

Enskild motion

## Motion till riksdagen 2015/16:946

av Gunilla Nordgren (M)

### Mer rörelse och idrott i skolan

---

#### **Förslag till riksdagsbeslut**

1. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om mer idrott och rörelse i skolan och tillkännager detta för regeringen.

#### **Motivering**

Skolidrotten fyller en viktig pedagogisk funktion. Förutom att barnen får möjlighet att röra på sig och prova på olika idrotter sker en mängd positiva processer i kroppen såsom stärkt benstomme och förbättrad koordination. Vi vet också att fysisk aktivitet innebär minskad risk för psykisk ohälsa. Idrotten ger också stora möjligheter till samarbetsövningar.

Svenska elever har mindre schemalagd idrott än eleverna i många andra europeiska länder detta trots att forskningen visar att fysisk aktivitet har stor betydelse för både folkhälsan och välbefinnandet.

Att dra ner på idrottsämnet kan få negativa konsekvenser, särskilt i stillasittande datortider.

Barns och ungas övervikt handlar dessutom ofta om en kombination av för lite rörelse och dåliga matvanor. Skolämnet idrott och hälsa kan skapa förutsättningar för en ökad grad av lärande och koncentration. Det finns av dessa skäl mycket som talar för att idrott och rörelse måste uppgraderas i skolan.

Idrott ingår idag som ett ämne i läroplanen för grundskolan med 500 timmar under årskurserna 1–9, med i genomsnitt två tillfällen per vecka med en spridning från 40 minuter till 140 minuter per vecka.

Vi har många goda exempel att lyfta fram när det gäller utökad idrott. Ett av dem är Bunkefloprojektet som är ett samverkansprojekt mellan skolan och en lokal idrottsförening och som bygger på att göra idrott och hälsa till en naturlig del av vardagen för skolans elever. Eleverna har en timme idrott per dag.

Projektet har ända sedan starten för mer än 15 år sedan vilat på vetenskaplig grund. Det visar också att det är daglig rörelse som ger bäst effekt.

En avhandling från Malmö högskola visar att 96 procent av eleverna som deltog i studien och fick en timmes rörelse per dag var behöriga till gymnasiet, jämfört med 89 procent i jämförelsegruppen.

Det finns bara vinster med en utökad timplan för ämnet idrott såväl ur ett samhällsekonomiskt perspektiv som för individen. Vi behöver arbeta för att fler barn rör sig mer och ofta så att det inte blir upp till om man har en engagerad lärare att det finns en ändamålsenlig lokal och rätt förutsättningar.

*Gunilla Nordgren (M)*