

Motion till riksdagen 2013/14:Ub561

av **Carina Herrstedt (SD)**

Ökad fysisk aktivitet i skolan

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anføres i motionen om betydelsen av mer fysisk aktivitet i skolan och skolmiljöer som inbjuder till fysisk aktivitet.

Motivering

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. Att den fysiska aktiviteten har minskat råder det ingen tvekan om. En bidragande orsak är den snabba tekniska utvecklingen inom medier och kommunikation med tv, video, internet, dataspel, mobiltelefoni, bilar, bussar, tåg m.m. Vår kropp är byggd för rörelse och fysisk aktivitet, och i dagens samhälle tillgodoser vi inte detta naturliga behov.

Många föräldrar skjutsar sina barn till skolan. I skolan möts barnen av, i många fall, tråkiga skolgårdar som inte inbjuder till rörelse.

Barn har behov av att röra sig, och att tvinga barn att vara stilla för långa stunder upplevs som mycket plågsamt. Bristen på rörelse och felaktiga kostvanor är en gemensam nämnare för nästan alla livsstilsrelaterade sjukdomar som vi drabbas av när vi blir äldre. Dåliga kostvanor och fysisk inaktivitet är upphovet till 75 procent av alla sjukdomar i Sverige och övriga västvärlden. Kostnaderna för det svenska samhället är över 200 miljarder/år. Kostnaden för den enskilde individen i lidande, sjukskrivning och sämre privatekonomi är svårare att mäta i pengar. För att hålla sig frisk så krävs det regelbunden fysisk aktivitet och god kosthållning.

Barns och ungdomars fritid har blivit ett viktigt led i identitetsskapande. Vad du gör på fritiden utmärker vem du är. Idrotten har en väldigt stor betydelse för många barn. Det är därför oerhört viktigt att barn och ungdomar har

Fel! Okänt namn på

fler idrottstimmar på schemat. Fysisk aktivitet har en stor betydelse för barns fysiska hälsostatus.

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

Det behövs fler fysiska aktiviteter i skolan. Skolan uppmuntrar genom undervisning i idrott och hälsa lusten att motionera senare i livet. Genom att uppmuntra lek och rörelse så tränas de motoriska färdigheterna för barn. Miljön kring skolorna, särskilt skolgårdarna, måste inbjuda till fysisk aktivitet. Barns möjligheter att kunna gå eller cykla till skolan bör också möjliggöras genom tillgång till säkra gång- och cykelvägar.

Stockholm den 4 oktober 2013

Carina Herrstedt (SD)