

Motion till riksdagen 2005/06:Ub452

av **Gunnar Sandberg och Lars U Granberg (s)**

Ökad undervisning i idrott och hälsa

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad i motionen anförs om idrott och hälsa i grund- och gymnasieskolan.

Motivering

Vår människokropp har under många år av utveckling anpassats för rörelse. Vår genetiska uppsättning är till 100 % lik en stenåldersmänniska och vår kropp är helt enkelt byggd för rörelse.

Nutida livsstil, levnadsvanor och skolpolitik i Sverige och västvärlden har gjort sitt bästa för att minimera den naturliga rörelsen i skola, arbete och fritidsliv. Den snabba tekniska utvecklingen i samhället och förändring av livsstil har under 30–40 års tid förvandlat oss till en ”sittande generation”.

Detta har fått fullständigt förödande konsekvenser för vår hälsa. Vi ser idag en närmast epidemisk ökning av fetma, benskörhet, typ 2-diabetes, stress och led/muskelbesvär bland barn och vuxna. Att regelbundet äta en näringsriktig kost tillsammans med ökad fysisk aktivitet är otvetydigt de största och mest effektiva friskfaktorerna enligt samstämmig forskning för dessa uppräknade sjukdomar och många fler.

Enligt en rapport från Statens folkhälsoinstitut 2003 beror tre fjärdedelar av folksjukdomarna på att svenska folket inte rör sig tillräckligt mycket. Detta hotar starkt vårt lands produktion och tillväxtfaktor med gigantiska ohälsotal. Vad detta kostar den enskilda individen i lidande, minskad inlärningsförmåga och Sveriges produktion och välbefinnande är närmast ofattbart.

Att vissa skolor nu börjar införa dagliga promenader och andra fysiska aktiviteter för att uppnå målet om 30 minuters fysisk aktivitet är bra och ett komplement till den övriga undervisningen. Dock så räcker inte detta på långa vägar och det är dessutom ytterst få högstadies- och gymnasieskolor som anammat detta enligt en nyligen presenterad rapport i sept -05 från Myndigheten för skolutveckling.

Fel! Okänt namn på

I skolan når man alla barn mellan 6 och 19 år och detta måste vara den viktigaste arenan att skyndsamt påverka barnens kunskap, attityd och livsstil för ökad hälsa. Den pedagogiskt mest lämpade personen för detta är ju den välutbildade idrottsläraren som med dagens timplan inte ges en chans att uppfylla de väl skrivna målen i läroplanen. För detta bör 3 timmar/vecka genom alla stadier vara ett rimligt krav och mål. Nu har de endast 50 min/vecka i gymnasiet och 90 min/vecka i grundskolan vilket är bland det lägsta i jämförelse med andra länder i Europa.

WHO, Europarådet m.fl. har under det senaste decenniet vid ett flertal tillfällen påtalat problemet och rekommenderat världens nationer att skyndsamt öka den fysiska aktiviteten i skola, arbete och friluftsliv ur ett folkhälsoperspektiv. Samhällets ambitioner för att uppnå en ökad produktivitet och folkhälsa som ger allmänt ökad välfärd i Sverige behöver en ung frisk arbetskraft.

Regeringen bör se över möjligheterna att stärka undervisningen i idrott och hälsa i grund- och gymnasieskolan.

Stockholm den 4 oktober 2005

Gunnar Sandberg (s)

Lars U Granberg (s)