

Enskild motion

Motion till riksdagen: 2014/15:1479

av Margareta Cederfelt och Maria Plass (M)

Förbättrad elevhälsa

Förslag till riksdagsbeslut

1. Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om elevers hälsa.

Motivering

Minskad fysisk aktivitet är ett växande problem bland barn och ungdomar. Självklart finns det ungdomar som är fysiskt aktiva och idrottar regelbundet, vilket är positivt. Problemet är de många barn och ungdomar i skolåldern som inte rör på sig tillräckligt mycket för att uppnå en god hälsa. Aktuella studier pekar på att stillasittande fritidsaktiviteter har blivit allt vanligare längre ned i åldrarna. Detta är inte bara ett problem för skolan utan på sikt en risk av betydligt större dignitet. Alltmer forskning pekar nu även på att motion och friska vanor underlättar för lärande och kunskapsutveckling.

Idag har eleverna i grundskolan mellan en och två idrottslektioner i veckan. På gymnasieskolan är det obligatoriskt med en kurs i idrott och hälsa. En internationellt vedertagen rekommendation är att barn och ungdomar ska vara fysiskt aktiva en timme per dag fem dagar i veckan. För de eleverna som inte idrottar på fritiden är det svårt att nå upp till rekommendationens nivå.

Enligt Statistiska centralbyrån är det så många som var tredje 15-årig flicka och var femte 13-årig pojke som inte når upp till rekommendationen. Bland tjejer som är 15 år uppger 13 procent att de ägnar minst fem timmar om dagen åt sociala medier. En

femtedel av alla 15-åriga killar spelar data- och tv-spel minst fem timmar per dag. Omkring 20–25 procent av ungdomarna i 10-årsåldern i Sverige är överviktiga och drygt 3 procent lider av fetma. Detta är de orsaker som vanligen poängteras i diskussioner om det faktum att fetma bland barn och ungdomar ökar i Sverige.

Det finns ett mycket omfattande forskningsstöd för att fysisk aktivitet är såväl en investering i en bättre folkhälsa som en investering i förbättrade förutsättningar för inläring.

Med anledning av detta bör regeringen överväga möjligheten att se över de positiva effekterna av mer idrott i skolan samt att vidta åtgärder i enlighet med dessa.

Margareta Cederfelt (M)

Maria Plass (M)