

Fysisk aktivitet i skolen – åpent brev til statsråder

Alliansen for fysisk aktivitet i skolen har sendt et åpent brev til helse- og omsorgsminister Ingvild Kjerkol og kunnskapsminister Tonje Brenna.

Alliansen for fysisk aktivitet i skolen består av Den norske legeforening, Norges idrettsforbund, Kreftforeningen, Nasjonalforeningen for folkehelsen og Norsk Fysioterapeutforbund. I brevet til statsrådene viser de fem organisasjonene til de nye nasjonale rådene for fysisk aktivitet og tid i ro, og til det urovekkende omfanget av fysisk inaktivitet blant barn og unge i Norge. Organisasjonene avslutter brevet slik:

«Som regjeringen slår fast i Hurdalsplattformen må elever ha det bra for å lære og dere vil derfor innføre daglig fysisk aktivitet i skolen.

Vi ble alle svært opplyftet da vi så at dere hadde nedfelt dette i regjeringsplattformen og vi venter utålmodig på at dere skal komme i gang med arbeidet med å få dette på plass. *Alliansen for fysisk aktivitet* i skolen ønsker en tilbakemelding fra regjeringen om hvordan tiltaket skal følges opp. Vi bidrar selvsagt gjerne med innspill til hvordan dette kan la seg gjennomføre.»

Brevet til Kjerkol og Brenna er vedlagt (neste side).

Åpent brev til helse- og omsorgsminister Ingvild Kjerkol og kunnskapsminister Tonje Brenna

Alliansen for fysisk aktivitet i skolen består av Den Norske Legeforening, Norges idrettsforbund, Kreftforeningen, Nasjonalforeningen for folkehelsen og Norsk Fysioterapeutforbund. Til sammen representerer vi nær 2.5 millioner medlemmer og sterke fagmiljøer. Alliansen har i nærmere 15 år jobbet for at det skal settes et klart og forpliktende mål om daglig fysisk aktivitet for alle skoleelever på alle trinn, tilrettelagt eller ledet av kompetent personell.

Nye nasjonale råd på plass – hva med forpliktende tiltak?

9. mai, dagen før Verdens aktivitetsdag, lanserte Helsedirektoratet nye nasjonale retningslinjer for fysisk aktivitet og tid i ro. Vi støtter de nye nasjonale rådene. I tillegg mener vi at det må på plass tydelige og forpliktende mål om daglig fysisk aktivitet for alle skoleelever på alle trinn.

Norske barn mindre aktive enn britiske og amerikanske barn

En rapport publisert i The Lancet i november 2019, viser at norske barn og unge er mer inaktive enn britiske og amerikanske barn. Det var før nedstengningen av samfunnet som følge av koronatiltak. Nedstengningen innebar ytterligere reduksjon i fysisk aktivitet og enda mer tid brukt foran skjermer. En ny generasjon er altså i ferd med å vokse opp med overvekt, hjerte- og lungesykdommer, muskel- og skjelettlidelser og diabetes. Disse sykdommene kan i stor grad forebygges! Anbefalingene fra Verdens helseorganisasjon og de nasjonale rådene er minimum 60 minutter fysisk aktivitet av moderat til høy intensitet per barn per dag.

Sosial ulikhet møtes best med universelle tiltak

Daglig fysisk aktivitet i skolen er et universelt tiltak som kan bidra til å hindre at sosiale ulikheter i helse skapes eller opprettholdes. Andelen av befolkningen som er fysisk aktive er høyere hos personer med høy sosioøkonomisk status. Det samme gjelder for deltakelse i organisert aktivitet og medlemskap i frivillige organisasjoner.

Bra for læring, mestring og psykisk helse

I tillegg til at daglig fysisk aktivitet i skolen kan bidra til å redusere sosial ulikhet i helse, bidrar det til bedre psykisk helse, trivsel og mestring, bedre selvbilde, bedre motorikk og bedre læring.

Skolen når alle barn

Skolen er en sentral arena i arbeidet med å utvikle holdninger og gode vaner og er den eneste plassen vi når alle barn. Levevaner som etableres tidlig skaper grunnlag for et aktivt liv gjennom hele livet. Å tilrettelegge for at alle elever har daglig fysisk aktivitet i skolehverdagen er derfor ett av de viktigste sykdomsforebyggende og helsefremmende tiltakene dere kan sørge for blir innført.

Stemmer det at lærerne er kritiske?

Det var en stor seier da Stortinget i 2017 vedtok å innføre én time fysisk aktivitet i skolen hver dag, og en stor nedtur da Stortinget i 2020 besluttet å fjerne målet Det er bred enighet om at mer fysisk aktivitet i skolen er positivt både for helse og læring. Debatten om

mer fysisk aktivitet i skolen har derfor i liten grad handlet om de mulige gevinstene, men om vurderinger knyttet til krav om innføring og gjennomføring.

Politisk har det vært argumentert med at lærerne ikke ønsker dette inn på timeplanen. For å omgå denne antatte motstanden, har strategien fra politisk hold i stedet vært frivillig innføring og tilrettelegging gjennom inspirasjon.

Men det stemmer ikke at lærerne er motstandere av et slik tiltak. En undersøkelse fra 2021 viste at hele 70 prosent av lærerne i den norske grunnskolen støtter et forslag om å innføre daglig fysisk aktivitet i skolen og mener at fordelene med dette er mange. Halvparten av lærerne er bekymret for at elevene er for lite fysisk aktive i løpet av skolehverdagen, og lærerne på 8. - 10. trinn er de som i størst grad er bekymret. Lærere med erfaring med mer fysisk aktivitet i skolen forteller om positive erfaringer både for læring og elevenes trivsel. Samtidig gir lærerne verdifull informasjon om hvilke hindringer som finnes: Skolene er ikke tilrettelagt for det, verken med ressurser, faglig kompetanse eller at det er for små klasserom og lite uteplass.

Hurdalsplattformen

Som regjeringen slår fast i Hurdalsplattformen må elever ha det bra for å lære og dere vil derfor innføre daglig fysisk aktivitet i skolen.

Vi ble alle svært oppløftet da vi så at dere hadde nedfelt dette i regjeringsplattformen og vi venter utålmodig på at dere skal komme i gang med arbeidet med å få dette på plass. *Alliansen for fysisk aktivitet* i skolen ønsker en tilbakemelding fra regjeringen om hvordan tiltaket skal følges opp. Vi bidrar selvsagt gjerne med innspill til hvordan dette kan la seg gjennomføre.

Med vennlig hilsen

Anne Karin Rime



Berit Kjøll



Ingrid Stenstadvold Ross



Mina Gerhardsen



Gerty Lund

