

Motion till riksdagen 2023/24:853

av **Ulrika Heindorff (M)**

Utökning av idrott och hälsa i grundskolan och på gymnasiet

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att se över möjligheten att utöka ämnet idrott och hälsa i grundskolan och på gymnasiet och tillkännager detta för regeringen.

Motivering

Den psykiska och fysiska ohälsan ökar i Sverige¹. För första gången presenterade i år Folkhälsomyndigheten data som samlats in från 161 kommuner för skolåret 2021/2022. Den visar att ungefär vart fjärde barn i åldern 6–9 år har fetma eller övervikt. Övervikt och fetma blir vanligare med stigande ålder. 36 procent av 9-åringarna har övervikt eller fetma, jämfört med 18 procent av 6-åringarna.²

Barn och unga rör på sig alldeles för lite och är stillasittande en alldeles för stor del av dagen. Ska den generation som växer upp nu bli en frisk generation så måste trenden med ökande fetma och minskad aktivitet vändas. Här behöver det göras åtgärder lokalt, regionalt och nationellt för att tillsammans ta ansvar för att barn och unga får en hälsosam skolgång där de får möjligheten att lära sig de positiva effekterna av att röra på sig och leva hälsosamt.

Sambandet mellan fysisk aktivitet och elevers prestation i skolan har kunnat konstateras vara stort i flera rapporter.³

¹ <https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2022/mars/negativ-utveckling-av-overvikt-och-fetma-i-40-ar-bland-bade-barn-och-vuxna/>.

² <https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2023/juni/hog-forekomst-av-overvikt-och-fetma-bland-skolelever/>.

³ <https://www.skolverket.se/skolutveckling/forskning-och-utvarderingar/forskning/positivt-samband-mellan-rorelse-i-skolan-och-larande>.

Författaren, läkaren och överläkaren i psykiatri Anders Hansen har skrivit flera böcker om den mänskliga hjärnan. När han slog lyssnarrekord med sitt sommarprat 2019 föreläste han för en hel befolkning om vad som händer i hjärnan när vi rör på oss. ”Vi vill inspirera alla barn, framförallt de som inte är så fysiskt aktiva. För fysisk aktivitet handlar inte om idrott och prestation och är inte ett nödvändigt ont, utan en fantastisk möjlighet för att både må och fungera bättre. Vi ser skolan som en viktig plattform för att nå ut med denna kunskap till ALLA barn i Sverige”, säger Anders Hansen.⁴

Tidigare innehöll läroplanen för grundskolan 500 timmar skolidrott. Moderaterna la redan 2016 tillsammans med övriga allianspartier förslag om att utöka ämnet idrott och hälsa. Socialdemokraterna tillsammans med Miljöpartiet och Vänsterpartiet röstade nej till förslaget om att utöka antalet timmar i idrott och hälsa i skolan vid omröstningen i riksdagen. Kort därefter i maj 2017 presenterade regeringen glädjande nog att undervisningstiden i skolämnet idrott och hälsa skulle utökas med 100 timmar i grundskolan från och med läsåret 2019/20. Detta innebar att den dåvarande rödgröna regeringen rättade sig efter de tillkännagivanden som riksdagen hade beslutat om där Moderaterna varit drivande för att utöka skolidrotten. Det är ett steg på väg men det behövs ännu mer rörelse i skolan, både inom ämnet idrott och hälsa, i samband med andra lektioner samt på rasterna. Den förändring som gjordes omfattade inte gymnasiet.

Ungdomar behöver röra sig mer på fritiden i första hand, men även i skolan bör eleverna ha mer fysisk aktivitet. Forskningen från Bunkefloprojektet visar att mer fysisk aktivitet i skolan är bra för elevernas motorik och förbättrar elevernas övriga resultat i skolan. Vill vi ha piggare elever med bättre skolresultat bör vi införa ännu mer idrott och fysisk aktivitet i skolan.

En avhandling av Amanda Lahti visar på långtidseffekterna från Bunkefloprojektet. Hon har forskat på huruvida barnen, i dag 25 år gamla, höll fast vid den fysiska aktiviteten även tre år efter att de slutat grundskolan. Resultatet presenterade hon i en avhandling. Hon säger:

Det vi kunde se var att den dagliga skolidrotten hade förlängda effekter på dessa elever. När de gick sista året på gymnasiet, alltså tre år efter att de slutat grundskolan och med daglig skolidrott, hade de fortfarande en högre grad av fysisk aktivitet jämfört med elever som gått på kontrollskolorna i Bunkefloprojektet.⁵

Svenska olympiska kommittén (SOK) och Gymnastik- och idrottshögskolan (GIH) vill, precis som Moderaterna, utöka skolidrotten. De vill att alla elever ska ha en timmas fysisk aktivitet varje dag i skolan, vilket är Moderaternas långsiktiga mål.

En invändning mot mer skolidrott är att idrottshallarna inte kommer att räckas till om skolidrotten utökas. Detta är en relevant synpunkt som måste tas hänsyn till. Synsättet på idrott och hälsa behöver förändras. Utveckling kan ske på många plan såsom samarbete med idrottsföreningar, översyn av nyttjandet av lokala idrottshallar och mer skolidrott och fysisk aktivitet utomhus under större del av året. Skolverket pekar på att det är en stor utmaning för många skolor att göra plats för 100 nya timmar idrott och hälsa i redan trånga idrottshallar. Samtidigt är det brist på behöriga lärare i ämnet. Lösningen kan vara att omfördela kompetenser och att se över möjligheten att bedriva undervisning utomhus, menar Skolverket.

⁴ <https://generationpep.se/sv/aktuellt/hjarnstark-junior-till-alla-sveriges-skolor/>.

⁵ <https://www.vetenskaphalsa.se/daglig-skolidrott-kan-leda-till-mer-fysisk-aktivitet-senare-i-livet/>.

Skolverket har ingen exakt statistik på antalet undervisningstimmar som i dag sker inomhus. Men de gör ett antagande att 70 procent av dagens undervisning bedrivs i idrotts- och simhallar.

Nämnas bör också att själva innehållet i skolidrotten bör ses över. 2018 kom Skolinspektionen med en granskning där man pekar på att det är för stort fokus på bollsport och tävlingsmoment istället för på rörelse. Granskningen baseras på en enkätundersökning bland elever och idrottslärare på 100 högstadieskolor. 22 skolor fick besök och hundra lektioner observerades.⁶

I våras presenterades den statliga offentliga utredningen SOU 2023:29, *Varje rörelse räknas – hur skapar vi ett samhälle som främjar fysisk aktivitet?*⁷ I denna föreslås bland annat en utökning av ämnet idrott och hälsa på gymnasiet. I denna utredning kan man läsa att det är i de äldre åldrarna stillasittandet är mest utpräglat.⁸ I denna utredning kan man läsa att

1995 minskades timantalet för skolämnet Idrott och hälsa med 20 procent på grundskolan och 40 procent på gymnasiet. Samtidigt togs de obligatoriska friluftsdagarna bort.

Den förstärkning som gjorts av ämnet idrott och hälsa efter detta har gjorts i grundskolan men inte på gymnasiet. Trots att vi vet att stillasittandet är mer förekommande bland de äldre eleverna. Därför behöver idrott och hälsa utökas även på gymnasiet.

Utöver de positiva effekter som mer idrott och hälsa skulle ge så bidrar detta även på sikt till ökade skatteintäkter, ökad produktivitet och sänkta sjukvårdskostnader då framtidens medborgare kommer att bli mer hälsosamma och få bättre resultat, vilket gör att de kan utbilda sig vidare och sedan bli friska arbetstagare. Med anledning av ovan vill motionären se över möjligheten att utöka ämnet idrott och hälsa i grundskolan och på gymnasiet och tillkännage detta för regeringen.

Ulrika Heindorff (M)

⁶ <https://www.svt.se/nyheter/lokalt/smaland/for-mycket-bollsport-och-tavling-i-skolidrotten>.

⁷ https://www.regeringen.se/contentassets/8ab754ea529f4fa5a6caaa00581948bd/sou-2023_29.pdf.

⁸ https://www.regeringen.se/contentassets/8ab754ea529f4fa5a6caaa00581948bd/sou-2023_29.pdf, sidan 91.