

Enskild motion

## Motion till riksdagen 2015/16:709

av Johan Forssell (M)

### Skolmiljöer som inbjuder till fysisk aktivitet

---

#### **Förslag till riksdagsbeslut**

1. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om betydelsen av att verka för skolmiljöer som inbjuder till fysisk aktivitet och tillkännager detta för regeringen.

#### **Motivering**

Sverige har genomgått stora samhällsförändringar de senaste 50 åren som har förändrat vårt sätt att leva i grunden. Under de senaste årtiondena har vår vardagliga fysiska aktivitet minskat. För många upptas en stor del av den vakna tiden av stillasittande aktiviteter; vi har skrivbordsjobb, vi sitter i skolbänken och vi använder fordon för att förflytta oss. Stillasittande beteende har nästan blivit synonymt med ett modernt samhälle.

Det är inte bara bland vuxna som man kan se ett stillasittande beteende. Även barn och unga rör på sig mindre än förr. Förekomsten av barnfetma har förvisso planat ut under senare år, men på en hög nivå. Livsstilsrelaterade sjukdomar grundar sig ofta i dåliga kostvanor och brist på rörelse. Det finns ett tydligt samband mellan stillasittande beteenden och risk för att insjukna i hjärt-kärlsjukdomar samt diabetes. Man behöver inte ha en uttalad fetma för att vara i riskzonen. Barn med måttlig övervikt före puberteten riskerar att drabbas av framtida sjukdomar.

Skolan har en avgörande roll för att tidigt skapa goda vanor kring fysisk aktivitet och hälsa. Alltför ofta låter vi oss begränsas av klassrummets fyra väggar istället för att se möjligheten som naturen kan erbjuda i den dagliga verksamheten. Ett förändrat synsätt

skulle möjliggöra att fler elever fick en bättre kontakt med naturen. Flera studier visar också på miljöns betydelse för god koncentrationsförmåga och välmående.

En utmaning i sammanhanget är att många föräldrar skjutsar sina barn slentrianmässigt till skolan. När barnen väl kommit fram kan de mötas av tråkiga skolgårdar som inte lockar till rörelse. Allt fler skolor i svenska städer har ytterst liten utemiljö för eleverna och många saknar till och med skolgård. Det försämrar förutsättningarna för barn att kunna leka på rasterna och få den fysiska aktivitet som deras kroppar behöver.

Det är viktigt att det finns goda förutsättningar för barnen att aktivera sig under skoldagen. Idag finns inga fastställda normer för hur stor en skolgård bör vara. Utredningar och forskning pekar på ett behov av 25 till 60 kvadratmeter per barn, beroende på ålder och verksamhetsform. Men det handlar inte bara om hur stor skolgården är utan även hur den är utformad. God tillgång till bland annat grönytor, lekparkar och idrottsredskap, sänker trösklarna till fysisk aktivitet.

Det finns fler goda exempel på bra skolgårdar ute i landet som andra skolor kan inspireras av. Skolgårdsprojektet i Nacka kommun har en framgångsrik modell för att utveckla kommunens utemiljöer som pedagogiska rum i samarbete med förskolor och skolor. Projektet bidrar till en trivsamt skolgård med leklust som stimulerar till kreativitet, lek och rörelse. Även i Malmö arbetar man aktivt med frågorna.

Miljön kring skolan, särskilt skolgårdarna, spelar en viktig roll för barns och ungas hälsa. Därför är det av vikt att överväga möjligheter att verka för skolmiljöer som genom kreativa utformningar uppmuntrar till lek och rörelse.

*Johan Forssell (M)*