

Motion till riksdagen 2013/14:Ub490

av **Gunnar Sandberg (S)**

Fysisk aktivitet i skolan

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om vikten av fysisk aktivitet i skolan.

Motivering

Fysisk aktivitet är den enskilt viktigaste faktorn för en bättre hälsa. Enligt Världshälsoorganisationen var 50 procent av sjukvårdskostnaderna i Sverige 2010 livsstilsrelaterade. Prognosen för 2020 visar att siffran ökar till 70 procent, om vi inte radikalt ändrar vår nuvarande livsstil. Mer av fysisk aktivitet är därför det enklaste och billigaste receptet för bättre folkhälsa och mot galopperande sjukvårdskostnader.

Vi vet också att fysisk aktivitet förbättrar inlärningsförmågan hos barn och ungdomar. Det höjer koncentrationsförmågan och förebygger ohälsa som höjt blodtryck samt minskar risken för cancer och hjärt-kärlsjukdomar avsevärt.

Forskare vid Sahlgrenska akademien vid Göteborgs universitet har påvisat genom en omfattande studie, att träning hos yngre individer kan kopplas till minskad risk för svår depression senare i livet. Tonåren utgör en kritisk period i hjärnans utveckling då högre funktioner etableras och en utveckling av den sociala och emotionella förmågan sker. Forskarnas slutsats är att skolan bör ge större utrymme för aktiv idrottsutövning och stimulera till vanor som bygger upp och underhåller den fysiska konditionen. Trots årtionden av upplysningskampanjer är det var femte vuxen och ca 40 procent av barn och unga som, ur hälsosynpunkt, är tillräckligt fysiskt aktiva på sin fritid.

Goda vanor grundläggs i barna- och ungdomsåren. Den organiserade idrottsrörelsen gör ett mycket bra arbete, men den når inte alla barn och ungdomar. Det enda ställe där man når alla barn är i skolan. Därför måste skolan ge ökat utrymme för fysisk aktivitet. Det kan ske under skoldagen men också genom att skolan på flera olika sätt uppmuntrar eleverna att vara fysiskt ak-

Fel! Okänt namn på

tiva. Kommunerna och de enskilda skolorna har ett stort ansvar för att skoltiden utnyttjas på ett bra sätt, men det är angeläget att staten också tydligt markerar betydelsen av barns och ungdomars fysiska aktivitet.

Stockholm den 20 september 2013

Gunnar Sandberg (S)