



GI ALLE SKOLEELEVER EN TIME  
FYSISK AKTIVITET HVER DAG

på PARTI  
med  
idretten

### IDRETTENS FANESAKER VED KOMMUNEVALGET 2015

Idretten ønsker seg et mer fysisk aktivt samfunn. Fysisk aktivitet gjør godt for kropp og sinn og er vesentlig i alt helsefremmende arbeid. Fysisk aktivitet i barndommen legger grunnlag for mestring, vaner og velvære senere i livet. Det er urovekkende at aktivitetsnivået hos barn og unge er så lavt som det er i dag.

Skolen når alle barn på tvers av sosiale skillelinjer. Den er en helt sentral arena i arbeidet med å skape bevegelsesglede, utvikle holdninger, gode aktivitetsvaner og utjevne sosiale forskjeller i levevaner og helse. Forskning viser også at økt fysisk aktivitet bedrer skole-resultatene, øker trivsel og forebygger mobbing.

Kommunen, som skoleeier, kan tilrettelegge for én time fysisk aktivitet hver dag for alle skoleelever på alle trinn, tilrettelagt eller ledet av kompetent personell, ved å:

- » **Sette et klart og forpliktende mål** om én time fysisk aktivitet hver dag for alle skoleelever på alle trinn, tilrettelagt eller ledet av kompetent personell.
- » **Inkludere alle elever i fysisk aktivitet** og gi dem mulighet til å oppleve mestring.
- » Legge til rette for **mer fysisk aktivitet i og utenom timene**
- » Sørge for **tettere samarbeid** mellom idrettslag og skole
- » **Idrettslag som bidrar inn i skolen, må kompenseres økonomisk** for denne innsatsen