

Öka den fysiska aktiviteten hos unga

Fysisk aktivitet har en positiv effekt både på den fysiska och psykiska hälsan. Det gynnar både inlärning, koncentration och hälsotillståndet. Fysisk aktivitet kan minska den psykiska ohälsan, något som fler och fler ungdomar idag lider av. Västra Götalandsregionen (VGR) har ett prioriterat mål om att fler barn och unga ska vara fysiskt aktiva minst 60 min/ dag. I Handlingsplan 2019-2022 Fysisk aktivitet hos barn och unga beskrivs hur VGR arbetar med att få fler i rörelse. En del i projektet är t.ex att få fler att gå eller cykla till skolan.

I Borås Stads Välfärdsbokslut 2018 anges att 23 % av tjejerna i årskurs 1 på gymnasiet ägnar sig åt fysisk aktivitet minst 4 gånger/ vecka. Av killarna är det 38 % i årskurs 1 på gymnasiet. Då fysisk aktivitet i unga åldrar oftare resulterar i att man fortsätter vara fysisk aktiv även som äldre resulterar detta även i att hälsan är bättre när man blir äldre.

Fritid- och folkhälsoförvaltningen har ett mer aktivt samarbetet med grundskolorna för att öka den fysiska aktiviteten hos barn och yngre ungdomar. Under 2019 tog Grundskoleförvaltningen och Fritids- och folkhälsoförvaltningen fram en rapport om hur fler barn och unga skulle börja röra på sig, rapporten Mer rörelse i skolan. Det borde även ske ett liknande samarbete med gymnasieskolorna för att få fler äldre ungdomar att röra på sig. Några grundskolor i Borås har infört pulshöjande aktiviteter innan eller under skoldagen så som varianter av Puls för lärande. En del grundskolor arbetar även med ”Aktiva klassrum” med t.ex höj- och sänkbara bord eller möjlighet att sitta på en pilatesboll för att förbättra balansen. Dock så arbetar gymnasieskolorna inte lika aktivt med att få fler ungdomar i rörelse. En större insats borde därför ske för att få fler ungdomar fysiskt aktiva där fokus bör vara på att få de som är minst aktiva att bli mer aktiva.

Baserat på ovanstående information föreslår Kristdemokraterna att Kommunfullmäktige beslutar:

- att uppdra åt Gymnasie-och vuxenutbildningsförvaltningen att utreda hur man i samarbete med Fritids- och folkhälsoförvaltningen kan öka den fysiska aktiviteten hos fler gymnasieungdomar i Borås Stad

För Kristdemokraterna Borås

Lisa Berglund (KD)

