

## Motion till riksdagen 2010/11:Ub261

av **Lena Asplund och Bengt-Anders Johansson (M)**

# Fler idrottstimmar i skolan

## Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om fler idrottstimmar i skolan.

## Motivering

Flera oberoende studier i olika delar av landet visar att andelen överviktiga barn har fördubblats under de senaste två decennierna, enligt Statens folkhälsoinstitut. Andelen feta barn har blivit fyra till fem gånger så stor.

Allt fler barn är mindre aktiva på sin fritid idag. Färre barn deltar i idrottsföreningar och barns spontana lek har minskat i takt med att tv-kanalernas utbud har ökat och datorspelen blivit fler. Idag har vi en mängd tevekanaler som riktar sig till barn och som sänder i princip dygnet runt. Tevetittande, pc- och tevespel är vanliga sysselsättningar för barn ifrån riktigt låg ålder. Samtidigt kommer larmrapporter om att sjukdomar som astma, diabetes och andra välfärdssjukdomar blir vanligare bland barn i yngre åldrar.

Skolan har en viktig roll när det gäller ungas motion. För det första når den alla barn och ungdomar. För det andra kan skolan lägga grunden för barns och ungdomars fysiska status, attityder och hälsobeteende tidigt.

Vanor som sätts i tidig ålder behålls genom livet. Inaktiva tonåringar blir i alltför stor utsträckning inaktiva vuxna. Genom att införa mer idrott, under ledning av idrottslärare som ser alla barns behov av fysisk aktivitet, och öka undervisningen i hälsa skapar vi friskare barn och därmed på sikt friskare vuxna.

Betydelsen av regelbunden fysisk aktivitet är också viktig när det gäller inlärning. Enligt rapporten Fysisk aktivitet för bättre kunskapsutveckling klarar sig eleverna bättre om de rör på sig mer. ”De blir gladare och får lättare att koncentrera sig, vilket gör att det blir lugnare i klassrummen. Detta leder i sin

**Fel! Okänt namn på**

tur till att eleverna bättre tar till sig kunskaper”, står det bland annat i rapporten.

Vi vill se en ökning av antalet idrottstimmar i skolan. En ökning skulle vara en investering i den svenska folkhälsan.

Stockholm den 19 oktober 2010

*Lena Asplund (M)*

*Bengt-Anders Johansson (M)*