

Motion till riksdagen 2022/23:1787

av **Ulrika Heindorff (M)**

Idrott och hälsa i grundskolan

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att se över möjligheten att utöka ämnet idrott och hälsa i grundskolan och tillkännager detta för regeringen.

Motivering

Den psykiska och fysiska ohälsan ökar i Sverige¹. Barn och unga rör på sig alldeles för lite och är stillasittande en alldeles för stor del av dagen. Ska den generation som växer upp nu bli en frisk generation så måste trenden med ökande fetma och minskad aktivitet vändas. Här behöver det genomföras åtgärder lokalt, regionalt och nationellt för att tillsammans ta ansvar för att barn och unga får en hälsosam skolgång där de får möjligheten att lära sig de positiva effekterna av att röra på sig och leva hälsosamt.

Sambandet mellan fysisk aktivitet och elevers prestation i skolan har kunnat konstateras vara stort i flera rapporter.²

Författaren, läkaren och överläkaren i psykiatri Anders Hansen har skrivit flera böcker om den mänskliga hjärnan. När han slog lyssnarrekord med sitt sommarprat 2019 föreläste han för en hel befolkning om vad som händer i hjärnan när vi rör på oss.

– Vi vill inspirera alla barn, framförallt de som inte är så fysiskt aktiva. För fysisk aktivitet handlar inte om idrott och prestation och är inte ett nödvändigt ont, utan en fantastisk möjlighet för att både må och fungera bättre. Vi ser skolan som en viktig plattform för att nå ut med denna kunskap till ALLA barn i Sverige, säger Anders Hansen.³

Tidigare innehöll läroplanen för grundskolan 500 timmar skolidrott. Moderaterna la redan 2016 tillsammans med övriga allianspartier förslag om att utöka ämnet idrott och

¹ <https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2022/mars/negativ-utveckling-av-overvikt-och-fetma-i-40-ar-bland-bade-barn-och-vuxna/>

² <https://www.skolverket.se/skolutveckling/forskning-och-utvarderingar/forskning/positivt-samband-mellan-rorelse-i-skolan-och-larande>

³ <https://generationpep.se/sv/aktuellt/hjarnstark-junior-till-alla-sveriges-skolor/>.

hälsa. Socialdemokraterna tillsammans med Miljöpartiet och Vänsterpartiet röstade nej till förslaget om att utöka antalet timmar i idrott och hälsa i skolan vid omröstningen i riksdagen. Kort därefter i maj 2017 presenterade regeringen glädjande nog att undervisningstiden i skolämnet idrott och hälsa skulle utökas med 100 timmar i grundskolan från och med läsåret 2019/20. Detta innebär att den dåvarande rödgröna regeringen rättade sig efter de tillkännagivanden som riksdagen hade beslutat om där Moderaterna varit drivande för att utöka skolidrotten. Det är ett steg på väg men det behövs ännu mer rörelse i skolan, både inom ämnet idrott och hälsa, i samband med andra lektioner och på rasterna.

Ungdomar behöver röra sig mer på fritiden i första hand, men även i skolan bör eleverna ha mer fysisk aktivitet. Forskningen från Bunkefloprojektet visar att mer fysisk aktivitet i skolan är bra för elevernas motorik och förbättrar elevernas övriga resultat i skolan. Vill vi ha piggare elever med bättre skolresultat bör vi införa ännu mer idrott och fysisk aktivitet i skolan.

En avhandling av Amanda Lahti visar på långtidseffekterna från Bunkefloprojektet. Hon har forskat på huruvida barnen, i dag 25 år gamla, höll fast vid den fysiska aktiviteten även tre år efter att de slutat grundskolan. Resultatet presenterade hon i en avhandling. Hon säger: ”Det vi kunde se var att den dagliga skolidrotten hade förlängda effekter på dessa elever. När de gick sista året på gymnasiet, alltså tre år efter att de slutat grundskolan och med daglig skolidrott, hade de fortfarande en högre grad av fysisk aktivitet jämfört med elever som gått på kontrollskolorna i Bunkefloprojektet.”⁴

Svenska Olympiska Kommittén (SOK) och Gymnastik- och idrottshögskolan (GIH) vill utöka skolidrotten. De vill att alla elever ska ha en timmas fysisk aktivitet varje dag i skolan, vilket är Moderaternas långsiktiga mål.

En invändning mot mer skolidrott är att idrottshallarna inte kommer att räcka till om skolidrotten utökas. Detta är en relevant synpunkt som måste tas hänsyn till. Synsättet på idrott och hälsa behöver förändras. Utveckling kan ske på många plan såsom samarbete med idrottsföreningar, översyn av nyttjandet av lokala idrottshallar och mer skolidrott och fysisk aktivitet utomhus under större del av året. Skolverket pekar på att det är en stor utmaning för många skolor att göra plats för 100 nya timmar idrott och hälsa i redan trånga idrottshallar. Samtidigt är det brist på behöriga lärare i ämnet. Lösningen kan vara att omfördela kompetenser och att se över möjligheten att bedriva undervisning utomhus, menar Skolverket.

Skolverket har ingen exakt statistik på antalet undervisningstimmar som i dag sker inomhus. Men de gör ett antagande att 70 procent av dagens undervisning bedrivs i idrotts- och simhallar.

Nämnas bör också att själva innehållet i skolidrotten bör ses över. 2018 kom Skolinspektionen med en granskning där man pekar på att det är för stort fokus på bollsport och tävlingsmoment istället för på rörelse. Granskningen baseras på en enkätundersökning bland elever och idrottslärare på 100 högstadieskolor. 22 skolor fick besök och hundra lektioner observerades.⁵

Vad gäller teorin i ämnet idrott och hälsa är det viktigt att eleverna får med sig verktyg och kunskaper om fysisk aktivitet i ett livslångt perspektiv.

Utöver de positiva effekter som mer idrott och hälsa skulle ge så bidrar detta även på sikt till ökade skatteintäkter, ökad produktivitet och sänkta sjukvårdskostnader då

⁴ <https://www.vetenskaphalsa.se/daglig-skolidrott-kan-leda-till-mer-fysisk-aktivitet-senare-i-livet/>.

⁵ <https://www.svt.se/nyheter/lokalt/smaland/for-mycket-bollsport-och-tavling-i-skolidrotten>.

framtidens medborgare kommer att bli mer hälsosamma och få bättre resultat, vilket gör att de kan utbilda sig vidare och sedan bli friska arbetstagare. Med anledning av ovan vill motionären utöka ämnet idrott och hälsa i grundskolan och tillkännage detta för regeringen.

Ulrika Heindorff (M)