

Enskild motion

Motion till riksdagen: 2014/15:291

av Jessika Roswall (M)

Idrott i skolan

Förslag till riksdagsbeslut

1. Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om att ge skolan större frihet för friskvård, öka elevernas valfrihet av fysiska aktiviteter och se över möjligheterna att öka antalet motionstimmar i skolan.

Motivering

Rubriker som ”Varannan svensk överviktig” eller ”Svenskarna har aldrig varit fetare”, möter oss då och då på löpsedlarna. Vi vet idag att fetma och övervikt är ohälsosamt. Trots det fortsätter trenden att vi blir fetare och fetare. I en studie gjord av Karolinska institutet är 15–30 procent av barnen i Sverige överviktiga och andelen barn med fetma ligger mellan 2–6 procent. För några decennier sedan var det främst stillasittande medelålders personer som drabbades av övervikt och fetma, men idag väger vart fjärde barn i Sverige för mycket, vilket är oerhört allvarligt.

Små barn fattar inte sina egna beslut utan präglas av hur deras föräldrar lever. Skolan måste därför ges större frihet och ansvar att påverka barn och unga att leva ett mer aktivt liv, präglat av hälsosamma matvanor och mycket motion. Det är viktigt att barn rör sig varje dag.

Alla har vi olika förutsättningar och olika fysiska förmågor. Elever borde ges valmöjligheten att själva välja vilka fysiska aktiviteter de vill genomföra. Vi kan på så sätt öka motivationen till fysisk aktivitet genom uppmuntran istället för tvång. Alla barn tycker inte det är roligt med redskapsgymnastik eller bollsporter, låt dem istället själva välja vad som motiverar dem utifrån aktiviteter som får dem att må bra. Det är viktigt att uppmuntra barnen och få dem att känna att det är roligt att röra på sig snarare än att känna ångest, eller tvivel på sin egen fysiska förmåga. Förutom vinsten ur ett hälsosamt

perspektiv är det också tydligt från olika studier att ökad rörelse även leder till förbättrade skolresultat.

Allt ansvar för fysisk aktivitet ska givetvis inte läggas på skolan. Men om vi inför fler motionstimmar i skolan kommer detta inte bara att påverka barn och ungdomar i deras unga år, det kommer även att ge avtryck i deras livsstil längre fram. Övervikt kan generera diabetes, hjärtinfarkt, barnlöshet, cancer och andra livshotande sjukdomar men det kan även leda till psykisk ohälsa, som exempelvis mobbning i skola och på arbetsplatsen samt dåligt självförtroende. Vi kan även på så sätt undvika onödiga samhällsproblem som utanförskap och risk för att hamna i brottslighet på ett tidigt stadium i kampen mot en av vår tids största folksjukdomar. Dessutom vet vi att en ökad delaktighet i olika idrotter eller föreningar minskar utanförskapet.

Jessika Roswall (M)