

Enskild motion

Motion till riksdagen 2016/17:495

av **Gunilla Nordgren (M)**

Mer rörelse och idrott i skolan

Förslag till riksdagsbeslut

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 och ofta underlättad inläring. Vi vet också att fysisk aktivitet innebär minskad risk för psykisk ohälsa. Idrott och rörelse ger även möjligheter till samarbetsövningar.

Svenska elever har färre timmar 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.

Barns och ungas övervikt handlar 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. Ämnet idrott och hälsa innehåller även undervisning i hälsa med mera vilket är bra men innebär samtidigt att antalet timmar med rörelse har minskat, samtidigt som många elever rör sig mindre på fritiden och mer sällan går eller cyklar till skolan.

Det finns många goda exempel att lyfta fram när det gäller utökad rörelse och idrott. Det finns goda exempel på samverkansprojekt mellan skola och lokal idrottsförening, som innebär att daglig rörelse blir en naturlig del av vardagen. Det har visat sig att just daglig rörelse är det som ger bäst effekt.

Fler antal timmar i timplanen med rörelse och idrott skulle ge alla elever möjlighet till mer rörelse, inte bara de elever som råkar gå på en skola där lärare och rektor med flera är engagerade och medvetna om de positiva effekter som uppnås med mer rörelse i skolan.

Gunilla Nordgren (M)