

Information till vårdnadshavare

Daglig rörelse

Genom Stockholms stads satsning för utökad fysisk aktivitet, **Spring i benen**, har stadens kommunala grund- och grundsärskolor möjlighet till att mäta om skolan når upp till den rekommenderade nivå för daglig fysisk aktivitet.

Syfte - Vi mäter för att ta reda på var eleverna befinner sig i förhållande till målet 45 min fysisk aktivitet per skoldag. Efter mätning bestämmer skolan nya aktiviteter för att nå/behålla nivån.

Bakgrund - Elevernas låga fysiska aktivitet är idag en stor hälsorisk, endast 2 av 10 barn når den rekommenderade mängden fysisk aktivitet per dag och ångest och depression ökar bland barn och unga ([Pep-rapporten - Generation Pep](#))

Fysisk aktivitet förbättrar våra kognitiva förmågor och därmed också hälsan och skolresultatet.

Obs!

1. Vårdnadshavare skall informeras inför mätning.
2. Det är frivilligt för eleverna att delta.
3. Mätning genomförs enbart på gruppnivå, dvs klass, årskurs och skola.
4. Inga enskilda elev- eller skolresultat blir offentliga.

Mer information om Scriin aktivitetsmätare

“SCRIIN skola RÖRELSE” är ett verktyg för skolor att följa upp elevernas fysiska aktivitet under skoldagen och inspirera skolan att nå WHO:s rörelsemål.

Så här går det till:

- Eleverna bär varsin SCRIIN aktivitetsmätare under skoldagen.
- SCRIIN-mätaren bygger på “accelerometerteknik” och mäter elevens fysiska aktivitet. Den registrerar kontinuerligt antal steg och beräknar fysiskt aktiva minuter enligt WHO:s definition (läs mer om rekommenderad fysisk aktivitet för barn och unga [här](#).)
- SCRIIN-mätaren har validerats mot den rörelsemätare som används inom forskning i samarbete med Karolinska Institutet.
- Alla elevers SCRIIN-mätare rapporterar aktivitetsdata till en central enhet i klassrummet som skickar den vidare till en server hos SCRIIN.
- Genom ett rapportverktyg kan rörelsestatistik över klassen visas.
- Inga personuppgifter kopplade till eleven överförs till den centrala enheten eller till servern.
- Kopplingen mellan mätarens unika nummer och elevens namn kommer inte att användas.



Vid frågor kontakta Ulrika Nilsson
Utbildningsförvaltningen, *Spring i benen*
ulrika.a.nilsson@edu.stockholm.se
Tel. 076 123 30 04

Spring
i benen

[Mer rörelse i skolan - Skolverket](#)