

Motion till riksdagen 2006/07:Ub366

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

Idrott och hälsa i grund- och gymnasieskolan

Förslag till riksdagsbeslut

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

Motivering

Människokroppen är byggd för rörelse. Livsstilen i Sverige och övriga västvärlden under de senaste 20–30 åren tillsammans med modern teknisk utveckling har gjort oss till en sittande generation. Detta har allvarliga konsekvenser för vår hälsa och i slutändan för samhällsekonomin. En rad sjukdomar kan direkt relateras till övervikt och fetma. Det är sjukdomar som benskörhet, diabetes, hjärt-kärlsjukdomar, bröstcancer, tjocktarmscancer, högt blodtryck, depressioner m.m. Att äta en näringsriktig kost är tillsammans med regelbunden motion den största friskfaktorn enligt samstämmig forskning. De redan sjuka ökar möjligheterna att förbättra hälsotillståndet genom att ändra kostvanor och att öka motionen.

Det förebyggande arbetet måste påbörjas redan på förskolenivå med information till barn och föräldrar. Det är också ett oavvisligt krav att utbudet av idrott och hälsa ökar i skolans timplan. Det har visserligen varit möjligt sedan drygt tio år tillbaka att förstärka idrottsämnet och profilera mot hälsa, men det är ytterst få skolor som har gjort verklighet av detta. Eftersom idrott och hälsa är ett kunskaps- och bildningsämne, krävs det utbildade pedagoger från landets högskolor och universitet till detta ämne. Att barn är mer fysiskt aktiva i andra ämnen och ett ökat samarbete med idrottsrörelsen är ett bra komplement till detta, men det kan aldrig ersätta den professionella lärarens kompetens.

Skolan är den absolut viktigaste arenan för att främja hälsa, varför det behövs ett centralt beslut om minst tre timmar idrott och hälsa i veckan genom

Fel! Okänt namn på

hela grund- och gymnasieskolan. Fysisk aktivitet främjar dessutom lärandet i teoretiska ämnen, vilket eleven har nytta av under hela sin skolgång. Det är också viktigt att fysiska aktiviteter utformas så att de upplevs som roliga, genom att exempelvis dans införs som inslag i detta.

Skolan kan också främja hälsan genom allsidig och nyttig skolmat. Det borde inte heller förekomma försäljning av godis och söta drycker inom skolans lokaler.

På många håll har skolhälsovården fått mindre resurser och därför sämre förutsättningar för att kunna utföra ett bra jobb. Skolan har tillförts mer ekonomiska resurser, och skolhälsan borde få del av dessa till sin verksamhet.

Det är nödvändigt att en långsiktig handlingsplan för att öka den fysiska aktiviteten och minska stressen i skolan, på fritiden och på sikt i arbetslivet snarast tas fram.

Stockholm den 26 oktober 2006

Gunnar Sandberg (s)

Lars U Granberg (s)