

Motion till riksdagen 2009/10:Ub541

av **Sven Bergström m.fl. (c, m, fp, kd)**

Ökad tid för idrott och hälsa i skolan

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om betydelsen av mer fysisk aktivitet i skolan.

Motivering

Vår människokropp har sedan årmiljoner av genetisk utveckling och olika livsbetingelser i vår miljö anpassats för ett liv i rörelse. Vi var en nomadiserande art ständigt på jakt efter föda, värme, skydd och trygghet. Först för ca 10 000 år sedan blev vi bofasta och började odla marken för föda och skaffa tamboskap, dock under ständig rörelse och fysisk aktivitet.

Under de senaste 40–50 åren har vår livsstil i Sverige och västvärlden radikalt förändrats till en i stora delar sittande generation i skolan, i arbetslivet och på vår fritid.

Den snabba tekniska utvecklingen inom medier och kommunikation med tv, video, Internet, dataspel, mobiltelefoni, dvd, bilar, bussar, tåg m.m. är en allt ökande naturlig del av vår vardag. I mångt och mycket är detta till stor nytta för vår samhällsutveckling och produktion men är tyvärr samtidigt förödande för vad kroppen egentligen är byggd för, dvs. rörelse och fysisk aktivitet.

Skolpolitiken har samtidigt, från mitten av 50-talet, sett till att minska tiden för rörelse i skolan och blivit allt mer teoretiserad. Det faktum att tiden minskats för Idrott och Hälsoundervisningen i timplanen, obligatoriet för friluftsdagar tagits bort och simundervisningen krympts ger negativa konsekvenser för folkhälsan och inläringen i skolan.

En gemensam nämnare för nästan alla livsstilsrelaterade sjukdomar är vår brist på rörelse och felaktiga kostvanor. Enligt Folkhälsoinstitutet är närmare 75 % av alla sjukdomar i Sverige och övriga västvärlden orsakat av detta. Forskning och vetenskap över hela världen har i hundratals publicerade stu-

Fel! Okänt namn på

dier med högsta evidens visat hur viktig fysisk aktivitet är för vår kropp. Fetma, diabetes typ 2, benskörhet, alzheimer, hjärt-kärlsjukdomar, stroke, stress, ett flertal cancerformer, psykiska sjukdomar t.ex. depressioner, högt blodtryck, höga blodfetter, rygg- och nackbesvär, led- och muskelsmärter m.m. beräknas kosta vårt samhälle i Sverige över 200 miljarder/år. Vad det kostar den enskilde individen i lidande, sjukskrivning sämre privatekonomi m.m. är alldeles uppenbart dock ej lika mätbart i pengar.

Den absolut bästa friskfaktorn är självklart inte mediciner utan regelbunden fysisk aktivitet och god kosthållning. Därav också det innovativa greppet med fyss, fysisk aktivitet på recept, som gett goda erfarenheter där det prövats. Enligt vår mening är det naturligt och självklart att försöka påverka vår växande generations attityd, kunskap, kompetens, insikt och beteende så tidigt som möjligt, och skolan är då central då man når i princip alla barn mellan 6 och 19 år. Egenansvaret, föräldrar och samhällets olika institutioner har naturligtvis oerhört viktiga roller att spela för vår hälsa och livsstil men förutsättningarna, kunskapen och livsbetingelserna är så olika för människor förutom i skolan.

Det kommunala självstyret och skolorna själv har haft chansen att påverka detta sedan Lgr 93/Lgy 94, men alltför lite har hänt på området. Det är därför enligt vår mening nödvändigt att överväga nya vägar för att stimulera fysisk aktivitet i unga år. Det finns olika sätt för att utöka tiden för idrott och hälsa, t.ex. som att korta sommarlovet med 1 vecka, lite längre skoldag, minska tiden för elevens val eller andra lösningar.

WHO, Agenda 21, Europarådet, Europaparlamentet, American Heart Association, International Pediatric Association m.fl. har under fler decennier påtalat det växande folkhälsoproblemet med fetma och bristande fysisk aktivitet. Det har man gjort bl.a. genom att vädja och uppmana sina medlemsländer att skyndsamt agera genom att bl.a. utöka tiden för idrottsundervisning i skolan och på så sätt nå växande barn och ungdomar.

I december 2005 lade alliansens välfärdsgrupp fram en rapport "Investera i Hälsa, ny kraft i hälsopolitiken" där förslagen gällande barn och ungdomar bl.a. säger: Mer idrott på schemat. Här framhålls att fysisk aktivitet är av stor betydelse för barns fysiska hälsostatus, men den minskar också risken för psykisk ohälsa.

Enligt vår mening är det angeläget att nu gå vidare i denna viktiga fråga.

Stockholm den 1 oktober 2009

Sven Bergström (c)

Göran Montan (m)

Chatrine Pålsson Ahlgren (kd)

Maria Lundqvist-Brömster (fp)

Barbro Westerholm (fp)

Åke Sandström (c)

Anne Marie Brodén (m)