

## Motion till riksdagen 2009/10:Ub340

av **Hillevi Engström och Karin Enström (m)**

# Idrott och hälsa i skolan

## Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om behovet av förändringar i skolans syn på undervisning i ämnet idrott och hälsa för att förebygga ohälsa och fetma hos barn och ungdomar.

## Motivering

Sveriges barn och ungdomar mår sämre visar olika undersökningar. Alltför mycket stillasittande i form av tv-tittande, video, tv- och dataspel i stället för lek och rörelse präglar alltför barns vardag. Stillasittande – tillsammans med stor konsumtion av läskedrycksprodukter och snabbmat – leder till hälsoproblem och fetma.

Pliktverket kan vid mönstring se att ungdomar i dag lider av övervikt och dålig kondition. Folkhälsan hotas på sikt. Redan i dag är en stor andel vuxna sjukskrivna på grund av olika former av överbelastningsproblem. Kostnaderna för sjukskrivningar och läkemedelsförskrivning ökar dramatiskt. Livskvaliteten minskar, och det är därför angeläget och nödvändigt att kraftfulla åtgärder sätts in bl.a. inom skolan.

Ämnet idrott och hälsa fokuserar i dag alltför mycket på prestation och tävling. Även mycket unga elever i grundskolan måste om de är med på skolgymnastiken över huvud taget delta i tävlingsmoment. Det som räknas är att springa snabbt och hoppa högt eller långt. Ofta är idrottslektionerna fokuserade på tävlingsmoment, vilket hämmar de barn som lider av övervikt. Detta leder till att de elever som mest av allt behöver motionera och träna tappar lusten och motivationen om de upplever att de inte duger eller är dåliga.

De elever som redan idrottar utanför skolan premieras alltför ensidigt. De som har lätt för sig, är vältränade och motiverade utvecklas mer, men de som av olika skäl sällan motionerar tappar lusten för att delta. Detta förhållande behöver ändras. Det är angeläget att skolan skapar ett bestående intresse och

**Fel! Okänt namn på**

en förståelse för vikten av regelbunden fysisk aktivitet. Det gäller snarare att hjälpa eleverna att finna en lustbetonad form av rörelse, vilken den än är.

Alla elevers möjligheter till allsidig och lustbetonad motion med målsättningen att förbättra kondition, styrka, rörlighet samt koordination behöver bli en realitet. Elevernas behov av att träna och utveckla sina färdigheter i olika idrottsaktiviteter ska uppmuntras. Skolan skall ge allsidig kunskap om faktorer som påverkar hälsan. Kostens betydelse måste mer tydligt komma i fokus. Hur påverkas kroppen på kort och lång sikt av ensidig snabbmat etc.?

Även förståelsen för ett ergonomiskt riktigt arbets sätt behöver visas i undervisningen. Eleverna ska även ges grundläggande kunskaper i simning, livräddning och första hjälpen. Motion i form av dans i olika former bör eleverna bli förtrogna med. Dans kan vara en motionsform för dem som inte har förutsättningar för annan idrott. Kunskaper om olika former av friluftsliv och möjligheten för elever med särskilda behov att få en individuellt anpassad undervisning måste stärkas.

Stockholm den 2 oktober 2009

*Hillevi Engström (m)*

*Karin Enström (m)*