Svar på fråga 2020/21:2942 av Ulrika Jörgensen (M)  
Minskad psykisk ohälsa genom mer fysisk aktivitet

Ulrika Jörgensen har frågat mig hur jag avser att öka barns och ungas fysiska aktivitet under skoldagen.

Som Ulrika Jörgensen påpekar har skolan en stor möjlighet att påverka barns och ungas fysiska och psykiska hälsa. I forskningen finns en samsyn om vikten av att barn och unga ges goda möjligheter till fysisk aktivitet. Det är bra för välbefinnandet och för folkhälsan. Barn och unga rör på sig generellt för lite och är stillasittande en alldeles för stor del av dagen. För att möta den utmaningen har regeringen vidtagit en rad åtgärder.

I maj 2017 presenterade regeringen initiativet Samling för daglig rörelse, vilket är en satsning med en rad insatser för att fler barn och unga ska röra på sig varje dag. Satsningen har bland annat inneburit en utökning av den garanterade undervisningstiden i ämnet idrott och hälsa för elever i grundskolan med 100 timmar fr.o.m. höstterminen 2019 genom att dessa timmar omfördelades från elevens val. Som en del av satsningen påbörjade också Riksidrottsförbundet 2018 en kraftsamling för mer idrott, rörelse och utveckling av rörelseförståelse inom ramen för skoldagen. Särskilt prioriterat är att nå de barn som rör på sig allra minst. Regeringen har avsatt 40 miljoner kronor för denna verksamhet 2021, vilket är en ökning med 10 miljoner kronor jämfört med 2020.

Statens skolverk erbjuder ett stödmaterial för skolors arbete med mer rörelse under skoldagen. Materialet omfattar bland annat stöd för hur man kan bygga in fysisk aktivitet under lektionerna och hur man kan arbeta med aktiva raster.

Den 16 april 2020 gav regeringen en särskild utredare i uppdrag att lämna förslag på åtgärder som främjar fysisk aktivitet (dir. 2020:40). Utredaren, som ska fungera som nationell samordnare, ska genom ett utåtriktat arbete dels öka den allmänna kunskapen om de positiva effekterna som fysisk aktivitet bidrar till för den enskilde individen, dels mobilisera och engagera relevanta aktörer i samhället. Den preventiva effekten av fysisk aktivitet vad gäller psykisk ohälsa lyfts i direktivet och det anges också att utredaren särskilt ska beakta sårbara grupper så som exempelvis barn och ungdomar. Uppdraget ska slutredovisas senast den 1 mars 2023.

Sammanfattningsvis utgör regeringens insatser för att öka barns och ungas fysiska aktivitet under skoldagen och andra hälsofrämjande insatser en mycket viktig del i regeringens folkhälsoarbete.

Stockholm den 2 juni 2021

Anna Ekström