

Motion till Kultur- och fritidsnämnden i Österåkers kommun

Mer rörelse för bättre inläring – samarbete med lokala föreningar

Bakgrund

Forskning visar tydligt att regelbunden fysisk aktivitet har en positiv inverkan på barns och ungas inlärningsförmåga, koncentration och välmående. Motion i samband med skoldagen ger elever bättre förutsättningar att ta till sig kunskap, ökar trivseln och främjar en hälsosam livsstil.

I Österåkers kommun finns redan flera aktiva föreningar som erbjuder barn och ungdomar möjlighet till meningsfull fysisk aktivitet efter skolan. Ett exempel är karateföreningar, som erbjuder både allsidig träning, disciplin och personlig utveckling. Karate är en sport som inte bara stärker kroppen, utan även lär ut respekt, fokus och ödmjukhet – värdefulla egenskaper som gagnar elevernas utveckling både i och utanför skolan.

Förslag

Vi ser en stor potential i att kommunen samarbetar närmare med det lokala föreningslivet för att erbjuda frivillig motion för elever i skolåldern. Genom att ge stöd till föreningar som erbjuder idrottsaktiviteter riktade till barn och ungdomar kan fler få möjlighet att röra på sig regelbundet – även de som annars inte skulle ha tillgång till organiserad träning.

Förslag till beslut

Att Kultur- och fritidsnämnden i Österåkers kommun:

1. Utreder möjligheterna att skapa ett samarbete mellan skolor och lokala idrottsföreningar för att främja fysisk aktivitet under eller i anslutning till skoldagen.
2. Ser över möjligheten att ge ekonomiskt stöd (bidrag) till föreningar som erbjuder frivilliga träningsaktiviteter för barn och ungdomar, såsom exempelvis karate, för att underlätta deltagande och öka tillgängligheten.
3. Arbetar för att stärka sambandet mellan rörelse, lärande och hälsa genom informationsinsatser i skolorna.

Motivering

Genom att satsa på rörelse och samarbete med det lokala föreningslivet kan kommunen bidra till både bättre hälsa och ökad inlärningsförmåga bland eleverna. Det är en investering i framtiden – för våra barns hälsa, trivsel och utbildning.

I Japan infördes kampsporter såsom Judo, Karate, Kendo och Sumo inom skolväsendet redan i början av 1900 -talet på alla nivåer från grundskola upp till universitet. Eleverna skulle lära sig kampsport istället för den traditionella skolgymnastiken, då det främjar elevernas lärande och är en viktig del av den mentala utvecklingen hos varje studerande. Studier visat att de som tränar kampsport regelbundet också presterar bäst i skolan!

Att träna kampsport är mer än bara en hobby eller en idrott, det är ett sätt att leva och utvecklas och man blir aldrig färdig heller. Därför kan kampsport utövas av både barn, ungdomar, vuxna och seniorer. Japanerna lever ju längst i världen och har flest över hundraåringar. Kan det åtminstone delvis bero på deras sätt att leva?

Österåker,

Gäspplatore/ordf. Sverigedemokraterna Österåker
 Leif Haag / Lis. Kall / Leif Hermansson