



## pressmeddelande

2013-06-28

### Ny undersökning visar

## Skolorna saknar strategi för stillasittande elever

Svenska rektorer anser att dagens elever är alldeles för stillasittande, men många skolor saknar en plan för hur de ska öka rörelsen bland barnen, trots att det ses som en viktig fråga. Allt enligt en ny undersökning som Friskis och Svettis låtit genomföra.

Sammanlagt 386 grundskolerektorer svarade på undersökningen och resultaten visar att barnen rör sig för lite på hälften av Sveriges grundskolor. Nio av tio rektorer säger att de prioriterar frågan kring elevernas rörelse, men varannan skola saknar en rörelseplan - det vill säga riktlinjer för hur skolan ska arbeta med elevernas idrott och rörelse.

- All forskning visar att ökad rörelse har konkreta hälsoeffekter, barn som rör på sig blir starkare och friskare och sover bättre. Dessutom förbättras inlärningsförmågan och det är därför viktigt att våra skolor tar fram en strategi och en plan för att minska barnens stillasittande, säger Peter Wigert, Generalsekreterare på Friskis & Svettis.

Friskis & Svettis har beslutat att under 2012-2014 genomföra satsningen Alla Barnen med fokus på barn upp till tio år. Projektet går ut på att få fler barn att röra på sig, bland annat med hjälp av föreningens egenutvecklade rörelseprogram Röris och Mini-Röris.

- Det är oerhört viktigt att våra barn får goda rörelsevanor i tidig ålder och då pratar vi inte primärt om skolidrotten, rörelse kan integreras i alla skolämnen, säger Peter Wigert.

### Några fakta från undersökningen;

- 47 procent av rektorerna anser att barnen på deras skola rör sig för lite och 10 procent vet ej
- 88 procent av rektorerna anser att det är prioriterat på deras skola att öka elevernas rörelse
- 47 procent av rektorerna säger att skolan saknar en rörelseplan och 5 procent vet inte om de har någon plan
- 3 av 10 använder inte sin rörelseplan

### För mer information, kontakta:

Peter Wigert, generalsekreterare Friskis&Svettis  
peter@friskissvettis.se 0739-403580

Pressrum och Alla barnen: friskissvettis.se

### Om undersökningen:

Undersökningen genomfördes av Friskis&Svettis Riks mellan 26 februari 2013– 22 mars 2013 med hjälp av undersökningsverktyget EasyResearch. Totalt deltog 386 grundskolerektorer från hela Sverige.

Uppgiften om barns datavanor är hämtat från Skolbarns hälsovanor, Statens Folkhälsoinstitut, s. 11. Att många svenska barn är stillasittande på helgerna framkommer ur artikeln Fetma och övervikt hos barn, vårdguiden Stockholms läns landsting.

Friskis&Svettis är en ideell idrottsförening med ett för idrottsvärlden ovanligt mål, ett leende. Idag tränar 552 082 medlemmar i 111 föreningar i Sverige och 42 i Norge, samt i föreningar i Helsingfors, Vanda, Köpenhamn, Bryssel, Luxemburg, Paris, London och Aberdeen. Tack vare 16 736 engagerade funktionärer erbjuder Friskis&Svettis lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla.