

Motion till riksdagen 2025/26:3104

av Cecilia Engström (KD)

Förbättrad grundmotorik hos barn

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att utreda behovet av nationella riktlinjer för att förbättra barns grundmotorik och tillkännager detta för regeringen.

Motivering

Fysisk aktivitet och motorisk utveckling är grundläggande för barns hälsa och välbefinnande. Forskning visar att barns grundmotorik har försämrats över tid, något som är särskilt tydligt bland flickor och barn i socioekonomiskt utsatta områden. Motorisk kompetens – såsom att kunna slå en kullerbytta, gå baklänges eller balansera på ett ben – är central för barns fysiska och psykiska hälsa och påverkar deras framtida livskvalitet.

Den negativa utvecklingen innebär att många barn redan i tidig ålder hamnar i ett motoriskt utanförskap. Det kan leda till minskat självförtroende, lägre fysisk aktivitet och sämre hälsa över tid. För att vända denna trend är det avgörande att samhället agerar kraftfullt.

En central del i att främja barns motoriska utveckling är utbildning och vidareutbildning av idrottslärare och pedagoger. Idag är många lärare i idrott och hälsa, särskilt i de lägre årskurserna, inte utbildade idrottslärare. Stärkt kompetens hos lärarna är avgörande för att effektivt förbättra barnens motoriska färdigheter och därmed deras hälsa. Samarbetet mellan Gymnastikförbundet och lärosäten är ett viktigt steg i rätt riktning och bör uppmuntras.

Skolan är en nyckelmiljö för att främja barns hälsa, eftersom den når alla barn och erbjuder schemalagd idrott samt möjligheter till fysisk aktivitet under raster och fritidsverksamhet. Kristdemokraterna anser att undervisningstiden i ämnet idrott och hälsa bör utökas i grundskolan, från dagens 600 timmar till 700 timmar, med särskilt fokus på mellan- och högstadiet, då många barn slutar idrotta på fritiden. Fysisk aktivitet bör

även integreras i andra delar av skolans verksamhet, exempelvis genom rastaktiviteter, promenader och rörelsepåuser i undervisningen.

Samarbete mellan idrottsklubbar och fritidsverksamhet bör uppmuntras för att fler barn ska få möjlighet att träna och upptäcka föreningslivet. Förskollärare, idrottslärare och fritidspedagoger behöver kunskap inom grundläggande motorik för att säkerställa att alla barn utvecklar sin motoriska kompetens.

Motorisk kompetens är inte bara viktig för rörelseförmågan, utan också för hälsan i stort. Forskning visar att god motorik är kopplad till ökad fysisk aktivitet, högre självkänsla, minskad risk för depression och ångest, samt bättre sömn och koncentrationsförmåga.

För att vända den negativa trenden med försämrad grundmotorik bland barn måste idrottslärarna ha rätt kompetens och det måste finnas långsiktiga satsningar på barns motoriska utveckling i skolan. Endast genom att arbeta på flera nivåer samtidigt kan barns motoriska färdigheter och hälsa förbättras. Därför behöver behovet av nationella riktlinjer för att förbättra barns grundmotorik utredas.

Cecilia Engström (KD)