

# AKTIVA SKOLTRANSPORTER 2.0

## HUR BARNKONSEKVENSPANALYS OCH DEN NYA NATIONELLA REKOMMENDATIONEN FÅR FLER BARN I RÖRELSE



Anna-Karin Lindqvist, biträdande professor fysioterapi



# SAMHÄLLSUTMANINGAR

- Hälsa
- Fysisk aktivitet
- Fysisk inaktivitet



60 min



14 % 9 %



52 %



# SAMHÄLLSUTMANINGAR

- Miljö



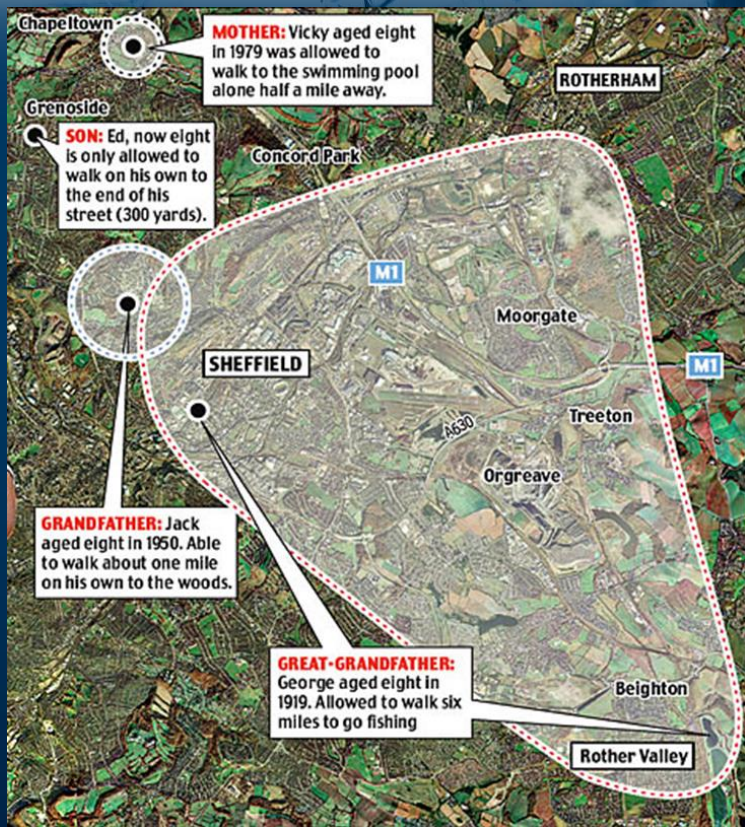
- Trafiksäkerhet



- Fri mobilitet







The Headlines app

# NYHETERNA

## EXTRA

# LIVET ÄR LIVSFARLIGT SLÅ IN BARNEN I BUBBELPLAST

SKAPAD MED APPEN THE HEADLINES



# S.I.C.T.A

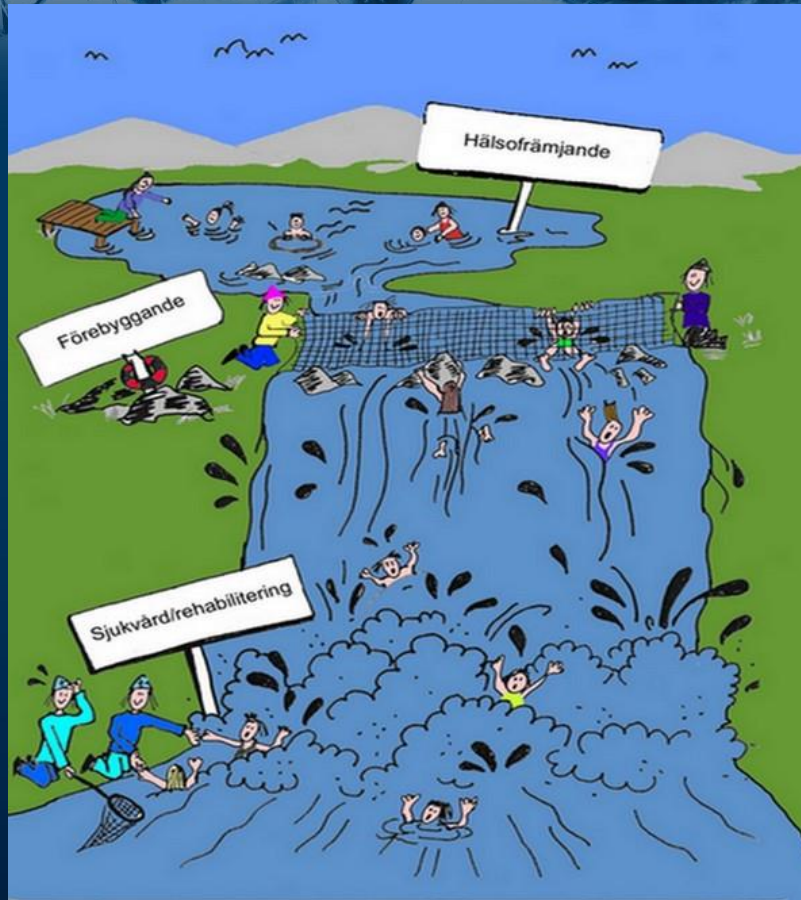
## SUSTAINABLE INNOVATION FOR CHILDREN TRANSPORTING ACTIVELY

Öka andelen aktiva  
skoltransporter till minst 80%

- Skolbaserad innovation
- Stödjande nationell rekommendation som leder till normförändring







# NÅGRA PUBLIKATIONER

- Oyelere, S., Berghem Malmström, S., Brännström, R., Rutberg, S., & Lindqvist, A-K. (2022) Initial design and Testing of Multiplayer Cooperative Game to Support Physical Activity in Schools. Education Sciences.
- Laine, T., Doung, N., Lindvall, H., Oyelere, S., Rutberg, S., & Lindqvist, A-K. (2022). A Reusable Multiplayer game for promoting active school transport: development study. JMIR Serious Games.
- Forsberg, H., Lindqvist, A-K., Nyberg, L., Forward, S. & Rutberg, S. (2021) Development and Initial Validation of the PILCAST Questionnaire: Understanding Parents' Intentions to Let Their Child Cycle or Walk to School Int. J. Environ. Res. Public Health
- Forsberg, H., Rutberg, S., Mikaelsson, K., & Lindqvist, A-K. (2020). It's about being the good parent: Exploring attitudes and beliefs towards active school transportation. International Journal of Circumpolar Health
- Savolainen, E.; Rutberg, S.; Backman, Y.; Lindqvist, A.-K. Long-Term Perspectives of a School-Based Intervention to Promote Active School Transportation. (2020) Int. J. Environ. Res. Public Health.
- Rutberg, S., Castelli, D., Nyberg, L., & Lindqvist, A-K (2020) Grit as perseverance in physical activity participation. International Journal of Environmental Research and Public Health.
- Lindqvist, A-K., Löf, M., Ek, A., & Rutberg, S. (2019) Active school transportation in Winter Conditions – Biking together is warmer. International Journal of Environmental Research and Public Health.
- Lindqvist, A-K & Rutberg, S. (2018) One step forward: The development of a program promoting active school transportation. JMIR Research Protocols.
- Rutberg, S. & Lindqvist, A. (2018) Active School Transportation an Investment in School Health. Health Behavior and Policy Review.
- Rutberg, S & Lindqvist, A (2018) Children's motivation overcame parental hesitation - Active school transportation in Sweden. Health Promotion International
- Lindqvist A, Castelli D, Hallberg J, Rutberg S. (2018) The Praise and Price of Pokémon GO: A Qualitative Study of Children's and Parents' Experiences. JMIR Serious Games
- <https://www.skolledarna.se/Skolledaren/Artikelarkiv/2019/cykelvag-till-skolan-kan-vara-vagen-till-framgang/>



# TRE KÄRNVÄRDEN - TRE MÅLGRUPPER

- Tryggt                      Föräldrarna
- Roligt                      Barnen
- Enkelt                      Lärarna





# WWW.AKTIVASKOLTRANSPORTER.SE

**AKTIVA SKOLTRANSPORTER** **MENY** ≡

Välkommen till *Aktiva skoltransporter*, ett skolbaserat forskningsprojekt som främjar barns mest naturliga möjlighet till vardagsrörelse – att cykla eller gå till och från skolan!



**AKTIVA SKOLTRANSPORTER** **LÄRARPORTAL**  [!lularare@example.se](#) 

**STEG FÖR STEG GUIDE**

Video: [Steg-for-steg guide](#) för lärare (videos öppnas i nytt fönster, kan visas i helskärm)

**Steg 1 - Föräldramöte**

- Inbjudan Föräldramöte
- Visa filmen: [Let's gå framea på](#)
- Låt föräldrarna spela [Rakity](#) i mindre grupper.
- Presentera projektet [ggf\\_med\\_tal](#) ([ppt\\_utan\\_tal](#))

**Steg 2 - Fakta och argument**

- Dela ut [faktablad](#) till eleverna [cöta](#)
- Se [elevernas](#) tillsammans
- Prata om frågorna i filmen
- Gör ett [infoblad](#) till föräldrar [docx](#)

**Steg 3 - Bestäm pedagogiska uppgifter**

- Välj ut eller hitta på egna (se exempel i vänstermenyn under Tematiska områden eller Skolämnen)
- Minst ett uppgift per vecka
- Fråga eleverna...

**Steg 4 - Börja gå eller cykla och lös uppgifterna**

- Börja gå eller cykla och lös uppgifterna
- Samla poäng (gå in under Mina klasser för att registrera prestationer)
- Samla Badges (gå in under Mina klasser för att visa prestationer)
- Räkna kilometer och utför veckouppgifter

**Steg 5 - Firat**

- Dax att firat! ([förslag](#) till firande vid projektstart och avslut)

**Empowerment och gamification**

Det är du tillsammans med kollegor och dina/era elever som utformar arbetet utifrån projektets hörnstenar **empowerment** och **gamification**. Du är nyckeln till att eleverna får drivkraft och engagemang i projektet. Att lösa uppgifter tillsammans med att räkna poäng vid transporter är motivationsskapande och ett led i att skapa "spelfiering". Låt gärna eleverna vara delaktiga i att utforma belöningar eller mål.

**Empowerment** - att stärka elevernas initiativförmåga och självförtroende att vilja vara med och påverka

**Gamification/spelfiering** - att utgå från dataspelstänk med uppgifter att lösa och poängsamlande för att skapa motivation.



**AKTIVA SKOLTRANSPORTER**

# SOCIAL NORM

Oskriften regel om hur man ska bete sig i en viss social grupp eller kultur

en individs uppfattning om hur andra människor beter sig  
”de flesta som är viktiga för mig låter sina barn gå och cykla”.

en individs uppfattning om vad andra godkänner eller ogillar  
”de flesta som är viktiga för mig tycker att jag ska låta mina barn  
gå och cykla”.



# Prövning och analys av barnets bästa när det gäller nationell rekommendation för aktiva skolresor – en barnkonsekvensanalys



”

Att få cykla är både glädje och frihet, enklare att ta sig till skolan och träningen, framför allt en frihet även när det är kallt och man blir trött men det är bara kämpa på. Jens 11 år.

Edörer:  
Sina Butberg,  
Anna-Karin Lindqvist och  
Malin Herr-Kasson

 **vti**  
LULEÅ  
TEKNISKA  
UNIVERSITET



  
LULEÅ  
TEKNISKA  
UNIVERSITET



# 75 - 50 - 15

Cykelfrämjandet

Folkhälsomyndigheten

Fysioterapeuterna

Generation Pep

Healthy cities nätverket

Luleå kommun

Luleå tekniska universitet

Länsstyrelsen Västernorrland

Länsstyrelsen Örebro

Naturvårdsverket

Regeringens kommitté för ökad fysisk aktivitet

Specialpedagogiska skolmyndigheten

Statens väg- och transportforskningsinstitut

Trafikanalys

Trafikverket

Yrkesföreningar för fysisk aktivitet





# BARNKONSEKVENSPANALYS

Lagstiftning/regleringar och juridiska aspekter

Aktuellt kunskapsläge (hälsa, miljö, rörelsefrihet, trafiksäkerhet)

Konventionen om barnets rättigheter

Barnens synpunkter



# TILL BARN OCH VÅRDNADSHAVARE

Vi rekommenderar att barn använder aktiva resor (exempelvis gång eller cykel), året om, helt eller del av väg till och från skolan redan från förskoleklass, bland annat ur miljö- och hälsoperspektiv.

Detta bör ske på ett säkert sätt tillsammans med en vuxen i ett lärande syfte om trafikmiljön, men kan så småningom ske i sällskap med andra barn eller självständigt utifrån att barnet och vårdnadshavare tillsammans gör en bedömning av barnets förmåga i förhållande till den aktuella trafikmiljön.





# TILL SAMHÄLLSAKTÖRER SOM SKOLOR, VÄGHÅLLARE, TRAFIK OCH SAMHÄLLSPLANERARE

Vi rekommenderar att skolor uppmuntrar elever till aktiva och säkra resor till och från skolan.

Vi rekommenderar att barns behov samt deras förutsättningar för aktiva säkra skolresor beaktas i:

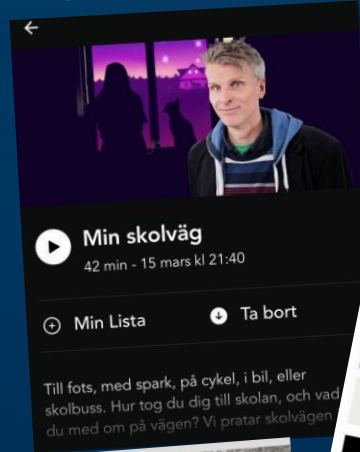
Samhällsplanering, tillgänglighet, gång och cykelplaner, hastighetsgränser, utformning av infrastruktur, drift och underhåll, attraktiv cykelparkering/rimlig bilparkering

# Film

<https://youtu.be/vxS9ro9vM6Y>



# TELEVISION (14) RADIO (3) NEWSPAPERS (17) 3,2 MILJ VIEWERS AND 6,4 MILJ READERS





# SOCIAL MEDIA

- 24/2-12/3
- Facebook and Instagram
- Målgrupp föräldrar i Luleå
- Reach: 27 720
- Whole thurplays: 30 128
- Link click: 533



**Luleå kommun**  
Sponsrad · 97

Alla barn har rätt till ett friskare och mer hälsosamt liv, något de kan få om du som förälder låter dem gå eller cykla till skolan, själva eller tillsammans med dig. Skolvägen leder till bättre fysisk hälsa och till en bättre skoldag. Tänk inte på dina egna behov eller på allt du tror kan hända. Tänk på barnen.

Under decennier har myndigheterna rekommenderat att barn under 12 år inte bör cykla till skolan själva. Det vill vi ändra på. Vårt mål är att få alla barn som har möjlighet, oavsett ålder, att röra på sig mer. Skolvägen är en utmärkt väg för detta.



aktivaskoltransporter.se  
Tänk på barnen - Gå eller cykla till skolan [Läs mer](#)



# MER INFORMATION

Barnkonsekvensanalysen

<http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:ltu:diva-95345>

DN-debatt

[”Sluta skjutsa barnen till skolan – hälsa går före rädsla” - DN.SE](#)

Hemsida

[www.aktivaskoltransporter.se](http://www.aktivaskoltransporter.se)



