



# Representantforslag 59 S

(2013–2014)

fra stortingsrepresentantene Kjersti Toppe, Trygve Slagsvold Vedum og Ivar Odnes

Dokument 8:59 S (2013–2014)

## Representantforslag frå stortingsrepresentantene Kjersti Toppe, Trygve Slagsvold Vedum og Ivar Odnes om innføring av ein times fysisk aktivitet kvar dag i skulen

Til Stortinget

### Bakgrunn

Samanhengen mellom fysisk aktivitet og helse er godt dokumentert. Med unntak av dei heilt yngste borna er det fysiske aktivitetsnivået i Noreg i dag urovekkande lågt. Allereie frå seks- til niårsalderen vert aktivitetsnivået redusert. Berre ein av fem vaksne oppfyller anbefalingane til fysisk aktivitet.

Helsedirektoratet har rekna ut at personar som er fysisk aktive, vinn i gjennomsnitt åtte kvalitetsjusterte leveår (QALY) i eit livsløpsperspektiv samanlikna med personar som er inaktive. Fysisk aktivitet kan brukast i førebygging og behandling av om lag 30 ulike diagnosar og lidingar. Det er gjort ei rekke utrekningar på samfunnsgevinsten ved auka fysisk aktivitet. Velferdsgevinsten kjem av fleire leveår og auka livskvalitet. Dersom dei som er inaktive og utilstrekkeleg aktive aukar sitt fysiske aktivitetsnivå til å vere fysisk aktive, vil det, ifølgje Helsedirektoratet, føre til ein potensiell velferdsgevinst i Noreg tilsvarende 239 mrd. kroner kvart år.

### Innsats på tvers av sektorar

Dei nasjonale måla for folkehelsearbeidet i Noreg er:

- Noreg skal vere blant dei tre landa i verda som har lengst levealder.

- Befolkninga skal oppleve fleire leveår med god helse og trivsel og reduserte, sosiale helseskilnader.
- Norge skal skape eit samfunn som fremjar helse i heile befolkninga. (Folkehelsemeldinga, Meld. St. 34 (2012–2013))

Å auke fysisk aktivitet i befolkninga står sentralt for å kunne nå dei nasjonale folkehelsemåla. Dette krev ei brei tilnærming og innsats på tvers av alle sektorar der både private, frivillige og offentlege aktørar deltek. Kommunane har eit lovfesta ansvar for folkehelsepolitikken. Ei mobilisering i kommunane er avgjerande for å løfte fysisk aktivitet lokalt. I folkehelsemeldinga blei det vedteke ein samla strategi for å styrkje det førebyggjande arbeidet. Eit punkt var korleis skuledagen kunne organiserast slik at elevane vart sikra minst ein time fysisk aktivitet kvar dag.

### Skulen som førebyggingsarena

I skulen når ein alle barn og unge på tvers av sosiale skiljeliner. Skulen er derfor ein sentral arena i arbeidet med å utvikle haldningar og gode aktivitetsvanar, og til å jamne ut sosiale skilnader i levevanar og helse. Fysisk aktivitet i barndommen legg grunnlag for mestring, trivsel og velvære seinare i livet. Forslagsstillarane meiner at skulen må takast i bruk som førebyggingsarena i arbeidet for å nå folkehelsemåla våre for eit godt samfunn.

Ifølgje Helsedirektoratet sin rapport om kunnskapsgrunnlag for fysisk aktivitet (IS-2167), har det vore aukande interesse for friluftsliv i barnehagar og grunnskulen sin fyrste del, men det ser ut til å vere ein nedgang i friluftaktivitetar og ute-undervisning på ungdomstrinnet. Hausten 2013 blei det etablert eit nasjonalt kompetansesenter for mat, helse og fysisk

aktivitet ved Høgskulen i Bergen for å styrkje dette arbeidet i barnehagar og skular. Forslagsstillarane meiner at etablering av eit nasjonalt kompetansesenter er ei viktig satsing som bør kombinerast med å setje tydelege mål om fysisk aktivitet i skulen.

### Ein time fysisk aktivitet kvar dag

I Norge har både Nasjonalforeningen for folkehelsen, Kreftforeningen, Norsk Fysioterapeutforbund, Legeforeningen og Norges Idrettsforbund stått saman om kravet om å tydeleggjere skulen sitt folkehelseansvar. Dei meiner det må settjast eit klart og forpliktande mål om ein times fysisk aktivitet om dagen for alle skuleelevar på alle trinn, tilrettelagt eller leia av kompetent personell. Endringane må forankrast i opplæringslova, slik at dette blir ein lovfesta rett, men òg ei plikt for skulane til å tilby fysisk aktivitet for alle elevar. Dei legg vekt på at ordninga må leggjast opp slik at alle elevar får tilpassa opplæring, slik at kvart enkelt barn opplever mestring. Forslagsstillarane støttar desse organisasjonane sitt syn om skulen sitt folkehelseansvar gjennom eit forpliktande mål om ein time dagleg, fysisk aktivitet for alle skuleelevar.

### Betre læring

Meir fysisk aktivitet i skulen er i hovudsak ei helseprioritering, der ein prioriterer førebygging framfor reparasjon og behandling. Men fysisk aktivitet vil også ha positiv innverknad på læring. Dei seinaste åra har det kome ny dokumentasjon som viser samanhengen mellom regelmessig fysisk aktivitet, elevane sine kognitive funksjonar og læring i skulen. Erfaring viser at fysisk aktivitet kan påverke konsentrasjonsevne og klasseromåtferd positivt, og at fysisk aktivitet kan auka skuleprestasjonane. Ein litteraturgjennomgang konkluderer med at ein kan leggje fysisk aktivitet til skuleundervisinga gjennom å ta timar frå andre fag utan at det går ut over dei faglege prestasjonane (Kjelde: Rapport IS-2167 Helsedirektoratet).

### Symjing

Undersøkingar viser at halvparten av norske tiåringar ikkje kan symje. Det å ikkje kunne symje er ofte sosialt stigmatiserande og hindrar born i å delta i sosiale og fysiske aktivitetar i og langs vatn. Det mest alvorlege er likevel at faren for drukningsulykker aukar. Ifølgje læreplanens kompetansemål etter

4. trinn skal eleven kunne «vere trygg i vatn og vere symjedyktig». Norges svømmeforbund meiner at definisjonen av symjedyktigheit må vere å kunne symje 200 meter. Forslagsstillarane meiner at ein treng å styrke symjeundervisinga i skulen. Det må settjast mål om at alle tiåringar i landet skal vere symjedyktige etter symjeforbundet sin definisjon.

### Nasjonalt mål om dagleg fysisk aktivitet i skulen

Forslagsstillarane viser til at det i dag finst mykje kunnskap og erfaringar som tilseier at det må innførast eit nasjonalt mål om ein times fysisk aktivitet i skulen kvar dag. 60 minutt dagleg variert og morosam fysisk aktivitet vil på ein heilt anna måte enn i dag sikre at alle elevane er aktive og lærer å ta vare på eiga helse. Kommunar må kunne gjere lokale tilpassingar, og det må vere rom for å ha fleire måtar å gjennomføre ordninga på.

Forslagsstillarane meiner at målet om ein time fysisk aktivitet kvar dag i skulen kan realiserast utan vesentleg endring i timetalet ved ein kombinasjon av å ta ein del tid frå andre teorifag, å gjere fysisk aktivitet til arbeidsmåte i andre fag på timeplanen og om behov, ein mindre utviding av skuledagen, jamfør forsøk og erfaringar bl.a. i Sogndal.

Forslagsstillarane vil understreke at fysisk aktivitet må vere planlagt, tilrettelagt eller leia av lærarar med kompetanse. Staten må følgje opp med å tilby fleire etter- og vidareutdanningstilbod innan kroppsoving og fysisk aktivitet. Meir symjing kan også vere ein del av fysisk aktivitetssatsinga.

Som ein del av ei satsing på dagleg, fysisk aktivitet i skulane meiner forslagsstillarane at uteområda må rustast opp for aktiv leik slik at elevane er aktive også utanom skuletimane. Skulevegane må leggjast til rette slik at elevar i størst mogleg grad kan sykle eller gå til skulen.

### Forslag

På denne bakgrunn framset forslagsstillarane fylgjande

forslag:

Stortinget ber regjeringa fremje forslag til innføring av ei ordning som sikrar elevar på 1.–10. trinn minst ein time fysisk aktivitet kvar dag.

10. april 2014