



ACTIVE HEALTHY KIDS

— 2022 —

DANMARK | GLOBAL MATRIX 4.0



ACTIVE HEALTHY KIDS - DANMARK 2022

Udgivet af: Forsknings- og Implementeringscenter for Idræt, Bevægelse og Læring (FIIBL), UC SYD, UCL Erhvervsakademi & Professionshøjskole og Syddansk Universitet.

Udgivet: Juni 2022

Forfattergruppe: Lars Breum Christiansen, Mette Toftager, Peter Lund Kristensen, Niels Christian Møller, Malte Nejst Larsen, Jasper Schipperijn, Jens Høyer-Kruse, Thomas Skovgaard, Steffen Rask, Thomas Baagø-Rasmussen, Mette Rasmussen Jacob Have Nielsen, Jesper Ninn Sandfeld Melcher og Søren Præstholt.

Netværkskoordinator:
Lars Breum Christiansen
lbchristiansen@health.sdu.dk

Layout: Louise Stjerne Madsen, FIIBL

Tryk: Grafisk Center, SDU

Forsidebillede: Colourbox

Ikoner: Colourbox

www.fiibl.dk

INDHOLD

4	INDLEDNING
6	RESUME AF VURDERING
7	ANBEFALINGER TIL HANDLING
8	DATAKVALITET OG ANBEFALINGER TIL MONITORERING
10	FYSISK AKTIVITET
12	STILLESIDDEDE ADFÆRD
14	FYSISK FORM
16	ORGANISERET IDRÆT
18	AKTIV LEG
20	AKTIV TRANSPORT
22	FAMILIE & VENNER
24	SKOLE
26	OMGIVELSER & LOKALSAMFUND
28	POLITIK & LOVGIVNING
30	DATAKILDERNE
31	ACTIVE HEALTHY KIDS - GLOBAL ALLIANCE

INDLEDNING

Active Healthy Kids – Danmark 2022 indeholder en opdateret præsentation af i alt ti indikatorer om børn og unges fysiske aktivitet. Formålet er at opsamle og vurdere bedst tilgængelig viden, der kan inspirere til øget indsats og aktivt samarbejde mellem offentlige, private og civile aktører. Den overordnede ambition er at bidrage til, at flere børn og unge bevæger sig mere og oplever fysisk aktivitet som en integreret del af deres hverdagsliv.

Indikatorvurderingen viser overordnet, at der er gode muligheder for bevægelse – men også at en stor del af danske børn og unge ikke er fysisk aktive i et tilstrækkeligt omfang.

Rapporten indeholder en række anbefalinger til handling samt forslag til, hvordan vi fortsat styrker vidensopbygning og monitorering af børn og unges fysiske aktivitet.

På de næste sider kan der læses mere om de enkelte indikatorer. Det er tredje gang Active Healthy Kids gennemføres i Danmark, og der kan således følges en udvikling fra 2017 til 2022. Dette fremgår af oversigten i hvert afsnit.

For nogle indikatorer knytter vurderingen sig til den andel af børn, unge, forældre, skoler eller kommuner, der opfylder opstillede kriterier. Andre indikatorer er vurderet ud fra netværksgruppens ekspertvurdering. På den baggrund er der for hver indikator angivet et karakterbogstav fra A+ til F (Tabel 1). U er anført, såfremt der har været utilstrækkeligt datagrundlag for at tildele et karakterbogstav.

De enkelte indikatorer er vurderet med afsæt i kriterier opstillet af det internationale Active Healthy Kids netværk (se Active Healthy Kids - Global Alliance, s. 31). Kriterierne præsenteres kort i introduktionen til de enkelte indikatorer. Større, nationale undersøgelser, der gentages med jævne mellemrum, er prioriteret som grundlag for vurderingerne (se Datakilderne, s. 30).

Vurdering	Andel børn, unge, forældre, skoler eller kommuner, der opfylder kriterierne
A+	94% - 100%
A	87% - 93%
A-	80% - 86%
B+	74% - 79%
B	67% - 73%
B-	60% - 66%
C+	54% - 59%
C	47% - 53%
C-	40% - 46%
D+	34% - 39%
D	27% - 33%
D-	20% - 26%
F	< 20%
U	Utilstrækkelige oplysninger

Tabel 1: Oversigt over karakterbogstaver fra A+ til F.

ACTIVE HEALTHY KIDS - DANMARK 2022

Active Healthy Kids – Danmark 2022 er udarbejdet af en netværksgruppe med repræsentanter fra i alt ti organisationer med ekspertise i fysisk aktivitet for børn og unge.

Netværksgruppens medlemmer repræsenterer forsknings-, analyse- og uddannelsesinstitutioner samt landsdækkende idrætsorganisationer. Sundhedsstyrelsen og DGI har taget del som observatører.

NETVÆRKSGRUPPE

Lars Breum Christiansen

Lektor og Centerleder
Syddansk Universitet og FIIBL

Mette Toftager

Lektor
Syddansk Universitet

Peter Lund Kristensen

Lektor
Syddansk Universitet og Region
Syddanmark

Niels Christian Møller

Lektor
Syddansk Universitet

Malte Nejst Larsen

Post doc
Syddansk Universitet

Jasper Schipperijn

Professor
Syddansk Universitet

Jens Høyer-Kruse

Akademisk medarbejder
Syddansk Universitet

Thomas Skovgaard

Lektor og Forskningsleder
Syddansk Universitet

Steffen Rask

Analytiker
Idrættens Analyseinstitut

Thomas Baagø-Rasmussen

Analytiker
Danmarks Idrætsforbund

Mette Rasmussen

Udviklingskonsulent
Dansk Skoleidræt

Jacob Have Nielsen

Videnskonsulent
Dansk Skoleidræt

Jesper Ninn Sandfeld Melcher

Lektor
Københavns
Professionshøjskole

Søren Præstholt

Specialkonsulent og Centerleder
Københavns Universitet og Center
for Børn og Natur

Tue Kristensen (observatør)

Specialkonsulent
Sundhedsstyrelsen

Niels Grinderslev (observatør)

Konsulent
DGI

RESUME AF VURDERING

FYSISK AKTIV ADFÆRD OG FYSISK FORM

Fysisk aktivitet vurderes til karakteren D, hvilket betyder, at 27-33% af de danske børn og unge er tilstrækkeligt aktive (Tabel 2). Samtidig bruger 2/3 mere end to timer om dagen foran en skærm i fritiden, og indikatoren *stillesiddende tid* får vurderingen D+. De ældste børn, pigerne og børn fra lavere socialgrupper er mindst aktive. De tilgængelige data på *fysisk form* er mangelfulde, men viser bl.a. at danske børn gennemsnitligt har en god kondition (B-).

Resultaterne viser også, at *organiseret idræt* i fritiden stadig er en vigtig ramme om børn og unges deltagelse i sport og motion, og en indikator hvor Danmark ligger i toppen (A). Deltagelsen i foreningerne er faldet over tid blandt de 7-15-årige - især for de ældste. Det opvejes dog af andre organiseringsformer bl.a. fitness i private centre.

Uorganiseret fysisk aktivitet i form af *aktiv leg* og *tid brugt aktivt udendørs* er mindre belyst, men får vurderingen B-. De yngste børn bruger mange timer på udendørsaktiviteter - ikke mindst i dagtilbud, skole og fritidsordninger - mens de ældre børn oftere går ture og løber alene eller sammen med andre i fritiden.

Endelig er *transport* til skole og fritid forbundet med fysisk aktivitet for mange børn og unge - især sammenlignet med andre lande (A-). 82% angiver at transportere sig aktivt min. to gange om ugen, mens ca. 60% normalvis går eller cykler til skole.

SOCIALE, FYSISKE OG POLITISKE OMGIVELSER

Mange faktorer spiller ind for børn og unges muligheder for fysisk aktivitet. Vurderingen af disse indikatorer viser, at mulighederne i Danmark overordnet er gode sammenlignet med andre lande.

Undersøgelser viser, at mange forældre selv er fysisk aktive og også sammen med deres børn. Godt 60% opmuntres til at dyrke sport og motion af deres forældre. Indikatoren *Familie & Venner* vurderes til C+.

Skolen som arena for fysisk aktivitet har fået meget opmærksomhed de seneste år pga. skolereformen og de medfølgende gennemsnitlige 45 min. motion og bevægelse om dagen. En aktiv skoledag er dog ikke en selvfølge for alle børn, og størst er udfordringen for de ældste elever og pigerne. Indikatoren vurderes til B+, da undersøgelser viser, at færre skoler lever op til lovkravet.

Omgivelser & Lokalsamfund samt *Politik & Lovgivning* vurderes højt sammenlignet med andre lande. Fysisk aktivitet for børn og unge har generelt stor lokal- og landspolitisk bevågenhed, og er medtænkt i mange politikker og i udformningen af de fysiske omgivelser. De to indikatorer på dette område får begge karakteren B+.

		2017	2019	2022
Fysisk aktiv adfærd og fysisk form	FYSISK AKTIVITET	D+	D-	D
	STILLESIDDENDE ADFÆRD	U	D+	D+
	FYSISK FORM	-	U	B-
	ORGANISERET IDRÆT	A	A-	A
	AKTIV LEG	U	U	B-
	AKTIV TRANSPORT	B	B+	A-
Sociale, fysiske og politiske omgivelser	FAMILIE & VENNER	U	U	C+
	SKOLE	B	A-	B+
	OMGIVELSER & LOKALSAMFUND	B+	B+	B+
	POLITIK & LOVGIVNING	A-	A-	B+

Tabel 2: De danske vurderinger fra 2017, 2019 og 2022. Se oversigt over karakterernes betydning på side 4. Fysisk form var ikke del af vurderingen i 2017 og derfor markeret med (-).

ANBEFALINGER TIL HANDLING

1) FORENINGSTILBUD OG FASTHOLDELSE FOR DE ÆLDSTE BØRN OG UDVIKLING AF ANDRE ORGANISERINGSFORMER

Der er god grund til at sikre gode vilkår for foreninger i alle dele af landet og samtidig rette opmærksomheden mod vilkårene for andre former for organiseret idræt, der i stigende grad bliver en vigtig ramme om børns og unges idrætsdeltagelse, herunder private/kommercielle centre (særligt fitnesscentre), SFO/klubber og – for de ældste af de unge – sport og motion på uddannelsesinstitutionen. Samtidig er der behov for mere viden om initiativer, der kan fastholde børn og særligt unge i foreningsidrætten.

2) BEVÆGELSE OG FYSISK AKTIVITET I SKOLEN

Der er behov for en diskussion af, hvilken rolle skolen kan spille for at fremme fysisk aktivitet. Grundlæggende bør det prioriteres at styrke skolens kultur omkring fysisk aktivitet og bevægelse, hvilket også indebærer kompetenceudvikling af nuværende og kommende lærere og pædagoger til at inddrage bevægelse i undervisningen og i skoledagen generelt. Herunder bør uddannelsen af nye lærere og pædagoger indeholde obligatoriske moduler omkring inddragelse af bevægelse. Der bør findes løsninger på, hvordan det sikres, at de ældste elever er del af en aktiv skoledag, der bidrager til deres sundhed og motivation for et aktiv liv.

3) RAMMER OG KULTUR FOR AKTIV LEG OG UDEAKTIVITETER I SKOLE OG FRITID

Der er grund til at have fokus på den aktive leg og uorganiseret fysisk aktivitet - uanset om det er en del af dagtilbud, skole eller fritidsordning eller det foregår i børnenes fritid. Især bør der være opmærksomhed på, hvordan mulighederne for aktiv leg sikres i overgangen til skolealderen herunder vilkårene for udeaktiviteter i skole, SFO og klub. Der er behov for fokus på de lidt ældre børn og unges fortsatte engagement i selvorganiseret fysisk aktivitet, som bl.a. skolernes fysiske rammer og kultur bør inspirere til og give gode muligheder for. Det kan også være ved at give flere muligheder for uorganiseret brug af sports- og idrætsanlæg, og at der etableres parker, naturområder og legepladser for alle aldre. Samtidig er der behov for mere viden om, hvordan og hvorfor børn og unge bruger deres nærområder til fysisk aktivitet.

4) AKTIV TRANSPORT

For at højne andelen af børn der bruger aktiv transport dagligt, bør det være en integreret del af undervisningsaktiviteterne i indskoling (0.-3. kl.) i samarbejde med forældrene på alle skoler. Cykling og gang skal være den foretrukne transportform til, fra og i skole. Det skal understøttes af prioritering af sikre skoleveje, kampagner og et vedvarende skole-hjem-samarbejde med fokus på børns transport til og fra skole. Samtidig er der behov for mere viden om, hvordan man kan øge andelen af unge, der aktivt transporterer sig til ungdomsuddannelser.

5) FOKUS PÅ BØRN OG UNGES FYSISKE FORM

Børns fysiske aktivitet har betydning for deres fysiske form. En del børn er ikke tilstrækkelige fysisk aktive til at opnå positive effekter relateret til deres fysiske form, hvilket har betydning for deres sundhedsudvikling. Der bør i højere grad fokuseres på, at fysisk aktivitet og bevægelse også skal have en træningseffekt på fx kondition, styrke og motorik. Samtidig er der behov for en fortløbende indsamling af repræsentative data vedrørende børns fysiske form.

6) IMPLEMENTERINGEN AF POLITISKE INITIATIVER

Fysisk aktivitet for børn og unge indgår i en del politikker og visioner. Der er dog tendenser til, at dele af de politiske intentioner aldrig når ud til de børn og unge, det drejer sig om, eller at det ikke er brugbare løsninger, som politikkerne, eksperter og andre voksne finder frem til. Der er derfor behov for løsninger i højere grad baseret på viden fra og på inddragelse af børn og unge. Samtidig er der behov for dybere indsigt i, hvordan de politiske initiativer kan implementeres succesfuldt i offentlige, private og frivillige organisationer.

DATAKVALITET OG ANBEFALINGER TIL MONITORERING

Det er tredje gang at det danske Active Healthy Kids netværk vurderer indikatorerne og første gang, at alle indikatorer opnår vurdering. På trods af det er der dog stadig væsentlige opmærksomhedspunkter, der er værd at fremhæve vedrørende monitoreringens kvalitet.

Hver indikator har en række vurderingskriterier, og det har ikke været muligt at inddrage dem alle. Der er forskelle i den måde indikatorerne er opgjort på mellem de deltagende lande og desuden også i de tre gange vurderingen har været foretaget i Danmark. Disse forskelle kan have betydning, for de resultater og konklusioner, som efterfølgende drages. Det kan således ikke udelukkes, at vurderingen er påvirket af forskellige opgørelsesmetoder og datagrundlag fremfor faktiske forskelle eller ændringer. Optimalt set vil vurderingen baseres på samme standardiserede indsamlingsmetoder for at opnå den mest pålidelige identificering af udviklingstendenser.

Baggrunden for vurderingerne er ofte større danske repræsentative undersøgelser (se Datakilderne på side 30) og er ofte baseret på spørgeskemaer til børn eller forældre. Dette indebærer de udfordringer, der gælder for selvrapporterede data fx begrænsninger i repræsentativitet, misforståelser og fejlestimeringer. Eksempelvis er forståelsen af, hvad fysisk aktivitet dækker over subjektiv og vil variere blandt deltagerne. Samtidig søges der en tidsestimering af adfærdsformer, som er integrerede og skiftende dele af hverdagen. Det er derfor svært – ikke mindst for både børn og unge – at isolere lige netop den mængde tid, der kvalificeres som fysisk aktivitet. Dette er især også tilfældet for indikatoren aktiv leg, der skal indfange den tid børn i konkrete situationer oplever, at de leger uden stærk styring og rammesætning af voksne.

Derfor kan der være fordele ved objektiv måling af fysisk aktivitet og stillesiddende adfærd med accelerometer (bevægelsesmåler), hvilket også har været tilgængeligt for denne vurdering. De objektive målinger af fysisk aktivitet er dog også forbundet med usikkerheder.

Eksempelvis underestimerer accelerometre typisk cykling, trappegang og styrketræning. Deltagerne kan også blive påvirket, når de ved, at de bliver målt og endelig foretages de fleste objektive målinger i en begrænset periode. Der vil fx være store udsving hen over årstider, alt efter vejret, og fra dag til dag, og de faktorer vil påvirke, hvordan der måles og svares i undersøgelser. Nogle af de medtagne undersøgelser er indsamlet over et helt år for at tage højde for sæsonvariationer.

Fysisk form vurderes ud fra ni standardiserede fysiske test (Eurofit testbatteri), og de tilgængelige danske data stammer oftest fra baselinemålinger fra interventionsstudier og omfatter ikke alle ni test. Tidligere har denne indikator ikke været vurderet pga. manglende datagrundlag, men er i denne runde inkluderet, da vi samlet set har et stort antal målinger af især kondition. Kondition er en vigtig parameter ift. at vurdere fysisk form og sundhedstilstand.

Indikatorerne omkring omgivelserne er ofte baseret på forældres eller nøglepersoners vurdering af områderne. Den samlede indsats på området er dog kompleks og indeholder flere elementer end blot udformning af politikker. Det er bl.a. prioritering af ressourcer, tydeligt lederskab og effektiv implementering af initiativer. På skoleområdet eksisterer der fx viden om, hvor mange skoler, der har en politik på området, men ikke hvordan den udmøntes. Samtidig dækker vores tilgængelige viden kun i mindre grad de aktiviteter og indsatser, der har stor betydning for opfyldelsen af de politiske mål. Herunder ikke mindst viden om den kvalitet og virkning, som de har for børn og unges fysiske aktivitet og sundhed.

ANBEFALINGER TIL MONITORERING

1. YNGSTE BØRN

Blandt de yngste børn (5-10 år) mangler der nationale undersøgelser, der belyser det samlede fysiske aktivitetsniveau og tid brugt på stillesiddende aktiviteter, herunder skærmtid. Dette indebærer både en objektiv måling med accelerometre, men også en mere omfattende indsamling af data omhandlende organiseringsformer, udendørs aktivitet, forældreinvolvering og oplevede muligheder i lokalområdet.

2. FYSISK FORM

Der mangler repræsentative undersøgelser af børn og unges fysiske form i Danmark. Dette vil kræve store ressourcer, hvis det skal gøres efter de højeste standarder. Derfor bør andre formater overvejes fx involvering af idrætsstuderende, sundhedsplejersker og medarbejdere på skolerne.

3. IMPLEMENTERING

Der er overordnet god politisk opbakning til børn og unges fysiske aktivitet, og det er indskrevet aktivt i mange politikker - fra indsatser i børnehaver til understøtning af foreningsidræt. Der er dog brug for mere detaljeret viden om, hvordan politiske hensigter etableres og efterfølgende implementeres i de lokalsamfund som er rammen om børn og unges fysiske aktivitet.

4. NATIONAL STRATEGI

Der eksisterer allerede flere store danske undersøgelser, som følger børn og unges fysiske aktivitet og sundhed over tid. Det er især Skolebørnsundersøgelsen og Danskernes sports- og motionsvaner. Disse undersøgelser er et kerneelement i monitoreringen, men der bør investeres yderligere ressourcer i en samlet national strategi for samarbejde, koordinering, udvikling og implementering af monitorering af børn og unges fysiske aktivitet og sundhed.

FYSISK AKTIVITET

D

ÅR	2017	2019	2022
VURDERING	D+	D-	D

Kriterier: Andel børn og unge, der er fysisk aktive af moderat til høj intensitet mindst 60 minutter dagligt.

Vurdering: Fysisk aktivitet får karakteren D (27-33%) på baggrund af data fra to undersøgelser. I Skolebørnsundersøgelsen fra 2018 lever 26% af børn og unge i alderen 11-15 år op til fysisk aktivitetsanbefalingerne baseret på objektive målinger (1). 29% af de 15-17-årige svarer i Ung19, at de er aktive 60 minutter i gennemsnit om dagen (2).

RESULTATER

Skolebørnsundersøgelsen gennemførte i 2018 den første danske nationalt repræsentative monitorering af objektivt målt fysisk aktivitetsniveau og stillesiddende adfærd blandt 11-, 13- og 15-årige (1).

I undersøgelsen blev der indsamlet data på elever i 5., 7. og 9. klasse fordelt på 31 grundskoler i hele Danmark. Der indgik i alt 1.677 11-15-årige i undersøgelsen. Elevernes aktivitetsniveau blev målt ved hjælp af et accelerometer (bevægelsesmåler), som sættes på kroppen for at måle det reelle daglige fysiske aktivitetsniveau.

Undersøgelsen viste, at 26% lever op til anbefalingen om at være fysisk aktiv mindst 60 minutter dagligt af moderat til høj intensitet. I gennemsnit bruger 11-15-årige 48 minutter om dagen på fysisk aktivitet ved moderat til høj intensitet. Drengene er generelt mere fysisk aktive end piger, og 33% af drengene lever således op til Sundhedsstyrelsens anbefalinger, mens det gælder for 19% af pigerne (Figur 1).

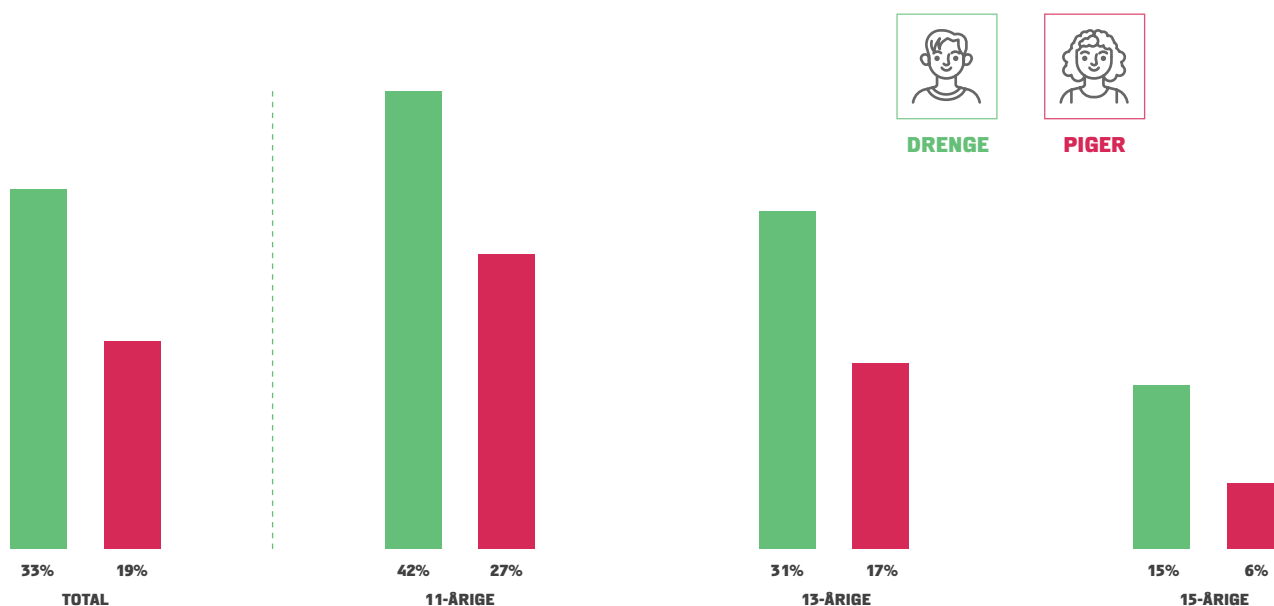
Aktivitetsniveauet er faldende i takt med stigende alder. Blandt de 11-årige er der 34%, som lever op til anbefalingerne, mens det er 24% af de 13-årige og 10% af de 15-årige.

48

MINUTTER

**... bruger 11-15-årige
i gennemsnit om dagen
på fysisk aktivitet ved
moderat til høj intensitet.**





FIGUR 1: Andel af drenge og piger der lever op til anbefalingen om 60 minutters fysisk aktivitet om dagen i gennemsnit målt med accelerometer (bevægelsesmåler) (1).

Resultatet af undersøgelsen viser, at de 11-årige drenge er mest aktive. I denne gruppe lever 42% op til fysisk aktivitetsanbefalingerne. De mindst aktive er derimod de 15-årige piger, hvor blot 6% lever op til anbefalingerne (Figur 1). 11-15-årige er generelt mere fysisk aktive i hverdagene sammenholdt med weekenden. I hverdagene lever 32% af danske børn og unge således op til anbefalingen om 60 minutters daglig moderat til hård fysisk aktivitet, mens det er 17% på weekenddage.

Der ses yderligere en socioøkonomisk forskel i fysisk aktivitet, hvor 27% af de 11-15-årige i den højeste socialgruppe efterlever anbefalingerne, mens det gælder for 25% i den mellemste socialgruppe og for 17% i den laveste socialgruppe (1).

Ung19 er en landsdækkende spørgeskemaundersøgelse, som gennemføres blandt elever på gymnasiale uddannelser i Danmark. I denne undersøgelse har i alt 12.152 15-17-årige elever svaret på spørgsmål om fysisk aktivitet, hvoraf 29% angiver, at de er fysisk aktive med moderat til hård intensitet i fritiden i syv timer, eller derover, om ugen (38% for drenge og 22% for piger)(2).

REFERENCER

1) Toftager M, Brønd JC. Fysisk aktivitet og stillesiddende adfærd blandt 11-15-årige: National monitorering med objektive målinger. København: Sundhedsstyrelsen, 2019.

2) Særtræk af data fra: Pisinger V, Thorsted A, Jezek AH, Jørgensen A, Christensen AI, Thygesen LC. UNG19: Sundhed og trivsel på gymnasiale uddannelser 2019. Syddansk Universitet. Statens Institut for Folkesundhed, 2019.

STILLESIDDENDE ADFÆRD



ÅR	2017	2019	2022
VURDERING	U	D+	D+

Kriterier: Andel børn og unge, der højst har to timers daglig skærmtid i fritiden.

Vurdering: Stillesiddende adfærd får karakteren D+ (36-39%) på baggrund af, at 33 % af de 11-15 år som deltog i Skolebørnsundersøgelsen i 2018 højst bruger to timer dagligt i hverdage på tv, film og video eller spil på skærm (1). Data indsamlet blandt 6-11-årige i Screens-undersøgelsen viste, at lidt under halvdelen af børnene højst har to timers daglig skærmtid i deres fritid (2).

RESULTATER

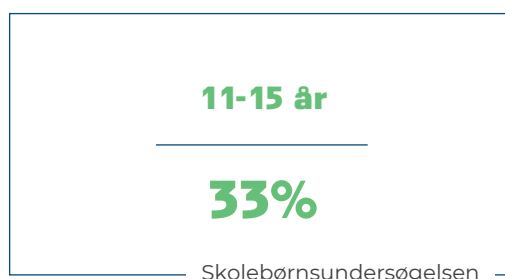
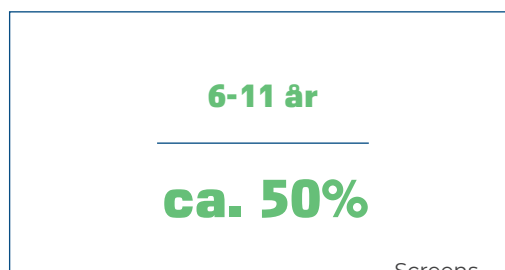
På baggrund af spørgeskemadata indsamlet blandt 3274 børn i *Skolebørnsundersøgelsen 2018* estimeres det, at 33 procent lever op til kriteriet om maksimalt 2 timers skærmtid i hverdagen. I weekenden estimeres det at gælde for 26 %. Skærmtid er her defineret som "film, tv-serier, video, YouTube-film i fritiden" samt "spil på smartphone, tablet, spilkonsol, computer" (1).

Data indsamlet blandt mere end 5274 børn i alderen 6-11 år i *Screens-undersøgelsen*, i perioden maj 2019 til november 2020, viste, at medianen for daglig skærmtid i fritiden på en typisk hverdag var 2,1 time. Dette betyder, at lidt under halvdelen af børnene lever op til kriteriet om højst to timer daglig skærmtid i deres fritid (2).

I Active Healthy Kids anvendes skærmtid i fritiden som et kriterie for stillesiddende tid. Skærmtid har i sig selv vist sig relateret til forskellige helbredsudfald, fx overvægt, metaboliske risikofaktorer og dårlig kondition (3).

Brug af skærmmidler har i de senere år ændret sig betragteligt især i form af smartphones, som anvendes anderledes end de traditionelle skærmmidler. Skærmtid er altså ikke nødvendigvis altid lig med stillesiddende tid.

ANDEL AF BØRN OG UNGE, DER HAR MAX TOTIMERS SKÆRMTID I FRITIDEN PÅ HVERDAGE.

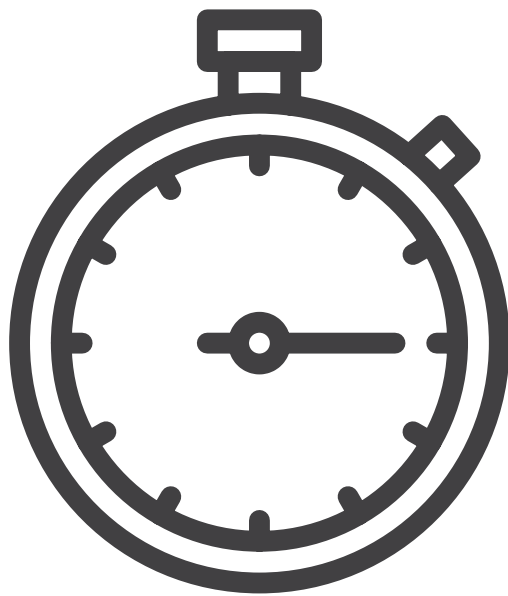


Ifølge objektive data indsamlet med accelerometre i *Skolebørnsundersøgelsen 2018* er de 11-15-årige i gennemsnit stillesiddende i alt 11 timer og 16 minutter om dagen (tidsrum kl. 6-24).

Piger bruger 11 timer og 35 minutter på stillesiddende adfærd, mens drengene bruger 10 timer og 56 minutter.

Tid brugt stillesiddende stiger med alderen fra 10 timer og 53 minutter om dagen for 11-årige til henholdsvis 11 timer og 23 minutter for 13-årige og 11 timer og 54 minutter for 15-årige (4).

TID BRUGT PÅ STILLESIDDENDE ADFÆRD



PIGER

**11 TIMER
OG 35 MINUTTER**



DRENGE

**10 TIMER
OG 56 MINUTTER**



REFERENCER

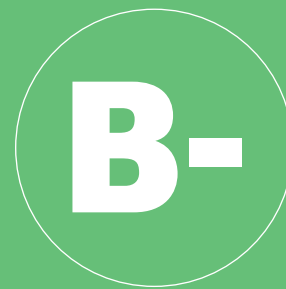
1) Særtræk af data fra: Rasmussen M, Kierkegaard L, Rosenwein SV, Holstein BE, Damsgaard MT, Due P. Skolebørnsundersøgelsen 2018: Helbred, trivsel og sundhedsadfærd blandt 11-, 13- og 15-årige skoleelever i Danmark. Syddansk Universitet. Statens Institut for Folkesundhed, 2019.

2) Pedersen, J. et al., 2022. Recreational screen media use in Danish school-aged children and the role of parental education, family structures, and household screen media rules. *Preventive Medicine* 155. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2021.106908>

3) Overgaard, K., Grøntved, A., Nielsen, K., Dahl-Petersen, I. K., Aadahl, M., & Aagaard, P. G. Stillesiddende adfærd - en helbredsrisiko? Vidensråd for Forebyggelse, København, 2015

4) Toftager M, Brønd JC. Fysisk aktivitet og stillesiddende adfærd blandt 11-15-årige: National monitorering med objektive målinger. København: Sundhedsstyrelsen, 2019.

FYSISK FORM



ÅR	2017	2019	2022
VURDERING	-	U	B-

Kriterier: Gennemsnittet af testresultater på ni forskellige fysiske test sammenlignet med internationale referenceværdier.

Vurdering: Fysisk form får vurderingen B- (60-66%), da danske børn og unges gennemsnitsværdier for kondition og håndgrebsstyrke svarer til den 70. percentil i de internationale referenceværdier. Balance ligger på den 30. percentil og agility på den 50. percentil.

RESULTATER

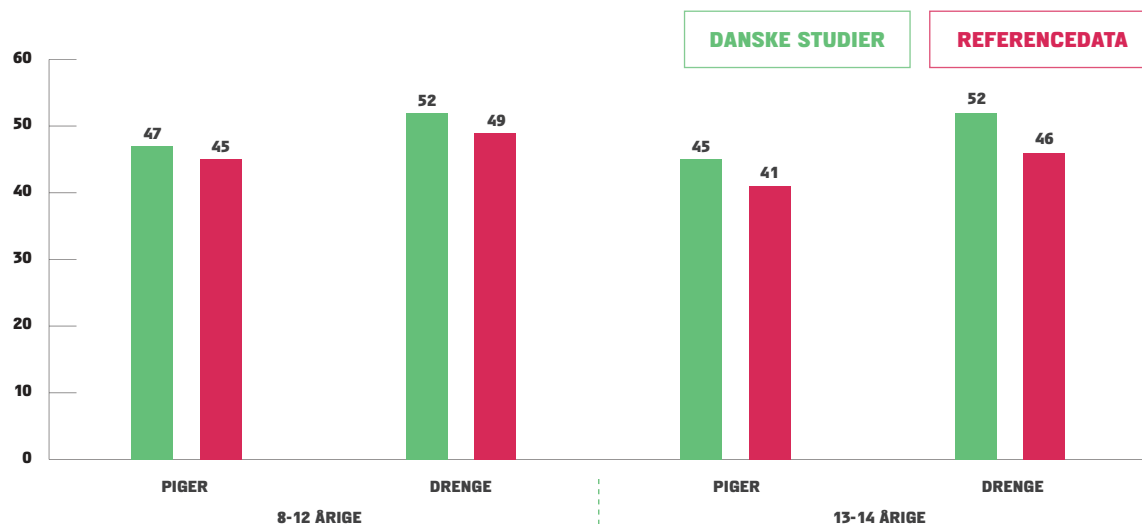
Fysisk form er en samlebetegnelse, der udtrykker kroppens evne til at præstere indenfor en række områder – fx kondition, styrke, balance, koordination og smidighed. Vurderingen sammenligner danske undersøgelser med en international oversigtsartikel, der inddrager undersøgelser fra 30 europæiske lande, hvor over 2,7 mio. børn og unge i alderen 9-17 år indgår (1). Den internationale oversigtsartikel indeholder referenceværdier for ni standardiserede tests, som udgør det såkaldte Eurofit testbatteri. Der findes ikke repræsentative danske undersøgelser, som anvender hele testbatteriet, men vi har vurderet, at der er tilstrækkelige data til, at der kan gives en vurdering. Dette begrundes med, at vi især for kondition har mange tilgængelige data, og at kondition er en vigtig parameter i forhold til at vurdere fysisk form og relaterede sundhedseffekter af fysisk aktivitet.

Kondition er central i vurderingen af børn og unges fysiske form. Der indgår otte undersøgelser og i alt 8343 børn primært i alderen 8-14 år (2-9). Undersøgelserne anvender den såkaldte Andersen løbetest eller yoyo-løbetest, hvor den tilbage-lagte løbedistance omregnes til et kondital. Seks af studierne undersøger de yngre børn mellem 8 og 12 år, og ender med et gennemsnitligt kondital på 47 ml/min/kg hos pigerne og på 52 ml/min/kg hos drengene (Figur 1). Disse gennemsnit ligger lidt over de internationale referenceværdier på henholdsvis 45 ml/min/kg for piger og 49 ml/min/kg for drengene.

To studier har målt på de lidt ældre børn op til 14 års-alderen. Kun det ene har data opdelt på køn (6), og her fandt man hos 13-14-årige et gennemsnitligt kondital hos pigerne på ca. 45 ml/min/kg og hos drengene på ca. 52 ml/min/kg (Figur 1). Referenceværdierne for de 13-14-årige piger er på 41 ml/min/kg og på 46 ml/min/kg for drengene. I det andet studie hos 11-14-årige (2) fandt man et gennemsnitligt kondital på ca. 51 ml/min/kg på tværs af køn. Samlet set svarer de danske børn og unges gennemsnitlige kondition til den 70. percentil.

En test af *muskelstyrke* er måling af håndgrebsstyrken. Tre studier indgår i vurderingen med et samlet deltagerantal på 3187 i alderen 6-14 år (2-4). Gennemsnittet for de danske børn ligger på den 70. percentil ift. de internationale referenceværdier hos jævnaldrende børn med et gennemsnitligt håndtryk på 19,7 kg, hvilket er 1 kg mere end gennemsnittet på 18,7 kg fra referenceværdierne.

Balance måles ved at deltageren stiller sig på det foretrukne ben på en 3 cm bred jernstang og samtidig bøjer det andet ben og holder fast om anklen på det bøjede ben. Der tælles, hvor mange gange deltageren falder ned på ét minut. Det vil sige, at jo færre gange man falder ned, jo bedre balance. To studier har anvendt denne test på i alt 955 børn. I det første studie med børn i 8-10-årsalderen mistede pigerne balancen 18 gange på ét minut, mens drengene mistede den 21 gange (7).



FIGUR 1: Danske børns estimerede kondital sammenlignet med europæisk referencedata baseret på indirekte løbetest fra otte danske studier (n=8343) (2-9).

I det andet studie med børn på 10-12 år mistede pigerne balancen 17 gange og drengene 19 gange (10). Dette er væsentlig højere end referenceværdierne, hvor gennemsnittet er henholdsvis 12 og 13 gange for henholdsvis piger og drenge. De målte danske børns gennemsnit ligger på den 30. percentil.

Agility involverer bl.a. evnen til at udføre acceleration og retningsskift. Det måles ved at sprinte 10 gange frem og tilbage mellem to linjer med fem meters afstand.

Der indgår to danske studier, der måler denne parameter (4,11). Her indgår i alt 1588 børn fordelt på et studie med børn i alderen 9-12 år og et studie med børn i alderen 9-15 år. Resultaterne er meget ens i de to studier, og det samlede gennemsnit ligger på 22,7 sekunder hos pigerne og 21,7 sekunder hos drengene. Det tilsvarende gennemsnit i referencedata er 22,9 sekunder hos pigerne og 21,7 sekunder hos drengene. Således ligger de danske børn på et middelniveau svarende til den 50. percentil i forhold til referenceværdierne hos jævnaldrende europæiske børn i denne test.

REFERENCER

- Tomkinson GR, Carver KD, Atkinson F, Daniell ND, Lewis LK, Fitzgerald JS, Lang JJ, Ortega FB. European normative values for physical fitness in children and adolescents aged 9-17 years: results from 2 779 165 Eurofit performances representing 30 countries. *Br J Sports Med*. 2018 Nov;52(22):1445-14563. doi: 10.1136/bjsports-2017-098253. Epub 2017 Nov 30. PMID: 29191931.
- Christiansen LB, Toftager M, Boyle E, Kristensen PL, Troelsen J. Effect of a school environment intervention on adolescent adiposity and physical fitness. *Scand J Med Sci Sports*. 2013 Dec;23(6):e381-9. doi: 10.1111/sms.12088. Epub 2013 Jun 3. PMID: 23730899.
- Rexen CT, Ersbøll AK, Møller NC, Klakk H, Wedderkopp N, Andersen LB. Effects of extra school-based physical education on overall physical fitness development--the CHAMPS study DK. *Scand J Med Sci Sports*. 2015 Oct;25(5):706-15. doi: 10.1111/sms.12293. Epub 2014 Jul 22. PMID: 25048668.
- Lima RA, Larsen LR, Bugge A, Andersen LB. Physical Fitness Is Longitudinally Associated With Academic Performance During Childhood and Adolescence, and Waist Circumference Mediated the Relationship. *Pediatr Exerc Sci*. 2018 Aug 1;30(3):317-325. doi: 10.1123/pes.2017-0206. Epub 2018 Mar 10. PMID: 29526135.
- Hjorth MF, Chaput JP, Michaelsen K, Astrup A, Tetens I, Sjödin A. Seasonal variation in objectively measured physical activity, sedentary time, cardio-respiratory fitness and sleep duration among 8-11 year-old Danish children: a repeated-measures study. *BMC Public Health*. 2013 Sep 8;13:808. doi: 10.1186/1471-2458-13-808. PMID: 24010811; PMCID: PMC3846279.
- Huang T, Tarp J, Domazet SL, Thorsen AK, Froberg K, Andersen LB, Bugge A. Associations of Adiposity and Aerobic Fitness with Executive Function and Math Performance in Danish Adolescents. *J Pediatr*. 2015 Oct;167(4):810-5. doi: 10.1016/j.jpeds.2015.07.009. Epub 2015 Aug 6. PMID: 26256018.
- Larsen MN, Nielsen CM, Ørntoft CØ, Randers MB, Manniche V, Hansen L, Hansen PR, Bangsbo J, Krstrup P. Physical Fitness and Body Composition in 8-10-Year-Old Danish Children Are Associated With Sports Club Participation. *J Strength Cond Res*. 2017 Dec;31(12):3425-3434. doi: 10.1519/JSC.0000000000001952. PMID: 28445225; PMCID: PMC5704664.
- Larsen MN, Madsen M, Cyril R, et al. Well-being, physical fitness and health profile of 10-12 years old boys in relation to leisure-time sports club activities: a cross-sectional study. *BMJ Open* 2021;11:e050194. doi:10.1136/bmjopen-2021-050194
- Madsen M, Larsen MN, Cyril R, Møller TK, Madsen EE, Ørntoft C, Lind RR, Ryom K, Christiansen SR, Wikman J, Elbe AM, Krstrup P. Well-Being, Physical Fitness, and Health Profile of 2,203 Danish Girls Aged 10-12 in Relation to Leisure-time Sports Club Activity-With Special Emphasis on the Five Most Popular Sports. *J Strength Cond Res*. 2020 Sep 25. doi: 10.1519/JSC.0000000000003819. Epub ahead of print. PMID: 32991507. doi: 10.1155/2018/9807569. PMID: 30687761; PMCID: PMC6327252.
- Ørntoft C, Larsen MN, Madsen M, Sandager L, Lundager I, Møller A, Hansen L, Madsen EE, Elbe AM, Ottesen L, Krstrup P. Physical Fitness and Body Composition in 10-12-Year-Old Danish Children in Relation to Leisure-Time Club-Based Sporting Activities. *Biomed Res Int*. 2018 Dec 27;2018:9807569. doi: 10.1155/2018/9807569. PMID: 30687761; PMCID: PMC6327252.
- Larsen LR, Kristensen PL, Junge T, Rexen CT, Wedderkopp N. Motor Performance as Predictor of Physical Activity in Children: The CHAMPS Study-DK. *Med Sci Sports Exerc*. 2015 Sep;47(9):1849-56. doi: 10.1249/MSS.0000000000000604. PMID: 25539477.

ORGANISERET IDRÆT



ÅR	2017	2019	2022
VURDERING	A	A-	A

Kriterier: Andel børn og unge, der deltager i organiseret idræt.

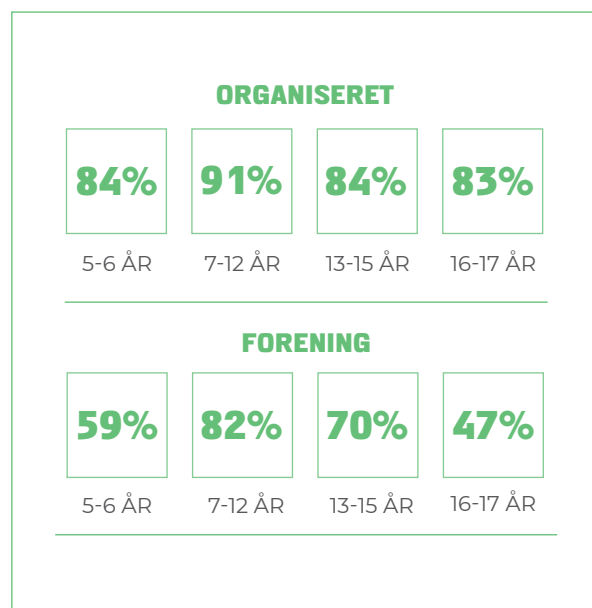
Vurdering: Organiseret idræt får karakteren A (87-93%) på baggrund af, at 84 pct. af børnene i alderen 5-6 år, 89 pct. af børn og unge i alderen 7-15 år og 83 pct. af unge i alderen 16-17 år rapporterer, at de dyrker idræt i en organiseret sammenhæng (1).

RESULTATER

Vurderingen er baseret på *Danskernes motions- og sportsvaner 2020*, hvor 427 forældre har svaret på vegne af deres børn på 5-6 år, og henholdsvis 4.379 børn og unge i alderen 7-15 år og 244 unge i alderen 16-17 år har deltaget (1). I undersøgelsen rapporterer forældre, at 84% af de 5-6-årige børn dyrker mindst én sports- eller motionsaktivitet i en organiseret sammenhæng (forening/klub, i en privat/kommerciel udbyder eller i SFO/Klub). Blandt de 7-15-årige børn og unge rapporterer 89%, at de dyrker sport eller motion i en organiseret sammenhæng. Den overordnede deltagelse i organiseret idræt er ens blandt de 7-15-årige piger (89%) og drenge (89%), men varierer aldersmæssigt fra 91% blandt de 7-12-årige til 84% blandt de 13-15-årige (1). Blandt de 16-17-årige er det 83%, der rapporterer, at de dyrker sport eller motion i en organiseret sammenhæng (Figur 1, øverst)

Over de seneste år har andelen af børn og unge i alderen 7-15 år, der deltager i organiseret idræt, været nogenlunde stabil. Undersøgelser fra 2007 (2), 2011 (3) og 2016 (4) viser, at henholdsvis 93%, 89% og 91% af børn og unge mellem 7 og 15 år dyrkede organiseret idræt.

Ser man udelukkende på andelen, der er aktive i foreningsregi, viser *Danskernes motions- og sportsvaner 2020*, at 77% af de 7-15-årige dyrker mindst én aktivitet i en klub/forening. Det gør det til den mest populære organiseringsform for børn og unges sports- og motionsaktiviteter på trods af en nedgang fra 86% i 2016 og 90% i 2007 (5). Andelen er faldende med alderen fra 82% blandt



FIGUR 1: Andel af børn og unge, der dyrker mindst én sports- eller motionsaktivitet i en organiseret sammenhæng eller i forening (1).

de 7-12-årige til 70% blandt de 13-15-årige og 47% blandt de 16-17-årige. Blandt de 5-6-årige er andelen 59% (Figur 1, nederst).

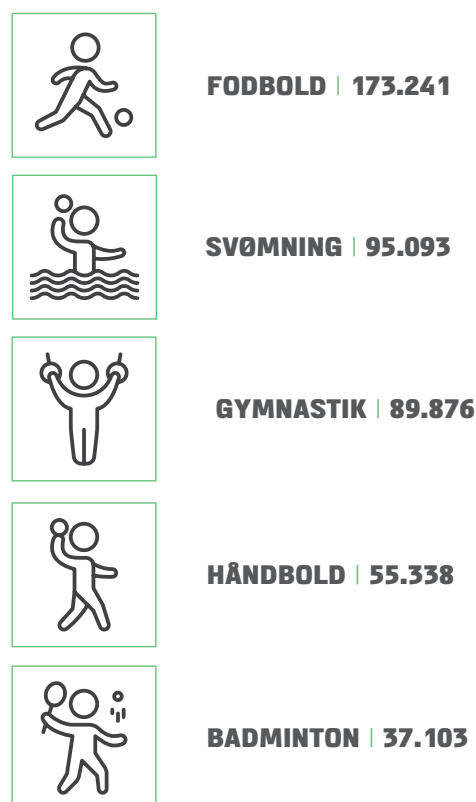
Ved den seneste medlemsregistrering i det Centrale Foreningsregister i 2021, hvor DIFs, DGIs og Firmaidrættens idrætsforeninger årligt indberetter deres medlemstal, var der i aldersgruppen 7-18 år sammenlagt 677.523 medlemmer i foreningsidrætten (6).

Tallene viser en kønsfordeling, hvor der er flere drenge (55%) i forhold til piger (45%). Den største kønsforskel findes i den ældste aldersgruppe, 13-18 år, hvor pigerne udgør 42% af medlemmerne i idrætsforeningerne, og drengene udgør 58%. De fem største foreningsaktiviteter for børn og unge (7-18 år) er fodbold, svømning, gymnastik, håndbold og badminton (Figur 2).

Skolebørnsundersøgelsen fra 2018 viser, at 73% af børnene i 5., 7. og 9. klasse har gået til én eller flere idrætsaktiviteter i en forening, en sportsklub eller i et fitnesscenter uden for skoletid inden for de seneste 12 måneder, hvilket er i overensstemmelse med resultaterne ovenfor (70% for de 13-15-årige). Undersøgelsen finder ikke nævneværdige forskelle mellem alderstrin eller køn, men en højere idrætsdeltagelse hos børn fra familier i højere socialgrupper (7).

Ung19 om sundhedsadfærd, helbred og trivsel blandt unge (15-17 år) på gymnasiale ungdomsuddannelser (stx, hf, hhx, htx) viser, at 36% går til sport i en forening eller klub mindst én gang om ugen, og at 50% dyrker fitness/styrketræning i et fitnesscenter mindst én gang om ugen (8).

DE FEM STØRSTE FORENINGSAKTIVITETER FOR BØRN OG UNGE (7-18 ÅR)



FIGUR 2: Medlemstal for de fem største foreningsaktiviteter for børn og unge i 2021 (6).

REFERENCER

1) Rask, S. & Eske, M.: Danskernes motions- og sportsvaner 2020, Idrættens Analyseinstitut, Aarhus, 2020.

2) Pilgaard, M. Danskernes motions- og sportsvaner 2007. Nøgletal og tendenser. Idrættens Analyseinstitut, København, 2008.

3) Laub, T.B. Danskernes motions- og sportsvaner 2011. Idrættens Analyseinstitut, København, 2013.

4) Pilgaard, M. & Rask, S. Danskernes motions- og sportsvaner 2016. Idrættens Analyseinstitut, København, 2016.

5) Rask, S., Eske, M., Pedersen, F., Hansen, K.: Danskernes aktivitetsvalg og organisering i 2020. Notat 2 i Danskernes motions- og sportsvaner. Idrættens Analyseinstitut, Aarhus, 2021.

6) Centralt ForeningsRegister (CFR), www.medlemstal.dk.

7) Rasmussen M, Kierkegaard L, Rosenwein SV, Holstein BE, Damsgaard MT, Due P. Skolebørnsundersøgelsen 2018: Helbred, trivsel og sundhedsadfærd blandt 11-, 13- og 15-årige skoleelever i Danmark. Syddansk Universitet. Statens Institut for Folkesundhed, 2019.

8) Særtræk af data fra: Pisinger V, Thorsted A, Jezek AH, Jørgensen A, Christensen AI, Thygesen LC. UNG19: Sundhed og trivsel på gymnasiale uddannelser 2019. Syddansk Universitet. Statens Institut for Folkesundhed, 2019.

AKTIV LEG



ÅR	2017	2019	2022
VURDERING	U	U	B-

- Kriterier:** Andel børn og unge, der opholder sig ude mere end to timer om dagen.
Andel børn og unge, der deltager i uorganiseret fysisk aktivitet i mere end to timer pr. dag.
- Vurdering:** Aktiv leg får vurderingen B- (60-66%) på baggrund af, at 64% af børn og unge mellem 5 og 15 år opholder sig ude minimum to timer om dagen (1). 67% angiver at dyrke selvorganiseret sport og motion, men det er ikke muligt at opgøre det daglige tidsforbrug for aktiviteterne (6).

RESULTATER

Aktiv leg er fysiske aktiviteter uden formel organisering eller rammesætning. Aktiv leg kan fx være fangeleg i frikvarteret i skolegården, træklating i haven eller at køre på skateboard med vennerne på byens torv. Ofte foregår aktiv leg udendørs, hvilket også er et af kriterierne for denne indikator.

I en national spørgeskemaundersøgelse på tværs af årstider blev forældre spurgt til børnenes tid udendørs den seneste hverdag og weekenddag. Undersøgelsen omfattede både fritid og tid i skole og/eller institution (1), og børnenes totale udetid i minutter blev opgjort.

En særkørsel af data fra undersøgelsen viser, at 64% af 1.701 børn i alderen 5-15 år var udendørs mindst to timer den seneste hverdag.

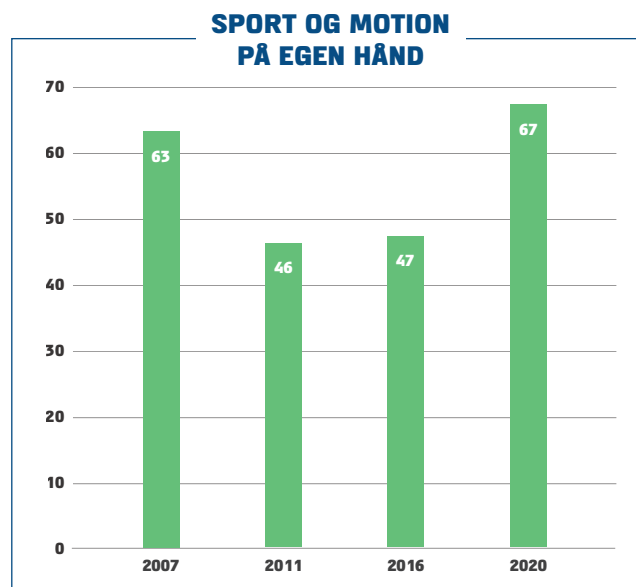
For den seneste weekenddag var andelen ligeledes 64% af 1.644 børn, der var ude mere end to timer. Undersøgelsen viser også, at de 4-6-årige og 7-10-årige er længst tid ude sammenlignet med de øvrige aldersgrupper (Figur 1).

En stor del af hverdagens udetid foregår for de yngste børns vedkommende på udearealerne omkring vuggestue, børnehave eller SFO. De ældre børns (7-15-årige) udetid foregår i højere grad på bynære offentlige områder eller i naturområder som eksempelvis skov eller strand (1). Andre data viser, at jo ældre børnene er, des sjældnere kommer de ud i grønne områder eller naturen (2,3).

En undersøgelse af dagtilbudsbørns udetid fra 2018 omfatter data fra størstedelen af landets vuggestuer, børnehaver og integrerede institutioner (4). Resultaterne indikerer, at langt de fleste daginstitutioner er ude dagligt året rundt i mere end to timer.

Alder	Tid udendørs
1-3 ÅR	165 MINUTTER
4-6 ÅR	248 MINUTTER
7-10 ÅR	238 MINUTTER
11-15 ÅR	198 MINUTTER

FIGUR 1: Gennemsnitlige antal minutter udendørs på den seneste hverdag fordelt på aldersgrupper (1).



FIGUR 2: Selvorganiseret sport og motion i procent (7-15 år) (6).

En anden undersøgelse af de 5-12-årige børns besøg i naturen - baseret på svar fra omkring 1.000 forældre - viser, at 70% af børnene er ude 1-3 timer (eller mere) på hverdage i sommerhalvåret, mens andelen er 86% i weekenden (5).

Der findes kun sparsom viden om omfanget af danske børn og unges fysiske aktiviteter uden formel organisering og rammesætning. *Danskernes motions- og sportsvaner 2020* inkluderer spørgsmål om børn og unges selvorganiserede aktiviteter, som i nogen grad indfanger denne dimension.

Den viser, at 67% af børn og unge i alderen 7-15 år dyrker sport og motion på egen hånd, selvorganiseret (alene eller sammen med andre) (6). Denne andel er markant højere end forrige undersøgelse fra 2016, hvor tallet var 47% (Figur 2).

Dette hænger sandsynligvis sammen med corona-pandemien, da stigningen særligt omfatter de aktiviteter, der kan dyrkes udendørs og på egen hånd herunder eksempelvis gå- og vandreture, løb og mountainbike.

REFERENCER

1) Særtræk af data fra: Præstholt, S., Schmidt, T., Søndergaard Jensen, F., & Schipperijn, J. Danske børns aktiviteter og ophold i naturen. Basisdata fra Center for Børn og Naturs baselineundersøgelse 2018/19. Institut for Geovidenskab og Naturforvaltning, Københavns Universitet. Frederiksberg, 2020.

2) Arvidsen J, Schmidt TB, Præstholt S, Andkjær S, Olafsson AS, Nielsen JV et al. Demographic, social, and environmental factors predicting Danish children's greenspace use. *Urban Forestry & Urban Greening*. 2022 mar.;69. 127487. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2022.127487>

3) YouGov. Friluftsrådets nulpunktsmåling. Friluftsrådet, København, 2018.

4) Ejbye-Ernst, N., Stockholm, D., Lassen, B. Natur i danske dagtilbud 2018. Foreløbigt notat om kortlægning af omfanget og prioriteringer af naturbesøg og udetid i danske vuggestuer, børnehaver og integrerede institutioner. Arbejdsrapport 2018:1. Center for Børn og Natur, Nødebo, 2018.

5) Fjeldsøe, C.K. Natur i generationer. Kantar Gallup for Danmarks Naturfredningsforening, København, 2018.

6) Rask, S., Eske, M., Petersen, F., & Hansen, K. Danskernes aktivitetsvalg og organisering i 2020. Notat 2 i undersøgelsen "Danskernes motions- og sportsvaner 2020". Idrættens Analyseinstitut. Århus, 2021.

AKTIV TRANSPORT



ÅR	2017	2019	2022
VURDERING	B	B+	A-

Kriterier: Andel børn og unge, som bruger aktiv transport (cykling, gang mm.) til og fra skole, fritidsaktiviteter, eller besøg hos venner og familie.

Vurdering: Aktiv transport får karakteren A- (80-86%) på baggrund af, at henholdsvis 82% og 84% af børn og unge i alderen 7-15 år og 16-17 år rapporterer, at de anvender cykling, gang eller løbehjul/skateboard/rulleskøjter som transportmiddel i hverdagen fx til/fra skole eller i fritiden mindst to dage om ugen (1).

RESULTATER

Resultater fra *Danskernes sports- og motionsvaner 2020* viser, at 82% af børn og unge i alderen 7-15 år rapporterer, at de anvendte cykling, gang eller løbehjul/skateboard/rulleskøjter som transportmiddel i deres hverdag fx til/fra skole eller i fritiden mindst to dage om ugen (1). I 2016 var det 78%, der anvendte aktiv transport mindst to dage om ugen (2).

Der er ingen forskelle mellem kønnene, men aldersmæssigt er fordelingen, at 73% af de 7-9-årige, 87% af de 10-12-årige og 86% af de 13-15-årige er aktivt transporterende mindst to dage om ugen (Figur 1).

Samme undersøgelse for de ældre aldersgrupper viser, at 84 % af 16-17-årige, benytter cykling, gang, løb eller løbehjul/skateboard/rulleskøjter som transport fx til og fra arbejde/uddannelse mindst to dage om ugen (1).

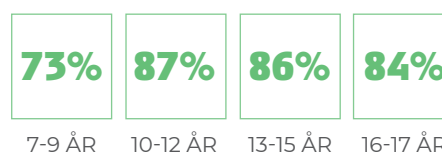
I andre danske undersøgelser spørges der til mere regelmæssig brug af aktiv transport, hvilket ikke er et vurderingskriterie i Active Healthy Kids. I *Skolebørnsundersøgelsen 2018* svarer 63 % af de 11-15-årige, at de bruger aktiv transport (gang/cykel) enten til eller fra skole på en almindelig dag.

Det gælder for 65% af drengene og 59% af pigerne. Der sker et fald i andelen, der aktivt transporterer sig til/fra skole med alderen: 66% blandt de 11-årige til 54% blandt de 15-årige (3).



82%

... af børn og unge i alderen 7-15 år rapporterer, at de anvender cykling, gang eller løbehjul/skateboard/rulleskøjter som transportmiddel i deres hverdag mindst to dage om ugen.



FIGUR 1: Andel af børn og unge, der anvendte aktiv transport min. 2 gange om ugen i 2020 (1)



Som en del af den samme undersøgelse blev fysisk aktivitet, herunder tid brugt på cykling også målt ved brug af et accelerometer (bevægelsesmåler) placeret på låret. Her viste resultaterne, at 64% cyklede mindst én gang i løbet af en uge. De børn, der cyklede, cyklede i gennemsnit 12 minutter dagligt (4).

Transport- og tryghedsindekset, der anvender oplysninger fra en tilfældig dag, viser at 56% af eleverne aktivt transporterede sig til skole den pågældende dag. Der er store forskelle mellem de 24 deltagende kommuner, hvor fire kommuner ligger over 70% og otte kommuner ligger under 50% (5).

For de ældste børn (15-17-årige) viser spørgeske-
maundersøgelsen *Ung19*, at 56% for det meste
eller altid cykler/går til og fra skole. Flere drenge
(60%) end piger (53%) benytter aktiv transport til
og fra skole (6).

REFERENCER

1) Særtræk af data fra: Rask S. & Eske M.: Danskernes motions- og sportsvaner 2020. Idrættens Analyseinstitut, Aarhus, 2020.

2) Pilgaard, M. & Rask, S. Danskernes motions- og sportsvaner 2016. Idrættens Analyseinstitut, København, 2016.

3) Særtræk af data fra: Rasmussen M, Kierkegaard L, Rosenwein SV, Holstein BE, Damsgaard MT, Due P. Skolebørnsundersøgelsen 2018: Helbred, trivsel og sundhedsadfærd blandt 11-, 13- og 15-årige skoleelever i Danmark. Syddansk Universitet. Statens Institut for Folkesundhed, 2019.

4) Toftager M, Brønd JC. Fysisk aktivitet og stillesiddende adfærd blandt 11-15-årige: National monitorering med objektive målinger. København: Sundhedsstyrelsen, 2019.

5) Transportlaboratoriet 2020. Transport og Tryghedsindekset 2020. <http://transportlab.dk/hjem/transport-og-tryghedsindekset/>

6) Særtræk af data fra: Pisinger V, Thorsted A, Jezek AH, Jørgensen A, Christensen AI, Thygesen LC. UNG19: Sundhed og trivsel på gymnasiale uddannelser 2019. Syddansk Universitet. Statens Institut for Folkesundhed, 2019.

FAMILIE & VENNER



ÅR	2017	2019	2022
VURDERING	U	U	C+

Kriterier: Andel forældre, som lever op til internationale anbefalinger om fysisk aktivitet (150 min./uge).
Andel forældre, der er fysisk aktive sammen med deres børn.
Andel forældre og venner, som opfordrer/støtter deres børn/venner i at deltage i fysisk aktivitet.

Vurdering: Familie & venner får karakteren C+ (54-59%) på baggrund af, at 76% af børnene i alderen 7-15 år har forældre, der dyrker sport/motion, 51% af børnene dyrker sport/motion med deres forældre, og 46% af børnene har venner, der foreslår, at de skal dyrke sport og motion sammen (1).

RESULTATER

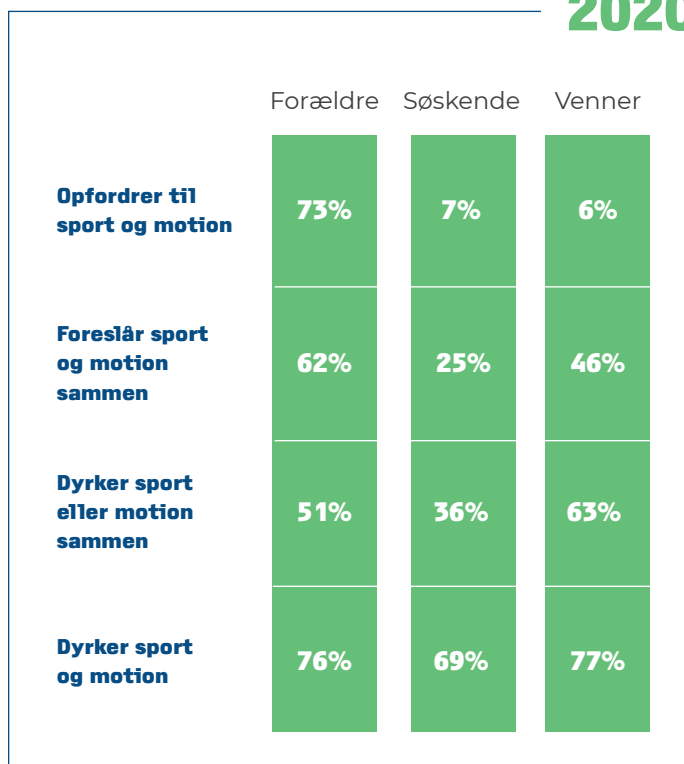
Den seneste undersøgelse af danskernes motions- og sportsvaner fra 2020 viser, at 73% af alle børn og unge opfordres til at dyrke sport og motion af deres forældre, mens de i mindre grad opfordres af deres søskende (7%) og deres venner (6%) (Figur 1) (1).

I forlængelse heraf, har børnene også angivet, om deres familie og venner foreslår, at de skal dyrke sport og motion sammen. Resultaterne viser, at 62% af børnenes forældre foreslår at dyrke sport og motion sammen, mens 25% af børnene svarer, at deres søskende foreslår det, og 46% af børnene svarer, at deres venner foreslår, at de skal dyrke sport og motion sammen. Undersøgelsen viser også, at 51% af børnene angiver at dyrke sport og motion med deres forældre, 36% med deres søskende og 63% med deres venner (Figur 1).

Danskernes motions- og sportsvaner 2020 viser, at 76% af alle børn og unge (7-15 år) svarer, at deres forældre dyrker sport og motion, 69% svarer, at deres søskende gør og 77%, at deres venner gør (Figur 1, nederst).

Skolebørnsundersøgelsen fra 2018 om 11-15-åriges sundhedsadfærd og selvrapporterede helbred, undersøgte omtrent det samme emne. Her viser resultaterne, at 65% svarer, at de opmuntres af deres mor til at dyrke sport og motion, mens 62%

2020



FIGUR 1: Andel børn og unge der opfordres til sport og motion, eller dyrker det sammen med forældre, søskende og venner (1).

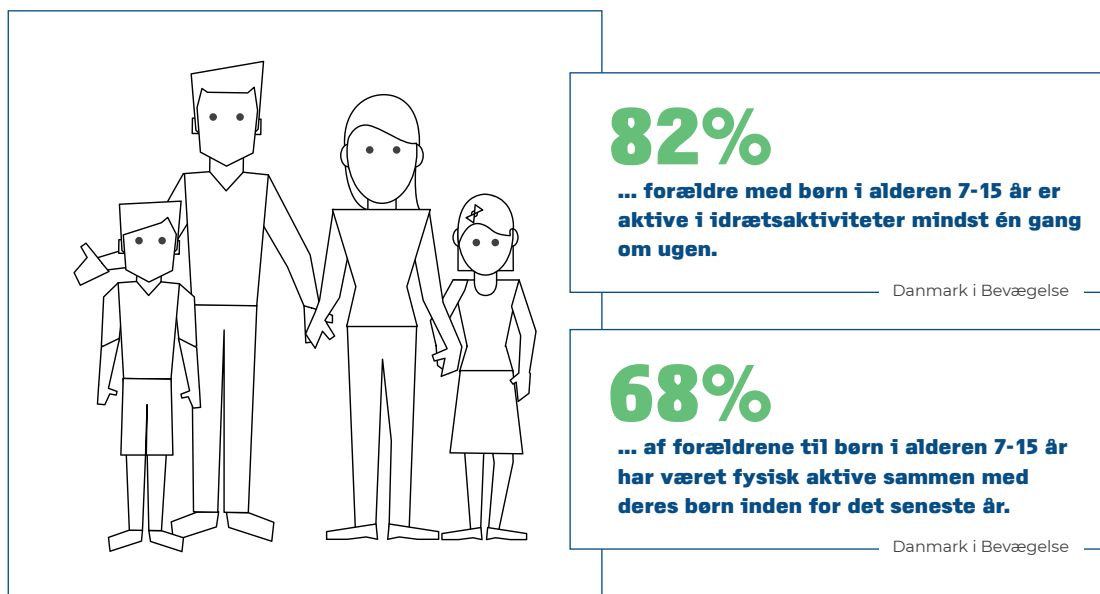
svarer tilsvarende om deres far, og 59% svarer, at de opmuntres af deres venner. Undersøgelsen viser også, at 7% ofte dyrker sport og motion med deres mor, 10% med deres far og 53% dyrker ofte sport og motion med deres venner (2).

Dette er noget lavere andele end resultaterne fra *Danskernes motions- og sportsvaner*, hvilket kan skyldes en forskel i spørgsmålsformuleringer.

Der er en sammenhæng mellem forældre og venners deltagelse i sport og motion og børnenes. Således deltager 79% af børn og unge i alderen 7-15 år i sport og/eller motion, hvis forældrene også dyrker sport og motion, mens andelen er 57%, hvis forældrene ikke dyrker sport og motion. Hvis søskende dyrker sport eller motion, er andelen af børn 73%, mens den er 46%, hvis deres søskende ikke gør.

Hvis venner dyrker sport og motion dyrker 81% også sport og motion, mens andelen er 58%, hvis vennerne ikke gør (1).

Hvor aktive forældrene er, kan vi også få et svar på fra undersøgelsen *Danmark i bevægelse* fra 2020 om voksne danskers bevægelsesvaner. Her viser en særkørsel blandt forældre med børn i alderen 7-15 år, at 82% af de voksne danskere er aktive i idræts- og motionsaktiviteter mindst én gang ugentligt. Det er lidt højere end angivet ovenfor, hvilket formentlig skyldes forskellige spørgsmålsformuleringer. Derudover viser undersøgelsen, at 68% af forældrene til børn i alderen 7-15 år har været fysisk aktive sammen med deres børn inden for det seneste år (3).



REFERENCER

1) Rask, S. & Eske, M. Danskernes motions- og sportsvaner 2020, Idrættens Analyseinstitut, Aarhus, 2020.

2) Særtræk af data fra: Rasmussen M, Kierkegaard L, Rosenwein SV, Holstein BE, Damsgaard MT, Due P. Skolebørnsundersøgelsen 2018: Helbred, trivsel og sundhedsadfærd blandt 11-, 13- og 15-årige skoleelever i Danmark. Syddansk Universitet. Statens Institut for Folkesundhed, 2019.

3) Særtræk af data fra: Ibsen, B., Høyer-Kruse, J., & Elmoose-Østerlund, K. Danskernes bevægelsesvaner og motiver for bevægelse: Resultater fra undersøgelse af bevægelsesvaner. Center for Forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund, SDU, Odense, 2021.

ÅR	2017	2019	2022
VURDERING	B	A-	B+

Kriterier: Andel skoler med en bevægelsespolitik.
Andel skoler, hvor >80% af eleverne har lærere med undervisningskompetence i idræt.
Andel skoler, hvor >80% af eleverne tilbydes den anbefalede idrætsundervisning.
Andel skoler, som tilbyder andre muligheder for fysisk aktivitet end idrætsundervisning.
Andel skoler, hvor eleverne har regelmæssig adgang til faciliteter og udstyr til fysisk aktivitet.
Andel forældre, som angiver, at børnene har mulighed for fysisk aktivitet i skolen.

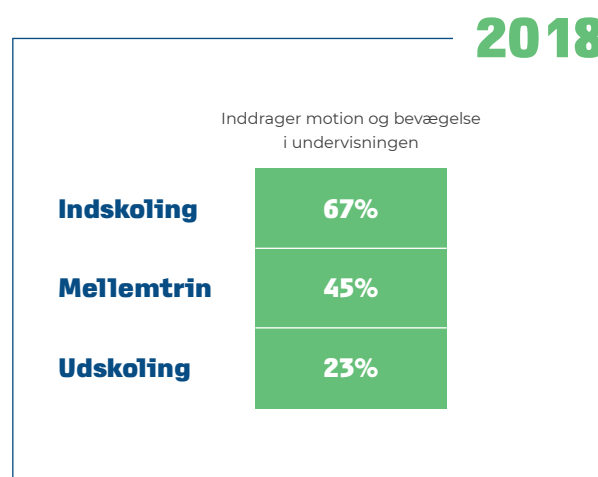
Vurdering: Skole får karakteren B+ (74-79%) baseret kriterierne og på ekspertvurdering. Samtlige folkeskoler i Danmark er underlagt kravet om 45 minutters bevægelse i undervisningen, men dette opfyldes kun af 55% af skolerne, hvilket er faldende (2). Det vejledende timetal for idræt i skoleåret 2020/2021 er 540 timer fra 1.-9. klasse (5), og det gennemsnitlige planlagte timetal for de danske skoler i samme år er 611 timer (6). I 2019/2020 blev 82% af idrætstimerne varetaget af lærere med undervisningskompetence i idræt (7). Nærmest alle skoler i Danmark antages at tilbyde muligheder for fysisk aktivitet og have faciliteter og udstyr til rådighed.

RESULTATER

Folkeskolelovens krav om gennemsnitligt 45 minutters daglig bevægelse udgør et vigtigt pejlemærke for fysisk aktivitet og bevægelse på grundskoleniveau (1).

I en landsdækkende spørgeskemaundersøgelse fra 2020 svarer 55% af folkeskolerne, at de opfylder lovkravet om 45 minutters daglig bevægelse, hvilket udgør et fald på 10 procentpoint siden 2018. 72% af skolelederne og 50% af det pædagogiske personale mener, at skolen lever op til lovkravet (2).

En anden undersøgelse fra 2018 viser, at henholdsvis 67%, 45% og 23% af lærerne i indskoling, på mellemtrinnet og i udskoling angiver at inddrage motion og bevægelse i undervisningen minimum to gange om ugen (3) (Figur 1).



FIGUR 1: Andelen af lærere, der inddrager motion og bevægelse i undervisningen i 2018 (3).

52%

... af danske folkeskoleelever er i gennemsnit aktive mere end 45 minutter dagligt i undervisningen.



95%

... af landets grundskoler har minimum én bevidst og struktureret indsats for bevægelse i skoledagen.



Objektive målinger af fysisk aktivitet i skolen med brug af accelerometre (bevægelsesmålere) viser, at 52% af danske folkeskoleelever i gennemsnit er aktive mere end 45 minutter dagligt i undervisningen. Andelen er 84%, når frikvarter medregnes (4).

I dræt indgår som obligatorisk fag i folkeskolen fra 1. til 9. klassetrin og er et prøvefag i 9. klasse. Det vejledende timetal for idræt i skoleåret 2020/2021 er 540 timer fra 1.-9. klasse, hvilket er 60 timer pr. år svarende til 2 lektioner i 40 uger. Det er et fald fra foregående år, hvor det vejledende timetal var 630 timer (5). Det gennemsnitlige planlagte timetal for de danske skoler i samme år er 611 timer (6).

I skoleåret 2019/2020 blev i gennemsnit 82% af idrættimerne varetaget af undervisere med idrætsfaglige kompetencer. Kompetencedækningen varierer dog mellem skoler, og det er således kun 65% af landets skoler, som har en kompetencedækning i idrætsfaget på minimum 80% (7). Indskolingen har den laveste kompetencedækning med 72% i gennemsnit, mens idræt på mellemtrinnet og i udskolingen i hhv. 85% og 92% af timerne blev varetaget af linjefagsuddannede lærere.

95% af landets grundskoler har minimum én bevidst og struktureret indsats for bevægelse i skoledagen. Selve undervisningen er den arena, hvor flest skoler (75%) har en indsats, men som dog falder markant med stigende klassetrin. 15% af landets skoler rapporterer, at de har en egentlig bevægelsespolitik, hvilket er et fald på 5 procentpoint siden 2018 (2).

Covid-19-pandemien havde i perioden, som denne rapport dækker over, stor indflydelse på skoledagen på landets skoler i form af hjemmeundervisning og restriktioner på skolen. Både idrætsundervisningen og den generelle bevægelse i skoledagen blev markant reduceret under Covid-19-nedlukningen.

I en spørgeskemaundersøgelse blandt 1229 elever svarer 70%, at de modtog mindre idrætsundervisning under Covid-19 nedlukningen (8), og ligeledes svarer halvdelen af landets skoler, at bevægelse blev inddraget i skoledagen i mindre grad under nedlukningen end før (2).

REFERENCER

1) Bekendtgørelse af lov om folkeskolen, Pub. L. No. LBK nr 823 (2019). <https://www.retsinformation.dk/Forms/R0710.aspx?id=209946>

2) Nielsen, J. H. Bevægelse i skoledagen. Dansk Skoleidræt, Nyborg, 2020.

3) Jensen, V. M., Skov, P. R., & Thranholm, E. Lærere og pædagogers oplevelse af den længere og mere varierede skoledag i folkeskolereformens fjerde år—En kortlægning. VIVE, Aarhus, 2018.

4) Pedersen, N. H., Toftager, M., Kristensen, P. L., Grøntved, A., Brønd, J. C., Larsen, K. T., & Møller, N. C. Bevægelse i skolen—En kortlægning af børn og unges fysiske aktivitetsniveau og stillesiddende adfærd i skoletiden. SDU, Odense, 2020.

5) Børne- og Undervisningsministeriet. Timetal for undervisning i fagene. <https://www.uvm.dk/folkeskolen/fag-timetal-og-overgange/timetal>

6) Børne- og Undervisningsministeriet. Planlagte timer – fagdelt <https://uddannelsesstatistik.dk/Pages/Reports/1602.aspx>

7) Børne- og Undervisningsministeriet. (2022). Uddannelsesstatistik—Kompetencedækning—Skole, klassetrin, fag. <https://uddannelsesstatistik.dk/Pages/Reports/1578.aspx>

8) Pawlowski, C. S., & Schmidt, T. Børn og unges bevægelse i krise: En spørgeskemaundersøgelse om 6-16-åriges fysiske aktivitet under COVID-19 nedlukning. Forum for Idræt, 37(1), 2022.

OMGIVELSER & LOKALSAMFUND



ÅR	2017	2019	2022
VURDERING	B+	B+	B+

- Kriterier:** Andel kommuner, der angiver at have politikker, der fremmer fysisk aktivitet.
Andel kommuner, der angiver at have infrastruktur (veje, stier), der fremmer fysisk aktivitet.
Andel børn og forældre, der angiver at deres kommune er god til at fremme fysisk aktivitet.
Andel børn og forældre, der angiver at der er gode, trygge og velholdte muligheder for fysisk aktivitet i deres nærområde.
- Vurdering:** Indikatoren får vurderingen B+ (74-79%) på baggrund af, at 67% af kommunerne angiver at have politikker med fokus på at fremme af fysisk aktivitet. Samtidig angiver 85% af forældrene, at der findes et idrætsanlæg i gang- eller cykelafstand fra hjemmet, som deres børn vil have mulighed for at anvende alene eller sammen med voksne. For parker og grønne områder er andelen 80% og for legepladser 88%.

RESULTATER

De fleste børn og unge har generelt mange muligheder for at være fysisk aktive i deres nærområde.

En national undersøgelse med deltagelse af godt 4.000 forældre viser, at 85% angiver, at der findes et idrætsanlæg i gang- eller cykelafstand fra hjemmet, som deres børn vil have mulighed for at anvende alene eller sammen med voksne. For parker og grønne områder er andelen 81% og for legepladser 88%.

Analyserne viser samtidig, at der er forskelle i den oplevede tilgængelighed af aktivitetsmulighederne i forhold til familiens socioøkonomiske baggrund.

En højere familieindkomst hænger sammen med bedre tilgængelighed til aktivitetsmulighederne. Forskellen mellem høj og lav indkomst er 92% vs. 84% for idrætsanlæg, 86% vs. 83% for parker og grønne områder, og 94% vs. 87% for legepladser (1).



MULIGHED FOR FYSISK AKTIVITET I NÆROMRÅDET

85%

... angiver, at der findes et idrætsanlæg.

81%

... angiver, at der findes parker og grønne områder.

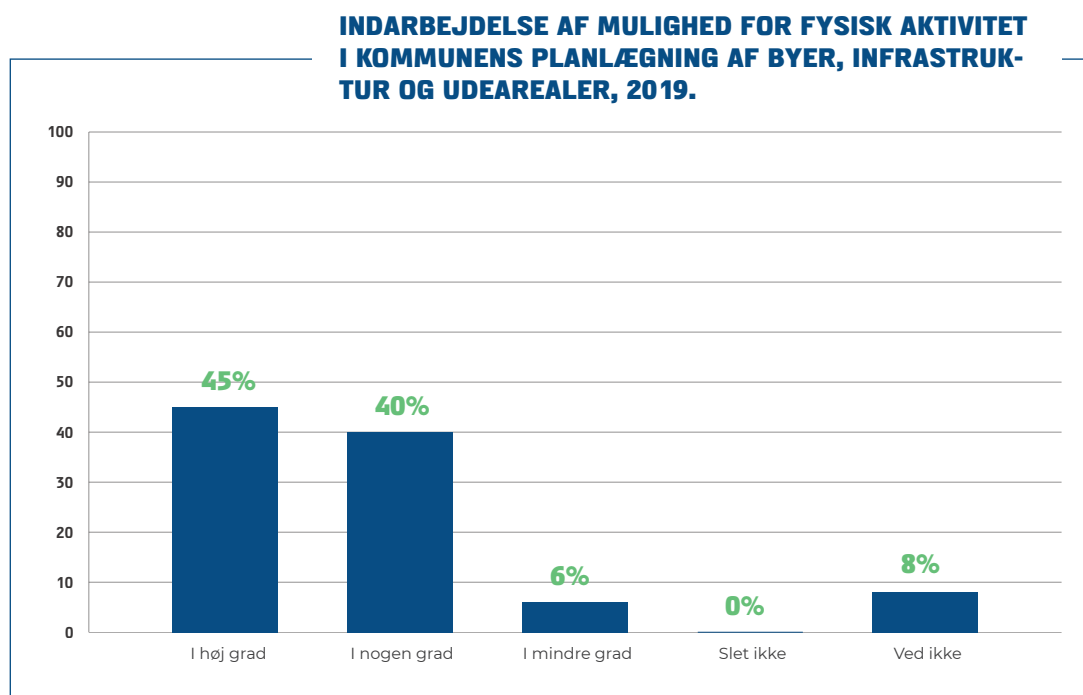
88%

... angiver, at der findes legepladser.

De mange aktivitetsmuligheder i Danmark kan bl.a. tilskrives kommunale prioriteringer, der skaber adgang for børn og unge til en bred vifte af faciliteter og rekreative områder.

I en undersøgelse af kommunernes arbejde med anbefalingerne fra Sundhedsstyrelsens forebyggelsestiltal, *Monitorering af kommunernes forebyggelsesindsats 2019*, angiver 67% af kommunerne, at de har en eller flere politikker med fokus på fremme af fysisk aktivitet (2).

Desuden angiver 45% i høj grad og 40% i nogen grad, at borgernes muligheder for at være fysisk aktive i hverdagen er indarbejdet i kommunens planlægning af byer, infrastruktur og udearealer (Figur 1).



FIGUR 1: Andel af kommuner, der vurderer, at borgernes muligheder for at være fysisk aktive i hverdagen i høj grad, i nogen grad, i mindre grad eller slet ikke er indarbejdet i kommunens planlægning af byer, infrastruktur og udearealer (2)

REFERENCER

1) Præstholm, S., Schmidt, T., Søndergaard Jensen, F., & Schipperijn, J. Danske børns aktiviteter og ophold i naturen. Basisdata fra Center for Børn og Naturs baselineundersøgelse 2018/19. Institut for Geovidenskab og Naturforvaltning, Københavns Universitet. Frederiksberg, 2020.

2) Jakobsen GS, Sølvhøj IN, Holmberg T. Monitorering af kommunernes forebyggelsesindsats 2019. Syddansk Universitet. Statens Institut for Folkesundhed, 2020.

POLITIK & LOVGIVNING



ÅR	2017	2019	2022
VURDERING	A-	A-	B+

Kriterier: Dokumentation for nationalt lederskab og politisk engagement i at skabe muligheder for fysisk aktivitet for børn og unge. Vedrører alle dele af den politiske proces: dagsordensættelse, vedtagelse af politikker samt lovgivninger til implementering og evaluering.

Vurdering: Politik og lovgivning får samlet en vurdering på B+ (74-79%) på baggrund af ekspertvurdering med udgangspunkt i vurderingen fra 2017 og 2019. I Danmark er der flere nationale styringsredskaber, som støtter op om fysisk aktivitet for børn og unge. Det er bl.a. Dagtilbudsloven, Folkeskoleloven, Folkeoplysningsloven og Sundhedsloven. I vurderingen lægges der vægt på fordringen om 45 minutters motion og bevægelse i folkeskolen. De seneste år har der været observeret varieret implementering af de 45 minutter, hvilket medfører en nedgang i vurderingen af denne indikator fra 2019 til 2022.

RESULTATER

På nationalt plan igangsættes der løbende initiativer med det formål at fremme fysisk aktivitet og bevægelse blandt børn og unge. Det sker bl.a. via styringsredskaber som regulering, incitamenter og organiseringer. For så vidt angår egentlig national lovgivning er der en række områder, der danner baggrund for børn og unges fysiske aktivitet fra en tidlig alder (1).

Dagtilbudsloven anfører krop, sanser og bevægelse som ét af flere centrale læreplanstemaer. I de seneste år er der arbejdet ud fra en ny læreplan på området, hvori der angives et helhedsorienteret kropsperspektiv, der har som ambition, at alle børn skal have varierede oplevelser med krop og bevægelse (2,3).

Folkeskoleloven gør gældende, at skolen med fordel kan samarbejde med bl.a. idræts- og fritidsorganisationer (den åbne skole), og at alle elever i gennemsnit er aktive 45 minutter dagligt. Formålet er at understøtte motivation og læring i skolens fag. Dertil kommer interessen i at anvende idræt og bevægelse til at fremme sundhed og trivsel blandt børn og unge. De seneste års evalueringer har dog vist, at der er begrænset med implementeringsresultater (4).

Idrætsundervisning er ifølge *Gymnasieloven* et obligatorisk fag på de uddannelser, der dækkes af denne lovgivning. I *Bekendtgørelsen om erhvervsuddannelser* angives det, at skolerne skal sikre grundforløb således, at der i gennemsnit er mulighed for 45 minutters motion og bevægelse pr. dag.

Folkeoplysningsloven angiver rammerne for kommunernes støtte til frivillige foreninger - herunder idrætsforeninger. Loven forpligter kommunerne til at anvise faciliteter til idrætsforeninger og yde tilskud til foreninger, der har aktiviteter for børn og unge under 25 år. Indenfor de overordnede rammer varierer kommunernes udgiftsniveau til børn, unge, idræt og fysisk aktivitet. For så vidt angår de fysiske rammer for børn og unges muligheder for fysisk aktivitet skal elementer i *Planloven*, *Byggeloven* og *Naturfredningsloven* understøtte dette (1).

Derudover angives i *Sundhedsloven* et kommunalt ansvar for sundhedsfremme- og forebyggelsesområdet, hvilket også knytter sig til at understøtte børn og unges fysiske aktivitet. I 2018 udgav Sundhedsstyrelsen en række forebyggelsespakker med faglige anbefalinger til at styrke de kommunale indsatser.

Forebyggelsespakken for fysisk aktivitet indeholdt bl.a. anbefalinger til at sikre god og lige adgang til faciliteter og områder for fysisk aktivitet, måder at styrke implementeringen af fysisk aktivitet i skolen samt at styrke fokus på motorik og bevægelse i dagtilbud (1).

I den seneste monitorering af kommunernes arbejde med forebyggelsespakkerne viser resultaterne et lille fald i andelen, som mener, at deres kommune lever op til anbefalingerne på grundniveau fra 95% i 2017 til 91% i 2019 (5).



CENTRALE NATIONALE LOVGIVNINGER MM. DER SKAL UNDERSTØTTE BØRN OG UNGES MULIGHEDER FOR FYSISK AKTIVITET

UDDANNELSE OG DAGTILBUD:

- Dagtilbudsloven
- Folkeskoleloven
- Gymnasieloven
- Bekendtgørelsen om erhvervsuddannelser

KULTUR OG FRITID:

- Folkeoplysningsloven

SOCIAL OG SUNDHED:

- Sundhedsloven
- Serviceloven

BYPLAN, NATUR OG INFRASTRUKTUR:

- Færdselsloven (sikre skoleveje)
- Planloven
- Byggeloven
- Naturbeskyttelsesloven

REFERENCER

1) Sundhedsstyrelsen. Forebyggelsespakke - Fysisk aktivitet. Sundhedsstyrelsen, København, 2018.

2) Sundhedsstyrelsen. Børn og bevægelse i dagtilbud. Sundhedsstyrelsen, København, 2019.

3) Munksgaard, K. & Schmidt, C.H. Pædagogen som bevægelseskaber i lyset af ny dagtilbudslov. MOVE 6, 2018.

4) Jensen V. M., Bjørnholt B., Mikkelsen M.F., Nielsen C. P., og Ladekjær E. Den længere og mere varierede skoledag – En analyse af reformens elementer, VIVE, København, 2020.

5) Jakobsen GS, Sølvhøj IN, Holmberg T. Monitorering af kommunernes forebyggelsesindsats 2019. Syddansk Universitet. Statens Institut for Folkesundhed, 2020.

DATAKILDERNE

Netværksgruppen har for de enkelte indikatorer indsamlet tilgængelig viden, der har kunnet danne baggrund for vurdering af de opsatte kriterier. Større nationale undersøgelser, der gentages med jævne mellemrum, er prioriteret som grundlag for vurderingerne. Her præsenteres disse større danske undersøgelser og en kort beskrivelse af de anvendte undersøgelsesmetoder.

Danskernes motions- og sportsvaner 2020 er baseret på en spørgeskemaundersøgelse foretaget af Idrættens Analyseinstitut i 2020, hvor et tilfældigt repræsentativt stikprøveudsnit blandt børn og unge i Danmark blev inviteret til at deltage. 9000 børn og unge fik tilsendt invitationen i deres forældres e-boks, hvoraf 4.379 besvarede spørgeskemaet (for de yngste børn med forældres hjælp). Svarprocenten var således 48,7%. *Danskernes motions- og sportsvaner 2020* omfatter ligeledes en undersøgelse med den voksne population, der inkluderer 244 unge i alderen 16-17 år. Undersøgelsen er også foretaget i 2007, 2011, 2016.

Skolebørnsundersøgelsen er det danske bidrag til det internationale forskningsprojekt, *Health Behaviour in School-aged Children - a WHO Collaborative Cross-National Survey*, som omfatter 50 lande. Undersøgelsen gennemføres ved hjælp af spørgeskemaer og leverer data om 11-15-åriges sundhedsadfærd og selvrapporterede helbred. Undersøgelsen er en national repræsentativ undersøgelse, hvor skoler i hele Danmark deltager. Data indsamles hvert fjerde år, senest i 2018, hvor 3251 børn i 5., 7. og 9. klasse deltog. I *Skolebørnsundersøgelsen 2018* blev fysisk aktivitet også målt ved brug af accelerometre (bevægelsesmålere) placeret på låret. 1766 af de samme børn, som også havde svaret på spørgeskema, deltog i undersøgelsen med accelerometre. *Skolebørnsundersøgelsen* gentages med spørgeskema og objektive målinger i 2022.

Bevægelse i skoledagen er en årlig spørgeskemaundersøgelse, der foretages af Dansk Skoleidræt. Alle landets 1877 folkeskoler, friskoler og private grundskoler samt specialskoler for børn inviteres til deltagelse. Undersøgelsen er gennemført i perioden juni til august 2020 med udsendelse af et webbaseret spørgeskema. I alt har 322 skoler deltaget i undersøgelsen i 2020 (17%).

Lærere og pædagogers oplevelse af den længere og mere varierede skoledag i folkeskolereformens fjerde år er en evalueringsundersøgelse af skolereformens elementer foretaget af VIVE. Evalueringen består af spørgeskemabesvarelser fra lærere og pædagoger i 1. til 9. klasse fordelt på 189-208 skoler i perioden 2014-2018. I 2018 besvarede omkring 3.310 lærere og pædagoger fra 189 skoler spørgeskemaerne.

Danske børns aktiviteter og ophold i naturen 2018-19 er en undersøgelse af danske børns aktiviteter og ophold i naturen foretaget af Center for Børn og Natur. Invitation til spørgeskemaundersøgelsen blev sendt til en tilfældigt udvalgt stikprøve på 10.000 børn i alderen 1-15 år. For at tage højde for årstidsvariationer i brugen af naturen, blev spørgeskemaet sendt i fire portioner af 2.500, fordelt over et helt år (september 2018 til juni 2019). Den samlede svarprocent var på 48%. Der forventes en opfølgende undersøgelse.

Ung19 er en stor landsdækkende spørgeskemaundersøgelse om sundhedsadfærd, helbred og trivsel blandt unge på gymnasiale uddannelser (stx, hf, htx, htx), hvor 12.211 elever har svaret på et spørgeskema. I alt ønskede 88 ud af 287 skoler at deltage (31%), og blandt de 45.035 elever på de 88 deltagende skoler besvarede 29.122 elever spørgeskemaet (65%).

Danmark i Bevægelse er en stor befolkningsundersøgelse foretaget af Center for Forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund på Syddansk Universitet. Formålet med undersøgelsen er at opnå et detaljeret billede af voksne danskernes bevægelsesvaner og give mulighed for at undersøge kommunale forskelle. Der indgår bl.a. en stor spørgeskemaundersøgelse, som i oktober og november 2020 blev besvaret af godt 163.000 voksne danskere (15 år og ældre), hvilket svarer til 40% af dem, som fik en invitation til at besvare spørgeskemaet. De har bl.a. besvaret spørgsmål vedrørende deres bevægelsesvaner med deres børn.



ACTIVE HEALTHY KIDS - GLOBAL ALLIANCE

Active Healthy Kids Global Alliance's mission er at styrke den globale indsats for at fremme børn og unges bevægelse gennem partnerskaber og tværsektorielle samarbejder, der gør det muligt at dele gode eksempler, netværke og inspirere.

Idéen startede i Canada, hvor den første indsamling af viden og vurdering af forskellige indikatorer blev foretaget i 2005. I 2014 blev den første Global Matrix udgivet med deltagelse af 15 lande.

I 2016 kom Danmark med for første gang, og var sammen med 38 andre lande med til at vurdere den globale indsats. I 2018 var 49 lande med, og i 2022 forventes 57 lande at deltage med en vurdering.

Se mere info om indsatsen på

WWW.ACTIVEHEALTHYKIDS.ORG

ACTIVE HEALTHY KIDS NETVÆRKSGRUPPE

