

## Motion till riksdagen 2013/14:Ub556

av Oskar Öholm (M)

# Elevers hälsa

## Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om elevers hälsa.

## Motivering

Idag finns det många barn och ungdomar i skolåldern som inte rör på sig tillräckligt mycket för att uppnå en god hälsa. Nya studier visar också att stillasittande fritidsaktiviteter har blivit vanligare längre ned i åldrarna. Detta är inte bara ett problem för skolan. Alltmer forskning pekar nu även på att motion och friska vanor underlättar för lärande och kunskapsutveckling.

Idag har eleverna i grundskolan mellan en och två idrottslektioner i veckan. På gymnasiet är det obligatoriskt med en kurs i idrott och hälsa. En internationellt vedertagen rekommendation är att barn och ungdomar ska vara fysiskt aktiva en timme per dag fem dagar i veckan. För de eleverna som inte idrottar på fritiden är det svårt att uppnå rekommendationens nivå.

Enligt SCB är det så många som var femte 13-årig kille som inte når upp till rekommendationen och var tredje 15-årig tjej. En femtedel av alla 15-åriga killar spelar data- och tv-spel minst fem timmar per dag. Bland tjejer som är 15 år uppger 13 procent att de chattar etc. minst fem timmar om dagen. Detta är den orsak som man brukar lyfta fram när man diskuterar det faktum att fetma bland barn och ungdomar ökar i Sverige. Omkring 20–25 procent av ungdomarna i 10-årsåldern i Sverige är överviktiga och drygt 3 procent lider av fetma.

Det finns ett mycket omfattande forskningsstöd för att fysisk aktivitet är både en investering i en bättre folkhälsa och en investering i en förbättring av elevers förutsättningar för inläring.

Med anledning av detta bör regeringen överväga möjligheten att se över de positiva effekterna av mer idrott i skolan.

**Fel! Okänt namn på**

Stockholm den 27 september 2013

*Oskar Öholm (M)*