

## Motion till riksdagen 2005/06:Ub231

av **Stefan Hagfeldt (m)**

# Mer idrott och friskvård i skolan

## Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad i motionen anförs om fler veckotimmar i ämnet idrott och hälsa.

## Motivering

Ungdomar som växer upp i dag har av naturliga skäl blivit mer stillasittande än vad ungdomar bakåt i tiden varit. När jag själv växte upp (född 1944) fanns inte hemdatorer och TV började sända ett fåtal program först på 50-talet. Ungdomar som växte upp på den tiden var istället ute och lekte nästan all ledig tid. Det var bland annat mycket fotboll och på vintrarna skridskor och skidor. Idag har ungdomarna tillgång till datorer och en mängd olika TV-program. Det har fört med sig att de oftast inte längre ägnar sig så mycket åt sport och idrott. Samtidigt som ungdomarna tittar på TV äter de ofta också chips, ostbågar och jordnötter. Följden har blivit att ungdomarna väger allt mer för varje år. Enligt uppgifter från mönstringen inför värnplikt ökar de mönstrandets vikt med ett halvt kilo för varje årskull. Resultatet blir att unga svenska män kommer allt närmare gränsen för övervikt. Enligt Karolinska institutet har i dag mer än en femtedel av de mönstrande övervikt. Som jämförelse kan nämnas att år 1971 hade bara åtta procent av de mönstrande 18-åringarna övervikt.

Övervikt och för mycket stillasittande kan medföra förkortad livslängd. Flera vanligt förekommande sjukdomar är också relaterade till fysisk inaktivitet. Den förändrade livsstilen med mindre fysisk aktivitet innebär ett växande problem för både individen och samhället.

Tyvärr är det så att barn ägnar sig allt mindre åt "spontanidrott" och det har också visat sig att andelen barn och ungdomar som är anslutna till idrottsföreningar sjunker. För en allt större grupp av barn och ungdomar utgör skolans idrottsundervisning nästan den enda formen av träning. Det är naturligtvis ett problem att en stor grupp ungdomar får bristfällig fysisk träning. Risken är stor att vi i framtiden kommer att få allt fler vuxna med försämrat häl-

**Fel! Okänt namn på**

sotillstånd och bristfälliga förutsättningar att kunna aktivt deltaga i motionsaktiviteter och friluftsliv.

För en del barn har skolans idrottstimmar blivit de enda timmar som de regelbundet kommer i kontakt med fysisk aktivitet. Tyvärr är det så att skolan i dag inte har tilldelats tidsmässiga och andra resurser för att kunna ge dessa ungdomar tillräcklig fysisk aktivitet och stimulans. Av Europas alla länder ligger Sverige näst sist vad gäller schemalagd tid för ämnet idrott och hälsa. Att få leka, springa och hoppa utgör en naturlig och viktig del i barnens uppfostran till en hel och harmonisk människa. Det är viktigt att skolans idrottstimmar blir fler men också att de upplevs som roliga och meningsfulla av ungdomarna. Lekmomentet måste därför dominera i all idrottsutövning.

Ingen skall förhoppningsvis känna sig utanför och tycka att fysiska aktiviteter är tråkiga. Om bara viljan finns är det fullt möjligt att ge barn och ungdom fler idrottstimmar utan att det går ut över andra skolämnena. Tvärtom kommer de unga att kunna tillgodogöra sig andra skolämnena bättre när de har bättre kondition och ork.

Stockholm den 22 september 2005

*Stefan Hagfeldt (m)*