

Mer gym=bedre i norsk og matte

Elever som trente to timer ekstra i skoletiden, gjorde det bedre på prøver.

AV KJERSTI BUSTERUD | PUBLISERT 1. NOV. 2019 | OPPDATERT 5. MARS 2025

Barn spiller fotball inne i en gymsal på skolen.

Foto: Shutterstock

Norges idrettshøgskole har gjennomført et stort prosjekt for å se om mer fysisk aktivitet gir bedre læring. 2000 niendeklassinger fikk to timer ekstra kroppsøving og fysisk aktivitet hver uke gjennom et helt skoleår. Det ga gode resultater. Elevene som deltok i prosjektet, gjorde det bedre på nasjonale prøver i både lesing og regning.

MAT OG HELSE MENNESKEKROPPEN KROPPSØVING

Meldinger ved utskriftstidspunkt 4. april 2025, kl. 15.24 CEST

Det ble ikke vist noen globale meldinger eller andre viktige meldinger da dette dokumentet ble skrevet ut.