

# Bok och film

**Boktips**

**Tema: Kroppen**

Datum: 2024-01-08

Lista sammanställd av fokusbibliotekarie Ida Ross Vallastadens skola

Kontaktperson: Sanjin Pejkovic och Katarina Larson

Kulturförvaltningen, Konst och kultur

[sanjin.pejkovic@vgregion.se](mailto:sanjin.pejkovic@vgregion.se)

[katarina.larson@vgregion.se](mailto:katarina.larson@vgregion.se)

# Boktips

## Tema: Kroppen

Sammanställd av fokusbibliotekarie Ida Ross Vallastadens skola, för anpassad grundskola.

Tre boktitlar för fysiskt paket, tre nivåer

**Integritet och samtycke/ Risker på nätet**

**Lättare text**



**Caroline Engvall: Junior vill inte: en bok om samtycke (3-6 år) år 2022 (Kroppen, Integritet, Samtycke, Bilder, Mobiltelefoner och Sociala medier, bilderbok) Bokserie: Nollan och nätet JUNIOR (del 2)**

Junior och Nollan åker karuseller en dag i en nöjespark tillsammans med sin mamma och mormor som följer med. Juniors mamma och mormor har med sig sina mobiltelefoner och tar bilder på Junior och Nollan när de åker karuseller. Men Junior vill inte vara med på bild. Junior gillar inte att mamma och mormor skrattar och kollar på bilder i mobiltelefonen från när Junior varit och badat. Junior vet inte hur han ska göra för att kunna berätta om hur han känner det till sin mamma och mormor. Han känner att han varken vill pussas eller kramas. Eller kramas bara för att andra vill att han ska göra så eller för att någon annan säger till honom om det. Boken handlar om att våga säga nej även till de som står en nära, om att sätta gränser, integritet och samtycke. Om vikten av att ställa frågan och vad som är samtycke. Det handlar vidare om huruvida man får lov att ta fotografier på andra människor utan att ha fått deras godkännande och samtycke. Det handlar om hur vi använder bilder vi fotograferar med våra mobiltelefoner och sociala medier.

## Lagom text



### **Silverbring, Sofie: Neo bäst på tv-spel (6-9 år) år 2019 (Kroppen, Vänskap, Värdegrund, Identitet, TV-spel, Spel eller Skärmtid, lättläst kapitelbok)**

Neo vill bli bäst på tv-spel och han har önskat sig ett populärt tv-spel i födelsedagspresent. Han bestämmer med sin bästa kompis att de ska ses och spela tillsammans när den av dem två som först får spelet i present. När Neo väl får spelet i födelsedagspresent vill han direkt spela själv och bli bäst på spelet att han inte bryr sig om vad han lovat sin bästa kompis.

Neo tackar till och med nej till sin bästa kompis när hon ringer på dörren för att han hellre vill spela sitt tv-spel själv. Då börjar hans bästa kompis umgås med en annan vän. Till sist när Neo har klarat av alla banorna och känner sig Neo redo för att spela med sin bästa kompis igen är inte bästa kompisens längre intresserad. Neo känner att det inte lika roligt längre att spela tv-spelet utan sin kompis. Boken handlar om hur tv-spelet upptar Neos tid från kompisarna och livet i övrigt. Men också hur tv-spel kan sammanföra och skapa gemenskap.

## Mer text/svårare



### **Noelias hemlighet, Engvall, Caroline & Vintrafors, Katarina Hcg (9-12 år) år 2020 (Integritet, Samtycke, Risker på nätet)**

Noelia är nio år gammal och har inte så många kompisar. Hon träffar en ny kompis Wilma på nätet som hon inte har träffat i verkligheten. Nollan känner egentligen inte Wilma alls men de börjar chatta en hel del. Hon tycker i början att Wilma är hennes bästa vän och vill inte annat än fortsätta hem och prata med sin nya kompis. Men så förändras Wilma och vill att Noelia ska skicka några bilder på sig själv till henne. Noelia känner mer och mer obehag kring Wilmas önskemål och att Wilma går över gränsen till Noelias integritet och samtycke.

### **Olikheter/ Identitet/ Mänskliga rättigheter** **Lättare text**



### **Grodan och främlingen, Velthuijs, Max Hcf (3-6 år) år 2017** **(Olikheter, rädsla, vänskap, mod, värdegrund) (bilderbok)**

En dag kommer en främling Råttan och slår sig ner i djurens skogsbyn. Grisen och ankan blir först väldigt skeptiska och upprörda men grodan smyger närmare och försöker lära känna främlingen. Grisen försöker att skrämman bort råttan genom att vara otrevlig mot honom. Råttan säger att skogen tillhör oss alla. Grodan, grisen och ankan går till haren och berättar om främlingen. Haren säger att det stämmer precis som råttan säger att skogen tillhör oss alla och råttan gör inget fel. Haren säger att man kan vara olika. När råttan börjar bli accepterad av Grodans kompisar har de trevligt tillsammans allihop. Det handlar om olikheter och hur man kan ge varandra chansen och lära känna varandra.

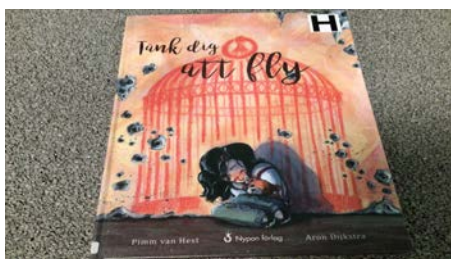
## Lagom text



### **Malalas magiska penna, Yousafzai, Malala & Kerascoet Hcf (6-9 år) år 2018 (Mänskliga rättigheter, Nobels fredspristagare 2014, (bilderbok)**

Boken bygger på en verklig sann berättelse om Malala. Malala tyckte om att gå i skolan när hon var barn. Hon var bekymrad över orättvisorna där fattiga barn får arbeta istället för att gå i skolan. I hennes land fick inte många flickor göra det de drömde om. Malala var bekymrad över att hennes uppgift i framtiden skulle bli att laga mat och städa åt sina bröder. Om Malala hade den magiska pennan skulle hon rita en fredligare värld. Malala är för jämlikhet mellan pojkar och flickor och mot krig, fattigdom och hunger. Malala studerade hårt i skolan och en dag när Malala var 10 år gammal kom farliga män till hennes dal. Malala började skriva om orättvisorna, hon skrev tal, reste och berättade sin historia. De farliga männen försökte tysta ner Malala. Boken visar Malalas kraft att påverka och förändra världen med sin röst.

## Svårare bild/text

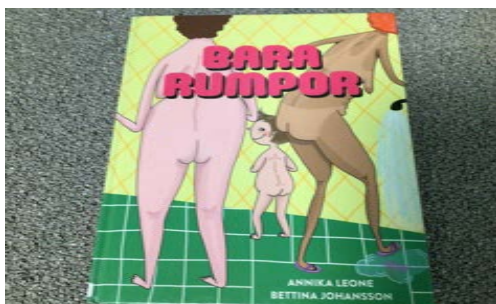


### **Tänk dig att fly, Hest van Pimm & Dijkstra, Aron Hcf (bilderbok) (9-12 år) år 2018 (flykt, mänskliga rättigheter)**

Det handlar om att bara ha sig själv och sin egen kropp att fly med när det är krig i ett land. Alla de känslor som uppstår av rädsla, sorg och ilska hos den som överlever och allt som förstörs och förloras i en krigsdrabbad by i ett land någonstans. Tryggheten för individen som förloras i samband med ett krig. I boken är det en flicka som måste fly och lämna sitt land genom att göra en farlig resa till havs. Hon kommer till ett nytt land där allt känns annorlunda och där tryggheten sakta återvänder.

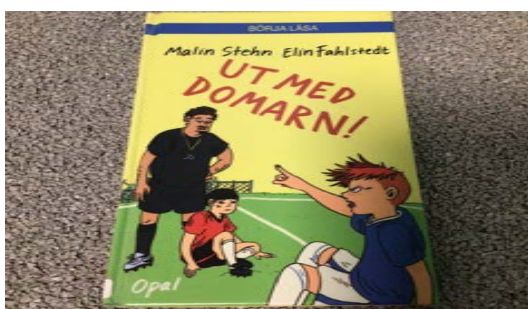
## Boktips

### Fysiskt och psykiskt



**Bara rumpor, Leone, Annika & Johansson, Bettina Hcf (3-6 år) år 2019 (bilderbok) (Kroppen, mod, nyfikenhet, utveckling)**

Mira ska åka iväg till badhuset med sin mamma och pappa. Hon ska hoppa ifrån kanten till den stora bassängen själv för allra första gången. Mira är lite nervös för detta. I omklädningsrummet duschar Mira först innan de ska kliva i bassängen. I damernas omklädningsrum tycker hon att det är spännande att kika på hur olika kroppar och rumpor ser ut. Miras pappa visar Mira hur hon ska göra när hon hoppar från trampolinen. Mira är modig och vågar hoppa från bassängkanten helt själv.



**Ut med domarn! Stehn, Malin & Fahlstedt, Elin, Hcf (6-9 år) (Kroppen fysiskt och psykiskt, lättläst kapitelbok)**

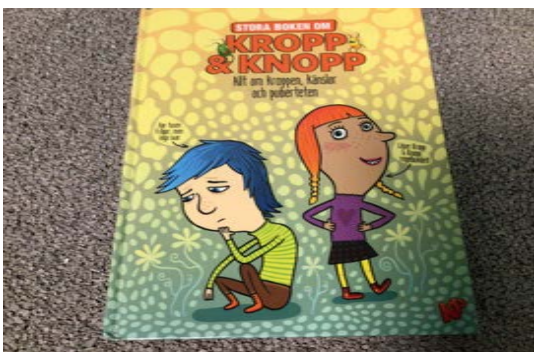
Det ska bli Teds första match med Nytorps FF. Ted har svårt att äta frukost på morgonen just för att det är så spännande och pirrigt med matchen. Ted äter en dålig frukost och inte så mycket alls. Det gör att den dåliga starten på morgonen med väldigt lite frukost påverkar en

hel del hur dagen och matchen blir. Ted ganska snart irriterad och dagen blir inte alls som han tänkt sig.



**Alla tittar på Alfred, Unenge, Johan & Nilsson, Thore Maria  
Hcf (3-6 år) (bilderbok)**

Alfred känner sig väldigt liten både fysiskt och psykiskt när allas blickar är på honom. Han gillar inte att andra tittar på honom. Han känner sig liten på förskolan och har där ett gömställe han brukar krypa in i. Alfred och hans föräldrar ska åka till ett släktkalas och då släpps spärren plötsligt för Alfred. Spärren släpps när han råkar rapa och alla tittar på honom och börjar skratta. Alfred känner att händelsen var rolig och befriande att han börjar växa både fysiskt och psykiskt. Nästa dag på förskolan har Alfreds gömställe blivit för litet. Han kommer inte in där längre för att han har växt och blivit större. Alfred får så bra självförtroende att han glömmer hur han är mot sina kompisar.



**Stora boken om Kropp & Knopp: Allt om kroppen, känslor  
och puberteten år 2018 (faktabok) (Kamratposten KP)**

En faktabok för lite äldre ungdomar om utvecklingen av den fysiska kroppen och den psykiska knoppen i samband med puberteten. En bok som handlar om kärlek och känslor, relationer med familj och kompisar, hjärnans utveckling och vad saker som HBTQ handlar om.

## Integritet/samtycke



### Mera nej eller okej, Björk, Eva år 2017 Hcf (bilderbok)

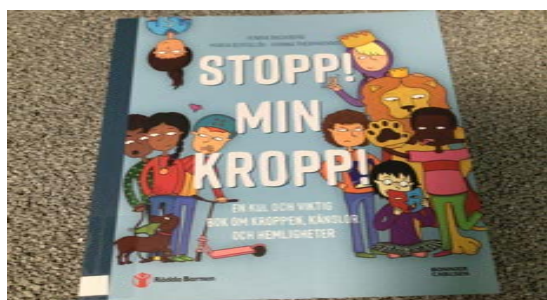
Det handlar om Mini som hamnar i olika situationer och ställs inför olika val som handlar om gränser, integritet och samtycke. Det handlar om vilka delar av kroppen som är privata samt att man själv bestämmer över sin kropp. En bok som lär barn att sätta gränser och våga säga nej till det som inte är okej. Och om riskerna på nätet, där det viktigt att sätta gränser till vad som är nej eller okej.



### Caroline Engvall: Junior vill inte: en bok om samtycke (3-6 år) år 2022 (Kroppen, Integritet, Samtycke, Bilder, Mobiltelefoner och Sociala medier, bilderbok) Bokserie: Nollan och nätet JUNIOR (del 2)

Junior och Nollan åker karuseller en dag i en nöjespark tillsammans med sin mamma och mormor som följer med. Juniors mamma och

mormor har med sig sina mobiltelefoner och tar bilder på Junior och Nollan när de åker karuseller. Men Junior vill inte vara med på bild. Junior gillar inte att mamma och mormor skrattar och kollar på bilder i mobiltelefonen från när Junior varit och badat. Junior vet inte hur han ska göra för att kunna berätta om hur han känner det till sin mamma och mormor. Han känner att han varken vill pussas eller kramas. Eller kramas bara för att andra vill att han ska göra så eller för att någon annan säger till honom om det. Boken handlar om att våga säga nej även till de som står en nära, om att sätta gränser, integritet och samtycke. Om vikten av att ställa frågan och vad som är samtycke. Det handlar vidare om huruvida man får lov att ta fotografier på andra människor utan att ha fått deras godkännande och samtycke. Det handlar om hur vi använder bilder vi fotograferar med våra mobiltelefoner och sociala medier.



**Stopp! Min kropp: En kul och viktig bok om kroppen, känslor och hemligheter, Backberg, Henrik & Borgelöv, Maria & Thermaenius, Hanna (faktabok) (Rädda barnen) år 2020**

En bok för barn men också som stöd för vuxna i samtal med barn om kroppen, känslor och hemligheter. En bok för att hjälpa barn att förstå vad som är okej och inte okej när det gäller kroppen. Om integritet och samtycke och att våga säga stopp till det som inte känns bra.



**Noelias hemlighet, Engvall, Caroline & Vintrafors, Katarina Hcg (9-12 år) år 2020 (Integritet, Samtycke, Risker på nätet)**

Noelia är nio år gammal och har inte så många kompisar. Hon träffar en ny kompis Wilma på nätet som hon inte har träffat i verkligheten. Nollan känner egentligen inte Wilma alls men de börjar chatta en hel del. Hon tycker i början att Wilma är hennes bästa vän och vill inte annat än fortsätta hem och prata med sin nya kompis. Men så förändras Wilma och vill att Noelia ska skicka några bilder på sig själv till henne. Noelia känner mer och mer obehag kring Wilmas önskemål och att Wilma går över gränsen till Noelias integritet och samtycke.

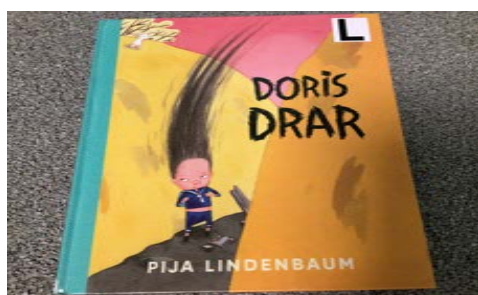
**Identitet/värdegrund/självständighet/risker på nätet**



**Silverbring, Sofie: Neo bäst på tv-spel (6-9 år) år 2019 (Kroppen, Vänskap, Värdegrund, Identitet, TV-spel, Spel eller Skärmtid, lättläst kapitelbok)**

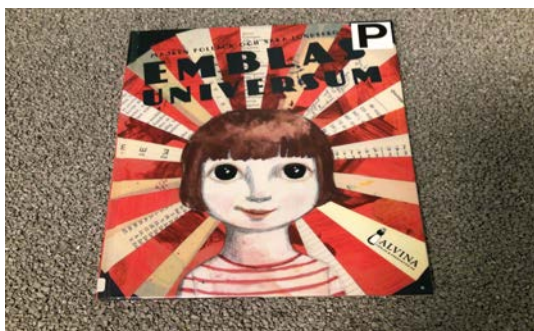
Neo vill bli bäst på tv-spel och han har önskat sig ett populärt tv-spel i födelsedagspresent. Han bestämmer med sin bästa kompis att de ska ses och spela tillsammans när den av dem två som först får spelet i present. När Neo väl får spelet i födelsedagspresent vill han direkt spela själv och bli bäst på spelet att han inte bryr sig om vad han lovat sin bästa kompis.

Neo tackar till och med nej till sin bästa kompis när hon ringer på dörren för att han hellre vill spela sitt tv-spel själv. Då börjar hans bästa kompis umgås med en annan vän. Till sist när Neo har klarat av alla banorna och känner sig Neo redo för att spela med sin bästa kompis igen är inte bästa kompiserna längre intresserad. Neo känner att det inte lika roligt längre att spela tv-spelet utan sin kompis. Boken handlar om hur tv-spelet upptar Neos tid från kompisarna och livet i övrigt. Men också hur tv-spel kan sammanföra och skapa gemenskap.



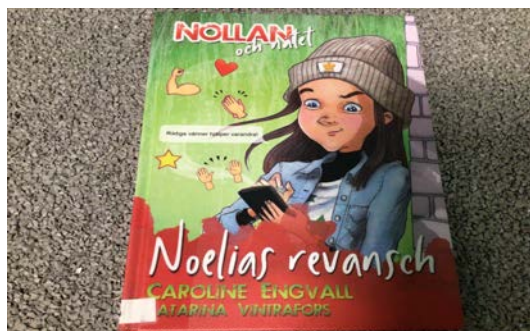
**Doris drar, Lindenbaum, Pija (3-6 år) år 2018  
(självständighet, könsroller, identitet, arg, ilsken)  
(bilderbok)**

Doris familj ska iväg på kalas. Doris mamma säger till henne att ta på sig finkläningen och att hon kommer att få lägga strösslet på tårtan om hon har på sig finkläningen. Doris stannar kvar i bilen ett tag medan de andra går in till kalaset. Doris vill inte att mamma ska säga till henne om saker som hon ska göra. Hon bestämmer sig för att rymma hemifrån. Hon vill hitta ett ställe där man får ha vilka kläder man vill och där barnen själva får bestämma. Doris går efter ett tag hem igen och tänker att familjen har letat en lång stund efter henne. Hon upptäcker att familjen inte alls har märkt att hon varit så länge. Då blir Doris jättearg och får ett riktigt starkt känsloutbrott.



**Emblas Universum, Pollack, Majken & Lundberg, Sara Hcf (bilderbok) (3-6 år) år 2011 (Identitet, Själständighet, Utveckling, Relationer, Familj)**

Embla bygger en rymdraket och hennes lillasyster Anna vill vara med och leka. Det vill inte Embla att Anna ska vara med så Anna blir väldigt ledsen. Emblas mamma säger till Embla att Anna kan väl få vara en galax i din rymd? Embla svarar att hennes mamma förstår inte. Embla är hela Universum med stjärnor och planeter. och Anna ryms inte i hennes universum. Emblas mamma säger till Embla att vi är en familj och att alla får vara med. Embla blir ensam och Anna har tröttnat på att försöka vara med o leka med Embla. Då upptäcker Embla att hennes lillasyster Anna ändå ryms i hennes universum och att det är roligare att vara två i leken.



**Noelias revansch, Engvall, Caroline & Vintrafors, Katarina Hcg (9-12 år) år 2020 (Värdegrund, Risker på nätet, Nätetik, Kompisrelationer)**

Noelia fyller 10 år och får en alldeles ny mobiltelefon i födelsedagspresent. Hon går med i en klasschatt på sociala medier, vilket gör att det kommer ständigt nya meddelanden på hennes telefon som hon behöver kolla. Noelia upptäcker att några

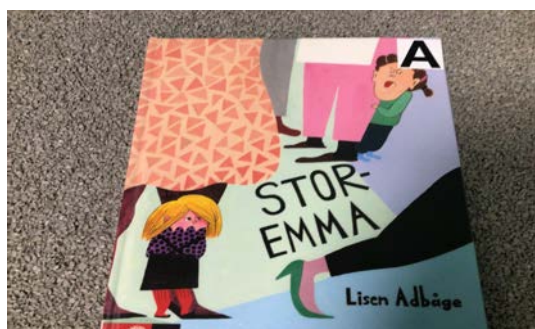
klasskamrater börjat skriva elaka kommentarer på hennes kompis musikvideo. Noelia känner att hon blir stressad av att hon hela tiden måste kolla vad som skrivs på klasschatten på sin mobiltelefon. Hon bestämmer sig för att kompisarna i klasschatten behöver mötas öga mot öga i verkligheten. Noelia bestämmer sig för att reda upp osämjan som sker i klasschatten på nätet genom att kompisarna får mötas i verkligheten.

## Kroppen, olikheter



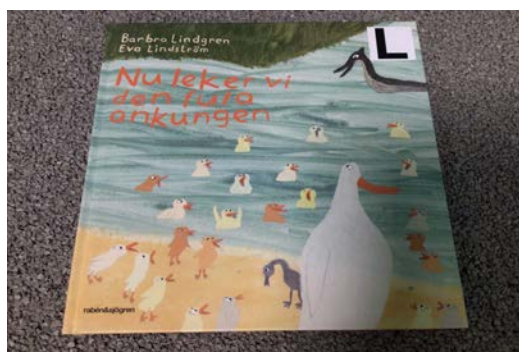
### **Grodan och främlingen, Velthuis, Max Hcf (3-6 år) år 2017 (Olikheter, rädsla, vänskap, mod, värdegrund) (bilderbok)**

En dag kommer en främling Råttan och slår sig ner i djurens skogsbyn. Grisen och ankan blir först väldigt skeptiska och upprörda men grodan smyger närmare och försöker lära känna främlingen. Grisen försöker att skrämman bort råttan genom att vara otrevlig mot honom. Råttan säger att skogen tillhör oss alla. Grodan, grisen och ankan går till haren och berättar om främlingen. Haren säger att det stämmer precis som råttan säger att skogen tillhör oss alla och råttan gör inget fel. Haren säger att man kan vara olika. När råttan börjar bli accepterad av Grodans kompisar har de trevligt tillsammans allihop. Det handlar om olikheter och hur man kan ge varandra chansen och lära känna varandra.



**Stor-Emma, Adbåge, Lisen Hcf (3-6 år) år 2011 (Olikheter, värdegrund, beteende, konflikter, relationer, vänskap)**

Emma och hennes familj är på besök hos Stor-Emmas familj. De vuxna tycker att Emma och Stor-Emma ska leka men det går inte så bra. Stor-Emma är inte på humör för att leka med Emma. Stor-Emma är otrevlig mot Emma och låser in henne på hennes rum. Medan Emma är kvar i Stor-Emmas rum går Stor-Emma ut till resten av sällskapet och visar en dans. Emma försöker komma ut från rummet och klämmer fingret i dörren. Hon blir tröstad av pappa och vill åka hem. När det blivit dags för att åka hem har det istället vänt. Emma och Stor-Emma har börjat ha roligt tillsammans, de sjunger och dansar. Emma vill inte åka hem. Boken handlar om att kunna hitta varandra fast man är olika och befinner sig i olika åldrar.



**Nu leker vi den fula ankungen, Lindgren, Barbro & Lindström, Eva Hcf (3-6 år) år 2014 (Olikheter, mobbning, vänskap, relationer, familj) (bilderbok)**

En moderniserad variant men ändå ganska lik originalet av den klassiska berättelsen om Den fula ankungen. Boken handlar om att en ankfamilj som leker sagan om den fula ankungen. De leker sagan precis som sagan är.



**Mortina: Ett helt vanligt zombiebarn, Cantini, Barbara Hcf (3-6 år) år 2017 (Olikheter, vänskap) (bilderbok)**

Mortina är ett Zombiebarn som bor tillsammans med sin faster Krypta på ett gammalt kråkslott. Mortina hade önskat leka med de andra barnen från byn om hon inte varit ett zombiebarn. Hon har lovat fastern att ingen ska få syn på henne. Fastern är rädd för att om de blir upptäckta att de ska bli bortjagade från sitt hem. En dag på hösten är det dags för Halloween i byn och barnen från byn har klätt ut sig till diverse olika monster. Mortina kan se ut som sig själv och vågar därför kliva fram till barnen från byn för att fråga om hon får följa med. Barnen tror att Mortina också är utklädd precis som dem.

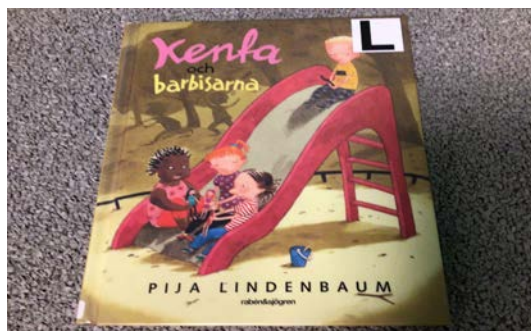


**Ska vi va? Lindenbaum, Pija Hcf (bilderbok) år 2013 (vänskap, olikheter, mod, självständighet, relationer, värdegrund)**

Berit är en grannflicka till Flisan och knackar ofta på Flisans dörr för att hon vill leka med henne. Flisan är upptagen med att klippa olika grejer och vill inte leka med Berit när hon kommer och frågar. Berit ger sig inte utan kommer flera gånger för att fråga Flisan om: Ska vi

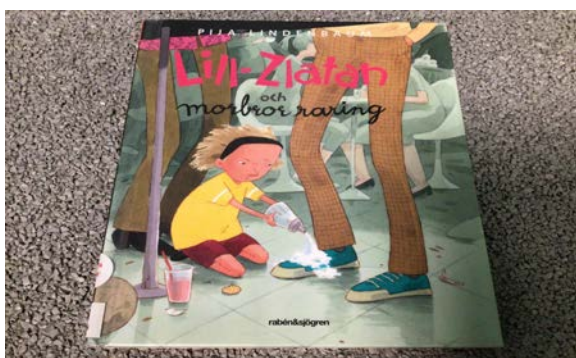
va? Till sist när Berit inte frågar Flisan längre letar Flisan upp Berit. Berit och Flisan har olika egenskaper men upptäcker att de kan ha roligt tillsammans.

## Genus och könsroller/HBTQ



### **Kenta och barbisarna, Lindenbaum, Pija Hcf (3-6 år) år 2007 (könsroller, genus)(bilderbok)**

Kenta är inte så intresserad av de lekar som killarna leker på förskolan. Nästa dag packar han sin ryggsäck själv och tar med sin barbiedocka istället. Hans pappa tycker att Kenta ska ta med sig sin fotboll. På förskolan går kenta in till tjejerna som leker med dockor i dockvrån. De bryr sig inte så mycket om att Kenta har med sig sin barbiedocka och vill vara med och låter honom vara i närheten. Till sist låter de Kenta vara med i leken. Kenta fortsätter leka med tjejerna när de klär ut sig till prinsessor. Killarna som sparkar fotboll utomhus vill att Kenta ska vara med dem. De andra killarna vill även de klä ut sig. Efter alla klätt ut sig följer sedan Kenta med ut och har på sig en prinsesskjol och börjar spela fotboll.



### **Lill-Zlatan och morbror Raring, Lindenbaum, Pija Hcf (3-6 år) år 2018 (Könsroller, Genus, HBTQ)**

Lill-Zlatan älskar att vara med morbror Raring och de gör många roliga saker tillsammans. En dag sitter en man Steve i köket hos morbror Raring när Lill-Zlatan kommer dit på besök. Hädanefter är Steve med överallt. Det gillar inte Lill-Zlatan som vill ha morbror Raring för sig själv. Steve har kommit för att stanna och Lill-Zlatan försöker få iväg Steve men lyckas inte så bra. Lill-Zlatan accepterar Steve till sist och de hittar varandra när de börjar umgås lite mera när morbror Raring inte kan vara med.

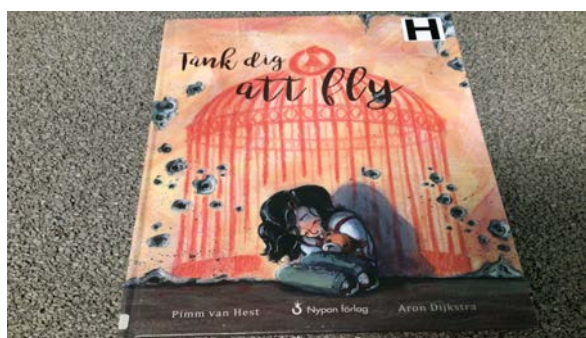
## **Mänskliga rättigheter**



### **Malalas magiska penna, Yousafzai, Malala & Kerascoet Hcf (6-9 år) år 2018 (Mänskliga rättigheter, Nobels fredspristagare 2014, (bilderbok)**

Boken bygger på en verklig sann berättelse om Malala. Malala tyckte om att gå i skolan när hon var barn. Hon var bekymrad över orättvisorna där fattiga barn får arbeta istället för att gå i skolan. I hennes land fick inte många flickor göra det de drömde om. Malala

var bekymrad över att hennes uppgift i framtiden skulle bli att laga mat och städa åt sina bröder. Om Malala hade den magiska pennan skulle hon rita en fredligare värld. Malala är för jämlikhet mellan pojkar och flickor och mot krig, fattigdom och hunger. Malala studerade hårt i skolan och en dag när Malala var 10 år gammal kom farliga män till hennes dal. Malala började skriva om orättvisorna, hon skrev tal, reste och berättade sin historia. De farliga männen försökte tysta ner Malala. Boken visar Malalas kraft att påverka och förändra världen med sin röst.



**Tänk dig att fly, Hest van Pimm & Dijkstra, Aron Hcf  
(bilderbok) (9-12 år) år 2018 (flykt, mänskliga rättigheter)**

Det handlar om att bara ha sig själv och sin egen kropp att fly med när det är krig i ett land. Alla de känslor som uppstår av rädsla, sorg och ilska hos den som överlever och allt som förstörs och förloras i en krigsdrabbad by i ett land någonstans. Tryggheten för individen som förloras i samband med ett krig. I boken är det en flicka som måste fly och lämna sitt land genom att göra en farlig resa till havs. Hon kommer till ett nytt land där allt känns annorlunda och där tryggheten sakta återvänder.