

Motion till riksdagen 2008/09:Ub265

av **Jörgen Johansson och Åke Sandström (c)**

Motion och kostlära i skolan

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om behovet av att motion och kostlära stärks i skolplanen.

Motivering

Idrotten är Sveriges största folkrörelse. Hälften av alla mellan 7 och 70 år är medlemmar i en idrottsförening. Detta är en stor tillgång för ett samhälle där människorna blir allt mer stillasittande. Idrottsrörelsen bidrar aktivt till folkhälsan. Samtidigt kan inte samhället i form av stat, landsting och kommun undandra sig ansvaret att hjälpa oss att bli friskare och hitta en sund livsstil. Givetvis är det därutöver individen själv som har det slutliga ansvaret för sin egen situation. För att lägga grunden för ett liv med en sund kropp och god hälsa krävs insikt om motionens roll för kropp och själ. I det arbetet har skolan en viktig roll vid sidan av föräldrarna.

Trots idrottsrörelsens insatser får alltför många fetma i unga år. Det handlar om fel kost, fel drycker och för lite motion. Det är lätt att se vad som går fel men svårt att hitta verksamma botemedel. Idrotten på skolschemat, med en tydlig hälsoinriktning, är därför nödvändig och måste framhållas mer än vad som görs idag. Utformningen av idrotten måste ske på ett sådant sätt att var och en finner motionsformer som de kan trivas med även utanför skolan och förhoppningsvis hela livet. I det sammanhanget är det viktigt att även föra fram kostvanorna på ett sådant sätt att inte kroppsfixering och liknande uppstår och därmed kan bli inkörsporten till en negativ utveckling för individen.

Motion på schemat är viktigt då det är i skolåldern som grunden läggs för framtida motion och hälsa. Att inleda skoldagen med en promenad, att skolan schemalägger minst fyra gymnastiktimmor i veckan och skapar sunda vanor är grundläggande för den uppväxande generationen. Då frågan är oerhört viktig utifrån såväl individens som samhällets perspektiv bör idrottens och

Fel! Okänt namn på

motionens roll, kopplat till kostlära, stärkas i skolundervisningen. Detta bör ges regeringen till känna.

Stockholm den 25 september 2008

Jörgen Johansson (c)

Åke Sandström (c)