

Handläggare
Lagnebratt Susanne
Anderson Tomas

Datum
2019-03-05

Diarienummer
UBN-2019-2637

Utbildningsnämnden

Motion av Lisen Burmeister (SD) om pulsträning i skolan

Förslag till beslut

Utbildningsnämnden föreslår kommunfullmäktige besluta

att besvara motionen med föredragningen i ärendet.

Ärendet

Lisen Burmeister (SD) föreslår i motion väckt vid kommunfullmäktiges sammanträde den 28 januari 2019 att

- Uppsala kommun arbetar för att införa pulsträning på kommunens grund- och gymnasieskolor
- Uppsala kommun i samråd med utbildningsnämnden undersöker möjligheten att genomföra en upphandling av utrustning avsedd för pulsträning i skolan
- Uppsala kommun tar fram en tidsplan om när pulsträning ska införas.

Motionen **biläggs**.

Beredning

Ärendet har beretts av utbildningsförvaltningen och kommunledningskontoret.

Föredragning

I Mål och budget för 2019-2021 som kommunfullmäktige antog i december 2018 har utbildningsnämnden getts uppdraget att genomföra en satsning på pulshöjande aktiviteter i skolan. Den verksamhetsplan som utbildningsnämnden fastställde den 13 februari har två åtgärder kopplade till uppdraget: fortsatt utveckling och uppföljning av resultaten av påbörjat försöksprojekt i den kommunala grundskolan samt att undersöka möjligheterna till lätt tillgång till idrottshallar, duschar mm som behövs för att arbeta med pulshöjande aktiviteter.

En satsning på pulshöjande aktiviteter påbörjades redan under föregående år utifrån en åtgärd i utbildningsnämndens verksamhetsplan för 2018. Inom ramen för åtgärden bjöds

grundskolorna in att delta i ”puls i skolan” som ett verktyg för att nå förbättrade skolresultat. Sju skolor anmälde intresse och har under hösten med stöd från förvaltningen provat olika pulshöjande träningsformer som utgått från de deltagande skolornas förutsättningar och behov.

Projektet har köpt in pulsklockor för verksamheten. I övrigt har pulsträningen kunnat genomföras genom att använda befintlig utrustning på skolorna eller genom pulshöjande träning utan särskild utrustning. Bland träningsformerna som utövats finns bland annat så kallad röris, pulshöjande lek, olika snabba och högintensiva träningsformer samt styrkeövningar. I en återrapportering till nämnden ser skolorna positivt på projektet och vill fortsätta att utveckla de pulshöjande aktiviteterna.

Som framgår ovan pågår arbete i linje med motionens intentioner. Något beslut i kommunfullmäktige erfordras därför inte.

Ekonomiska konsekvenser

Inte aktuellt i ärendet.

Utbildningsförvaltningen

Birgitta Pettersson
Utbildningsdirektör



Motion om pulsträning i grundskolan

Flera forskningsstudier fastslår att fysisk aktivitet förbättrar inläringen hos barn och unga samtidigt som andra studier visar att dagens unga rör på sig i allt lägre utsträckning. Idag når endast 44 % av pojkarna och 22 % av flickorna de nationella rekommendationer som finns för hur mycket barn och ungdomar bör röra på sig. Att eleverna i och med pulsträningen får mer motion är även det välkommet och nyttigt men huvudskälet till att införa pulsträning är att förbättra studieresultat i teoretiska ämnen.

Pulsträning för elever har varit i fokus de senaste åren och andelen skolor som inför detta, både som frivilligt val och som obligatorisk del ökar stadigt. Svenska elevers resultat sjunker i PISA-undersökningarna och allt som kan göras för att förbättra chanserna för elevers möjlighet till ökad inläring och bättre studieresultat är av stor vikt.

Idén till pulsträning kommer från början från USA. Pulsträningen går ut på att utövaren ska befinna sig inom ett visst pulsintervall, ca 80 % av maxpuls under 20-25 minuter av aktiv träning. Den bevisade effekten är att eleverna får både bättre koncentration på lektionerna och kraftigt förbättrade studieresultat i teoretiska ämnen.

Skolor i bland annat Västervik, Kalmar, Ljungby och Mörbylånga har redan testat pulspass och på de skolorna vittnar lärare om förbättrad koncentration och prestation. (*svt.se*). I skolor där detta testats så har pulspassen legat tidigt på schemat och därefter har koncentrationskrävande ämnen lagts i schemat. Ytterligare en konsekvens är att andelen halvsovande och morgontrötta elever minskat rejält och att det blivit mindre stök i klassrummen (*gp.se*). I Ljungby kommun har man sökt ett nyinstiftat stadsbidrag för att köpa in pulsmätare och utrustning till elever och skolor.

I det så kallade Bunkefloprojektet så gjordes en 9 år lång studie på hur studieresultat kopplas till fysisk aktivitet och resultatet visade att 96 % av de med utökad fysisk aktivitet klarade grundskolans mål och blev behöriga till gymnasiet jämfört med kontrollgruppen där endast 89 % klarade av grundskolans mål och blev behöriga. De ämnen där eleverna blev signifikant bättre var svenska, engelska, matematik samt idrott och hälsa.

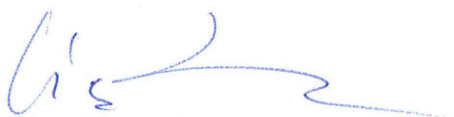
Sverigedemokraterna vill med anledning av ovanstående att så många skolor som möjligt i Uppsala kommun satsar på pulsträning eftersom vi är övertygade om att det är välinvesterade pengar som ger avkastning inte bara i bättre studieresultat för våra barn utan också i nyttiga bieffekter i form av förbättrad elevhälsa.

I en studie av Viksell & Grönstedt (2017) analyseras fördelar och nackdelar med pulsträning samt att de ger en sammanställning av erfarenheten som finns från de skolor som redan infört pulsträning och inför införandet och deras gedigna arbete kan ligga till grund för att på bästa sätt utarbeta pulsträning i Uppsalas skolor.


Med anledning av ovanstående yrkar Sverigedemokraterna:

- Att Uppsala kommun arbetar för att införa pulsträning på kommunens grund- och gymnasieskolor.
- Att Uppsala kommun i samråd med utbildningsnämnden undersöker möjligheten att genomföra en upphandling av utrustning avsedd för pulsträning i skolan.
- Att Uppsala kommun tar fram en tidsplan om när pulsträning ska införas.

Uppsala 19-november-2018



Lisen Burmeister
Ledamot, SD



Kent Kumpula
Ersättare, SD

Källor:

Viksell & Grönstedt, 2017. Pulsträning för ökad inläring?. Gymnastik och idrottshögskolan.
<https://gih.diva-portal.org/smash/get/diva2:1187651/FULLTEXT03.pdf> 2018-11-19

Svt.se: <https://www.svt.se/nyheter/lokalt/smaland/pulstraning-i-skolan-sprider-sig> 2018-11-19

Gp.se: <http://www.gp.se/nyheter/g%C3%B6teborg/betygen-stiger-med-pulsen-1.4653740> 2018-11-19