



Låt Linköpings skolelever få Spring i benen, svar på motion (S)

Förslag till barn- och ungdomsnämndens beslut

1. Utbildningsförvaltningens förslag till beslut tillstyrks.

Förslag till kommunstyrelsens beslut

1. Utbildningsförvaltningens förslag till beslut tillstyrks.

Förslag till kommunfullmäktiges beslut

1. Motionen avslås med hänvisning till att Utbildningsförvaltningen har ett kontinuerligt arbete gällande hälsofrämjande skolutvecklingsarbete i Linköpings kommun.

Ärende

Niklas Nåbo (S), Elias Aguirre (S) och Jonatan Hermansson (S) föreslår i en motion daterad 2021-09-23 att:

- Linköpings kommun genom berörda nämnder och förvaltningar genomför en liknande satsning som ”Spring i benen”.

Motionärerna beskriver att människor i alla åldrar rör sig mindre, att stillasittandet har öka och att detta bidrar till en försämrad folkhälsa. Motionärerna menar vidare att investeringar nu kommer minska framtida kostnader och bidra till ökad folkhälsa.

Motionärerna beskriver hur Stockholms Stads utbildningsförvaltning driver satsningen ”Spring i benen”. Det har lett till aktivare lektioner med korta rörelsepåuser. Äldre elever handleder yngre elever, lärare får tips av kollegor om övningar, fritidshemmen är engagerade och föräldrar medvetandegörs om rörelsens betydelse både för skolresultat och för hälsa och välbefinnande. Förvaltningen har hand om administration, handledning och tillhandahåller stödmaterial och forskningsunderlag. Skolorna bidrar med representanter till nätverket och delar med sig av erfarenheter och material. Även Finlands satsning “Schools on the move” lyfts fram som ett gott exempel.

Att starta upp ett nätverk för rörelse för kommunens alla grundskolor skulle innebära en kostnad för förvaltningen i form av tid för uppstart av nätverket samt tid till att utbilda handledare, både pedagoger och elever. Det skulle även krävas personal som underhåller nätverket och uppdaterar material. Att fortsätta bygga på skolornas eget arbete när det gäller pulshöjande aktiviteter är en mer framgångsrik väg och många skolor har ett pågående arbete som de arbetar med att hålla i eller utveckla.

Utifrån det befintliga arbetet som pågår på skolorna kring pulshöjande aktiviteter föreslår Utbildningsförvaltningen att motionen avslås.

Beslutsunderlag:

Tjänsteskrivelse - Låt Linköpings skolelever få Spring i benen, svar på motion (S) (april-22)

Bilaga - Motionen

Bakgrund

Sedan september 2017 driver Utbildningsförvaltningen i Stockholms stad rörelsenätverket Spring i benen. Syftet är att ge eleverna regelbunden rörelse under skoldagen, vilket ska få dem att orka mer och må bättre.

Ungefär 145 skolor är aktiva i projektet. Spring i benen arbetar för att stödja skolornas eget engagemang, snarare än att styra det. Skolorna väljer själva hur arbetet läggs upp och bidrar med en eller flera representanter till nätverket. Dessa representanter träffas två gånger per termin och utbyter erfarenheter och tips via regelbunden kontakt i digitala kanaler. Genom fysiska träffar och en digital aktivitetsbank delar de goda exempel och förslag på aktiviteter mellan varandra. Skolorna arbetar med både rastaktiviteter och korta rörelseinslag i klassrummet. Spring i benen ger skolor inom Stockholms stad stöd i handledarutbildning, elevledarutbildning och rastnätverk.

Alla elever i Stockholms grund- och grundsärskolor ska erbjudas daglig fysisk aktivitet under skoldagen. Nätverket har tagit fasta på studier som visar en mängd positiva effekter av rörelse för elevers koncentration, kreativitet och lärande, men också när det gäller upplevelser av stress, depression och ångest.

Målet är sammanlagt 60 minuters rörelse per dag utöver idrottslektionerna. Flera av stadens skolor integrerar rörelse under lektionstid och erbjuder rörelseaktiviteter på raster.

Det är eleverna som ska planera och leda den fysiska aktiviteten under skoldagen, därför utbildas elevledare. Skolans medarbetare får tillgång till utbildning till handledare. Extra satsningar har gjorts mot grundsärskolan och simskola. Grundskolans fritidshem ingår också i samarbetet.

Enligt Spring i benens egen utvärdering av projektet mellan 2017 till 2019 upplever medarbetarna att den fysiska aktiviteten hos eleverna ökat med 30 %. Inga elever medverkade i utvärderingen.

Beskrivning av arbetet med Spring i benen från några deltagande skolor

En av de deltagande skolorna beskriver att målsättningen är att engagera eleverna till större delaktighet och stärka deras ledarskapsförmåga att bli sunda förebilder till alla andra elever som går på skolan. De siktar också mot att eleverna tar med sig sina nya hälsosamma vanor till sin egen fritid och introducera ett nytt synsätt till alla boende i området.

En annan skola anser att Spring i benen har gett dem ett forum för idrottslärarna och andra som jobbar med rörelse i skolan att utbyta erfarenheter, höra hur andra gör och få tips och idéer. De har även fått delta i givande föreläsningar under nätverksmöten.

En tredje skola beskriver att de har kommit långt i sitt arbete med rörelse och hälsa och de har skapat egna nätverk med skolor som kommit lika långt och ligger på samma nivå.

Läroplan LGR-11

Enligt skolans läroplan Lgr-11 ska skolan sträva efter att erbjuda alla elever daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen. I förskoleklass och fritidshem ska eleverna ges förutsättningar att utveckla en allsidig rörelseförmåga genom att få delta i fysiska aktiviteter och vistelse i olika naturmiljöer. Undervisningen ska ge eleverna möjlighet att uppleva rörelseglädje och därigenom utveckla sitt intresse för att vara fysiskt aktiva. Vidare ska undervisningen bidra till en förståelse för hur fysisk aktivitet kan påverka hälsa och välbefinnande.

Aktiv hela livet – idrottspolitiskt program för Linköpings kommun

Den övergripande målbilden för Linköpings kommuns idrottspolitiska program är att genom en bred samverkan tillsammans arbeta för att aktivt främja fysisk aktivitet och rörelse för alla hela livet. Fokus ska vara på rörelseglädje, demokrati och delaktighet i ett inkluderande samhälle där alla medborgare ges möjligheter att delta utifrån sina förutsättningar. I handlingsplanen för det idrottspolitiska programmet, som gäller 2019-2022, finns åtgärder och aktiviteter beskrivna för att nå uppsatta mål.

Grunden för rörelseförståelse läggs redan i förskoleåldern. I dag är stillasittandet ett stort samhällsproblem även i de yngre åldrarna. Det finns också skillnader mellan könen där flickorna rör sig mindre än pojkar. Barn ska röra på sig varje dag. Skolan är en nyckelfaktor för att få barn att röra på sig

mer. Mer tid för idrott och hälsa i grundskolan är positivt men det behövs mer rörelse och fysisk aktivitet även i annan undervisning och på raster. I Linköpings kommun ska det finnas bra förutsättningar och möjligheter för barn och ungdomar att kombinera studier och fysisk aktivitet.

Hälsofrämjandeinsatser Linköpings kommun

Linköpings kommun har arbetat med hälsofrämjande arbetssätt genom riktat statsbidrag under åren 2017 till 2019. Det övergripande målet har varit att utveckla, utvärdera och sprida effektiva, hälsofrämjande arbetssätt i undervisningen på olika skolor i Linköpings kommun.

I insatsen 2019 deltog tjugo skolenheter som på olika sätt arbetade med att utveckla hälsofrämjande arbetssätt. Skolorna finns utspridda över kommunen och omfattar elever från förskoleklass och fritidshem till gymnasiet.

Enligt den avslutande rapporten från 2019 gav insatserna ökat fokus på frågor som rör hälsofrämjande skolutveckling där det främjande snarare än det

åtgärdande arbetet lyser igenom. Det märktes även en större samverkan mellan skola och fritidshem. Skolorna redovisar också att de exempelvis sett färre

kränkingsärenden, bättre koncentration under lektioner och förbättrade studieresultat.

Vad pågår idag

I grundskolan pågår skolors arbete med rörelse och pulshöjande aktiviteter på majoriteten av skolorna. Det handlar om till exempel, aktiva raster, pulsträning på morgonen och pulspromenader. Det vanligaste för att öka rörelsen i skolan är strukturerade och planerade raster för eleverna. Leder aktiviteterna gör rastvakter, fritidshemspersonal och/eller elever. Skolor som genomför detta beskriver det som en framgångsfaktor till ett större lugn och färre konflikter på och efter rasterna.

På Himnaskolan arbetar två personal med pulshöjande aktiviteter för eleverna på skolan, ca 20 minuter varje morgon. De genomför olika former av lekar, stafetter och motorikövningar. I de utvärderingar skolan har genomfört upplever både elever och personal att eleverna är piggare hela den förmiddagen då de haft pulshöjande aktivitet.

Himnaskolan har även två personal som under rasterna har organiserade rastaktiviteter med eleverna. Det kan vara lekar, stafetter, tävlingar och disco. Skolan arbetar utifrån en modell där man organiserar rasterna så de vuxna som är ute på skolgården har olika roller. Det har fungerat mycket bra och personalen upplever att det är färre konflikter på rasterna sedan detta infördes.

På fritids har de dagligen lek utomhus och en gång i veckan är de i idrottshallen med barnen. De flesta går också till skogen en gång i veckan.

Arenaskolan erbjuder pulshöjande aktiviteter för sina högstadiel elever tre gånger i veckan. De arbetar med aktiva rastaktiviteter och när vädret tillåter är de gärna utomhus. Dessa aktiviteter är inte alltid pulshöjande utan är hälsofrämjande utifrån att elever har roliga och sociala raster med varandra. Det gynnar lärandet och bidrar till färre konflikter.

På T1-skolorna erbjuds eleverna på lågstadiet pulshöjande aktiviteter på morgonen i form av stationer med olika pulshöjande aktiviteter t.ex. stafetter, hoppa hopprep och lekar. Under dagen deltar eleverna i olika former av rörelsepauser strukturerat i undervisningen, gäller både låg- och mellanstadiet. Mellanstadiet använder sig även av röris från Friskis & Svettis.

Fritids årskurs 1-3 har inbokade tider varje vecka i idrottshallen där de har lekar och fysisk aktivitet utöver tiden de är ute på skolgården eller i närområdet och skogen.

Ekängens skolor har pulshöjande aktiviteter för lågstadiet varje dag. Mellanstadiet har pulshöjande aktiviteter på morgonen. Dessa aktiviteter är valfria och få elever deltar. Mellanstadiet har svårigheter att få till pulshöjande-aktiviteter under dagen på grund av schematekniska svårigheter.

På Bäcksolan har eleverna möjlighet att varje dag på förmiddagsrast och lunchrast delta i styrd rastaktivitet med en ansvarig pedagog för lågstadiet och en pedagog för mellanstadiet. Pedagogerna ordnar aktiviteter för de som vill göra något gemensamt. För de andra eleverna finns en bod med lek och idrottsredskap och de ordinarie rastvärdarna.

Bäcksolan samverkar med Idrott utan gränser (IUG) som kommer under bestämda perioder under terminen och har uteaktiviteter på rasterna. Då har det varit dans, parkour, lagsport. Bäcksolan har tänkt satsa ännu mer på dans som pulsaktivitet till nästa läsår.

Linköpings kommun har under 2022-2023 ett samverkansavtal med föreningen Idrott utan gränser (IUG). De använder idrott som verktyg genom att, i samarbete med lokala föreningar, introducera fritidsaktiviteter på idrottslektioner i skolan. Målgruppen för partnerskapet är skolungdomar i Linköpings kommun från årskurs 4 till årskurs 9.

I samråd med respektive skola genomförs även verksamhet på raster, elevens val samt under lov. Ledarna från Idrott utan gränser är ute på skolorna under en till två veckor per skola så respektive skola får 3-4 idrotter och skolor där mer intensiva insatser pågår får totalt ca 12 veckor. Just nu pågår intensivinsatser på Bäcksolan. Ledarna är även ute på rasterna och håller i samma aktivitet under sina två veckor på skolan. Till exempel kan det vara dans med eleverna ute på rasten på utsatta tider.

Idrott utan gränser anordnar även Danscupen varje vårtermin där skolorna får anmäla olika grupper som vill vara med och delta i danscupen. 2021 genomfördes danscupen digitalt på grund av Covid-19. Eleverna tränar under rasterna och skapar en koreografi inför danscupen. Här är även idrottsläraren delaktig i att följa upp dem när inte ledarna från Idrott utan gränser är på plats.

I nuvarande överenskommelse görs en satsning med fler aktiviteter på skolor i socioekonomiskt utsatta områden. Just nu samarbetar de med följande skolor:

- Bäcksolan (intensiv modell)
- Nya Rydsskolan+ Ekholmen/Ryd sarskola
- Ulleviskolan

- Kungsbergsskolan
- Rosendalsskolan
- Tornhagsskolan
- Björnkärrsskolan
- Änggårdsskolan
- Elsa Brändströms skola

Sportis bedriver öppen fritidsverksamhet i Linköpings kommun med tydlig inriktning på rörelse. De samarbetar även med skolor i områden där de har verksamhet. Personal som arbetar på Sportis kommer till skolorna och håller i rastverksamhet under skoltid.

I verksamhetsuppföljningarna, som genomförs två gånger varje år och som är en del av det systematiska kvalitetsarbetet, framkommer inte att det behövs särskilda satsningar på pulshöjande aktiviteter eller rörelse för eleverna.

Sammanfattning

Att starta upp ett nätverk för rörelse för kommunens alla grundskolor skulle innebära en kostnad för förvaltningen i form av tid för uppstart av nätverket samt tid till att utbilda handledare, både pedagoger och elever. Det skulle även krävas personal som underhåller nätverket och uppdaterar material. Att fortsätta bygga på skolornas eget arbete när det gäller pulshöjande aktiviteter är en mer framgångsrik väg och många skolor har ett pågående arbete som de arbetar med att hålla i eller utveckla.

Ekonomiska konsekvenser

Förslaget till beslut medför inga ekonomiska konsekvenser.

Kommunala mål

Ett Linköping med rikt kultur-, fritids- och idrottsliv

Hög kunskap med skolor i framkant

[Länk till kommunfullmäktiges övergripande mål](#)

Jämställdhet

Förslaget till beslut påverkar inte barn och elever olika utifrån deras könsidentitet.

**Information eller förhandling enligt lag (1976:580) om
medbestämmande i arbetslivet**

MBL-information eller förhandling är inte påkallad.

Kommunledningsförvaltningen

Utbildningsförvaltningen

Paul Håkansson

Anders Jolby

Beslutet skickas till:
Motionärerna
Kommunstyrelsen