i programfoldern om idrott med blinda barn. Många undrade säkert hur en blind kunde hålla kursen på 60 meter, träffa plankan framför längdhoppsgropen eller få ansatsen att stämna vid höjdhopp? Det som gjorde artikeln så intressant var hennes noggranna beskrivning av hur träningen gick till inför proven för skolidrottsmärket, som hade samma fordringar som för seende barn.

”I löpning får den blinde först springa hand i hand med en kamrat, som har ledsyn. Det han upprepas många gånger, innan han/hon känner sig nog säker att försöka på egen hand, d.v.s. de startar samtidigt utan att hålla i varandra. Och den med ledsyn tar ledningen. Den blinde följer, helt förlitande sig på sin hörsel. Han hör kamratens steg. Ett annat sätt

²⁷ (Björk, 2017)

²⁸ (Djupenström, 1995)

praktiseras också. Några kamrater står cirka 15-20 m bakom mållinjen och ropar "här, här, här", så den blinde springer efter ljudet. Det är rent märkvärdigt med vilken precision de blinda barnen kan löpa nästan spikrakt från start till mål och på riktigt goda tider också.

Vid längdhoppet börjar vi med stående längdhopp, som faktiskt ej är svårare för en blind än för en seende. Vid inlärandet ställer sig läraren själv på ansatsplankan, och den blinde står vid sidan om och lägger sina händer på läraren, medan denne tar sats, d.v.s. sviktar i fot-, knä- och höftleder samtidigt med att armarna svänger framåt och bakåt. Det dröjer inte länge förrän den blinde förstår hur det ska gå till och hoppar iväg helt galant.

Nästa steg är anspringande längdhopp med så kallad "ropande plank". Två barn står vid vardera sidan av ansatsplankan och ropar "här, här, här" i ett jämnt tempo och samma tonläge. De blinda är mycket noga med, att de två ropande har samma slags röst, antingen två ljusa eller två mörka röster. Den som ska hoppa känner sig för med fötterna, att han står mitt i anloppsbanan, samlar sig och ger sig oförfärat iväg mot den "ropande plankan", gör ett fint upphopp och kommer ner i hoppgruppen, ofta i finaste stil, efter lång och noggrann träning.

Höjdhoppet kräver, för den blinde, omständligare förberedelser. Efter att ha blivit bekant med själva nedhoppgruppen, går han fram och känner på ribban och placerar sig vid dess mitt. Går så baklänges till ett, som han själv tycker, lagom avstånd därifrån, och koncentrerar sig länge innan han sätter igång. I en del fall är skickligheten fenomenalt uppdriven. Upphopp och efter upphopp sker på samma centimeter. En strålande precision i ansatsen. Den blinde hoppar helst rakt framifrån, men det finns även de som hoppar snett från sidan, det så kallade pendelhoppet.

Svårast för de blinda är faktiskt proven i kast. Här måste de öva in den rätta tekniken ordentligt innan de stipulerade resultaten kan uppnås. Pojkarna övar med liten boll, slungkast och kulstötning och flickorna kast med stor boll och slungkast. Eftersom man inte kan visa något, måste undervisningen ske genom en noggrann beskrivning av hur kastet ska utföra, och dessutom får den blinde känna på läraren när denne kastar. Vidare kan man liksom föra armarna och kroppen på den blinde och därigenom ge honom en föreställning om hur kastet ska utföras. Det är oerhört svårt att få in den rätta tekniken och nå bra resultat, speciellt för flickorna. Barnen får öva och öva, och man måste visa många gånger. Men när det äntligen lyckats dem att kasta den längd som fordras, är glädjen lika stor för läraren som för den blinde själv.

Terränglöpning är ett av proven, som ingår i idrottsmärket. På blindinstitutet har vi ett stort skogsområde, där barnen med lärarens hjälp, själv får lägga upp sin terrängbana på 1 ¼ km. Vi går då med måttband och mäter en rundbana och hänger upp stora, breda, vita trasor mycket tätt för att vägleda dem, som har ledsyn eller ser något. Sedan går vi alla gemensamt denna bana en eller flera gånger, varefter barnen känner sig mogna, får de avlägga sina prov. En som ser något tar ledningen och de helblinda springer efter eller håller gärna en hand på en seende kamrats axel. Ibland springer de även hand i hand som vid löpning. Oförskräckta störtar de sig bland snår och buskar mellan trädstammar och ris och klarar sig strålande fint.

... Överallt inom blindvärlden har man insett idrottens kolossala betydelse. Idrottsmärkesprovet ingår som ett viktigt led i elevernas förströelse och utbildning. Det är märkligt med vilken glädje de blinda barnen ger sig i kast med just sådana

uppgifter, där de får tillfälle att direkt mäta sig med sina seende kamrater.”²⁹



Bild på längdhoppande flicka vid Skolmästerskap på Tomteboda 1949. Gymnastiklärare Anta Ryman står beredd att mäta hopplängden med en liten publik som tittar på.

²⁹ (Ryman, 1950)



Bild på yngling mitt i höjdhoppet över ribban. Tomteboda 1947



Fyra löpande flickor på Tomtebodavallen, som tävlar i 60-meter.



Bild på kulstötande pojke vid Skolmästerskap i idrott 1949 på Tomtebodå.

Orientering med k ppteknik

Den fysiska träningen förberedde eleverna f r ett aktivt liv. Till det hörde förstås också att kunna orientera sig i omgivningen. Rektor Tore Gissler hade hört talas om en teknik som användes i Amerika;

”Gissler räckte mig en pamphlet där det stod om k ppteknik och pendling, och sa att ”Det här ska du undervisa i h st!” Det  r väl omöjligt, tänkte jag. Inte kan man gå på det sättet, vad folk ska titta på en. Jag läste det där och under ett  r trevade jag i blindo. Jag fick ut pojkarna med den korta k ppen³⁰, f r dom var modigast. Så jag hittade på all möjlig teknik.

Men sen fick jag en bok i min hand som hette ”Lights out” av en som hette Baynard Kendrick. Den översattes till svenska och hette Blind soldat och filmades. Då fick man ju se hur det gick till.³¹ Så gick jag upp till Tore och så sa jag att jag vet inte vad jag undervisar i. Ska jag kunna uträtta något med det h r måste jag utbilda mig själv i Amerika.”³²

Anta Ryman spenderade  r 1952 i Amerika. Det fanns egentligen ingenstans där tekniken lärdes ut till andra än blinda. Vid Amerikas anrikaste blindinstitut, The Perkins School for the Blind, hade de börjat träna eleverna litegrann. Det var egentligen i rehabiliteringen av krigsveteraner tekniken utvecklades mest. Därför sökte sig Anta dels till det stora Edward Hines Jr. Hospital f r krigsskadade utanför Chicago, dels till ett nytt modernt blindinstitut i Kalifornien. Sitt examensprov gjorde hon vid Overbrook School for the Blind utanför Philadelphia.

V l hemkommen till Sverige tog det 6 är att införa orientering med hjälp k pptekniken, enligt Anta Ryman. Det fanns ett visst motstånd, som det ofta g r inför nymodigheter. Några inom De Blindas Förening var tveksamma, och vissa föräldrar var rädda att släppa ut sina synskadade

³⁰ Med den korta k ppen menade Anta den vanliga st dk ppen. Intervju 1990.

³¹ Den halvdokument ra boken *Lights out* (1949) och filmen *Bright Victory* (1951) handlar om en krigsveteran från 2:a världskriget som skrivs ut från sjukhuset, återvänder hem och försöker anpassa sig till vardagslivet. Ur *New Light on Movies Bests* by John Howard Reid

³² (Ryman, 1990)

barn i trafiken. Men Anta arbetade med stor kraft och entusiasm, både i skolan men också i samarbete med rehabiliteringen av vuxna, eftersom hon insåg hur viktig tekniken var för synskadades självständighet.



Bilden visar Tomteboda elever som tränar käppteknik och orientering vid Kungsgatan i Stockholms centrum på 1950-talet. Elever korsar Sveavägen under observation av Anta Ryman och Anna-Greta Jansson.

1960-talet

Fortfarande gick de flesta synskadade barnen i landet på Tomtebodaskolan, även om några började gå över till "vanliga" skolor. På Tomteboda var den stora händelsen under 60-talet anläggandet av en egen simhall med ny gymnastiksal och en ny idrottsplan. Det blev en viss förnyelse av gymnastiken och idrotten i och med att nya övningar som orientering med kåppteknik i stadsmiljö hade införts. För pojkarna kom nu även ishockey in i gymnastiken. Torsten Andersson, som var gymnastiklärare i början på 1960-talet har berättat, i en intervju, hur de spelade ishockey på Tomteboda. Problemet var pucken. De började med en burk fylld med skruvar och muttrar, vilket funkade bra för de som inte såg alls. Men locket lossnade då och då. Därför kontaktade Torsten konservfabriken Findus i Bjuv och frågade om de inte kunde konservera skruvar lika väl som ärtor. Sagt och gjort; Findus skickade en låda med skruvfyllda konserver i puckformat till Tomteboda. Då blev ishockey roligt och puckarna blev så småningom tillknycklade men de gick aldrig sönder.³³ Skolmästerskapen utvidgades med internationella idrottstävlingar som anordnades på Tomteboda 1965.



Bild visar Tomtebodaelever som spelar ishockey på Stockholms Stadion 1964

³³ (Andersson, 1997)

Simning och dykning

Drömmen om en egen simhall hade funnits länge på Tomtebodas. Grundplåten till simhallen skänktes till institutet i samband med en jättelik aktion kallad Ljuspunkten. Stearinljus tillverkade vid De Blindas Förenings fabrik BLIFA, såldes av scouter runt om i landet under år 1955-1956. Behållningen från försäljningen av "Barnens Ljus" gick till verksamheter för blinda barn och ungdomar. Ett av de första besluten som fattades 1956 av styrelsen för Svenska scoutförbundets stiftelse för blind och synsvag ungdom, var att reservera 200 000 kr till en grundplåt för en simhall. Det sporrade institutets styrelse som satt igång en utredning. Simhallen togs i bruk 1964 och fick stor betydelse för sim- och dyksportens utveckling bland synskadade.

Eva Björk, som gick på Tomteboda 1959-1968, var där när simhallen öppnades och berättade i en intervju:

"Åh, vad det var roligt! Dels simmade vi på en av gymnastiktimmarna i veckan. Sen fick vi ha fritidsbad. Vi hade det på lördagseftermiddagarna. Det var så kul! Det här var ju en simhall där det grunda var i ena änden och så var det liksom en brant backe ner och så vart det djupt. Och då brukade vi bygga torn. Vi stod på det grunda. Först stod det två, sen klättrade två upp på deras axlar och så vidare, och sen välte vi tornet. I början fick jag stå i mitten, sen fick jag stå i botten, för jag var stark. Det var ju mycket kring badet och det var ju jätteroligt. Men det roligaste var fritidsbadet.

Jag kunde redan simma när simhallen kom. Men det fanns många som inte kunde och då körde dom med Baddaren och Grodan och allt vad dom heter. Och så fick vi ju fortsätta att ta dom olika simmärkena. Jag tog guldmagistern innan jag slutade där i alla fall. Vi hoppade strömhopp ner från trean och vi dök från trean. Alltså man var ju rätt modig på den där tiden. Och så hade vi ju simtävlingar där också på skolan.

Sen började de med dykning sista året jag gick, 67/68.

Det var ju mycket kring idrott, så varje år delade de ut pris för årets bästa idrottsflicka och idrottspojke. I samband med examen tror jag. Jag fick det två gånger.”³⁴

Dykningen som sport för blinda introducerades av dykaren Sven Nahlin. Han hade kommit att fundera över blinda när han i arbetet som dykare dök i Stockholms Ström. Vattnet var lortigt och släppte inte igenom ljus, vilket fick honom att undra om det fanns någon forskning kring att ta sig fram i mörker. Han kontaktade rektor Gissler på Tomtebodas med sin fråga, och blev då inbjuden att komma och berätta om sitt spännande yrke för eleverna. Sven Nahlin avslutade sitt fördrag med att fråga om det fanns någon som ville lära sig dyka och fick ett rungande JA! från eleverna. Det resulterade i dykarkurser i den nya simbassängen på Tomtebodas. Bassängen, som hade sluttande botten med djup från 0,75 till 3,5 meter, var lämpligt för dykträning.³⁵ Det visade sig också att eleverna klarade av sin dykarutbildning på hälften av den tid det tar för seende!³⁶

³⁴ (Björk, 2017)

³⁵ (Gissler, 1964)

³⁶ (Backman, 1970)



Bilden visar elev med dykutrustning som kastar sig baklänges ner i bassängen vid dykarkurs på Tomtebodå 1967.

Fritidsaktiviteter

För att motverka internatlivets enformighet och isolering gjordes ansträngningar för att öppna upp och utöka fritidsaktiviteterna på Tomtebodå. Skolan hade en öppen inställning till engagemang från ungdomar, föreningar och scouter utifrån. Man hade också infört ett

system med söndagsföräldrar, för internatelever med familj långt borta. En schackklubb startades, instrumentalmusik, modellering, målning, dans, skönhetsvård, hobbyslöjd, radio-och TV-lyssning, skridsko-, skid-, kälk- och tandemcykling, med mera. Fjällresor, lägerveckor på sommaren och utbytesresor till övriga Nordiska länder vidgade vyerna. Scoutarbetets liksom idrottsföreningens vidareutveckling betydde också mycket under den här perioden.³⁷ Idrottsresor även till länder i Europa började komma igång.³⁸

En viktig faktor i utvecklingen av fritidsaktiviteterna på Tomtebodan, och utanför skolan, var den dykkurs som Sven Nahlin startade 1968. Han kom att engagera sig i de synskadade ungdomar han mötte, och funderade över andra aktiviteter som kunde intressera. Som person var Sven Nahlin en kontaktskapare och inspiratör av stora mått. Sven engagerade några radioamatörer som på ideell basis hade kurs för intresserade elever. Skolan ställde lokaler till förfogande. Han såg att behovet av fritidsstimulans var stort. Genom sitt stora kontaktnät lyckades han skapa förutsättningar för en fortsättning efter år 1968.

”Nyckeln till att verksamheten kunde komma vidare, för det fanns ju inga pengar, var en friherrinna han kände. Hon i sin tur kände grevinnan von Rosen som ägde Örbyhus gods, fyra och en halv mil norr om Uppsala. På ägorna fanns ett före detta gästgiveri på 500 kvm, som stod tomt sen många år. Hon gick med på att hyra ut för en symbolisk summa, men huset behövde renoveras. Sven fick ihop ett gäng på 6-10 gubbar, som höll på hela vintern. Dom kunde bara bebo ett rum där det fanns en fungerande kakelugn, tills dom fick värmesystemet i användbart skick. Renoveringen pågick från början av hösten 1968 till sista april 1969, då Fritidsgården invigdes. Då hade det formats en förening som kom att kallas Blinda Barns Utveckling, men vi sa bara BBU.

Så började veckoslutsaktiviteter med mopedåkning på särskild bana, där man fick instruktion via hjälmen med hjälp av en walkie talkie med mottagare. Vi hade ju mycket radiotekniskt

³⁷ (Gissler, 1964)

³⁸ (Djupenström, 1995)

kunnigt folk där. Det var ju väldigt roligt för dom som inte såg något alls, och som trodde att dom aldrig skulle få prova. Sedermera har vi gjort samma med bilar. Paddling, segling, musik, körning med trädgårdstraktor och snöskoteråkning på vintern kom också igång. Det skapades samarbeten med K1 i Stockholm som lämnade sina vaktparadhästar till sommarlov hos fodervärdar. Vi fick ta hand om hästar över sommaren och kunde ha ridläger och hästskötsel vilket blev en stor grej och ökade intresset inte minst bland tjejerna. Stockholms Spårvägar skänkte oss en utrangerad stadsbuss som tog oss dit på helgerna och sommarläger. Det var så populärt att åka dit att listorna var fulltecknade redan på måndag till lunch på Tomtebodan. Från början var det en tonårsgräns. Men från 1974 började vi ha yngreverksamhet från 7-12 år. Lekar och bollhav, pyssel och innebandy m.m. En del föräldrar knöt an.³⁹

Föreningen fortsatte att utveckla sin verksamhet och hette BBU fram till 1998 då man bytte namn till Aktiva Synskadade. Från början riktade man sig till eleverna vid Tomtebodan, men efter integreringen har det mer och mer blivit hela familjer som är medlemmar. Genom åren har föreningen sysslat med många skiftande aktiviteter, exempelvis paddling, segling, tandemcykling, ridning, musik och sång, amatörradio, datakunskap, dans, gymnastik, videofilmning och bilkörning på avlyst bana. I Stockholm fortsatte sportdykningen, goalboll, bowling samt teaterbesök och annat kulturellt. Man arrangerar även årliga skidveckor och ibland rekreationsresor utomlands.⁴⁰

Integration, gymnastik och idrott

Eva Björk slutade på Tomtebodan för att fortsätta sin skolgång i åttan på Viksängsskolan i Västerås, där familjen bodde;

”Då skulle vi ha idrottsdag någon av de första veckorna. Gymnastikläraren sa till mig, att du behöver inte komma om du inte vill. Men det fanns inte i min sinnevärld. Jag fattade inte riktigt att hon kanske inte tyckte att jag skulle komma. Så jag kom i alla fall. Och jag visste ju hur man skulle göra. När vi

³⁹ (Gustafson, 2014)

⁴⁰ (www.aktivasymskadade.org, 2018)

skulle springa 100 m sa jag att en tjej skulle starta lite före mig så hörde jag var hon sprang och så sprang jag efter. En gång sprang jag om henne på slutet. Den där gymnastikläraren sa sen att hon blev lite ställd när jag kom, men det funkade ju jättebra. Men det var ju för att jag visste hur det skulle göras liksom, och berättade det. Jag var inte så feg av mig på den tiden.

Jag tyckte det var roligt med idrott så jag var ju med på det mesta. Men ibland när dom körde bollspel fick jag vara i ett rum bredvid och köra ett styrketräningsspass, med tunga bollar och olika rörelser. Och ibland fick jag gå ut och gå med de andra, som inte ville eller kunde eller vad dom nu skylldde på. Sen när vi hade idrottsdag så hade jag en tandemcykel, så då cyklade vi på den. Orientering brukade inte jag vara med på, då brukade vi gå ut och gå några stycken. Det var alltid några som hellre ville gå med mig, än att vara med på själva aktiviteten. För det är inte alla som gillar gympa.

Man höll ju kontakten med de gamla vännerna från Tomtebodan. Vi skrev ju till varandra och ringde och så bestämde vi oss flera att vi skulle anmäla oss till idrottstävlingar som ordnades av Tomtebodan idrottsförening. Vi tävlade också i DBFs 6-stadstävlingar i fritidrott. Det var ju kompisar som gillade idrott och så. Sen så tog ju SHIF över och då blev det ju SM. Då blev det inte bara synskadade, utan andra också.”⁴¹

Redan i slutet på 1950-talet tillsattes en tjänst som reselärare för att hjälpa synskadade elever i vanlig skola. När man läser rapporterna från några skolbesök kan man klart se att gymnastik och idrott inte var de ämnen som man intresserade sig för. Det fanns så många andra problem att lösa och det verkar också ha funnits en viss prioritering i vilka ämnen man ansåg viktigast som exempelvis matematik, språk, svenska med mera. Att få den praktiska situationen att fungera i läsåmnena överskuggade allt. Vid några tillfällen skriver reseläraren att det oturligt nog var friluftsdag så lärarna kunde inte nås. Men ingenting

⁴¹ (Björk, 2017)

om hur friluftsdagarna eller gymnastiken gestaltade sig för de synskadade eleverna.⁴²

Handikappidrottsförbundet bildades

SHIF-Svenska Handikapp Idrottsförbundet bildades 1969 som en del av Riksidrottsförbundet. Det hade föregåtts av en Utredning - Idrott för Handikappade och Åldringar (Riksidrottsförbundet, Korporationsidrottsförbundet, Folksam och Stockholms Stad). Inom ramen för den utredningen startades handikappidrottens första utbildning för instruktörer. Det ägde rum på Bosön i augusti 1957, dit även gymnastiklärarna Anta Ryman och Märta Dahlström med elever från Tomteboda var inbjudna för att höja effektiviteten på kursdagarna. Det startades många lokalkommittéer eftersom man behövde organisera en bred och omfattande idrottsverksamhet för att ha som underlag för utredningen. Efter utredningskommitténs avslutade uppdrag 1962, kallades verksamheten Svensk Handikappidrott med De Handikappades Riksförbund som huvudman.⁴³ I följd av detta började De Blindas Förening som medlem att arrangera idrottstävlingar. Men de första svenska och nordiska handikappidrottstävlingarna var Solna-Spelen som började arrangeras 1959. 1963 bildades en nordisk idrottskommitté för synskadade.⁴⁴

När idrott åt alla kom under diskussion i 1965 års statliga idrottsutredning krävde de, som varit med och byggt upp handikappidrotten, respekt också för de svagares prestationer och fick gehör. Utredningen blev klar 1969 och gav förslag angående statens stöd till idrotten – Idrott åt alla. Den ägnade stort utrymme åt handikappidrotten och ansåg att idrott är särskilt viktig för personer med funktionsnedsättning och att den, rätt bedriven, har profylaktiska och hälsofrämjande effekter. Allteftersom flera handikapporganisationer fick intresse för idrotten krävdes en ändring och ute på fältet ville man ha bättre idrottsdemokratiska förhållanden vilket ledde fram till bildandet av SHIF.⁴⁵ Men det tog ett tag innan formerna hittades. Eva Björk som under sina år på Tomteboda deltagit i Skol- och Riksmästerskap arrangerade för synskadade, berättade om när hon

⁴² (Lindqvist, 1958-1960)

⁴³ (Nygren, 1986)

⁴⁴ Ibid.

⁴⁵ Ibid.

första gången åkte på SM arrangerat av Svenska Handikappidrottsförbundet;

”Då var det ju alla grupperna blandat, utom döva som har eget mästerskap. Rörelsehindrade, synskadade och utvecklingsstörda. Så det vart ganska rörigt på dom tävlingarna. Det var inte alls lika kul.”⁴⁶

⁴⁶ (Björk, 2017)

1970-1990-tal

Fler elever gick nu i integrerad skolgång. Avvecklandet av specialskolor för synskadade stöddes av Synskadades Riksförbund (SRF), men man insåg också de problem som behövde lösas för att integreringen skulle fungera fullt ut.

I utredningen Handikappade elever i det allmänna skolväsendet, redovisades att antalet gravt synskadade barn vid den statliga specialskolan för synskadade — Tomtebodaskolan - under 1950-talet var närmare 200. Under 1960- och 1970-talen minskade elevantalet successivt. 1982 gick endast ett fåtal elever vid skolan. Huvuddelen av de gravt synskadade gick i stället i den vanliga skolan och bodde hemma hos sina föräldrar. De särskilda specialklasser för synsvaga elever som under slutet av 1950-talet inrättades i de tre största städerna kom också att beröras av integrationsvågen. Fram till mitten av 1970-talet fanns det närmare 100 elever i synklasser. 1982 var motsvarande siffra ca 50. I Malmö upphörde synklasserna år 1977.⁴⁷ Till barnens, lärarnas och föräldrarnas hjälp fanns 16 reselärare år 1979 knutna till Tomtebodaskolan, med placering i Solna, Umeå, Örebro, Göteborg och Växjö. ⁴⁸Antalet reselärare hade ökat till 26, läsåret 1981/82 men det hade antalet integrerade elever också gjort. De arbetade främst med rådgivning och information ifråga om läromedel, tekniska hjälpmedel och metodiska frågor. 1981 fanns det 1 623 synskadade elever som behövde deras hjälp.⁴⁹ Det säger sig självt att det kunde dröja mellan besöken.

Fysiska aktiviteter

Synskadades Riksförbund började ge ut tidningen Föräldrakontakten år 1978. Den blev ett forum där situationen för synskadade barn och ungdomar belystes.⁵⁰ Samtidigt byggdes ett kontaktnät med föräldrakommittéer upp och vid den första rikskonferensen började ett handlingsprogram för dessa frågor inom SRF ta form. Redan i första numret annonserades för flera familjeläger som SRF anordnade. Frågan om barnens fysiska träning och fritid kom snabbt i fokus.

⁴⁷ (SOU1982:19, 1982)

⁴⁸ (Gissler, 1978)

⁴⁹ (SOU1982:19, 1982)

⁵⁰ Tidningen ges fortfarande ut.

En förälder i en av SRFs föräldrakommittéer skrev i en artikel i tidskriften Fackläraren så här 1978;

”... En annan vital fråga. Det gäller ”gympa”. I gympa är eleven än mer segregerad än då det gäller slöjd. Läraren är försiktig intill utplåning. Många gånger får den synskadade eleven håltimme när de andra ”gympar”. I andra fall händer det att eleven får trampa testcykel timme ut, och timme in. Testcykling i all ära, men vart blev integrationen av? ...⁵¹

I Föräldrakontakten 1979 står det;

”Viktigt med motion för synskadade

... I skolan kan en synskadad, med olika hjälpmedel, delta i undervisningen i de flesta ämnen men ett av undantagen är gymnastik. Vid Tomtebodas är av naturliga skäl gymnastikundervisningen planerad för synskadade, men för integrerade elever är det sämre ställt. Gymnastiklärarna är inte utbildade för att undervisa handikappade och i sämsta fall erbjuds den synskadade håltimmar istället för gymnastik. I andra fall kan det bli fråga om att trampa en testcykel timme efter timme. På en del håll fungerar gymnastiktimmarna bättre och i något fall till och med bra ...⁵²

Fler artiklar följde 1981 med rubriker som ”Är lärarna rädda för synskadade elever?”, ”Kris med synskadades fysiska träning”.

Det visade sig snart att det skiljde sig åt om och hur synskadade elever deltog i fysiska aktiviteter på skolorna. Man kunde inte se något enhetligt mönster bland de problem som föräldrarna tog upp med reselärarna. Däremot återkom ofta problemet vilken avvägning som i det enskilda fallet borde göras mellan enskild specialträning av det synskadade barnet och gemensam undervisning i klassen. Man insåg ju att barnet behövde specialträning i olika ämnen. Samtidigt ledde alltför mycket specialträning till att det blev svårt att upprätthålla kamratkontakten med de andra, att följa med i den ordinarie undervisningen med mera.⁵³

⁵¹ (Jansson, 1978/3)

⁵² (Föräldrakontakten nr/8, 1979)

⁵³ (Föräldrakontakten nr/8, 1979)

Formerna för fysisk aktivering av synskadade elever verkade på de flesta håll inte ha följt med integreringen in i skolan.

Tomtebodaskolan hade startat RPH-SYN, Rikscentralen för Pedagogiska hjälpmedel åt synskadade 1965 med huvudsaklig uppgift att förse integrerade synskadade elever med studielitteratur, hjälpmedel och information nödvändiga för studierna. I den informationsskrift, ”*Synhandikappad i vanlig undervisning*”, som gavs ut 1978, kan man se att avsnittet om orientering, gymnastik och idrott förutsatte att eleven tidigare gått på Tomteboda, vilket nog var det vanligaste. Man påpekade att fysisk träning var av största betydelse och uppmanade att inte befria eleven från gymnastiken och idrottsaktiviteter. I skriften fanns uppgivet vilka idrottsgrenar som tränades på Tomteboda, och man rekommenderade ingående samtal med den synskadade eleven. Det stod också något om de fritidsaktiviteter som barnen på Tomteboda ägnade sig åt. Bland de pedagogiska publikationer som listades i häftet fanns ingen skrift som kunde vara till hjälp för gymnastik- och idrottslärare.⁵⁴

Den utvecklade undervisningen i orientering med kÄppteknik, som elever vid Tomteboda tidigare fått, krympte rejält för den som gick integrerat. 1988 gav RPH-Syn ut en noggrant genomarbetad skrift, *Mobility i skolan*, som riktade sig till lärare som arbetade med synskadade elever.⁵⁵ Övningarna är mycket noggrant beskrivna, men det står inte hur mycket tid man bör lägga på mobilityträning för att ge eleven den självständighet som kan uppnås. I en artikel i *Föräldrakontakten* 1998, under rubriken ”Min åsikt”, ställer sig en förälder frågan hur man ser på mobility i samhället? Det är oftast ett skolämne bland många andra, vilket innebär att den synskadade kanske har några timmar i veckan. Han undrade om inte detta ämne kräver större insatser för att resultat ska märkas?

Han refererade till ett samnordiskt mobility-projekt vid Ekeskolan i Örebro och Tambartuns Kompetanssenter i Trondheim, som visat på fantastiska resultat efter 18 månaders träning. Resultatet av projektet blev att alla elever vid Ekeskolan fick börja träna på det nya sättet, vilket de knappast

⁵⁴ (Andersson, 1978)

⁵⁵ (Anita Huovinen, 1988)

skulle ha haft möjlighet i sina hemkommuner.⁵⁶ Den traditionella mobilityträningen, sätter teknikinläringen främst. Projektet visade att man istället skulle inrikta sig på att ge eleven en upplevelse av glädje och nytta av att nå en större självständighet. Därefter införde man teknikträningen.⁵⁷ Osökt går tankarna tillbaka till 1950-talet då Anta Ryman lärde ut mobility på Tomtebodas. Eleverna fick i uppgift att stegvis utvidga sitt promenadrevir, exempelvis genom att ta sig över Solnavägen till kiosken på andra sidan och så småningom genom att klara av att ta sig till ett kafé inne i stan. Säkert insåg eleverna nytta med sin träning då.

På Tomteboda insåg framför allt gymnastiklärarna, som också var engagerade i TS-IF (tidigare TIF)⁵⁸ och hade kontakt med f.d. elever som gick integrerat, att gymnastikundervisningen för synskadade haltade ute i skolorna. I början på 1980-talet gjordes en satsning från TRC med en Nordisk tredagarskonferens kring Idrott – Sjukgymnastik – Specialgymnastik – Fritid, som innehöll föredrag, praktik, diskussion och utställning. Till konferensen kom representanter från de Nordiska specialskolorna för synskadade, reselärarkårerna, idrottslärare och speciallärare för integrerade elever, Rikscentralerna för pedagogiska hjälpmedel, Skolöverstyrelsen i Sverige, Idrottshögskolorna, Högskola för sjukgymnaster, Hälsosportcenter för synskadade och handikapporganisationer. Det var en bred uppslutning som resulterade i en ambitiöst genomarbetad och användbar konferensrapport.⁵⁹

Tidningen Föräldrakontakten blev mer och mer ett viktigt forum för att visa på bra exempel både på gymnastikundervisning, idrott och fritidsaktiviteter. Föräldrarnas engagemang blev och är fortfarande avgörande för synskadade barn och ungdomars möjligheter på dessa områden.

Fritiden

En annan sak många föräldrar tog upp var barnens fritidssituation. Förutom att synskadade elever, liksom alla andra barn och ungdomar,

⁵⁶ Ekeskolan är en specialskola för barn med synnedsättning och andra funktionsnedsättningar.

⁵⁷ (Dunér, 1999)

⁵⁸ Tomtebodas Idrottsförening, TIF, bytte namn när det blev resurscenter till TS-IF.

⁵⁹ (Conny Nygren, 1984)

möter en fritidssituation med många av de brister som bl. a. statens ungdomsråd tagit upp i sina rapporter, så komplicerar synskadan situationen. Utbudet av fritidsaktiviteter begränsades eftersom det var få synskadade som kunde eller ville delta i de lokala idrottsföreningarnas aktiviteter. Vidare måste föräldrarna många gånger ställa upp med transporter till och från aktiviteterna. Det var dock inte alltid man visste om att det finns några - vanligen meddelades de endast genom ett litet anslag på en för den synskadade otillgänglig anslagstavla.⁶⁰

Synskadades riksförbund (SRF) tog upp dessa och andra frågor i en utredning som lämnade sin rapport 1983, *Meningsfull fritid?* - en undersökning av synskadade barns och ungdomars fritidssituation. Utredningen hade kommit till som ett krav från föräldrakommittéerna. I denna rapport kom det också fram att många synskadade var ganska ensamma på sin fritid när de inte kunde följa med de seende kamraterna i alla deras aktiviteter.⁶¹ Rapporten bestod av tre delrapporter: *Fritid*, *Meningsfull fritid* och *Blind utan fritid*.

Rapporterna byggde bland annat på en enkätundersökning och intervjuer med synskadade ungdomar visade en ganska karg verklighet. Synskadade ungdomar var inte alls i samma utsträckning som seende kompisar med aktivt i fritidsverksamhet, både då det gällde privat konsumtion eller organiserad fritidsverksamhet av kommuner och ungdomsorganisationer. Synskadade barn och ungdomar var mer hemmavid och läste, eller lekte med syskon och umgicks inte så ofta med jämnåriga kamrater.

”Vid en föräldrakonferens 1983 diskuterades överbeskyddet. Hur barnen tidigt får lära sig av sin omgivning att dom är annorlunda vilket lätt skapar en känsla hos barnet av att alltid vara avvikande. Vilket i sin tur leder till att man finner sig i sin roll som passiv synskadad. Man sänker kraven på sig själv och på sin omgivning. Man finner sig i att vara utanför. Föräldrar får ofta motsägelsefulla uppgifter och råd från experter av olika slag. Själv blir man som förälder osäker på om omtanke till barnet är överbeskydd eller om den behövs i

⁶⁰ (SOU1982:19, 1982)

⁶¹ (Holmegard, 1980/2-3)

större utsträckning än hos andra barn för att barnet ska känna sig tryggt.”⁶²

Focus lades nu på att försöka få föräldrar och barn att aktivera sig lokalt i föreningsliv och handikappidrott. Det visade sig dock inte alltid vara så lätt. I realiteten innebar det för många att det var på SRFs, Unga Synskadades (numera Unga med Synskada), BBU:s, SUGI:s, FSBU:s läger man fick sin träning och/eller sociala samvaro.

En dikt, som berör, skrevs av en flicka efter ett sjöläger på Krokholmen, Alnön;

”Jag sitter vid fönstret och ser ut över havet.
 Jag är äntligen här igen.
 Tänker tillbaka.
 Tillbaka på alla fina stunder
 jag haft på den här ön.
 Stunder av glädje och lycka bland
 Människor som bryr sig om.
 Bland vänner.
 Vänner som inte sviker,
 Som accepterar mig precis som jag är.
 Jag lever ett helt år på vad som händer
 under den korta tiden på Kroken.
 Här törs jag vara mig själv.
 Törs visa vad jag känner.
 Törs leva.
 Det kommer alltid att finnas en plats i
 mitt hjärta för människorna här och alltid
 och alltid en stark längtan att komma tillbaka.

SRF ökade sitt utbud av aktiviteter runt om i landet, med exempelvis ridning, teater, segling, prova-på idrotter. Det gjorde även föreningen Unga Synskadade och BBU. 1974 startade också SUGI – Synskadade-Umgänge-Gemenskap-Idrott, i Göteborg av föräldrar till synskadade barn. I grunden var föreningens mål att ge synskadade och blinda barn och ungdomar möjlighet att utveckla sin självständighet i en trygg miljö.

⁶² (Föräldrakontakten nr 6/1983)

Man ville även här erbjuda sina medlemmar en aktiv, rolig och givande fritid med möjlighet att träffa nya bekanta, knyta kontakter, idrotta och resa och ha trivselaktiviteter.⁶³ Man ville att synskadade och blinda skulle/skall kunna självständigt genomföra egna aktiviteter utan att vara beroende av närstående för att på så sätt stärka synskadades självkänsla och självkänedom. För Karin Hjalmarsson, som ville lära sig rida, kom SUGI att betyda mycket;

”Då började jag först i en vanlig nybörjargrupp för barn på vanlig ridskola. Det funkade väl sisådär. Men då fanns, och finns ju fortfarande SUGI, föreningen i Göteborg. På den tiden hette det Synskadade Ungdomars i Göteborgs Idrott, men nu har förkortningen ändrats hörde jag, men föreningen SUGI finns fortfarande. SUGI hade ridning på en annan ridskola och en grupp för synskadade, där också seende kompisar kunde få vara med. Så då red jag där i några år en gång i veckan. Sen hade SUGI också dramatik. Först så var det en grupp för synskadade barn, men sen blev det inte tillräckligt underlag så då integrerades vi i en vanlig dramagrupp med barn. Vi var först på Frölunda Fritidsgård och sen i Kulturhuset. Det var ju jätteroligt för då var vi några synskadade barn och resten seende barn.

Det fanns en dockteatergrupp, och en jazzballettgrupp, och det var ju med seende barn - då slogs vi ihop och under ett år fick vi skriva en pjäs tillsammans och sätta upp och spela. Det var vansinnigt roligt.”⁶⁴

För Karin innebar den grundläggande ridkunskapen hon fått, att hon kunde gå vidare och börja tävla i ridning. Karin som hade en stöttande familj, poängterar hur viktigt det är att uppmuntra barnens intressen;

”Min klass var skolans bästa i idrott, där jag inte kunde hänga med som synskadad. Min räddning blev ridningen. I högstadiet började jag tävla. Under drygt 10 år tävlade och tränade jag mycket aktivt. Jag hann med ett tiotal SM, sex NM och tre VM.

⁶³ (Westin, 2017)

⁶⁴ (Hjalmarsson, 2017)

Största framgången kom på VM 1994 då jag tog individuellt brons och lagguld.”⁶⁵

1985 drog SRF igång Fritidsprojektet - ett försöks att aktivera kommunerna och fritidsförvaltningarna runt om i landet till ett mer inkluderande förhållningssätt. Under 1990-talet drar några av SRF:s länsförbund igång samarbetsprojekt ute i landet för att förbättra barnens integrering i skola och på fritiden. SRF startar också en klubb 1992 för barn under 16 år som får namnet Åh Boy. Här erbjuds bland annat olika fritidsaktiviteter.

I Västsverige drogs ytterligare en verksamhet igång på 1970-talet av föräldrar till synskadade barn och ungdomar, FSBU Föräldraföreningen för Synskadade Barn och Ungdomar och så småningom även FSBU Idrott. FSBU strävade/strävar hela tiden för länka ungdomarnas idrottsaktiviteter in i befintliga idrottsföreningar.

Idrott

Fortfarande var integrerade elevers deltagande i gymnastik och idrott i skolorna inte en självklarhet. Därför fortsatte de idrottsinitiativ som fanns utanför skolan att vara viktiga för synskadades möjligheter till fysisk aktivitet och träning.

Många elever gick några år på Tomtebodan innan de fortsatte i integrerad skolform vid den här tiden. För många betydde Tomtebodan-tiden också introduktion till fysisk aktivitet som fick betydelse även efter skolbytet. Magdalena Tjernberg berättar:

”1977 började jag som sjuåring på Tomtebodan. Jag gick där ett och ett halvt år för att lära mig läsa och skriva punktskrift. Som liten var jag mycket intresserad av vatten. Jag fick kontakt med Karsten Inde som ledde en träningsgrupp i skolans simhall en gång i veckan. Under hans ledning simmade jag där och det var veckans höjdpunkt. Efter dessa ett och ett halvt år flyttade jag hem.”⁶⁶

⁶⁵ (Hjalmarsson, 1998)

⁶⁶ (Djupenström, 1995)

Magdalena och hennes tvillingsyster Gabriella tränade utanför handikappidrotten i simklubben hemma i Värnamo. På så sätt fick de en mer krävande träning än vad de annars skulle ha fått. Båda tvillingarna har haft enorma framgångar i simbassängen.⁶⁷ Magdalena, som är blind, har erövrat 11 OS-guld i simning.⁶⁸

På Tomtebodaskolan ordnades för första gången Svenska skolmästerskap i simning och skidåkning för alla synhandikappade den 16-17 mars 1985. Elever från mellan- och högstadiet samt gymnasier runt om i landet bjöds in att tävla i 2 klasser, 4 simgrenar och längdskidåkning på distanserna 2,5 km och 5 km beroende på ålder. Året därpå anordnades RM/SM i samarbete mellan TS-IF och SHIF.

1986 stängdes Tomtebodaskolan då de sista eleverna gick ut. Den ombildades till Tomtebodaskolans Resurscenter (TRC). Idrottsföreningen bytte namn till TRC-IF och levde vidare. Nu blev den ännu viktigare för idrottsintresserade barn och ungdomar. Redan 1981 hade föreningen börjat anordna veckolånga idrottsläger för synskadade ungdomar från hela landet på Tomteboda. På området hade man även anlagt en rullskidbana, som man också ville utnyttja mer.⁶⁹ På det här sättet fick synskadade barn som gick allmän skola möjlighet att träna fysiska aktiviteter med andra synskadade.

Tävlingar och läger anordnades fortfarande regelbundet under 1980-och 90-talet av idrottsföreningen TRC-IF. Nya idrotter hade efter hand introducerats för synskadade, som judo, goal-ball, show-down, elektroniskytte och innebandy.

Svenska Handikappidrotten började så smått engagera sig i ungdomsfrågan och 1983 bildades en goal-ball kommitté under SIHF. Att som synskadad ungdom komma in i vanliga idrottsföreningar på hemorten var inte så lätt, men det skedde ibland och ibland även med stora framgångar. Den grundläggande simträning som många synskadade ungdomar fått på Tomteboda ledde till deltagande i både OS och VM, där medaljer togs hem av synskadade simmare av båda

⁶⁷ (Lindell, 1989)

⁶⁸ (2011)www.guldklubben.se

⁶⁹ (Nygren, 1986)

könen. Eva Björk berättade om OS-resan till Kanada 1976 då hon tog hem medaljer i simning;

”Ja det var jätteroligt och det var så spännande. Jag kände ju flera som var med, och som hade gått på Tomteboda samtidigt som mig. Det kändes ändå rätt tryggt i truppen. Man kände ju mest de andra synskadade. Just i simning var jag ensam tjej, så då lärde jag känna några av de rörelsehindrade tjejerna också. Men det fungerade ju rätt bra. Man hade ju aldrig någon egen ledsagare med sig, så det gällde ju att hänga på de andra hela tiden. Det är väl det som gjorde att det ibland också har varit knöligt.”⁷⁰

Det var många ur denna generation elever som ägnade sig åt idrott även efter skoltiden. Men i takt med att nya generationer synskadade barn och ungdomar växte upp utan nämnvärd fysisk träning i skolan började resultaten visa sig. Det här uppmärksammades av Bengt Lindqvist, som skrev ett brev till SRF och SHIF där han påpekade att antalet utövare av synskadeidrott hade minskat radikalt under 1990-talet. Det ledde till ett gemensamt projekt mellan SRF och SHIF med start år 1997. Projekt Synskadeidrott hade som målsättning att höja intresset hos synskadade ungdomar och vuxna att delta i motionsidrott och tävlingsaktiviteter genom exempelvis idrottsläger. Att bättre anpassa utbudet av idrott för synskadade efter behoven. Att arbeta för nya former av synskadades idrottande t ex Triathlon tävlingar samt öka intresset för showdown. Att inom två år försöka tredubbla antalet aktiva utövare. Förutom att olika typer av idrottsläger och aktiviteter ordnades ville man också förbättra ledsagarrekrytering och utbildningsmaterial till idrottslärare.⁷¹

Synskadeidrotten goalboll har funnits sedan 1940-talet, men kom till Sverige först i början av 1980-talet. Sen dess gick utvecklingen stadigt vidare och från 1995 och framåt nådde Sverige en position bland världens bästa nationer både på dam- och herrsidan. Men trots de stora framgångarna var antalet utövare för litet för att skapa både bredd och elit inom goalbollen. 1999 fick goalboll ett stort erkännande som

⁷⁰ (Björk, 2017)

⁷¹ (Björn Eklund, 1998)

synskadeidrott i och med att Hammarby IF integrerade sporten i sin verksamhet. Projektet Synskadeidrott stödde därför också en domarkurs i goalboll, för att i förlängningen gynna goalbollens utbredning i landet.

Hur gick det med integreringen?

Harry Svensson på Tomtebodaskolan gjorde en undersökning, "Blinda elever i skolan", som han presenterade 1986. I undersökningen kom det fram att lärarna i övningsämnen som gymnastik, slöjd och bild är mest tveksamma till de synskadade eleverna. Reselärarna sa också att de oftast träffar på klass- och ämneslärarna vid skolbesöken.

Övningslärarna finns oftast inte på plats. Om det med det menas lärarrummet framgår ej.⁷² Urban Fernqvist, som tidigare arbetade på Tomtebodaskolans Rersurscenter, resonerar lite kring detta i en intervju;

"Reselärarna, som var anställda av länskolnämnderna, var en viktig kunskapskälla, och de trodde verkligen på idén med integrationen. Dom gjorde ett jättebra jobb. Men jag tror det fanns en viss motsättning mellan dem och de lärare som var kvar på Tomteboda, där många inte trodde att det skulle fungera, speciellt med de praktiska ämnena. De såg sig mer som specialister när det gällde pedagogik för synskadade, men det var ju utifrån en helt annan pedagogisk situation än i den vanliga skolan. Det tog rätt många år innan man förstod att pedagogiken inte funkade på samma sätt när man bara hade ett synskadat barn i en seende klass. Det blev ett glapp där i början, och då inte minst i de praktiska ämnena. Att reselärarna hade svårt att få kontakt med idrotts- och gymnastiklärarna tror jag också hade att göra med statusen i skolan. Det var samma med kuratorer, och slöjdlärare på skolorna, att det var ingen som tänkte på dom i början. Man vände sig främst till de "riktiga" lärarna som undervisade i de "viktiga" ämnena. Så det var nog mycket en statusfråga även från skolornas sida där det nog inte var idrottslärarnas situation man tänkte på först."⁷³

⁷² (Föräldrakontakten nr 6-7, 1986)

⁷³ (Fernqvist, 2018)

Under 1999 gjorde SRF en undersökning där frågor ställdes till medlemmar i åldern 7-16 år samt deras föräldrar. Det framkom att många föräldrar kände en stark oro för att skolan inte ska klara av att ta sitt ansvar för de synskadade barnens skolgång, även om de flesta barnen trivdes i skolan. Hur det stod till med gymnastik idrott och fritid ingick inte i undersökningen. När man studerar tidningen Föräldrakontakten under 1990-talet så står det inte heller där något nämnvärt om detta. Istället kan man se hur tidningen mer börjat fokuserar på frågor kring barn med flerhandikapp, samt på långa reportage med synskadade ungdomar som förebilder.



Bilden visar tre pojkar i judo-dräkter, som rullar runt på golvet, under träning vid kurs i judo på Tomtebodan 1980-tal.

2010-talet

Utbudet av fritids- och idrottsaktiviteter fanns fortfarande främst hos privata arrangörer och SRF, och inte i skolan. Men i början av 2000-talet såg man hur Projektet Synskadeidrott, som drevs 1997-1999 av SHIF och SRF, började ge ringar på vattnet. 2001 arrangerades Prova-på-idrott i Stockholms av SHIF och SRF Stockholm & Gotlands län med flera. En av arrangörerna, Sture Djupenström från Stockholms Handikappidrottsförbund, uttalade sig;

”Vi hade en fin generation av synskadade idrottare på 1980-talet, men den har tunnats ut ... Syftet med det här initiativet är att få fler synskadade att idrotta. Det var avvecklingen av institutionerna som hade den oavsedda följden att synskadade barn och ungdomar blev alltmer orörliga. Skolorna har inte tid med synskadade elever som i bästa fall får sitt och trampa på en träningscykel på gympatimmarna. Och eleverna blir inte heller så inspirerade när de måste delta på de seendes betingelser. På Tomtebodan var det möjligt att idrotta tillsammans och tävla på lika villkor.”⁷⁴

Prova-på evenemang upprepades året därpå med fler idrottsföreningar i samarbete. Även i Västmanland startades ett samarbete mellan Västmanlands Handikappidrottsförbund och SRF, med sikte på att få igång en reguljär verksamhet. År 2002 startades Idrottsskola för synskadade barn av SRF Östergötland i samarbete med Handikappidrotten och Norrköpings kommun. När Prova-på-idrott även året därpå arrangerades i Norrköping av SRF, Syncentralen och Norrköpings Handikappidrottsförening, sa en av initiativtagarna Mats Linder:

”Det är vanligt att synskadade barn inte får så stora chanser i skolan. Vi vill fylla ut behovet att prova olika idrotter. Vi tror att det är roligare för barnen att träffas i grupp så att de kan jämföra sig med varandra och inte bara med seende. Vårt

⁷⁴ (Föräldrakontakten, 2001)

syfte är att intressera barnen för idrottsföreningens aktiviteter”⁷⁵

På flera håll i landet startades liknande samarbetsprojekt med idrottsskolor och prova-på-verksamheter.

Fortfarande år 2004 var det vanligt att barn med synnedsättning ”befriades” från fysisk rörlighet i skolan. Orsaken kunde vara att idrottsläraren kände sig osäker i hur man skulle bemöta dessa elever. Ett projekt mellan Utvecklingscentrum för Handikappidrott och Idrottshögskolan arbetade fram en vidareutbildning för idrottslärare som de kallade Emil. Projektet utmynnade i ett utbildningsmaterial riktat till idrottslärare, en CD ”Inkluderande idrott” och en kompletterande bok ”Passa mig”.⁷⁶ Margareta Frykman Järlefelt, som ansvarade för utbildningen sa:

”Det har varit för lätt att säga åt eleverna att de inte får vara med eller hänvisa dem till sjukgymnaster. Vi måste alltid anpassa vår undervisning efter barnen, vilket betyder att man kan vara tvungen att hitta alternativa lösningar, och instruera handgripligt.”⁷⁷

2004 hölls de sista RM-tävlingarna på Tomtebodaskolans Resurscenter. Verksamheten skulle flyttas och brytas upp. Diskussioner fördes om hur idrottstävlingarna skulle fortsättas. På våren 2005 var det dags för RM fast då på Idrottshögskolan i Stockholm. Som vanligt bjöds alla synskadade barn mellan 10 och 20 år in för att tävla om titlarna i skolmästerskapet. RM/SM var viktigt och något som synskadade barn varje år sett fram emot sedan 1940-talet. Cirka 100 barn och ungdomar brukade samlas till dessa tävlingar, inte alltid främst för att tävla utan för att mötas. Många hade ju ingen möjlighet att träna på hemmaplan sedan integreringen.

Samtal pågick mellan SRF, SHIF, Unga Synskadade och Aktiva synskadade om hur och var RM på bästa sätt skulle arrangeras i framtiden. Det nya upplägget 2006 blev en idrottshelg på Bosön, en komplett idrottsanläggning med idrottsplaner, inomhushallar och boende

⁷⁵ (Föräldrakontakten, 2003)

⁷⁶ (Föräldrakontakten, 2005)

⁷⁷ (Föräldrakontakten, 2004)

nära. Tävlingsmomentet tonades ner till fördel för prova-på verksamhet. Resurscenter Syn samarbetade med SHIF, som var med och planerade innehållet och bidrog med instruktörer. SHIF såg det som en stor möjlighet för synskadeidrotten att få kontakt med synskadade ungdomar från hela landet för att sen kunna slussa dem vidare till lokala idrottsföreningar.⁷⁸

Tidningen Föräldrakontakten intervjuade Anna Nilsson, idrottsledare och sjukgymnast, år 2005. Hon konstaterade att det då inte längre fanns några självklara ingångar till ett fysiskt aktivt liv för synskadade, men att det egentligen finns många möjliga. Oftast är ju skolidrotten en inkörsport för många till idrott, men att idrottsundervisningen i många fall inte fungerar för synskadade. Har man ingen positiv erfarenhet från skolidrotten är det inte så lätt att vilja våga ta steget att testa någon idrott utanför skolan. Hon nämnde också att det i vanliga idrottsföreningar fortfarande fanns en osäkerhet i att ta emot synskadade ungdomar. Anna Nilsson talade om att alla lovvärda initiativ, som tagits runt om i landet genom SRF och olika föreningar, ofta bygger på projekt eller att det finns drivande personer, men att det är en sårbar verksamhet. Hon nämnde också SHIF, som tagit på sig rollen att organisera handikappidrotten, och problemen med att få upp intresset på distriktsnivå när antalet synskadade är få.

En mamma skrev korta dagboksanteckningar kring sin synskadade dotters skolgång hösten 2006, som publicerades i Föräldrakontakten:

”Tisdag. Idrott, ut och gå för idrottsläraren kan inte komma på någon aktivitet åt min dotter när övriga klassen spelar fotboll.

Fredag. Idrott, ut och gå igen. Mamma ringer idrottsläraren och undrar hur hennes dotter ska kunna få mvg genom att gå ut och gå. Han lovar bättra sig.

Tisdag. Fick gå ifrån för att skriva ett idrottsprov som skulle ha gjorts på studietiden på förmiddagen, men som min dotter missade på grund av att ingen information getts om att provet skulle göras då.... Idrottsprovet som gjordes bygger på ett häfte som ska läsas in men som min dotter inte har fått

⁷⁸ (Wiklund, 2006)

eftersom det inte har blivit översatt till punktskrift, så resultatet blir nog inte godkänt.”⁷⁹

Fortfarande 2010 startades projekt för att öka synskadade barns delaktighet i skolan. Skolinspektionen hade funnit att många av de synskadade barnen fortfarande befriades från undervisning i idrott och hälsa.⁸⁰

Det faktum att det projekt, som denna tillbakablick ingår i, drivits år 2014-2018 talar ju sitt tydliga språk.

⁷⁹ (Dahlqvist, 2006)

⁸⁰ (Föräldrakontakten, 2005)

Bilder i publikationen är hämtade från Synskadades Museums bildarkiv.

Citerade arbeten

[Intervju] / interv. Björk Eva. - Stockholm, Enskede : [u.n.], den 18 03 2017.

[Artikel] / förf. Jansson Lennart // Föräldrakontakten. - [u.o.] : Synskadades Riksförbund, 1978/3.

[Artikel] / förf. Larsson Karin // Föräldrakontakten.

[Artikel] / förf. nr/8 Föräldrakontakten // Föräldrakontakten. - Stockholm : [u.n.], 1979.

Arbete på Tomtebodan - intervju för Synskadades Museum [Intervju] / interv. Andersson Torsten. - Solna : [u.n.], 1997.

Arkivmatr. TRC.

Att få fart på synskadeidrotten [Artikel] / förf. Föräldrakontakten // Föräldrakontakten nr 3. - Stockholm : Synskadades Riksförbund, 2001.

Blinda elever i skolan / förf. Föräldrakontakten // Föräldrakontakten nr 6-7. - Stockholm : SRF, 1986.

Blindinstitutet - 75 år på Tomtebodan [Bok] / förf. Gissler Tore. - Stockholm : Linköln bloms Boktryckeri AB, 1964.

Bortom Ingentingskogen [Bok] / förf. Ek Bengt. - Stockholm : [u.n.], 1976.

Bosöhelg öppnar för lokal aktivitet [Artikel] / förf. Wiklund Jan // Föräldrakontakten nr 3. - Stockholm : Synskadades Riksförbund, 2006.

CD om inkluderande idrott [Artikel] / förf. Föräldrakontakten // Föräldrakontakten nr 4. - Stockholm : Synskadades Riksförbund, 2005.

dbfk.se/om/historia [Online] / förf. Fritidsklubb De Blindas // www.dbfk.se. - 2018. - 2018.

Delrapport från Projekt Synskadeidrott [Rapport] / förf. Björn Eklund proj.led.. - Stockholm : Svenska Handikappidrottsförbundet och Synskadades Riksföring, 1998.

Den svenska blindvårdens uppkomst och utveckling [Bok] / förf. Ek Gustaf. - Stockholm : Oskar Eklunds boktryckeri, 1938. - 1:a.

Ett förbund i utveckling - Svenska Handikappidrottsförbundet - en återblick i ord och bild [Tidskrift] / förf. Lindell Conny. - Vällingby : SHIF - Svenska Handikappidrottsförbundet, 1989. - Jubileumsskrift.

Från Allmosor till olympiadeltagade - Föreningen De blindas vänner i Göteborg 1889-2014 125 år av stöd åt blindas och synskadade [Bok] / förf. Westin Jan. - Göteborg : Föreningen De blindas vänner och författaren, 2017.

Föräldrakonferens [Artikel] / förf. Föräldrakontakten/nr6 // Föräldrakontakten. - Stockholm : SRF, 1983.

Gymnastiklärare på Tomtebodan [Intervju] / interv. Ryman Anta. - Synskadaes Museum, Stockholm : [u.n.], den 9 mars 1990.

Handikappade elever i det allmänna skolväsendet [Rapport] / förf. SOU1982:19. - Stockholm : SOU - Utbildningsdepartementet, 1982.

http://www.guldklubben.se/doc/fakta_guldklubben051026d.htm [Online] // guldklubben.se. - 2011. - 2018.

Hur kan vi begära att ungdomar ska ta hänsyn när inte vuxna kan? [Artikel] / förf. Dahlqvist Mari // Föräldrakontakten nr 3. - Stockholm : Synskadades Riksförbund, 2006.

Idrott med blinda barn / förf. Ryman Anta // De Blindas Dag 13-15 oktober 1950. - Stockholm : N.O. Mauritzon Boktryckeri, 1950.

Idrott-sjukgymnastik-Specialgymnastik-Fritid [Konferens] / förf. Conny Nygren Ann-Mari Hartman // Konferens 2-4 maj 1984 Tomtebodaskolan, föredrag, praktik, diskussion och utställning. - Solna : Tomtebodaskolan, 1984.

Integration och ridsport [Intervju] / interv. Hjalmarsson Karin. - den 18 03 2017.

Med alla sinnen - habilitering för synskadade barn / förf. Riksförbund Synskadades // Tema. - Stockholm : SRF, 1994.

Meningsfull fritid? [Artikel] / förf. Holmegard Jan // Föräldrakontakten. - Stockholm : Synskadades Riksförbund, 1980/2-3.

Mobility - skolämne eller vardagsliv+ [Artikel] / förf. Dunér Mårten // Föräldrakontakten nr 1. - Stockholm : SRF, 1999.

Mobility i skolan - handledning i förflyttningsteknik [Bok] / förf. Anita Huovinen Elisabet Melin, Ylva Westman. - Stockholm : RPH-Syn, 1988.

Musikalisk rörelsefrihet även för de blinda [Artikel] / förf. Rootzén Kajsa // Phosphoros. - Stockholm : [u.n.], 1935.

Många inkörsportar till ett fysiskt aktivt liv [Artikel] / förf. Föräldrakontakten // Föräldrakontakten nr 1. - Stockholm : Synskadades Riksförbund, 2005.

Nionde Nordiska Mötet i Stockholm 1936 [Rapport]. - Stockholm : Oskar Eklunds Tryckeri, 1938.

Om Skolgång på Tomtebodan och Utvecklingen av föreningen BBU [Intervju] / interv. Gustafson Göran. - 2014.

Projekt Emil [Artikel] / förf. Föräldrakontakten // Föräldrakontakten nr 1. - Stockholm : Synskadades Riksförbund, 2004.

Pröva-på-idrott för barn i Norrköping [Artikel] / förf. Föräldrakontakten // Föräldrakontakten. - Stockholm : Synskadades Riksförbund, 2003. - nr 1/2003.

Redogörelser för rundresor hos synskadade elever [Rapport] / förf. Lindqvist Bengt. - 1958-1960.

Scoutliv på Tomtebodan [Artikel] / förf. Gedin Hans // De blindas tidskrift nr 12. - Stockholm : De blindas förening, 1949.

Sjätte Nordiska mötet för Abnormsaken i Helsingfors 24-27 juli 1912 [Rapport] / förf. Mötet Sjätte Nordiska. - Helsingfors : [u.n.], 1915.

Skolsituationen bör ständigt förbättras [Artikel] / förf. Hjalmarsson Karin // Föräldrakontakten. - Stockholm : SRF, 1998.

SRF Veteran som även arbetat på TRC under integreringens början [Intervju] / interv. Fernqvist Urban. - Stockholm : [u.n.], juli 2018.

Synhandikappad i vanlig undervisning [Bok] / förf. Andersson Torsten. - Oxie : LiberLäromedel, Malmö, 1978.

Tomtebodaskolan höstterminen 1978 [Artikel] / förf. Gissler rektor Tore // Föräldrakontakten nr4. - Stockholm : SRF, 1978. - 1978 nr.

TRC IF 60 år / förf. Djupenström Sture // Jubileumsskrift. - Stockholm : [u.n.], 1995.

Tusen bilder - en dokumentär och idégivande bildkavalkad om handikappidrott under träning och tävling. [Bok] / förf. Nygren Alf. - Uddevalla : Risbergs Tryckeri AB, 1986.

Verksamhetsberättelse [Rapport] / förf. Lyberg Rektor G. A.. - Växjö : Kungliga Blindinstitutet i Växjö, 1884-1886.

Vi är inte sjuka bara blinda [Artikel] / förf. Backman Anna-Greta // Tidningen Vi. - 1970. - nr 33/34 15-22/8 1970.

www.aktivasynskadade.org/om-foreningen/historik [Online] / förf. www.aktivasynskadade.org // www.aktivasynskadade.org. - 2018. - den 02 07 2018.

Årsredovisningar från Kungliga Blindinstitutet å Tomtebodan. - Stockholm : [u.n.], Årsredovisningar 1900-1937.



Synskadades Riksförbund är landets företrädare för personer med synnedsättning.

Detta material finns i följande versioner: som PDF, inläst på CD i DAISY-format samt som punktskrift. De två sistnämnda beställs hos SRF Kontorsservice, tel: 08-39 92 20 eller via e-post: kontorsservice@srf.nu

Stöd gärna vårt arbete. Pg 90 00 90-2

Synskadades Riksförbund · 122 88 Enskede

tel: 08-39 90 00 · fax: 08-39 93 22 · info@srf.nu · www.srf.nu