

ACTIVE HEALTHY KIDS

DANMARK 2018



Indledning

Active Healthy Kids – Danmark 2018 (*Active Healthy Kids-DK*) indeholder en opdateret vurdering af i alt ti indikatorer vedrørende børn, unge og fysisk aktivitet.

Formålet er at give en kortfattet status, der kan inspirere til øget indsats og aktivt samarbejde mellem offentlige, private og civile aktører med henblik på, at flere børn og unge bevæger sig mere og oplever fysisk aktivitet som en integreret del af deres hverdagsliv.

Active Healthy Kids-DK bidrager til det internationale netværk *Active Healthy Kids Global Alliance*, der jævnligt sammenholder udviklingen i en række lande angående børn, unge og fysisk aktivitet. I 2014, 2016 og 2018 bidrog henholdsvis 15, 38 og 49 lande til netværket.

Metode

Active Healthy Kids-DK profilen er udarbejdet af en netværksgruppe med repræsentanter fra i alt 10 organisationer, der dækker forsknings-, analyse- og uddannelsesinstitutioner, kommunale parter samt landsdækkende idrætsorganisationer. Sundhedsstyrelsen har taget del som observatør. Såvel forskningsudgivelser, systematiske befolkningsundersøgelser, projektopsamlinger og rapporter, som fx kortlægger idræts- og foreningsdeltagelse eller politikimplementering, er anvendt. Større, nationale undersøgelser er prioriteret som grundlag for gruppens arbejde.

På den baggrund er der for hver indikator (se tabellen på næste side) angivet et karakterbogstav mellem F (laveste niveau) og A (højeste niveau). U er anført, såfremt der har været utilstrækkeligt grundlag for at tildele et karakterbogstav. For at muliggøre sammenlignelighed mellem lande bliver opfyldelsesgraden for de enkelte indikatorer vurderet med afsæt i kriterier opstillet af det internationale Active Healthy Kids netværk. Karakterer for indikator 1-7 knytter sig til den andel af børn og unge, der opfylder de opstillede kriterier herfor.

Karakterer for indikator 8-9 er et udtryk for relevante aktørers vurdering af henholdsvis lokalsamfundets og grundskolens kvaliteter og muligheder i forhold til børn, unge og bevægelse, mens angivelsen for indikator 10 primært hviler på gennemgang af udvalgt national lovgivning.

Karakterbogstav*	Opfyldelsesgrad (%)
A	80-100
B	60-79
C	40-59
D	20-39
F	<20
U	Utilstrækkelige oplysninger

*I tilfælde, hvor indikatorniveau vurderes til at være enten i den høje eller lave ende af opfyldelsesgraden, er der mulighed for at tilføje +/-.

Resultater og vurderinger

Indikatortabellen på næste side viser de endelige vurderinger med en kort, uddybende tekst. Der er tale om et billede lig det, der blev konstateret i den første danske Active Healthy Kids runde gennemført i 2016-2017. Der er dog sket mindre forskydninger i både positiv og negativ retning. Ligeledes er det i den seneste runde vurderet muligt at tildele en karakter for *Stillesiddende adfærd*.

På trods af det brede perspektiv indeholder *Active Healthy Kids-DK* profilen ikke det komplette billede af børn og unges bevægelsesliv. Fx har det for indikatorerne *Fysisk aktivitet* og *Stillesiddende adfærd* vist sig nødvendigt alene at fokusere på børn og unge i alderen 11-17 år.

Grunden hertil er, at datagrundlaget for de yngste børn i aldersgruppen, der samlet indgår i Active Healthy Kids (5-17-årige), er relativt begrænset. Noget lignende gælder også for andre indikatorer. Det har heller ikke været muligt at indhente tilstrækkelig sikker viden til fuldt ud at vurdere de tre indikatorer: *Aktiv leg*, betydningen af *Familier og venner* i relation til fysisk aktivitet og *Fysisk form*. Det betyder ikke, at der ingen viden haves om de nævnte indikatorer. For nuværende vurderes vidensgrundlaget dog som utilstrækkeligt til solide konklusioner.

Processen for den danske opdatering er afsluttet i juni måned 2018.

Nr.	Indikator	Vurdering	Grundlag
1	 Fysisk aktivitet	D-	Aldersgruppe 11-15 år: Ifølge den spørgeskemabaserede HBSC undersøgelse 2014 lever 17% af danske drenge og 10% af danske piger i aldersgruppen op til anbefalingen om at være fysisk aktiv mindst 60 minutter om dagen af moderat til høj intensitet¹. Som en del af et afgrænset, skolebaseret studie - CHAMPS-Study DK - er der indsamlet accelerometerdata for næsten samme aldersgruppe (12-16 år), der angiver, at 39% af drengene og 26% af pigerne er fysisk aktive med moderat til høj intensitet i mindst 60 minutter om dagen². Aldersgruppe 16-17 år: For denne aldersgruppe inkluderes to landsdækkende spørgeskemaundersøgelser. Den nationale sundhedsprofil 2017 viser, at henholdsvis 36% af drengene og 21% af pigerne i alderen 16-17 år er fysisk aktive af moderat til høj intensitet mindst 60 minutter dagligt³. Ifølge data fra Ungdomsprofilen 2014 er de tilsvarende andele henholdsvis 26% for drengene og 10% for pigerne⁴.
2	 Organiseret idræt	A-	Andelen af børn og unge i alderen 7-15 år, der deltager i sport og motion, har været relativt stabil ved tre målinger i 2007, 2011 og 2016 (henholdsvis 84%, 86% og 83%). Af samme målinger fremgår det, at 86% af børn og unge i anførte aldersinterval i 2016 dyrkede deres aktiviteter i en forening (hvilket var 90% og 86% for henholdsvis 2007 og 2011)⁵.
3	 Aktiv transport	B+	I 2016 rapporterede 78% af børn og unge i alderen 7-15 år, at de anvendte cykling, gang eller løbehjul/skateboard/rulleskøjter som transportmiddel (fx til/fra skole) mindst to gange i ugen⁶. I 2014 rapporterede 60% af unge i alderen 15-17 år på ungdomsuddannelser (gymnasiale uddannelser og erhvervsuddannelser), at de altid eller for det meste cyklede eller gik til og fra skole⁴.
4	 Aktiv leg	U	Det har ikke været muligt at analysere denne indikator fuldt ud. Derfor angives vurderingen Utilstrækkelige oplysninger. Nye undersøgelser er på vej, som vil give øget indblik på området.
5	 Stillesiddende adfærd	D+	Aldersgruppe 11-15 år: Ifølge den spørgeskemabaserede HBSC undersøgelse 2014 ser 64% af de 11-15-årige på hverdage mere end to timers TV og lignende i fritiden, 51% spiller mere end to timers video-/computerspil og 56% bruger i fritiden dagligt computeren mere end to timer til andet end spil¹. I weekenden ser 81% af samme gruppe mere end to timers TV og lignende om dagen, 62% spiller video-/computerspil mere end to timer og 61% bruger dagligt computeren i mere end to timer til andet end spil⁷. Ifølge data indsamlet via accelerometer i det afgrænsede, skolebaserede studie CHAMPS-Study DK er de 12-16-årige gennemsnitligt stillesiddende 9,8 timer om dagen². Aldersgruppe 16-17 år: Ifølge data fra Den nationale sundhedsprofil 2017 har 68% af drengene og 60% af pigerne i alderen 16-17 år på hverdage mere end to timers daglig skærmtid i deres fritid³. Drenge og piger på samme alder sidder ifølge Ungdomsprofilen 2014 gennemsnitligt ned 8,25 timer om dagen i hverdagen⁴.
6	 Fysisk form	U	Det har ikke været muligt at analysere denne indikator fuldt ud. Det skyldes, at danske studier ikke i tilstrækkelig grad omfatter alle de testområder, som indgår i det såkaldte Eurofit testbatteri, der i det internationale Active Healthy Kids netværk anvendes til denne indikator⁸. Derfor angives vurderingen Utilstrækkelige oplysninger.
7	 Familie og venner	U	Det har ikke været muligt at analysere denne indikator fuldt ud. Derfor angives vurderingen Utilstrækkelige oplysninger.
8	 Omgivelsernes betydning	B+	85% af de 7-15-årige vurderer i høj eller nogen grad, at deres lokalsamfund har egnede idrætsfaciliteter. 82% vurderer i høj eller nogen grad lokalsamfundet som en god ramme for at være aktiv⁵. Adgangen til idræts-, lege- og fritidsfaciliteter er geografisk ujævnt fordelt. Sammenlignet med landdistrikter har børn og unge, der lever i tætte byområder, færre faciliteter pr. indbygger på trods af, at det absolutte antal faciliteter er højere i de store byer⁹.
9	 Skole	A-	Idræt indgår som obligatorisk fag i folkeskolen fra 1. til 9. klasse og er et prøfefag i 9. klasse. Afhængig af klassetrin har eleverne typisk 2-3 idrætslektioner om ugen, hvilket på timesiden gør idræt til et af skolens største fag efter dansk og matematik¹⁰. 81,5% af idræstimerne varetages af undervisere med undervisnings- eller tilsvarende kompetencer i idræt¹¹. 80% af idrætslærerne markerer, at skolens indendørs faciliteter i høj eller nogen grad understøtter idrætsundervisning, som lever op til kravene i de nationale Fælles Mål for folkeskolen. 67% af samme lærergruppe angiver, at det samme gælder for skolens udendørs faciliteter¹². 68% af folkeskolerne oplyser i 2017, at de opfylder kravet om gennemsnitligt 45 minutters motion og bevægelse i løbet af skoledagen¹³. Samtidig rapporterer 20% af skolerne, at de har en bevægelsespolitik¹³, mens 29% af kommunerne har formuleret mål og politikker på området¹⁴.
10	 Lovgivning og strategier	A-	Tre love er i særlig grad med til at sætte rammerne for børn og unges fysiske aktivitet fra en tidlig alder. Dagtilbudsloven indeholder krop, sanser og bevægelse som et af seks læreplanstemaer¹⁵. Folkeskoleloven fordrer, at skolen samarbejder med bl.a. idræts- og fritidsorganisationer (den åbne skole), og at alle elever i gennemsnit er aktive 45 minutter dagligt¹⁶. Folkeoplysningsloven gør gældende, at kommunerne skal støtte frivillige foreninger – herunder idrætsforeninger. Loven forpligter kommunerne til at stille faciliteter til rådighed for idrætsforeninger samt at yde et tilskud til de foreninger, der har aktiviteter for børn og unge under 25 år¹⁷. Indenfor de overordnede rammer er der synlige forskelle i kommunernes samlede udgiftsniveau til børn, unge, idræt og fysisk aktivitet.

Næste skridt

Danmark har gode vilkår for at fremme børn og unges fysiske aktivitetsniveau. Det store flertal tager del i organiseret idræt, og de fleste børn og unge synes, at lokalområdet er brugbart til fysisk aktivitet. Der er også overvejende tilfredshed med idrætsfaciliteterne, som dog geografisk er noget ujævnt fordelt. Politikker og strategier på såvel nationalt som lokalt plan er med til at understøtte en mængde initiativer, der har fokus på, at flere børn og unge bevæger sig mere.

Selvom det går trægt med implementering af folkeskolelovens ambitiøse fordring om gennemsnitlig 45 minutters

daglig fysisk aktivitet til elever på alle klassetrin, er der indikationer på, at idrætsfaget specifikt og skolens bevægelsesområde generelt er i en positiv udvikling. Alligevel er det sådan, at kun et mindretal af danske børn og unge opfylder Sundhedsstyrelsens anbefaling om mindst 60 minutters fysisk aktivitet om dagen af moderat til høj intensitet. Mange børn og unge har et højt niveau af skærmtid og generelt en stillesiddende adfærd.

Det er tid til at omsætte de gode rammer til mere bevægelse blandt flere børn og unge.

Referencer

1. Inchley J., Currie D., Young T., Samdal O., Torsheim T., Augustson L., Mathison F., Aleman-Diaz A., Molcho M., Weber M. & Barnekow V. (2016): Growing up unequal: Gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being: Health behaviour in school-aged children (HBSC) study: International report from the 2013/2014 survey. WHO, Copenhagen.
2. Upubliceret data fra CHAMPS-Study DK, 2015. Beskrivelse af studiet er at finde i: Huang T., Gejl A.K., Tarp J., Andersen L.B., Peijs L. & Bugge A. (2017): Cross-sectional associations of objectively measured physical activity with brain-derived neurotrophic factor in adolescents. *Physiol Behav.* 2017 Mar 15;171:87-91. doi: 10.1016/j.physbeh.2016.12.026. Epub 2016 Dec 24.
3. Særtræk af data fra: Jensen H.A.R., Davidsen M., Ekholm O. & Christensen A.I. (2018): Danskernes sundhed – den nationale sundhedsprofil 2017. Sundhedsstyrelsen, København.
4. Særtræk af data fra: Bendtsen P., Mikkelsen P.S. & Tolstrup J.S. (2015): Ungdomsprofilen 2014 – Sundhedsadfærd, helbred og trivsel blandt elever på ungdomsuddannelser. Statens Institut for Folkesundhed, København.
5. Pilgaard M. & Rask S. (2016): Danskernes motions- og sportsvaner 2016. Idrættens Analyseinstitut, København.
6. Særtræk af data fra: Pilgaard M. & Rask S. (2016): Danskernes motions- og sportsvaner 2016. Idrættens Analyse-institut, København.
7. Særtræk af data fra: Rasmussen M., Pedersen T.P. & Due P. (2015): Skolebørnsundersøgelsen 2014. Statens Institut for Folkesundhed, København.
8. Tomkinson G.R., Carver K.D., Atkinson F., Daniell N.D., Lewis L.K., Fitzgerald J.S., Lang J.J. & Ortega F.B. (2017): 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* Published Online First: 30 November 2017. doi: 10.1136/bjsports-2017-098253.
9. Toft J. & Jensen S.P. (2017): Idrætsfaciliteter i Danmark 2017 – Nøgletal fra Facilitetsdatabasen.dk. Idrættens Analyseinstitut, København.
10. UVM (2018): Timetal. Undervisningsministeriet, København. Website: <https://www.uvm.dk/folkeskolen/fag-timetal-og-overgange/timetal>
11. UVM (2017): Kompetencedækning i folkeskolen 2017/18 er steget med 1,6 procentpoint. Undervisningsministeriet – Styrelsen for IT og Læring, København. Website: <https://www.ft.dk/samling/20171/almdel/UNU/bilag/128/1908255.pdf>
12. von Seelen J., Guldager J.D., Bruun T.H., Knudsen M.E. & Bertelsen K. (2018): Status på idrætsfaget 2018 (SPIF-18). UC SYD, Haderslev.
13. Oxford Research (2017): Bevægelse i Skoledagen 2017. Dansk Skoleidræt, Nyborg.
14. Kommunernes Landsforening (2017): Resultater fra KL-undersøgelse af styring på folkeskoleområdet, forår 2017. Website: http://www.kl.dk/ImageVaultFiles/id_83074/cf_202/Samlede_resultater_af_forvaltningsundersogelse_201.PDF
15. LBK nr. 1214 af 11/10/2018 (Dagtilbudsloven). Website: <https://www.retsinformation.dk/Forms/R0710.aspx?id=202833>
16. LBK nr. 1510 af 14/12/2017 (Folkeskoleloven). Website: <https://www.retsinformation.dk/Forms/r0710.aspx?id=196651>
17. LBK nr. 1115 af 31/08/2018 (Folkeoplysningsloven). Website: <https://www.retsinformation.dk/Forms/R0710.aspx?id=202909>

Active Healthy Kids Danmark 2018 netværksgruppe

Bjørn Friis Neerfeldt Christensen
Dansk Skoleidræt

Børge Frank Koch
Videnscenter KOSMOS, UC Syd

Danielle Louise Nørager Johansen
FIIBL, IOB, Syddansk Universitet

Jacob Have Nielsen
Dansk Skoleidræt

Jens Troelsen
Active Living, IOB, Syddansk Universitet

Jesper Sandfeld
Københavns Professionshøjskole

Lisbeth Runge Larsen
Faaborg-Midtfyn kommune

Maja Pilgaard
Idan

Mette Toftager
SIF, Syddansk Universitet

Michael Fester
DIF

Niels Christian Møller
RICH, IOB, Syddansk Universitet

Peter Lund Kristensen
RICH, IOB, Syddansk Universitet

Steffen Rask
Idan

Søren Præstholt
Center for Børn og Natur, IGN, Københavns Universitet

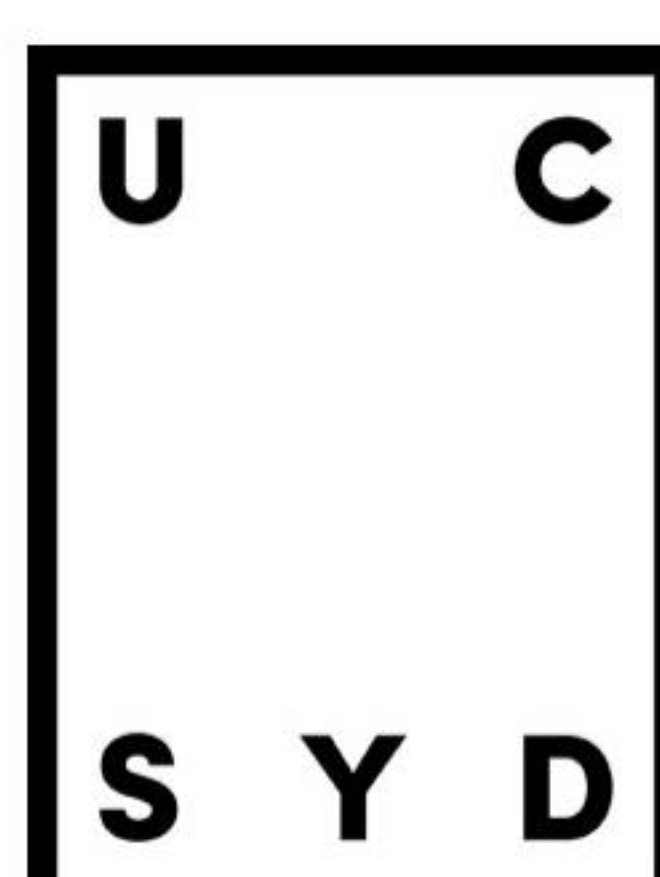
Søren Smedegaard
FIIBL, UCL Erhvervsakademi og Professionshøjskole

Tina Kryger Mondrup
DGI

Thomas Skovgaard
FIIBL, IOB, Syddansk Universitet

Observatør

Tue Kristensen
Sundhedsstyrelsen



For yderligere information kontakt:

Netværkskoordinator Danielle Louise Nørager Johansen: djohansen@health.sdu.dk, 28 99 30 22.

Netværkskoordinator Thomas Skovgaard: tskovgaard@health.sdu.dk, 24 98 40 64.