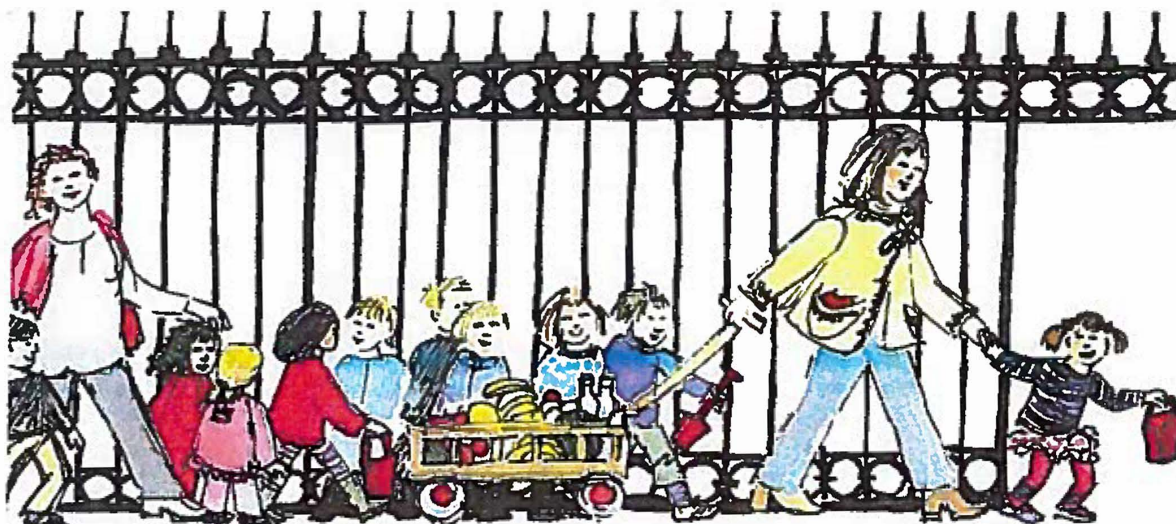


# Mad og fysisk aktivitet i børnehaver, skoler og fritidshjem/ skolefritidsordninger

Udviklingen i mad og måltider i skoler  
og fritidshjem/skolefritidsordninger  
fra 1999 til 2004



Inge Lissau, Ulrik Hesse, Mette Juhl & Michael Davidsen



**Mad og fysisk aktivitet i børnehaver, skoler og  
fritidshjem/skolefritidsordninger**

Udviklingen i mad og måltider i skoler og fritidshjem/  
skolefritidsordninger fra 1999 til 2004

Inge Lissau, Ulrik Hesse, Mette Juhl, Michael Davidsen

© Statens Institut for Folkesundhed, København, januar 2006

Uddrag, herunder figurer, tabeller og citater, er tilladt mod  
tydelig kildeangivelse.

Skrifter, der omtaler, anmelder, citerer eller henviser til  
nærværende publikation, bedes tilsendt.

Forside: Eva Lise Eriksen

ISBN 87-7899-094-7 Internet

Rapporten kan downloades på

Statens Institut for Folkesundheds hjemmeside

<http://www.si-folkesundhed.dk/Udgivelser.aspx>

## Forord

I 1999 gennemførte Statens Institut for Folkesundhed i samarbejde med Sundhedsstyrelsen en undersøgelse om mad og måltider i danske skoler og fritidshjem. Nærværende rapport kan ses som en opfølgning på denne undersøgelse. Væsentligste ændringer i den aktuelle undersøgelse i forhold til undersøgelsen i 1999 er, at børnehaver, udover skoler og skolefritidsordninger, også indgår, og at fysisk aktivitet er inddraget.

Rapporten omfatter 1) en beskrivelse af rammer og vilkår for mad og bevægelse i danske børnehaver, skoler og fritidshjem/skolefritidsordninger, 2) en vurdering af, hvilken betydning det har, om institutionerne har en kost- og/eller bevægelsespolitik og 3) en beskrivelse af udviklingen for rammer og vilkår på kostområdet for skoler og fritidshjem/skolefritidsordninger i perioden 1999-2004.

Undersøgelsen er gennemført af Statens Institut for Folkesundhed og delvist finansieret af Sundhedsstyrelsen.

Forskningsmedarbejderne Inge Lissau, Ulrik Hesse, Mette Juhl og Michael Davidsen har skrevet rapporten. Seniorforsker, ph.d. Inge Lissau var projektleder og ansvarlig for udvikling af spørgeskemaer, dataindsamling samt udarbejdelse af rapporten. Michael Davidsen stod for udvælgelse af stikprøve og statistiske analyser. Ulrik Hesse stod for oparbejdning af datasættet og statistiske analyser. Mette Juhl foretog afslutningsvist en gennemskrivning af rapporten. Sekretær Hanne Mortensen og sekretærelev Jeanette M Nielsen ydede sekretærbistand.

Mette Madsen  
Forskningsleder

Anne-Marie Nybo Andersen  
Programkoordinator





## Indholdsfortegnelse

<b>Resumé.....</b>	<b>7</b>
<b>Baggrund .....</b>	<b>9</b>
<b>Formål .....</b>	<b>10</b>
<b>Materiale og metode .....</b>	<b>11</b>
<b>Resultater .....</b>	<b>12</b>
<b>Børnehaver .....</b>	<b>13</b>
Mad og måltider .....	13
Bevægelse og fysisk aktivitet.....	17
Sammenfatning og diskussion .....	19
<b>Skoler .....</b>	<b>20</b>
Mad og måltider .....	20
Bevægelse og fysisk aktivitet.....	24
Sammenfatning og diskussion .....	27
<b>Skolefritidsordninger .....</b>	<b>30</b>
Mad og måltider .....	30
Bevægelse og fysisk aktivitet.....	33
Sammenfatning og diskussion .....	35
<b>Afsluttende sammenfatning .....</b>	<b>37</b>
<b>Referencer .....</b>	<b>39</b>



## Resumé

Børns sundhed og velbefindende er blandt andet betinget af deres kost og af graden af fysisk aktivitet. En sund livsstil grundlægges i barndommen og skabes i et samspil mellem barnet og dets omgivelser. I de første år er forældrenes og hjemmets påvirkning den afgørende faktor, men senere øges indflydelsen fra andre arenaer, hvor barnet færdes, først og fremmest i daginstitutioner og skoler.

Denne rapport beskriver rammer og vilkår for mad og bevægelse i danske børnehaver, skoler og fritidshjem/skolefritidsordninger i 2004. Herunder en gennemgang af udviklingen på kostområdet på skoler og fritidshjem/skolefritidsordninger i perioden 1999-2004. Fritidshjem og skolefritidsordninger benævnes i rapporten samlet som skolefritidsordninger.

Undersøgelsen er udført af Statens Institut for Folkesundhed og er delvist finansieret af Sundhedsstyrelsen.

Undersøgelsen omfatter en stikprøve på i alt 1875 institutioner eller 20% af alle landets børnehaver, skoler og skolefritidsordninger. På baggrund af besvarede spørgeskemaer fra 1323 institutioner fandt vi i hovedtræk følgende (oplysninger fra skolerne refererer hovedsageligt til 0.-3. klasse):

- Andelen af skoler og skolefritidsordninger med en skriftligt formuleret kostpolitik steg markant fra 1999 til 2004. For skoler steg andelen fra 3% til 17% og for skolefritidsordninger fra 4% til 18%
- Mere end dobbelt så mange børnehaver (38%) som både skoler (17%) og skolefritidsordninger (18%) havde i 2004 en skriftligt formuleret kostpolitik
- En nedskreven kostpolitik syntes at have en betydning i retning af et sundere udbud af mad- og drikkevarer i børnehaver og skoler samt i skolefritidsordninger i mere beskeden grad
- Der var i perioden 1999-2004 generelt sket en stigning i udbuddet af sunde mad- og drikkevarer og en nedgang i udbuddet af mindre sunde mad- og drikkevarer i skoler og skolefritidsordninger. For eksempel steg andelen af skoler med frugt- og grøntordning til næsten det dobbelte fra 18% til 33%
- Sodavandssalg, herunder sodavandsautomater, var stort set ikke-eksisterende på skolerne i 2004. I 1999 var der sodavandsautomat på 5% af skolerne, mens tallet i 2004 var 0,2%. I 1999 var der mulighed for at købe sodavand på 10% af skolerne, mens dette kun var muligt på 0,2% af skolerne i 2004. Andelen af skolefritidsordninger med sodavandssalg var i 1999 1% og i 2004 0,4%
- Flere skolebørn havde adgang til køleskab til opbevaring af medbragt mad i 2004 (78%) end i 1999 (53%)
- Mere end dobbelt så mange børnehaver (16%) og skolefritidsordninger (16%) som skoler (6%) havde i 2004 en skriftligt formuleret bevægelsespolitik
- Der sås ikke en entydig sammenhæng mellem en nedskreven bevægelsespolitik og omfanget af fysisk aktivitet. Flere børnehaver med bevægelsespolitik havde daglige voksenstyrede aktiviteter med aktiv leg og bevægelse end institutioner uden. For skoler fandt vi ingen tydelig sammenhæng mellem, om skolerne havde en bevægelsespolitik og omfanget af motorisk træning
- 40% af skolerne havde retningslinier for, hvor meget eleverne skulle opholde sig udendørs
- På godt halvdelen af skolerne blev mindst tre-fjerdedele af idrætsundervisningen varetaget af en idrætsuddannet lærer. 32% af børnehaverne havde en idrætsfaglig person ansat, og 37% af skolefritidsordningerne havde det. Børnehaver med idrætsfagligt personale var mere tilbøjelige til at tilbyde motorisk træning end børnehaver uden
- Ønsker om at øge omfanget af fysisk aktivitet var i flere børnehaver og skolefritidsordninger til stede blandt personalet end blandt forældre og forældrebestyrelser i. Der var dog fortsat 61-64%

af institutionerne, hvor personalet ønskede at bevare status quo i aktivitetsniveau

- I 44% af skolefritidsordningerne havde børnene dagligt adgang til gymnastiksal/idrætshal, mens eleverne kun på 7% af skolerne havde adgang hertil i frikvartererne

- I knapt hver tredje børnehave blev der dagligt arrangeret voksenstyrede aktiviteter med aktiv leg og bevægelse. Det samme var tilfældet i knapt halvdelen af skolefritidsordningerne. På 42% af skolerne medvirkede voksne aktivt til at sætte aktiviteter i gang i frikvartererne.



## Baggrund

Kost og fysisk aktivitet er af stor betydning for børns sundhed og velbefindende, og der er de senere år kommet øget fokus på betydningen af gode rammer for mad, måltider og fysisk udfoldelse i skoler og institutioner. En af årsagerne skal sandsynligvis findes i den stigende forekomst af overvægt blandt børn og unge i Danmark (1,2).

Overvægt i barnealderen og ungdommen øger ikke blot risikoen for overvægt i voksenalderen, men også for sygelighed og tidlig død (3). Forekomsten af overvægt blandt børn og unge i Danmark er steget med omkring en faktor 10 over de seneste 50 år, og i 2003 var 15-20% af danske børn og unge overvægtige (1). Forekomsten af svært overvægtige voksne er mere end fordoblet i perioden 1987-2001, og den største relative stigning er sket blandt unge voksne (2).

Et sundt kostindtag og et tilstrækkeligt fysisk aktivitetsniveau har ikke kun betydning for fedmerelaterede lidelser som for eksempel type 2 diabetes, men indgår også i forebyggelsen af for eksempel visse former for kræft og hjertekar-sygdomme (4).

Over de seneste 50 år har danskernes kostvaner ændret sig, således at fedtindtaget er reduceret og indtaget af frugt og grønt er steget. Alligevel ligger fedtindholdet i kosten fortsat over det anbefalede og indtagelse af frugt og grønt under det anbefalede. Samtidig er børns sukkerindtag steget, primært i form af slik og søde drikke (4). Med hensyn til fysisk aktivitet ses over de seneste årtier, at de fysisk aktive er blevet mere aktive, og samtidig er omfanget af stillesiddende timer i danskernes dagligdag steget. Endelig ses det, at gruppen af børn med dårligst kondition over de seneste 15 år har fået endnu dårligere kondition (4).

Skoler og børneinstitutioner synes at være en oplagt arena for forebyggelse i forbindelse med kost og fysisk aktivitet. Med den store institutionsdækning, vi har i Danmark, befinder de fleste børn sig dagligt mange ti-

mer i institution eller skole, ligesom børnene indtager en stor del af deres måltider her. Det anslås, at børn i gennemsnit indtager 40-50% af deres daglige samlede energi i løbet af en institutionsdag (5).

En række skolebaserede interventionsstudier har vist en positiv effekt af interventioner på kost- og bevægelsesområdet. For eksempel viste det store amerikanske CATCH-studie både en umiddelbar og en langtidsholdbar effekt af organisatoriske ændringer. Således var der tre år efter afsluttet intervention fortsat en øget indsats på interventionsskolerne for at ændre skolebespisningen i sundere retning og for at skabe mere rum til fysisk aktivitet sammenlignet med kontrolskolerne. I forhold til fysisk aktivitet viste undersøgelsen, at tilstedeværelsen af faciliteter og supervision af en voksen var med til at øge børnenes fysiske aktivitet i skolegården. Desuden viste studiet, at færre og længere frikvarterer var bedre end flere korte (6).

I en rapport fra Dansk Selskab for Adipositasforskning foreslås forskellige aktiviteter til at reducere fedmeforekomsten, for eksempel flere idrætstimer i skolerne, tilskud til kantiner og skoleboder der opfylder kravet om ernæringsrigtigt madtilbud, samt udarbejdelse af kostpolitikker med retningslinier for udbuddet af mad i skolen, spisepausernes længde og madens vilkår i skolen i øvrigt (7).

Endelig opfordrer regeringen til, at der etableres flere og nye partnerskaber på forebyggelsesområdet. I dette tilfælde kunne det for eksempel dreje sig om, at institutioner samarbejder med eksterne partnere om en indsats for sundere kostudbud eller øget fysisk aktivitet blandt børnene (8).

Forebyggelsen på institutionsniveau kan formaliseres gennem politikker og virksomhedsplaner, og det er blevet mere almindeligt over de senere år for skoler og institutioner af have sundhedsfremmende politikker på både kostområdet og for fysisk aktivitet.

I 1999 gennemførte Statens Institut for Folkesundhed i samarbejde med Sundhedsstyrelsen en undersøgelse om mad og måltider i danske skoler og fritidshjem (9). Nærværende rapport kan ses som en opfølgning på denne undersøgelse, hvor endvidere fysisk aktivitet er inddraget, og hvor også børnehaver indgår.

Denne rapport søger således at beskrive status for rammer og vilkår for kost og fysisk aktivitet på skole- og institutionsniveau i 2004 samt give en vurdering af udviklingen på kostområdet siden 1999.

## Formål

Formålet med denne undersøgelse er:

- 1) at beskrive rammer og vilkår for mad og måltider i børnehaver, skoler og fritidshjem/skolefritidsordninger
- 2) at belyse sammenhængen mellem en nedskreven kostpolitik og udbuddet af mad- og drikkevarer
- 3) at beskrive rammer og vilkår for bevægelse og fysisk aktivitet i børnehaver, skoler og fritidshjem/skolefritidsordninger
- 4) at belyse sammenhængen mellem en nedskreven politik om fysisk aktivitet og bevægelse og udvalgte mål for institutionernes praksis i forhold til fysisk aktivitet
- 5) at beskrive udviklingen i rammer og vilkår for mad og måltider fra 1999 til 2004 på skoler og i fritidshjem/skolefritidsordninger.

## Materiale og metode

I foråret 2004 blev der foretaget en spørgeskemaundersøgelse blandt børnehaver, skoler og skolefritidsordninger i Danmark. 20% af landets institutioner blev udvalgt til at deltage. For at sikre både en geografisk fordeling og en fordeling mellem land og by, valgte vi at opdele landet i fire sektorer omkring de største byer (København, Odense, Århus og Ålborg). I hver af de fire storbyer blev 20% af henholdsvis børnehaver, skoler og skolefritidsordninger tilfældigt udvalgt. I resten af hver af de fire sektorer udvalgte tilfældigt et antal kommuner, som dækkede 20% af sektorens institutioner. I de valgte kommuner blev alle institutioner udvalgt til at indgå i undersøgelsen. Sandsynligheden for at vælge en kommune afhang af det samlede antal institutioner – jo flere institutioner en kommune havde, jo større var sandsynligheden for, at den blev valgt.

I de fire storbyer og i de derudover udvalgte 34 kommuner var der tilsammen 1875 skoler og institutioner, som alle fik tilsendt et spørgeskema. Byrådet, kommunalbestyrelsen og borgerrepræsentationen i kommunerne blev forinden orienteret om undersøgelsen ved skriftlig henvendelse. Den første henvendelse med spørgeskemaer til skolerne og institutionerne blev om nødvendigt efterfulgt af to rykkerskrivelser. I alt blev 1323 skemaer besvaret og returneret, svarende til 71% af de kontaktede skoler og institutioner. Besvarelsen var nogenlunde ens i de fire sektioner af landet. Der var en lidt højere besvarelsesprocent blandt børnehaver (74%) end blandt skoler (68%) og skolefritidsordninger (67%).

I de fleste tilfælde varetog eller medvirkede skole-/institutionslederen til udfyldelse af spørgeskemaet (børnehaver: 90%, skoler: 92% og skolefritidsordninger: 87%). En uddannet pædagog varetog eller medvirkede til udfyldelsen i 18% af børnehaverne og i 24% af skolefritidsordningerne. I få tilfælde medvirkede en pædagogmedhjælper,

idrætsslærer eller hjemkundskabslærer ved udfyldelsen.

De modtagne spørgeskemaer blev indskannet, og der blev foretaget manuel kontrol af en stikprøve for at sikre korrekt overførsel af data fra papirform til elektronisk form.

Den måde, stikprøven blev udvalgt på, nødvendiggør en vægtning af data, for at opgørelser og resultater kan betragtes som repræsentative for alle børnehaver, skoler og skolefritidsordninger i Danmark. Når sandsynligheden for at vælge en kommune afhænger af antal institutioner i kommunen, og når alle institutioner i en kommune indgår, vil der blive færre kommuner med få institutioner i stikprøven, end der er på landsplan. Vægtningen sørger for, at svarene fra de valgte kommuner med få institutioner repræsenterer de mange kommuner med få institutioner, som ikke blev valgt til stikprøven. Det betyder, at svarene fra kommuner med få institutioner vægter mere end svarene fra kommuner med mange institutioner. Samtlige procentangivelser i rapporten er vægtet efter dette princip.

De dele af spørgeskemaerne, som omhandler kost, baserer sig i høj grad på spørgeskemaer anvendt i en tidligere undersøgelse gennemført af Statens Institut for Folkesundhed i 1999 (9). Fysisk aktivitet indgik ikke i denne undersøgelse fra 1999. Til den aktuelle undersøgelse blev der dels udviklet nye spørgsmål om fysisk aktivitet og dels anvendt og videreudviklet spørgsmål fra evalueringen af Fyns Amts modelprojekt Børn, Mad og Bevægelse (10). Spørgeskemaerne blev pilottestet i børnehaver, skoler og skolefritidsordninger.

Definition af begreberne: Kostpolitik og politik vedrørende bevægelse og fysisk aktivitet (sidstnævnte benævnes i rapporten 'bevægelsespolitik'):



Med en politik forstås formelle og erklærede beslutninger vedrørende henholdsvis mad/måltider og bevægelse/fysisk aktivitet, som er vedtaget for skolen eller institutionen. En kostpolitik kan indeholde regler for den mad, der serveres (for eksempel ernæringsmæssig kvalitet) og regler for måltider

(for eksempel fysiske rammer og samværsformer). En bevægelsespolitik kan indeholde målsætninger for børnenes bevægelse og fysiske aktivitet samt regler for bevægelse og fysisk aktivitet.

## Resultater

Hvor procentsatser er mindre end 1, er tallet angivet i tekst og tabeller med én decimal.

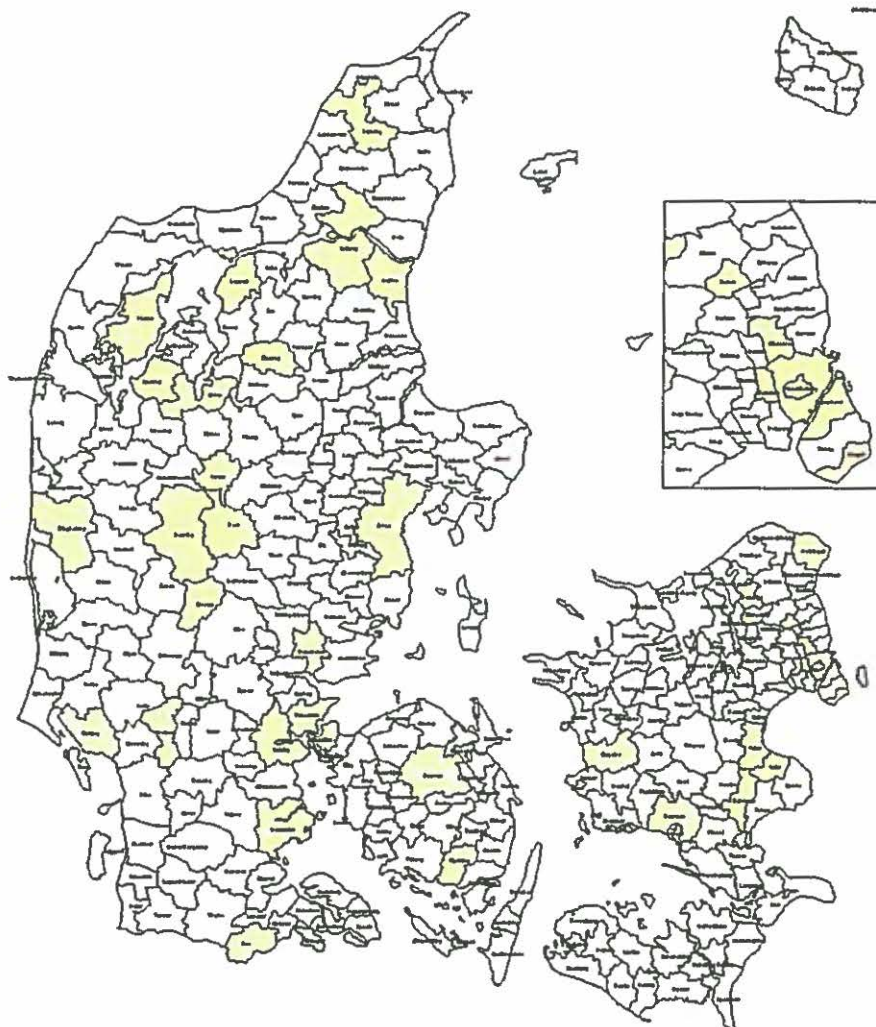
Spørgeskemaerne med svarfordelinger kan downloades her:

**Børnehaver**

**Skoler**

**Skolefritidsordninger**

**Figur 1.** Oversigt over deltagende kommuner.





## Børnehaver

Data baserer sig på besvarede spørgeskemaer fra 683 danske børnehaver, svarende til 74% af de adspurgte.

Halvdelen af børnehaverne var bygget inden for de seneste 30 år, mens hver tiende børnehave var ældre end 60 år. Godt halvdelen fungerede udelukkende som børnehaver, mens 40% var integrerede institutioner. En tredjedel af børnehaverne havde mindre end 50 børn, mens mellem hver fjerde og hver femte børnehave havde 75 børn eller flere.

### Mad og måltider

#### *Kostpolitik og retningslinier*

Tabel 1 illustrerer forskellige mål for i hvor høj grad kostpolitik prioriteres i børnehaverne.

Knap en tredjedel af børnehaverne havde en skriftligt formuleret kostpolitik, som også var en integreret del af institutionens virksomhedsplan, mens knapt to tredjedele ikke havde en nedskreven kostpolitik (tabel 1).

Kostpolitik blev på minimum to tredjedele af børnehaverne diskuteret i forældrebestyrelsen og/eller personalegruppen. Personale, forældre og forældrebestyrelser var lige tilbøjelige til at ønske ændringer vedrørende udbuddet af mad- og drikkevarer. I omtrent lige så mange børnehaver, hvor der var ønsker om ændringer, var der planer om nye initiativer vedrørende mad og måltider.

21% af børnehaverne havde inden for det seneste år samarbejdet med eksterne partnere om aktiviteter vedrørende bevægelse og fysisk aktivitet, mens 1% af børnehaverne inden for de seneste tre år havde deltaget i forsøgs- eller udviklingsprojekter støttet af eksterne midler.

I halvdelen af børnehaverne (51%) var der nedskrevne retningslinier for rammerne omkring måltiderne (for eksempel bordskik og tidsforbrug). 42% havde kun uskrevne reg-

**Tabel 1.** Svarfordelingen til udvalgte spørgsmål om kostpolitik og ønsker/planer om ændringer vedrørende mad og måltider. Den procentvise andel af børnehaver.

Har børnehaven en nedskreven kostpolitik?	
Ja, som en del af virksomhedsplanen	31%
Ja, men ikke som en del af virksomhedsplanen	8%
Nej, ingen nedskreven kostpolitik	62%
Er kostpolitik blevet diskuteret i skoleåret 2003/2004?	
Ja, i forældrebestyrelsen/forældrerådet	66%
Ja, i personalegruppen	78%
Er der ønsker om ændringer i udbuddet af mad- og drikkevarer?	
Ja, blandt personalet	17%
Ja, blandt forældrene	17%
Ja, forældrebestyrelsen/forældrerådet	18%
Der planlægges nye initiativer omkring mad og måltider	19%

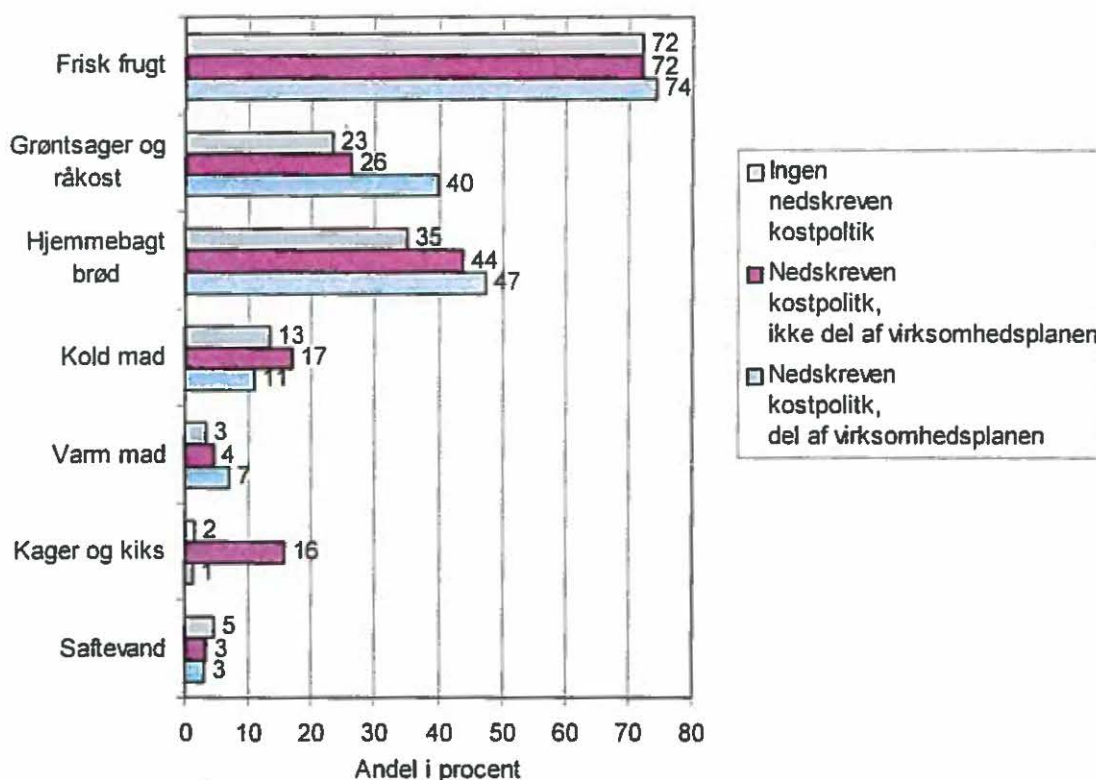
ler, mens 6% af børnehaverne hverken havde skrevne eller udskrevne regler på området. 62% havde nedskrevne retningslinier for den mad, der blev serveret i børnehaven, og 67% havde det for de drikkevarer, der blev tilbudt. En mindre andel af børnehaverne havde retningslinier for, hvilke mad- og drikkevarer børnene selv måtte medbringe i institutionen; 49% havde retningslinier for medbragte madvarer, mens 37% havde det for medbragte drikkevarer.

#### *Sammenhæng mellem kostpolitik og udbud af mad- og drikkevarer*

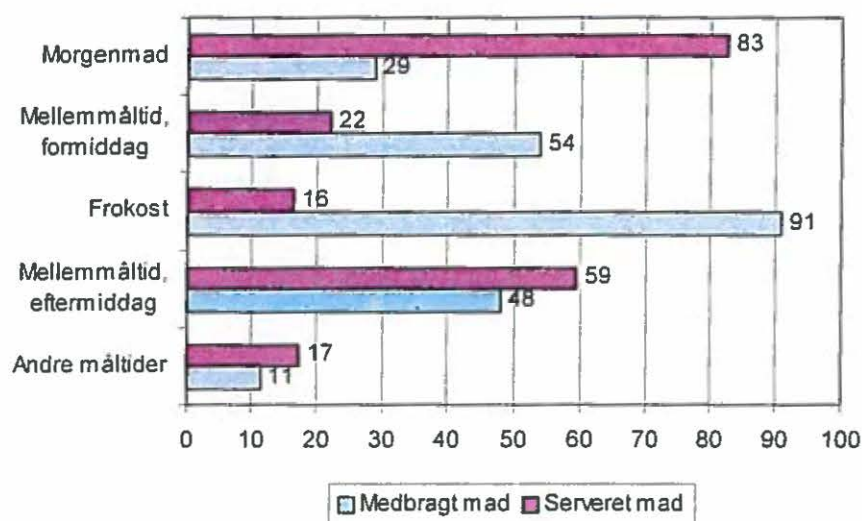
For at vurdere, om det at have en skriftligt formuleret kostpolitik afspejles i institutionens praksis på kostområdet, blev denne sammenhæng undersøgt. Dette er illustreret for udbuddet af mad og drikke i figur 2.

Figur 2 viser, at børnehaver med en kostpolitik var mere tilbøjelige til dagligt at servere grøntsager/råkost og hjemmebagt brød. Kun for grøntsager/råkost sås en tydelig sammenhæng med, om kostpolitikken også var en del af virksomhedsplanen. Dagligt udbud af frisk frugt syntes at være uafhængigt af kostpolitik. Der blev oftere serveret varm mad i de børnehaver, som havde en kostpolitik end i børnehaver uden. Vi fandt endvidere, at børnehaver med en nedskreven kostpolitik, som også var en del af virksomhedsplanen, var væsentligt mere tilbøjelige til at servere kold og varm mad én gang om ugen end børnehaver uden kostpolitik eller med nedskreven kostpolitik, som ikke indgik i virksomhedsplanen (data ikke vist). Kager og kiks blev oftere serveret i børnehaver med en nedskreven kostpolitik, som ikke var en del af virksomhedsplanen end i børnehaver uden kostpolitik og i børnehaver med kostpolitik integreret i virksomhedsplanen.

**Figur 2.** Den procentvise andel af børnehaver, som udbød udvalgte mad- og drikkevarer dagligt, for delt efter om institutionen havde en kostpolitik eller ej.



**Figur 3.** Den procentvise andel af børnehaver, hvor børnene havde mulighed for at spise dagens forskellige måltider, fordelt efter om maden var medbragt eller blev serveret i institutionen.



#### Udbud af mad- og drikkevarer

Figur 3 viser hvilke måltider, der henholdsvis blev serveret eller var medbragt i børnehaven.

Tallene i figur 3 antyder, at nogle børnehaver kombinerede børnenes medbragte mad med mad, der blev serveret i institutionen. Morgenmad blev typisk serveret i børnehaven, mens frokost i de fleste børnehaver udgjordes af børnenes medbragte madpakke. Også formiddagens mellemmåltid var oftest medbragt.

Børnene medbragte i 95% af børnehaverne frokost, i 63% af børnehaverne frugt og i 15% af børnehaverne råvarer til fremstilling af mad. Næsten alle børnehaver tilbød drikkevarer til morgenmaden (94%) og til frokosten (97%).

Tabel 2 viser en oversigt over hvilke typer af mad og drikke, der blev serveret i børnehaven.

**Tabel 2.** Den procentvise andel af børnehaver, som henholdsvis dagligt og ugentligt udbød udvalgte madvarer.

Madvarer	Dagligt	Ugentligt
	%	%
Varm mad	4	21
Kold mad	11	21
Fisk	2	9
Hjemmebagt		
brød/boller	37	28
Morgenmadsprodukter	83	1
Grøntsager/råkost	24	28
Frisk frugt	65	10
Rosiner	13	27
Kager	0,2	13
Kiks	2	10
Slik	0	0,8
Is	0	2

De fleste børnehaver tilbød morgenmadsprodukter hver dag (tabel 2). Varm mad blev kun serveret dagligt i ganske få børnehaver. Både kold og varm mad blev til gengæld serveret ugentligt i hver femte børnehave. To ud af tre børnehaver tilbød frisk frugt hver dag, mens hver fjerde børnehave tilbød grøntsager/råkost dagligt. Slik og is forekom stort set ikke i de deltagende børnehaver, mens kager og kiks blev serveret ugentligt i omkring hver tiende børnehave.

**Tabel 3.** Den procentvise andel af børnehaver, der henholdsvis dagligt og ugentligt udbød udvalgte drikkevarer.

Drikkevarer	Dagligt %	Ugentligt %
Mælk	94	1
Koldt vand/isvand	94	1
Saftevand	3	10
Sodavand	0,1	0
Kakao	0,1	2

Koldt vand/isvand og mælk blev serveret dagligt i næsten alle børnehaver, mens sodavand og kakao stort set ikke blev serveret i børnehaverne (tabel 3). Saftevand blev i hver tiende børnehave serveret ugentligt og kun i ganske få børnehaver dagligt.

#### *Tid til måltider*

I spørgeskemaet blev der endvidere spurgt om, hvor meget tid der i gennemsnit blev anvendt til de forskellige måltider. Besvarelsene tyder imidlertid på, at nogle børnehaver svarede på, hvor lang tid det enkelte barn brugte på hvert måltid, mens andre svarede på, hvor lang tid institutionen som helhed anvendte på et måltid. På grund af denne usikkerhed er disse tal ikke præsenteret.

#### *Børnenes involvering i arbejdet omkring mad og måltider*

I mellem 74% og 95% af børnehaverne deltog børnene i tilberedningen af måltider, borddækning, oprydning og opvask. I mellem 34% og 40% af børnehaverne deltog børnene endvidere i planlægningen af måltider og indkøb. I hver femte børnehave var forældrene med til at bestemme udbuddet af mad og drikke, men derudover var forældrene kun i ringe grad deltagende i børnehavens arbejde med mad og måltider.

#### *Økonomi*

Udgifter til både mad- og drikkevarer blev i størstedelen af børnehaverne dækket af institutionens budget (madvarer 90% og drikkevarer 97%). I 35% af institutionerne var forældrebetaling endvidere med til at dække udgifterne til madvarer, mens 4% af børnehaverne havde forældrebetaling på drikkevarer.



## Bevægelse og fysisk aktivitet

### Bevægelsespolitik og retningslinier

**Tabel 4.** Svarfordelingen til udvalgte spørgsmål om bevægelsespolitik og ønsker/planer om ændringer vedrørende bevægelse og fysisk aktivitet. Andelen af børnehaver i procent.

Har børnehaven en nedskreven politik om bevægelse og fysisk aktivitet?	
Ja, som en del af virksomhedsplanen	15%
Ja, men ikke som en del af virksomhedsplanen	2%
Nej, ingen nedskreven bevægelsespolitik	83%
Er bevægelsespolitik blevet diskuteret i skoleåret 2003/2004?	
Ja, i forældrebestyrelsen/forældrerådet	31%
Ja, i personalegruppen	53%
Er der ønsker om flere aktiviteter?	
Ja, blandt personalet	28%
Ja, blandt forældrene	15%
Ja, forældrebestyrelsen/forældrerådet	15%
Er der ønsker om mere tid afsat til organiserede aktiviteter?	
Ja, blandt personalet	24%
Ja, blandt forældrene	9%
Ja, forældrebestyrelsen/forældrerådet	11%
Der planlægges nye initiativer vedr. bevægelse og fysisk aktivitet	55%

Mindre end hver femte børnehave havde en politik vedrørende bevægelse og fysisk aktivitet, selvom dette var blevet diskuteret i personalegruppen i godt halvdelen af institutionerne, og der i lige så mange af institutionerne var planlagt nye initiativer på området (tabel 4). I omkring en fjerdedel af børnehaverne havde personalet et ønske om flere aktiviteter og mere tid til aktiviteter. Personalet var i højere grad interesseret i sådanne ændringer end forældrene og forældrebestyrelserne.

21% af børnehaverne havde i skoleåret 2003/2004 samarbejdet med eksterne partnere om aktiviteter vedrørende bevægelse og fysisk aktivitet. 4% af børnehaverne havde inden for de seneste tre år deltaget i forsøgs- eller udviklingsprojekter vedrørende bevægelse og fysisk aktivitet støttet af eksterne midler.

I halvdelen af børnehaverne var der nedskrevne retningslinier for, hvor meget bør-

nene burde opholde sig udendørs, mens der i hver femte børnehave hverken var nedskrevne eller uskrevne regler herfor.

#### Indendørs- og udendørsfaciliteter

Børnehaverne blev spurgt til rammerne for fysisk udfoldelse både indendørs og udendørs. I de fleste børnehaver (78%) havde børnene dagligt adgang til pudrum. I 45% af børnehaverne havde børnene dagligt adgang til aktivitets-/rytmik-/bevægelsesrum, og i 5% af børnehaverne var der dagligt adgang til gymnastiksal/idrætshal. I en tredjedel af børnehaverne havde børnene mulighed for ugentlig adgang til gymnastiksal/idrætshal.

Udenfor havde børnene i de fleste børnehaver dagligt adgang til legeplads (99%), areal med fliser (93%), græsarealer (88%), klatrestativ (88%) og boldbane (68%). Halvdelen af børnehaverne havde dagligt adgang til grønne områder, mens hver femte børnehave havde dagligt adgang til skov. I de fle-

ste børnehaver (99%-82%) havde børnene dagligt mulighed for at springe, balancere, gemme sig, klatre, gynges, svinge, glide og bygge, noteret i prioriteret rækkefølge med den aktivitet, der var mulig i flest børnehaver, først.

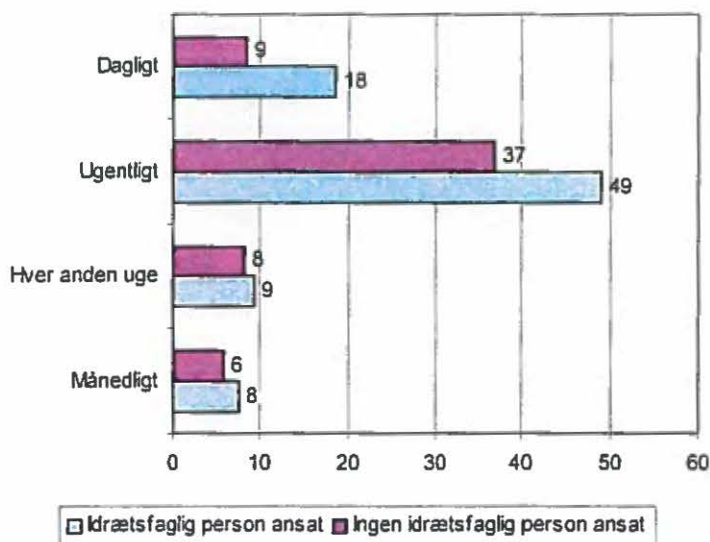
#### Motorisk træning

Andelen af børnehaver, der tilbød målrettet motorisk træning for børn med særlige behov, var 63%. Godt hver tredje børnehave (35%) tilbød ikke målrettet motorisk træning for børnene generelt. Hver tiende børnehave tilbød det dagligt, og 38% af børnehaverne tilbød det ugentligt.

#### Idrætsfagligt personale

En tredjedel af de deltagende børnehaver havde mindst én person ansat med bevægelsesmæssig eller idrætsrelateret uddannelse/efteruddannelse. For at vurdere, om dette havde indvirkning på bevægelsespraksis i børnehaverne undersøgte sammenhængen mellem det at have en idrætsfaglig person ansat og graden af motorisk træning af børnene.

**Figur 4.** Den procentvise andel af børnehaver, som tilbød målrettet motorisk træning, fordelt efter hvor ofte dette skete samt efter om børnehaven havde en idrætsfaglig person ansat.



Vi fandt, at andelen af institutioner, som tilbød målrettet motorisk træning, var større blandt institutioner med en idrætsfaglig person ansat end blandt institutioner uden en sådan person (figur 4).

#### Voksenstyrede aktiviteter

I 30% af børnehaverne arrangeredes dagligt voksenstyrede aktiviteter med aktiv leg eller bevægelse. I 56% af børnehaverne skete det mindst én gang om ugen, men sjældnere end dagligt. Det samme mønster sås for, hvor ofte det enkelte barn havde mulighed for at deltage. Dog var tallet kun 51% for aktiviteter mindst én gang ugentligt. 65% af børnehaverne havde arrangementer udenfor institutionen mindst én gang om ugen. I 50% af institutionerne havde det enkelte barn mulighed for at deltage i disse mindst én gang om ugen. Hver tiende børnehave havde aktiviteter uden for institutionen sjældnere end hver 14. dag.

Blandt de børnehaver, der havde en nedskreven bevægelsespolitik, var der 41%, der dagligt organiserede voksenstyrede aktiviteter med aktiv leg og bevægelse. Dette var tilfældet i 30% af de børnehaver, der ikke havde en nedskreven bevægelsespolitik. For aktiviteter uden for institutionen fandt vi, at 74% af børnehaver med nedskreven politik havde aktiviteter uden for institutionen mindst én gang om ugen, mens 64% af børnehaverne uden nedskreven bevægelsespolitik havde dette.

## Sammenfatning og diskussion

### *Mad og måltider*

Andelen af børnehaver med en skriftligt formuleret kostpolitik var 38%, og i 31% af børnehaverne var kostpolitikken en del af virksomhedsplanen. Halvdelen af børnehaverne havde nedskrevne retningslinier for rammerne omkring måltiderne. Cirka to ud af tre børnehaver havde nedskrevne konkrete retningslinier for den mad og drikke, som blev serveret i børnehaven.

Generelt tyder vores resultater på, at børnehaver med en nedskreven kostpolitik havde et sundere udbud af madvarer end børnehaver uden. For en del madvarers vedkommende så det endvidere ud til, at det at kostpolitikken var en del af børnehavens virksomhedsplan havde yderligere betydning i retning af sundere madvarer i institutionen.

For eksempel blev der i flere børnehaver med en nedskreven kostpolitik, som samtidig var integreret i børnehavens virksomhedsplan, dagligt serveret varm mad, grøntsager/råkost og hjemmebagt brød end i børnehaver uden en kostpolitik, eller hvor politikken ikke indgik i børnehavens virksomhedsplan. Sammenhængen var tydeligst for grøntsager/råkost, og tallene for varm mad var små, da det kun var få børnehaver, der dagligt serverede frokost. For dagligt udbud af frisk frugt fandt vi ingen sammenhæng med, om institutionen havde en kostpolitik eller ej.

I de fleste børnehaver kunne børnene få serveret morgenmad, mens frokost oftest bestod af børnenes medbragte mad. Få børnehaver serverede mad til frokostmåltidet (4% af børnehaverne serverede dagligt varm mad, og 11% serverede dagligt kold mad).

Mælk og koldt vand/isvand blev tilbudt dagligt i næsten alle børnehaver. Frisk frugt blev tilbudt dagligt i to ud af tre børnehaver. Slik og is forekom stort set ikke i børnehaverne, mens kager og kiks blev serveret ugentligt i godt hver tiende børnehave.

I minimum hver fjerde børnehave deltog børnene i det praktiske arbejde omkring måltiderne. I undersøgelsen blev der spurgt om, hvor meget tid der i gennemsnit blev anvendt til de forskellige måltider. Besvarelserne tyder imidlertid på, at nogle børnehaver svarede på, hvor lang tid det enkelte barn brugte på hvert måltid, mens andre svarede på, hvor lang tid institutionen som helhed anvendte på et måltid.

Udgifterne til mad- og drikkevarer blev i næsten alle børnehaver dækket helt eller delvist af børnehavernes budget. I godt en tredjedel af børnehaverne var der forældrebetaling på mad, mens dette kun var tilfældet for drikke i ganske få institutioner.

### *Bevægelse og fysisk aktivitet*

16% af børnehaverne havde en skriftligt formuleret politik om fysisk aktivitet og bevægelse, og i 15% af børnehaverne var politikken en del af virksomhedsplanen. Halvdelen af børnehaverne havde nedskrevne retningslinier for, hvor meget børnene burde opholde sig udendørs. Flere børnehaver med en nedskreven kostpolitik end børnehaver uden, havde daglige voksenstyrede aktiviteter med leg og bevægelse og ugentlige aktiviteter uden for institutionen.

Langt de fleste børnehalebørn havde dagligt adgang til en række udendørsfaciliteter, mens adgangen til indendørsaktiviteter var mere begrænset. Kun i knapt halvdelen af børnehaverne var der daglig adgang til for eksempel aktivitets-, rytmik- og bevægelsesrum, og i 5% var der dagligt adgang til gymnastiksal. Dog havde de fleste børnehaver pudrum (78%).

Hver tredje børnehave havde en idrætsfaglig person ansat, og vi fandt en øget tendens til at tilbyde målrettet motorisk træning i børnehaver med en sådan person ansat end i børnehaver uden. I knapt hver tredje børnehave blev der dagligt organiseret voksenstyrede aktiviteter, som indeholdt aktiv leg eller bevægelse. To ud af tre børnehaver havde aktiviteter uden for institutionen mindst én gang om ugen.

## Skoler

Data baserer sig på besvarede spørgeske-maer fra 293 danske skoler, svarende til 68% af de adspurgte. Oplysninger fra skolerne omhandler primært 0.-3. klasse, bortset fra helt overordnede spørgsmål om for eksempel kost- og bevægelsespolitikker.

Hver femte skole var bygget for mere end 90 år siden, mens 14% var bygget inden for de seneste 30 år. Antallet af elever pr. skole varierede fra 23 på den mindste skole til 825 på den største. Skolerne fordelte sig jævnt med hensyn til elevantal, således at der deltog lige store andele af mindre skoler og større skoler.

### Mad og måltider

#### *Kostpolitik og retningslinier*

Tabel 5 illustrerer forskellige mål for, i hvor høj grad kostpolitik prioriteres på skolerne.

Af rapporten om mad og måltider i danske skoler og fritidshjem fra 1999 fremgår det, at 3% af skolerne på daværende tidspunkt havde en skriftligt formuleret kostpolitik (9). Dette tal var i 2004 steget til 17% (tabel 5). På 59% af skolerne havde skolebestyrelsen i skoleåret 2003/2004 diskuteret kostpolitik, mod 43% i 1998/1999. Der var ikke store forskelle i andelen af skoler, hvor henholdsvis lærere, elever, forældre og skolebestyrelse ønskede ændringer af skolens rammer for måltiderne (35-38%) (data ikke vist). Til gengæld var der flere skoler, hvor eleverne ønskede ændret mad- og drikkevarerudbud end skoler, hvor lærere, forældre og skolebestyrelse ønskede det (tabel 5).

29% af skolerne havde inden for det seneste år samarbejdet med eksterne partnere vedrørende mad og måltider, mens 6% af skolerne inden for de seneste tre år havde deltaget i forsøgs- eller udviklingsprojekter med ekstern støtte.

**Tabel 5.** Svarfordelingen til udvalgte spørgsmål om kostpolitik og ønsker/planer om ændringer vedrørende mad og måltider. Andelen af skoler i procent.

Har skolen en nedskreven kostpolitik?	
Ja, som en del af virksomhedsplanen	12%
Ja, men ikke som en del af virksomhedsplanen	5%
Nej, ingen nedskreven kostpolitik	83%
Er kostpolitik blevet diskuteret i skoleåret 2003/2004?	
Ja, i skolebestyrelsen	59%
Ja, i lærergruppen, pædagogisk råd	50%
Er der ønsker om ændringer i udbuddet af madvarer?	
Ja, blandt eleverne	40%
Ja, blandt lærerne	33%
Ja, blandt forældrene	31%
Ja, i skolebestyrelsen	34%
Er der ønsker om ændringer i udbuddet af drikkevarer?	
Ja, blandt eleverne	19%
Ja, blandt lærerne	8%
Ja, blandt forældrene	7%
Ja, i skolebestyrelsen	8%
Der planlægges nye initiativer omkring mad og måltider	37%



### *Sammenhæng mellem kostpolitik og udbud af mad- og drikkevarer*

Sammenhængen mellem det at have en nedskreven kostpolitik og skolens ordninger på mad- og drikkeområdet blev på udvalgte områder undersøgt og er illustreret i figur 5.

Der sås generelt en tendens til sundere mad- og drikkeudbud på skoler med kostpolitik i form af for eksempel flere skoler, der tilbød skummetmælk og flere skoler med isvandsautomat, morgenmadsordning og frugt og grønt-ordning (figur 5). Der sås ingen sammenhæng mellem kakaoudbud og kostpolitik. Til gengæld var skoler med nedskreven kostpolitik mere tilbøjelige til at have skolebod/kantine end skoler uden kostpolitik.

Hver fjerde af skolerne med skolebod/kantine havde en skriftligt formuleret politik med målsætninger for madudsalget, og på 40% af skolerne var der nedskrevne retningslinier for udbuddet af mad- og drikkevarer.

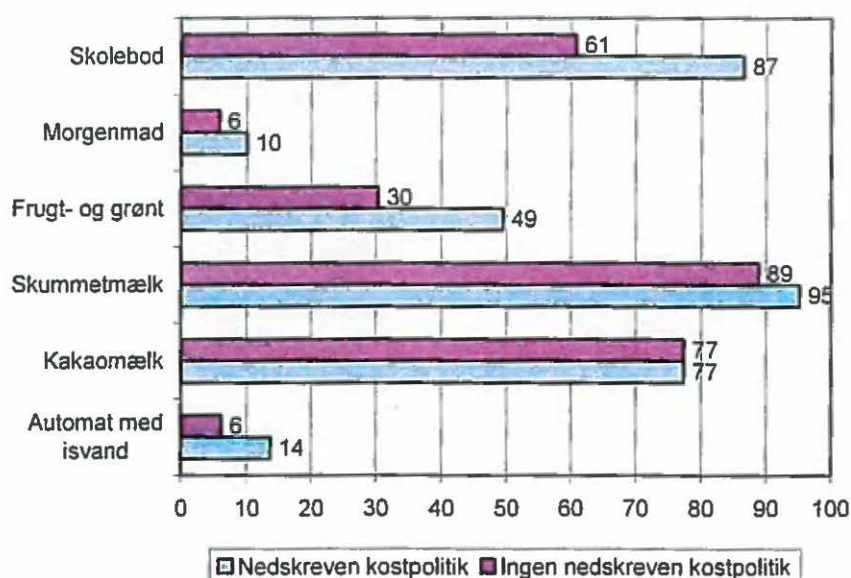
Der sås generelt en tendens til sundere mad- og drikkeudbud på skoler med kostpolitik i form af for eksempel flere skoler, der tilbød skummetmælk og flere skoler med isvandsautomat, morgenmadsordning og frugt og grønt-ordning (figur 5). Der sås ingen sammenhæng mellem kakaoudbud og kostpolitik. Til gengæld var skoler med nedskreven kostpolitik mere tilbøjelige til at have skolebod/kantine end skoler uden kostpolitik.

Hver fjerde af skolerne med skolebod/kantine havde en skriftligt formuleret politik med målsætninger for madudsalget, og på 40% af skolerne var der nedskrevne retningslinier for udbuddet af mad- og drikkevarer.

### *Udviklingen i udbud af mad- og drikkevarer i perioden 1999-2004*

Når der i det følgende sammenlignes med undersøgelsen fra 1999, skal det bemærkes, at undersøgelsen i 1999 vedrørte alle klassetrin (9), mens oplysninger om udbud af mad- og drikkevarer fra 2004 kun vedrørte elever fra 0.-3. klasse.

**Figur 5.** Den procentvise andel af skoler, som udbød udvalgte mad- og drikkevarer til 0.-3. klasse eller som havde udvalgte ordninger, fordelt efter om skolen havde en kostpolitik eller ej.



**Tabel 6.** Den procentvise andel af skoler, der udbød udvalgte typer af mad- og drikkevareordninger til 0.-3. klasse i henholdsvis 1999 og 2004.

Mad- og drikkevareordninger	1999 %	2004 %
Skolebod/kantine	69	64
Morgenmadsordning	2	7
Frugt- og grøntordning	18	33
Mælkeordning	94	95
Sodavandsautomat	5	0,2
Automat med varme drikke	9	2
Automat med isvand	1	7
Andet	12	18

Andelen af skoler med skolebod/kantine faldt en smule i perioden 1999-2004 (tabel 6). Frugt- og grøntordninger blev mere almindelige i perioden, og andelen af skoler med en sådan ordning steg til næsten det dobbelte. Næsten alle skoler havde både i 1999 og 2004 en mælkeordning. Næsten ingen skoler havde i 2004 sodavandsautomater eller automater med varme drikke, mens andelen af isvandsautomater steg i perioden.

I tabel 7 er dagligt udbud af en række madvarer i henholdsvis 1999 og 2004 listet for at illustrere udviklingen over de seneste fem år.

Der synes at være sket en ændring i retning af et sundere udbud af mad fra 1999 til 2004 (Tabel 7). Der var således sket et fald i andelen af skoler, der dagligt udbød toast/pølser, boller, yoghurt og mælkesnitter. Mens andelen af skoler, der dagligt udbød pastasalat, andre varme middagsretter, morgenmadsprodukter, grøntsager og frisk frugt var steget i perioden. Dog var andelen af skoler med dagligt udbud af rugbrød eller andet groft brød faldet i perioden.

Det sås, at boller med/uden pålæg var den type mad, der i 2004 blev udbudt dagligt på flest skoler. Frisk frugt lå på samme niveau, cirka 40% af skolerne. Grøntsager/råkost

**Tabel 7.** Den procentvise andel af skoler, der udbød udvalgte madvarer dagligt til 0.-3. klasse i henholdsvis 1999 og 2004.

Madvarer	1999 %	2004 %
Pitabrød, pizza, falafel o.l.	16	20
Toast, pølser o.l.	30	24
Burgere	6	5
Rugbrød/groft brød	13	6
Boller med/uden pålæg	46	40
Pastasalat	3	7
Andre varme middagsretter	4	8
Suppe	1	1
Morgenmadsprodukter	2	6
Yoghurt	38	29
Grøntsager/råkost	16	21
Frisk frugt	35	39
Rosiner/tørret frugt	21	17
Chips	1	0
Mælkesnitter o.l.	13	6
Kager	2	0,7
Slik	4	0

blev udbudt på en femtedel af skolerne. Ingen skoler udbød chips og slik i 2004 og stort set ingen udbød kager dagligt.

Elevernes adgang til en række drikkevarer i 1999 og 2004 er listet i tabel 8.

Den største ændring på mælkeområdet er, at en del flere skoler i 2004 end i 1999 tilbød abonnement på skummetmælk eller solgte dette i skolens bod/kantine (tabel 8). I 1999 var minimælk ikke en del af skolemælksordningerne. Til gengæld var andelen af skoler, der tilbød sødmælk og kakaomælk samtidig steget lidt. Sodavandsudbuddet på skolerne var stort set elimineret i 2004, mens hver tiende skole solgte sodavand i 1999. Samme tendens sås for saftvand og varme drikke. I samme periode steg andelen af skoler, der tilbød koldt vand i kander eller automater, til det tredobbelte.

**Tabel 8.** Den procentvise andel af skoler, der udbød udvalgte drikkevarer til 0.-3. klasse i henholdsvis 1999 og 2004.

Drikkevarer	1999 %	2004 %
Skummetmælk	74	88
Minimælk	*	85
Letmælk	90	92
Sødmælk	82	86
Kærnemælk	*	71
Økologisk mælk	67	79
Kakaomælk	71	76
Juice	64	58
Sodavand	10	0,2
Saftevand	6	2
Varme drikke	13	3
Koldt vand, fx i kander eller automat	9	26
Andet	7	3

\* Indgik ikke i spørgeskemaet fra 1999

#### Mulighed for opbevaring af mad i køleskab

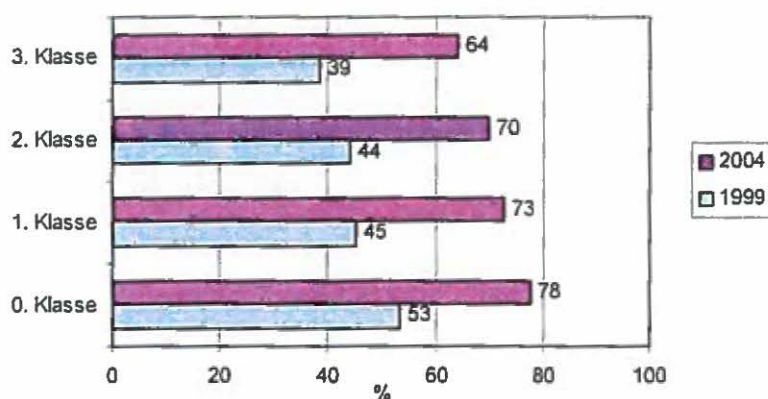
Af figur 6 fremgår udviklingen i perioden 1999-2004 i andelen af skoler, der gav mulighed for, at eleverne kunne opbevare deres medbragte mad i køleskab.

Der sås en stigning i andelen af skoler, der stillede køleskab til rådighed til opbevaring af elevernes mad i perioden 1999-2004 (figur 6). På alle fire klassetrin sås en markant stigning. Andelen af skoler, der stillede køleskab til rådighed, faldt med stigende klassetrin. Således var der på 53% af skolerne i 1999 køleskab til børnehaveklassebørn, mens tallet var faldet til 39% for 3. klasses elever. I 2004 havde 78% af skolerne køleskab til børnehaveklasserne, mens 64% af skolerne havde dette tilbud til elever i 3. klasse.

#### Tid til måltider

Andelen af skoler, som havde en skemalagt spisepause om dagen, lå på 77-79%, og der var ikke forskel afhængig af klassetrin op til 3. klasse. 15-17% af skolerne havde to spisepauser om dagen. Godt halvdelen af skolerne havde derudover et frugtfrikvarter eller tilsvarende om dagen. Omkring 5% havde to sådanne frikvarterer.

**Figur 6.** Den procentvise andel af skoler, der stillede køleskab til rådighed til opbevaring af elevernes mad i henholdsvis 1999 og 2004, fordelt efter klassetrin.



På skolerne var det mest almindeligt at have mere end 25 minutter afsat til spisepauser. Samtidig var der 35-40% af skolerne (afhængigt af klassetrin), der afsatte et kvarter eller mindre til spisepauser, mens mellem 13% og 20% af skolerne angav, at 0.-3. klasses elever havde ti minutter eller mindre til spisepauser om dagen. Den reelt anvendte tid til spisepauser var generelt lavere end den skemalagte, og den reelt anvendte tid faldt med stigende klassetrin. Det skal bemærkes, at 35-42% af skolerne ikke havde besvaret spørgsmålene om reelt anvendt tid til spisepauser.

Andelen af skoler, hvor der var en voksen til stede under hele spisepausen, var højest blandt børnehaveklassebørn. Tallet var 89% i børnehaveklassen og faldt jævnt ned til 70% i 3. klasse.

#### *Børnenes involvering i arbejdet omkring mad og måltider*

Af de skoler der havde kantine/skolebod, havde eleverne det overordnede ansvar for madudsalget på 10% af skolerne. De var med til at fastlægge sortimentet på 23% af skolerne, deltog i indkøb på 22% af skolerne, var med til tilberedning af maden på 32% af skolerne, mens de på 56% af skolerne deltog i salg af maden. Elevernes involvering i madudsalget var faldet i perioden 1999 og 2004, idet andelen af skoler, hvor eleverne var involveret i fastlæggelse af sortiment (34%), indkøb (31%) og tilberedning (40%) faldt mærkbart i perioden. Derimod var andelen af skoler, hvor eleverne havde det overordnede ansvar (11%) og hvor eleverne deltog i salg af maden (53%), stort set uændret over de fem år.

Det var i 2004 oftest skoleledelsen, der havde det overordnede ansvar for skoleboden/kantinen. Dette var tilfældet på 43% af de

skoler, der havde madudsalg. På godt 20% af skolerne havde henholdsvis skolebestyrelsen og lærerne det overordnede ansvar, mens det, som nævnt, på 10% af skolerne var eleverne, der havde det overordnede ansvar.

#### *Økonomi*

Af de skoler, der havde en skolebod/kantine, var det under 1%, der solgte mad- og drikkevarer under råvarepris, 10% solgte til råvarepris, 41% solgte til råvarepris plus dækning af omkostninger, mens 46% solgte med avance.

## **Bevægelse og fysisk aktivitet**

#### *Bevægelsespolitik og retningslinier*

Kun få skoler havde en skriftligt formuleret politik vedrørende bevægelse og fysisk aktivitet, mens dette havde været diskuteret på mellem en tredjedel og halvdelen af skolerne, og der blev planlagt nye initiativer på området på over halvdelen af skolerne (tabel 9). Der var ønsker om flere aktiviteter og mere tid afsat til idrætsundervisningen i lærergruppen på op mod hver tredje skole. Ønsket blev ikke rapporteret fra elever, forældre og skolebestyrelse i lige så høj grad. Eleverne på næsten hver anden skole havde ønsker om flere aktiviteter i frikvartererne, hvilket var mere end blandt lærere, forældre og skolebestyrelse.

45% af skolerne havde i skoleåret 2003/2004 samarbejdet med eksterne partnere om aktiviteter på området. 6% af skolerne havde de seneste tre år deltaget i forsøgs- eller udviklingsprojekter støttet af eksterne midler.



**Tabel 9.** Svarfordelingen til udvalgte spørgsmål om bevægelsespolitik og ønsker/planer om ændringer vedrørende bevægelse og fysisk aktivitet. Andelen af skoler i procent.

Har skolen en nedskreven politik om bevægelse og fysisk aktivitet?	
Ja, som en del af virksomhedsplanen	5%
Ja, men ikke som en del af virksomhedsplanen	1%
Nej, ingen nedskreven bevægelsespolitik	94%
Er bevægelsespolitik blevet diskuteret i skoleåret 2003/2004?	
Ja, i skolebestyrelsen	35%
Ja, i lærergruppen, pædagogisk råd	45%
Er der ønsker om flere aktiviteter i idrætsundervisningen?	
Ja, blandt eleverne	22%
Ja, blandt lærerne	29%
Ja, blandt forældrene	18%
Ja, i skolebestyrelsen	24%
Er der ønsker om mere tid afsat til idrætsundervisningen?	
Ja, blandt eleverne	19%
Ja, blandt lærerne	30%
Ja, blandt forældrene	16%
Ja, i skolebestyrelsen	26%
Er der ønsker om flere aktiviteter i frikvartererne?	
Ja, blandt eleverne	45%
Ja, blandt lærerne	39%
Ja, blandt forældrene	30%
Ja, i skolebestyrelsen	35%
Er der ønsker om mere tid afsat til frikvartererne?	
Ja, blandt eleverne	8%
Ja, blandt lærerne	3%
Ja, blandt forældrene	3%
Ja, i skolebestyrelsen	4%
Der planlægges nye initiativer vedr. bevægelse og fysisk aktivitet	56%

#### *Sammenhæng mellem bevægelsespolitik og -praksis*

For at vurdere betydningen af en bevægelsespolitik blev det undersøgt i hvilken grad skolerne tilbød motorisk træning afhængigt af, om skolen havde en skriftligt formuleret bevægelsespolitik eller ej. Der sås ikke noget generelt mønster. Skoler med nedskreven bevægelsespolitik var lidt mere tilbøjelige til at tilbyde træning til elever med særlige behov, men samtidig lidt mindre tilbøjelige til at tilbyde træning til eleverne generelt.

På en tredjedel af skolerne fandtes hverken nedskrevne eller uskrevne retningslinier for,

hvor meget eleverne i 0.-3. klasse burde opholde sig udendørs, mens der på 40% af skolerne var nedskrevne retningslinier på området. Vi spurgte også til retningslinier for brug af computere i frikvartererne blandt 0.-3. klasser ud fra en hypotese om, at børnene ville være mere tilbøjelige til at være fysisk aktive, hvis de opholdt sig i mindre tid ved en computer. Vi fandt, at jo lavere klasse-trin, des større var sandsynligheden for, at eleverne ikke måtte anvende computere eller computerlokaler i frikvartererne. I børnehaveklasserne måtte eleverne på 73% af skolerne ikke anvende computere eller computerlokaler i frikvartererne, mens eleverne i 3. klasse måtte bruge computere på 62% af skolerne. Halvdelen af skolerne havde

retningslinier for, hvor ofte eleverne i 0.-3. klasse måtte benytte computere i frikvartererne.

#### *Frikvarterer*

Det mest almindelige på de adspurgte skoler var, at der var to skemalagte frikvarterer om dagen. For børnehaveklasserne var det tilfældet på 57% af skolerne. For 1., 2. og 3. klasserne vekslede tallet mellem 56% og 63%. Mellem 25% og 38% af skolerne afholdt tre frikvarterer eller flere, mens 3-7% af skolerne havde ét skemalagt frikvarter afhængigt af klassetrin.

For at beskrive rammerne for børnenes bevægelsesmuligheder blev der i spørgeskemaet spurgt til, hvor mange skemalagte frikvarterer af mindst ti minutters varighed, børnene havde. Hertil svarede 5-7% af skolerne, at eleverne i 1., 2. og 3. klasse havde ét frikvarter om dagen af mindst ti minutters varighed, 62-69% havde to og 20-29% havde tre. Jo højere klassetrin, des større var tendensen til tre frikvarterer af minimum ti minutters varighed.

#### *Indendørs- og udendørsfaciliteter*

På 7% af skolerne havde eleverne dagligt adgang til Idrætshal/gymnastiksal i frikvartererne, og på en fjerdedel af skolerne havde eleverne dagligt adgang til andre indendørs arealer med mulighed for bevægelse og fysisk aktivitet. Det bør bemærkes, at 35% af skolerne ikke svarede på dette spørgsmål.

På de fleste skoler havde eleverne dagligt adgang til legeplads (97%), græsarealer (86%), asfalterede arealer (77%) og grønne områder (72%). 18% af skolerne havde adgang til skov.

#### *Motorisk træning*

På 73% af skolerne blev tilbudt målrettet motorisk træning for grupper af elever med særlige behov, og på 35% af skolerne blev der tilbudt motorisk træning for eleverne generelt.

#### *Aktiviteter i frikvartererne*

På 42% af de adspurgte skoler medvirkede voksne aktivt til at sætte aktiviteter i gang i frikvartererne. Ud fra en hypotese om, at børns aktivitetsniveau er afhængigt af, hvilke muligheder de har til rådighed, undersøgte vi mulighederne for aktiviteter i frikvartererne. Vi fandt, at boldaktiviteter var muligt dagligt på de fleste skoler: fodbold (96%), andre boldlege, for eksempel rundbold eller stikbold (85%) og basketball (70%). Bordtennis var muligt på en tredjedel af skolerne, mens løb på rulleskøjter eller skateboard var muligt på 45% af skolerne og klatring på 41% af skolerne.

#### *Idrætsundervisning*

Tabel 10 viser status for omfanget af idrætsundervisningen, herunder også svømmeundervisning i de deltagende skoler.

**Tabel 10.** Den procentvise andel af skoler, der havde idrætsundervisning og besøg i svømmehal, fordelt efter hyppighed og klassetrin.

		0. kl.	1. kl.	2.kl.	3. kl.
Antal ugentlige lektioner i idræt	1	10%	10%	2%	2%
	2	73%	80%	87%	82%
	3	11%	11%	9%	14%
Hyppighed af svømmehalsbesøg	Ugentligt	9%	7%	8%	28%
	Sjældnere eller aldrig	85%	87%	86%	67%

Det mest almindelige for alle fire klassetrin var at have to idrætstimer om ugen, dog havde eleverne på omkring hver tiende skole tre timer om ugen (tabel 10). På mindre end hver tiende skole benyttede eleverne i 0.-2. klasse svømmehal ugentligt, mens 3. klasserne kom i svømmehallen ugentligt på 28% af skolerne.

På 92% af skolerne foregik idrætsundervisningen i egen idrætshal/gymnastiksal. Det fremgår ikke af besvarelsene, hvor undervisningen foregik på de resterende skoler

#### *Idrætsfagligt personale*

Idrætsundervisningen på skolerne blev ikke udelukkende varetaget af idrætsuddannet personale. På godt halvdelen af skolerne (54%) blev mindst tre-fjerdedele af idrætsundervisningen varetaget af en lærer med idræt som liniefag eller en person med lignende kvalifikationer. På op mod hver tiende skole blev en fjerdedel eller mindre af idrætsundervisning varetaget af en idrætskvalificeret lærer.

## **Sammenfatning og diskussion**

### *Mad og måltider*

Der er tilsyneladende kommet større fokus på kost til børn gennem de senere år. Således havde 17% af skolerne i 2004 en skriftligt formuleret kostpolitik i modsætning til 3% i 1999. Samtidig var det blevet mere udbredt, at skolebestyrelserne diskuterede kostpolitik i 2004 (59%) end i 1999 (43%). Hver fjerde af de skoler, der havde en skolebod/kantine (65%), havde en nedskreven politik med målsætninger for madudsalget, mens 40% havde nedskrevne retningslinier for udbuddet af mad- og drikkevarer.

Resultaterne tyder på, at skoler med en nedskreven kostpolitik havde et sundere udbud af mad- og drikkevarer end skoler uden kostpolitik. Særligt for udbuddet af frugt og grønt sås en sammenhæng. Skoler med nedskreven kostpolitik var endvidere mere tilbøjelige til at have kantine/skolebod.

Andelen af skoler, hvor eleverne ønskede ændringer i udbuddet af mad- og drikkevarer var større end andelen af skoler, hvor lærere, forældre og skolebestyrelser ønskede det. Mens andelen af skoler, hvor de fire grupper ønskede ændringer i rammerne for måltiderne, var næsten den samme.

Der skete et mindre fald i andelen af skoler med skolebod/kantine fra 1999 til 2004, samtidig med at der generelt kom større fokus på skolens rammer for mad og måltider. Til gengæld ser det ud til, at de mad- og drikkevarer, der blev udbudt på skolerne, havde rykket sig i retning af et sundere udbud. For eksempel havde flere skoler i 2004 end i 1999 frugt og grønt-ordning, isvandsautomat, dagligt udbud af grøntsager/råkost og varme middagsretter, mens færre skoler havde salg af sodavand (faldt fra 10% i 1999 til 0,2% i 2004), saftvand og slik. I mælkeordningen, som fungerede på næsten alle skoler i både 1999 og 2004, kunne man på flere skoler i 2004 end i 1999 abonnere på skummetmælk, ligesom den også fedtfattige minimælk blev introduceret i den mellemliggende periode.

Vi fandt en markant stigning i andelen af skoler, der stillede køleskab til rådighed til opbevaring af elevernes mad, i perioden 1999-2004 fra 53% til 78%. Andelen af skoler, der stillede køleskab til rådighed, faldt med stigende klassetrin.

De fleste skoler havde én skemalagt spise-pause på klassetrinene 0.-3., nemlig omkring 78% af skolerne, mens cirka 16% havde to spisepauser. På cirka 36% af skolerne var der afsat minimum 26 minutter til spisepauser pr. dag, mens der på cirka lige så mange skoler var afsat 15 minutter eller derunder. På 89% af skolerne var der i børnehaveklassen en voksen til stede under hele spisepausen. Dette faldt med stigende klassetrin ned til 70% i 3. klasse. Det er tænkeligt, at denne variation afspejler, at respondenterne har opfattet spørgsmålet forskelligt, idet der i besvarelsene kan være sket en sammenblanding af 'pauser til spisning' og 'frugtfrikvarterer'.

Når mellem 13% og 20% af skolerne angav, at 0.-3. klasses elever havde ti minutter eller mindre til spisepauser om dagen, mens andre angav over 25 minutter, kan det ligeledes tænkes, at skolerne har opfattet spørgsmålet forskelligt. Man kan tænke sig, at nogle har besvaret spørgsmålet udfra hvor megen tid, der var sat af til selve spisningen, mens andre har forstået spørgsmålet som hele den pause, eleverne havde i forbindelse med spisning, det vil også sige den tid af frikvarteret, der måtte ligge efter endt spisning.

På de skoler, der havde skolebod/kantine, var elevernes involvering i arbejdet med planlægning, indkøb og tilberedning i forbindelse med madudsalget faldet i perioden 1999-2004. Andelen af skoler, hvor eleverne havde det overordnede ansvar for madudsalget, var uændret i perioden omkring 10-11%, ligesom eleverne i både 1999 og 2004 var involveret i salg af maden på godt halvdelen af skolerne.

Det er uvist udfra denne undersøgelse, i hvor høj grad skolebørnenes indkøb i skolebod/kantine er afhængigt af prisniveauet, men det er bemærkelsesværdigt, at op mod halvdelen af boderne solgte varerne med avance. En del af forklaringen er muligvis, at større klasser på nogle skoler tjener penge til for eksempel lejrskoler ved indtægter fra skoleboden.

#### *Bevægelse og fysisk aktivitet*

Andelen af skoler med en skriftligt formuleret bevægelsespolitik lå i 2004 på 6%. På 5% af skolerne var politikken en del af virksomhedsplanen. På en del skoler havde skolebestyrelsen (35%) og personalet (45%) diskuteret bevægelsespolitik i skoleåret 2003/2004, og på 56% af skolerne blev planlagt nye initiativer vedrørende fysisk aktivitet.

Der var på skolerne både ønsker om mere formaliseret og mere uformaliseret bevægelse i form af henholdsvis flere idrætstimer (16-30%) og flere aktiviteter i frikvartererne (30-45%). Ønsket om flere aktiviteter i frikvartererne var mere udtalt blandt eleverne

end blandt lærere, forældre og skolebestyrelser.

På 56-63% af skolerne (afhængigt af klassetrin) havde eleverne to skemalagte frikvarterer i løbet af skoledagen. Mellem 25% og 38% af skolerne afholdt tre frikvarterer eller flere, mens eleverne på resten af skolerne havde bare ét frikvarter. Det sidste var mest almindeligt i børnehaveklassen.

40% af skolerne havde nedskrevne retningslinier for, hvor meget eleverne skulle opholde sig udendørs i frikvartererne, mens halvdelen af skolerne havde retningslinier for, hvor ofte eleverne måtte benytte computere i frikvartererne.

På 73% af skolerne blev der tilbudt målrettet motorisk træning til elever med særlige behov, og på 35% af skolerne blev dette tilbudt til alle børn. Vi fandt ingen tydelig sammenhæng mellem, om skolen havde en nedskreven bevægelsespolitik og omfanget af tilbud om motorisk træning.

Eleverne på hver fjerde skole havde dagligt adgang til indendørs områder med mulighed for fysisk aktivitet. Her var ikke medregnet gymnastiksal eller idrætshal, som eleverne kun havde adgang til i frikvartererne på 7% af skolerne. Der var på skolerne, ligesom i børnehaverne, generelt adgang til en række udendørsfaciliteter som for eksempel legeplads og græsarealer. Eleverne havde endvidere på 70-96% af skolerne mulighed for boldspil af forskellig art, mens løb på rulle-skøjter eller skateboard kun var mulig på knapt halvdelen af skolerne.

Rapporten fra Dansk Selskab for Adipositas-forskning vedrørende fedme i Danmark har blandt andet foreslået, at elever i danske skoler, skulle have flere idrætstimer (7). På 73-87% af skolerne (afhængigt af klassetrin) havde eleverne to ugentlige idrætstimer, mens cirka hver tiende skole havde tre ugentlige timer. På de fleste skoler (92%) foregik idrætsundervisningen i egen gymnastiksal/idrætshal. På godt halvdelen af skolerne blev idrætsundervisningen hovedsageligt varetaget af en idrætsuddannet lærer.



Af Undervisningsministeriets læseplan for faget Idræt fremgår det, at børn i 3.-5. klasse skal arbejde med at træne grundlæggende svømmefærdigheder (11). Vores resultater viste, at knapt 30% af eleverne i 3. klasse benyttede svømmehal ugentligt. På under hver tiende skole var 0., 1. og 2. klasserne ugentligt i svømmehallen.



## Skolefritidsordninger

Data baserer sig på besvarede spørgeskemaer fra 347 danske skolefritidsordninger/fritidshjem, svarende til 67% af de adspurgte. 62% af besvarelsene kom fra skolefritidsordninger, 22% fra fritidshjem og 16% fra andre typer lignende institutioner. Disse benævnes i teksten samlet som skolefritidsordninger

De fleste skolefritidsordninger var bygget i 1975 eller senere, mens godt hver tiende var ældre end 60 år. Hver femte skolefritidsordning havde under 60 børn, mens resten af institutionerne fordelte sig jævnt fra 60 til 480 børn. Aldersgruppen startede ved fem eller seks år og gik i de fleste institutioner op til 8-10 år, mens de ældste børn i en fjerdedel af institutionerne var 11-14 år.

## Mad og måltider

### Kostpolitik og retningslinier

I knapt hver fjerde skolefritidsordning planlagdes nye initiativer vedrørende mad og måltider, selvom dette havde været diskuteret i personalegruppen på mere end to ud af tre skoler (tabel 11). Resultaterne tyder dog på, at kosten havde fået mærkbart større fokus fra 1999 til 2004. I 1999 havde 4% af skolefritidsordningerne en skriftligt formuleret kostpolitik, mens denne andel i 2004 var steget til 18%. I halvdelen af skolefritidsordningerne havde forældrebestyrelsen/forældrerådet i skoleåret 2003/2004 diskuteret kostpolitik, hvilket svarer til en fordobling siden skoleåret 1998/1999, hvor det var foregået i 26% af skolefritidsordningerne.

**Tabel 11.** Svarfordelingen til udvalgte spørgsmål om kostpolitik og ønsker/planer om ændringer vedrørende mad og måltider. Andelen af skolefritidsordninger i procent.

Har skolefritidsordningen en nedskreven kostpolitik?	
Ja, som en del af virksomhedsplanen	13%
Ja, men ikke som en del af virksomhedsplanen	4%
Nej, ingen nedskreven kostpolitik	83%
Er kostpolitik blevet diskuteret i skoleåret 2003/2004?	
Ja, i forældrebestyrelsen/forældrerådet	50%
Ja, i personalegruppen	71%
Er der ønsker om ændringer i udbuddet af mad- og drikkevarer?	
Ja, blandt børnene	9%
Ja, blandt personalet	22%
Ja, blandt forældrene	10%
Ja, i forældrebestyrelsen/forældrerådet	12%
Der planlægges nye initiativer omkring mad og måltider	23%

Der var cirka dobbelt så mange skolefritidsordninger, hvor personalet havde ønsket om ændringer i institutionens udbud af mad- og drikkevarer end skolefritidsordninger, hvor børn, forældre eller forældrebestyrelser ønskede det.

13% af skolefritidsordningerne havde i skoleåret 2003/2004 samarbejdet med eksterne partnere om aktiviteter på kostområdet, mens 3% af skolefritidsordningerne inden for de seneste tre år havde deltaget i forsøgs- eller udviklingsprojekter støttet af eksterne midler.

Der var sket en tydelig udvikling i retning af, at flere skolefritidsordninger i 2004 end i 1999 havde retningslinier for mad og drikke, både den udbudte og den medbragte. I 1999 havde hver tiende skolefritidsordning regler for udbud af mad og drikke. I 2004 gjaldt det for 39% af institutionerne for udbud af mad og for 32% for udbud af drikke.

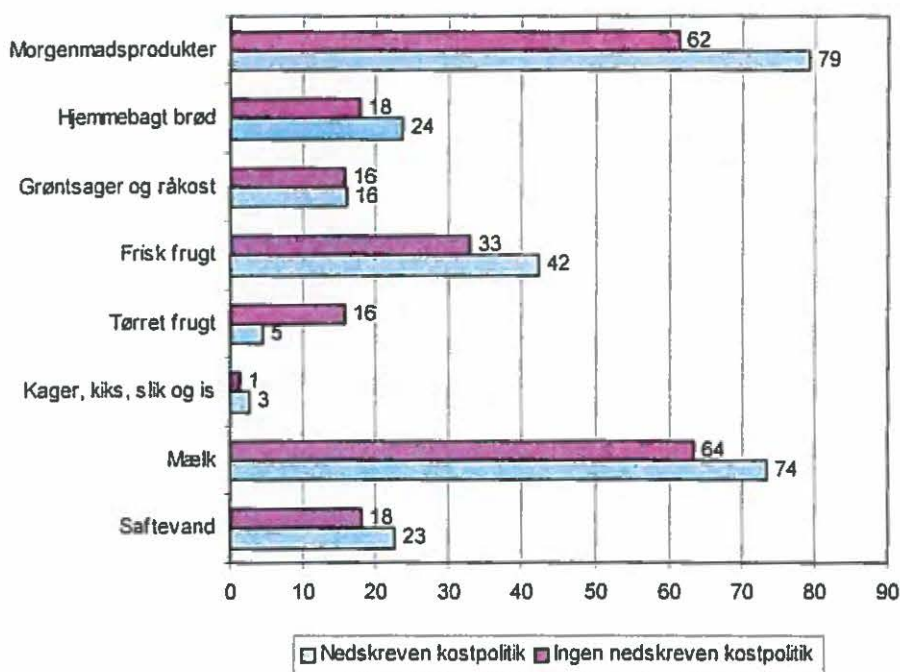
I 1999 havde 17% af skolefritidsordningerne retningslinier for børnenes medbragte mad og 6% havde det for medbragt drikke. I 2004 var tallene 26% og 13% for henholdsvis mad og drikke.

#### *Sammenhæng mellem kostpolitik og udbud af mad- og drikkevarer*

Sammenhængen mellem det at have en nedskreven kostpolitik og skolefritidsordningens udbud af mad- og drikkevarer blev på udvalgte områder undersøgt og er illustreret i figur 7.

Sammenhængen mellem en skriftligt formuleret kostpolitik i institutionen og et sundere mad- og drikkeudbud var ikke entydig. Flere skolefritidsordninger med kostpolitik tilbød morgenmadsprodukter, frisk frugt, hjemmebagt brød og mælk end skolefritidsordninger uden kostpolitik. Det samme var tilfældet for dagligt udbud af saft (figur 7).

**Figur 7.** Den procentvis andel af skolefritidsordninger, der dagligt udbød udvalgte mad- og drikkevarer, fordelt efter om institutionen havde en skriftligt formuleret kostpolitik.



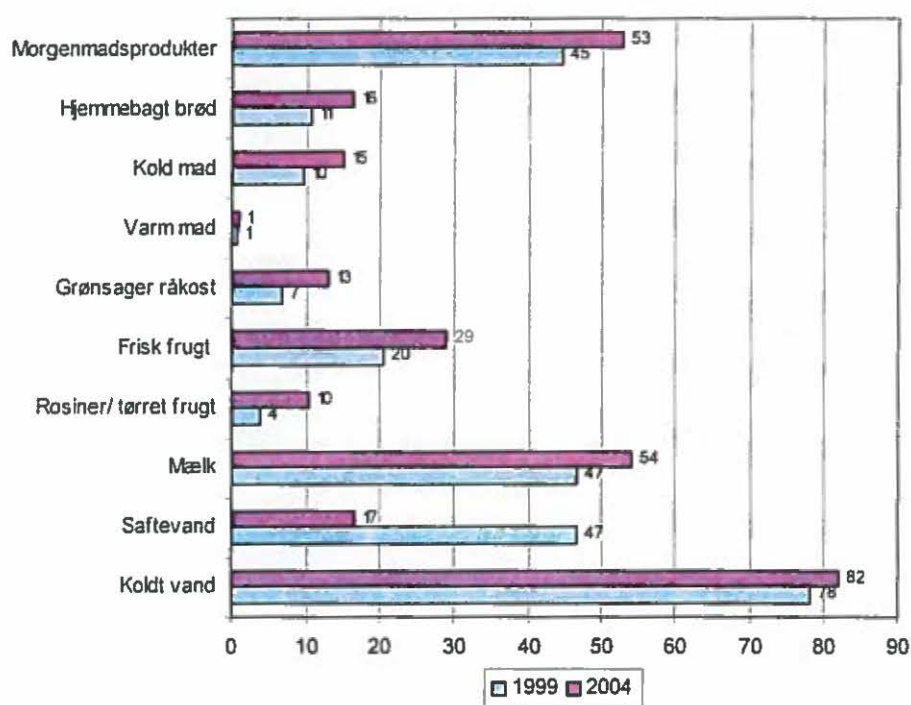
### Udbud af mad- og drikkevarer

I 56% af skolefritidsordningerne blev der i 2004 tilbudt morgenmad til børnene (49% i 1999), og i 68% blev der tilbudt eftermiddagsmellemmåltid (uændret siden 1999). 77% af skolefritidsordninger tilbød drikkevarer til morgenmåltidet og 87% til eftermiddagsmellemmåltidet. Kun få institutioner tilbød formiddagsmåltid og frokost.

I figur 8 er udbuddet i 1999 og 2004 af udvalgte henholdsvis mad- og drikkevarer listet for at illustrere udviklingen over de seneste fem år.

Overordnet var det blevet mere almindeligt i 2004, at skolefritidsordninger tilbød mad og drikke til børnene, end det var i 1999 (figur 8). Endvidere tyder resultaterne på en tendens hen imod et sundere mad- og drikkevareudbud. For eksempel var andelen af institutioner, der dagligt udbød frisk frugt og grøntsager/råkost væsentligt større i 2004 end i 1999. Varm mad blev i 2004 tilbudt ugentligt i næsten tre gange så mange skolefritidsordninger som i 1999 (data ikke vist). Andelen af skolefritidsordninger, der udbød saftvand hver dag, var faldet til en tredjedel i 2004 i forhold til 1999. Samtidig var udbuddet af mælk steget. Under 1% af skolefritidsordningerne havde i 1999 soda- vandsautomat, og det samme gjaldt i 2004.

**Figur 8.** Den procentvise andel af skolefritidsordninger, der dagligt udbød udvalgte mad- og drikkevarer i henholdsvis 1999 og 2004.



### Børnenes involvering i arbejdet omkring mad og måltider

Børnene deltog i mellem 70% og 80% af skolefritidsordningerne i tilberedningen af måltider, borddækning og oprydning og opvask. I mellem hver tredje og hver femte skolefritidsordning deltog børnene endvidere i planlægning af måltider (33%), fastsættelse af udbud (21%) og indkøb (25%).

### Økonomi

Udgifter til både mad- og drikkevarer blev i 2004 i størstedelen af skolefritidsordningerne dækket af institutionens budget (mad 83% og drikke 86%). Elev-/forældrebetaling var i en del institutioner endvidere med til at dække udgifterne (mad 25% og drikke 11%). Denne fordeling var stort set uændret i perioden 1999-2004, bortset fra at andelen af institutioner med delvis egenbetaling faldt fra 19% i 1999 til 11% i 2004.

## Bevægelse og fysisk aktivitet

### Bevægelsespolitik og retningslinier

Cirka hver sjette skolefritidsordning havde i 2004 en skriftligt formuleret politik om bevægelse og fysisk aktivitet (tabel 12). I 60% af skolefritidsordningerne planlagdes nye initiativer på området, hvilket svarer til den andel af skolefritidsordninger, hvor personalet inden for det seneste år havde diskuteret bevægelsespolitik. I knapt en tredjedel af institutionerne havde personalet et ønske om flere aktiviteter og mere tid afsat til organiserede aktiviteter. Der var ikke i lige så høj grad et tilsvarende ønske fra børn, forældre og forældrebestyrelser.

**Tabel 12.** Svarfordelingen til udvalgte spørgsmål om bevægelsespolitik og ønsker/planer om ændringer vedrørende bevægelse og fysisk aktivitet. Andelen af skolefritidsordninger i procent.

Har skolefritidsordningen en nedskreven politik om bevægelse og fysisk aktivitet?	
Ja, som en del af virksomhedsplanen	14%
Ja, men ikke som en del af virksomhedsplanen	1%
Nej, ingen nedskreven bevægelsespolitik	85%
Er bevægelsespolitik blevet diskuteret i skoleåret 2003/2004?	
Ja, i forældrebestyrelsen	28%
Ja, i personalegruppen	59%
Er der ønsker om flere aktiviteter?	
Ja, blandt børnene	22%
Ja, blandt personalet	32%
Ja, blandt forældrene	17%
Ja, i forældrebestyrelsen/forældrerådet	15%
Er der ønsker om mere tid afsat til organiserede aktiviteter?	
Ja, blandt børnene	14%
Ja, blandt personalet	30%
Ja, blandt forældrene	9%
Ja, i forældrebestyrelsen/forældrerådet	8%
Der planlægges nye initiativer vedr. bevægelse og fysisk aktivitet	60%



31% af skolefritidsordningerne havde i skoleåret 2003/2004 samarbejdet med eksterne partnere om aktiviteter på området. 6% af skolefritidsordningerne havde inden for de seneste tre år deltaget i forsøgs- og udviklingsprojekter støttet af eksterne midler.

På knapt halvdelen af skolefritidsordningerne var der ingen retningslinier for, hvor meget børnene skulle opholde sig udendørs, mens der på 29% af institutionerne var nedskrevne regler på området.

#### *Indendørs- og udendørsfaciliteter*

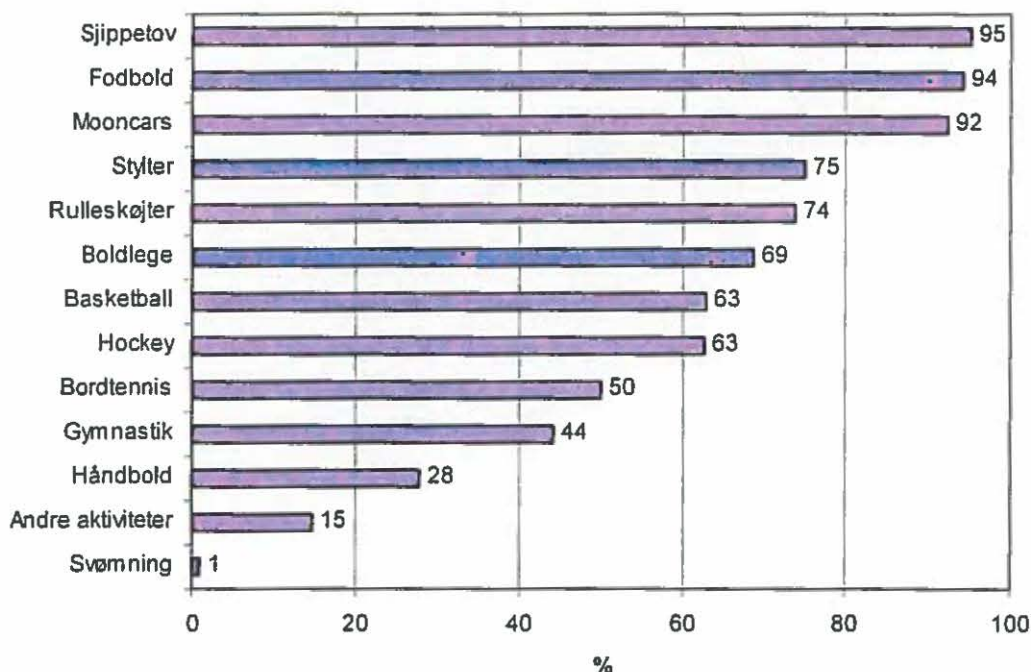
Børnene havde i 68% af skolefritidsordningerne dagligt adgang til pudrum, i 57% dagligt adgang til danserum/diskotek og i 44% dagligt adgang til gymnastik/idrætshal, og på knapt halvdelen af skolefritidsordningerne havde børnene dagligt adgang til andre indendørs arealer med mulighed for be-

vægelse og fysisk aktivitet. I næsten alle skolefritidsordninger havde børnene dagligt adgang til legeplads (97%), boldbane (95%), klatrestativ (90%), asfalteret areal (90%), areal med fliser (88%) eller græsareal (87%). Fra 65% af skolefritidsordningerne var der adgang til grønne områder og fra 30% adgang til skov.

Figur 9 viser, hvor ofte børnene i skolefritidsordningerne havde mulighed for at deltage i en række udendørsaktiviteter

Boldaktiviteter var mulige i de fleste skolefritidsordninger, bortset fra håndbold, som kun var muligt i godt en fjerdedel af institutionerne (figur 9). De aktiviteter, der var mulige i institutionerne var oftest tilgængelige hver dag, bortset fra svømning (og til en vis grad gymnastik), som typisk var ugentlige begivenheder.

**Figur 9.** Den procentvise andel af skolefritidsordninger, hvor børnene havde mulighed for udvalgte aktiviteter dagligt.



### *Idrætsfagligt personale*

37% af de deltagende skolefritidsordninger havde en person med en bevægelsesmæssig eller idrætsrelateret uddannelse/efteruddannelse ansat.

### *Voksenstyrede aktiviteter*

På 46% af de adspurgte skolefritidsordninger var der dagligt voksenstyrede, organiserede aktiviteter med aktiv leg eller bevægelse, på 43% forekom det mindst én gang om ugen. Det drejede sig typisk om aktiviteter af mellem en halv og en hel times varighed. I færre institutioner (20%) var der længerevarende aktiviteter på mellem en time og halvanden. Børnene havde mulighed for at deltage i aktiviteterne hver dag i knapt halvdelen af institutionerne (47%) og mindst én gang om ugen i 41% af institutionerne.

## **Sammenfatning og diskussion**

### *Mad og måltider*

Ligesom for skolerne tyder vore resultater på, at kosten i skolefritidsordningerne har fået mærkbart øget opmærksomhed over de senere år. Knap hver femte skolefritidsordning havde i 2004 en skriftligt formuleret kostpolitik, mens det i 1999 kun gjaldt 4% af skolefritidsordningerne. I dobbelt så mange skolefritidsordninger havde forældrebestyrelsen/forældrerådet diskuteret kostpolitik i det foregående skoleår. Markant flere skolefritidsordninger havde i 2004 retningslinier for mad og drikke, både den udbudte og den medbragte.

Vi fandt for skolefritidsordningerne ikke en entydig tendens til, at en nedskreven kostpolitik i institutionen var associeret med et sundere udbud af mad- og drikkevarer. Skolefritidsordninger med kostpolitik var mere tilbøjelige til dagligt at tilbyde mælk, frisk frugt, hjemmebakket brød og morgenmad, men forskellene var beskedne. Vi så endvidere, at lidt flere skolefritidsordninger med kostpolitik dagligt serverede saftvand.

Udviklingen i perioden 1999-2004 tyder på en tendens i retning af sundere udbud af

mad- og drikkevarer i skolefritidsordningerne. For eksempel havde flere skolefritidsordninger i 2004 end i 1999 udbud af mad og drikke generelt, daglig frisk frugt, grøntsager/råkost, mælk og ugentlig varm mad, mens færre tilbød saftvand dagligt. Soda vand fandtes stort set ikke i institutionerne hverken i 1999 eller 2004 (<1%).

Børnene deltog i de fleste skolefritidsordninger i det praktiske arbejde omkring måltiderne (70-80%), mens de deltog mere beskedent i det planlæggende arbejde vedrørende måltiderne (21-33%).

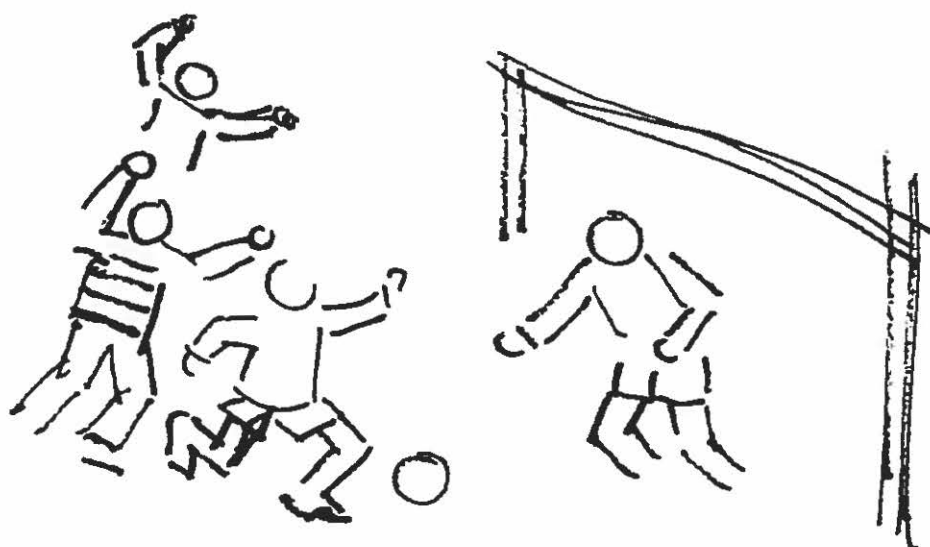
Der var kun beskedne forskelle fra 1999 til 2004 i, hvorledes udgifterne til mad og drikke i skolefritidsordningerne blev dækket. Udgifterne blev hovedsageligt dækket af institutionens budget.

### *Bevægelse og fysisk aktivitet*

Andelen af danske skolefritidsordninger med en skriftligt formuleret bevægelsespolitik lå i 2004 på 16%. I 14% af skolefritidsordningerne var politikken en del af virksomhedsplanen. I en del skolefritidsordninger havde forældrebestyrelsen (28%) og personalet (59%) diskuteret bevægelsespolitik i løbet af det foregående skoleår, og på 60% af skolerne planlagdes nye initiativer vedrørende fysisk aktivitet. 29% af skolefritidsordningerne havde nedskrevne retningslinier for, hvor meget børnene skulle opholde sig udendørs, 22% havde uskrevne regler, mens knapt halvdelen af institutionerne hverken havde skrevne eller uskrevne regler på området.

Børnene havde i en del skolefritidsordninger dagligt adgang til for eksempel pudesrum (68%), danserum (57%) og gymnastiksal (44%). Der var i skolefritidsordningerne, ligesom i børnehaverne og på skolerne, generelt adgang til en række udendørsfaciliteter som for eksempel legeplads og græsarealer. Børnene havde endvidere mulighed for en række boldspil i 63-94% af institutionerne (håndbold dog kun i 28%), mens for eksempel løb på rulleskøjter eller skateboard var mulig i 74% af skolefritidsordningerne.

Knappt halvdelen af skolefritidsordningerne arrangerede dagligt voksenstyrede aktiviteter med aktiv leg eller bevægelse, og i 43% af skolefritidsordningerne skete det mindst én gang om ugen. Svømning blev arrangeret ugentligt i 34% af skolefritidsordningerne.





## Afsluttende sammenfatning

Der skete i perioden 1999-2004 væsentlige ændringer på kostområdet i skoler og skolefritidsordninger i form af en stigning i udbuddet af sunde mad- og drikkevarer og en samtidig nedgang i udbuddet af mindre sunde mad- og drikkevarer. Endvidere sås i perioden en tydelig fremgang i andelen af skoler og skolefritidsordninger, der havde en nedskreven kostpolitik. Disse ændringer er i overensstemmelse med anbefalingerne i Sundhedsstyrelsens "Oplæg til national handlingsplan mod svær overvægt fra 2003" (12).

I 1999 havde 3% af skolerne en nedskreven kostpolitik, og i 2004 var det 17%. For skolefritidsordningerne gik de tilsvarende tal fra 4% til 18% i samme periode. Vi fandt relativt store forskelle på hvor mange af børnehaverne, skolerne og skolefritidsordningerne, der havde nedskrevne politikker omkring mad og måltider. Således havde mere end dobbelt så mange af børnehaverne (38%) som både skoler (17%) og skolefritidsordninger (18%) i 2004 en skriftligt formuleret kostpolitik. Kostpolitikken var ligeledes oftere i børnehaverne (31%) integreret i virksomhedsplanen end i skoler (12%) og skolefritidsordninger (13%).

En nedskreven kostpolitik synes at hænge sammen med en tendens til et sundere udbud af mad og drikke i børnehaver og skoler samt i skolefritidsordninger i mere beskeden grad. Dog viste undersøgelsen, at skoler med nedskreven kostpolitik var mere tilbøjelige til at have dagligt udbud af frugt og grønt, mens vi ikke fandt en tilsvarende sammenhæng for børnehaver. Vores resultater tyder endvidere på, at hvis politikken var en del af virksomhedsplanen, var institutionerne mere tilbøjelige til at have et sundt udbud af mad- og drikkevarer.

Vedrørende fysisk aktivitet skilte skolerne sig ud på den måde, at kun 6% af disse havde en skriftligt formuleret bevægelsespolitik i modsætning til børnehaver (16%) og skolefritidsordninger (16%). Bevægelses-

politikken var integreret i virksomhedsplanen i 15% af børnehaverne, 5% af skolerne og 14% af skolefritidsordningerne.

Andelen af børnehaver og skolefritidsordninger, hvor personalet ønskede flere aktiviteter med aktiv leg og fysisk aktivitet var større end andelen af institutioner, hvor forældre og forældrebestyrelser ønskede det. Alligevel var der fortsat 61% af børnehaverne og 64% af skolefritidsordningerne, hvor personalet ønskede at bevare status quo i niveauet for fysisk aktivitet. Der var stort set ingen børnehaver, skoler eller skolefritidsordninger, hvor børn, personale eller forældre ønskede færre aktiviteter.

Der sås ikke en entydig sammenhæng mellem en nedskreven bevægelsespolitik og omfanget af fysisk aktivitet. For børnehaver fandt vi, at flere institutioner med bevægelsespolitik havde daglige voksenstyrede aktiviteter med aktiv leg og bevægelse end institutioner uden, mens vi for skoler ikke fandt en tydelig sammenhæng mellem, om skolerne havde en bevægelsespolitik og omfanget af motorisk træning.

Denne undersøgelse kan ikke vise om det at have en nedskreven politik forårsager en positiv betydning for praksis, eller om de institutioner, som netop prioriterer sundhed, også er dem, der har en nedskreven politik. Formentlig går tendensen begge veje, således at arbejdet med at formulere politikker påvirker opmærksomheden på området og vice versa.

På godt halvdelen af skolerne blev minimum tre-fjerdedele af idrætsundervisningen varetaget af en idrætsuddannet lærer. Andelen af børnehaver og skolefritidsordninger med personer ansat med idrætsfaglig baggrund var nogenlunde ens; 32% af børnehaverne havde idrætsuddannet personale, og 37% af skolefritidsordninger havde det. Børnehaver med en idrætsfaglig person ansat var mere tilbøjelige til at tilbyde målrettet motorisk træning end børnehaver uden.

*Afrunding*

Nærværende rapport har haft til opgave at beskrive aktuelle rammer og vilkår for mad og bevægelse i danske børnehaver, skoler og skolefritidsordninger. I rapporten er vore data, hvor det har været muligt, blevet sammenholdt med en tidligere lignende undersøgelse fra 1999 foretaget af Statens Institut for Folkesundhed i samarbejde med

Sundhedsstyrelsen for at beskrive udviklingen i perioden 1999-2004. Enkle opgørelser som denne er nødvendige for at diskussionen om børns sundhed foregår på oplyst grundlag. For eksempel har diskussionen om sodavandssalg på skoler givetvis været medvirkende til at få sodavand elimineret fra skolerne.



## Referencer

1. Pearson S, Olsen LW, Hansen B et al. Stigning i overvægt og fedme blandt københavnske skolebørn i perioden 1947-2003. Ugeskr Læger 2005;167:158-62.
2. Bendixen H, Holst C, Sørensen TIA et al. Major increase in prevalence of overweight and obesity between 1987 and 2001 among Danish adults. Obes Res 2004;12:1464-72.
3. Must A, Jacques PF, Dallal GE et al. Long-term morbidity and mortality of overweight adolescents. N Engl J Med 1992;327:1350-5.
4. Kost og fysisk aktivitet – fælles aktører i sygdomsforebyggelsen. Fødevaredirektoratet 2003. (Rapporten findes på <http://www.foedevarestyrelsen.dk/FDir/Publications/2003003/Rapport.pdf>).
5. Forslag til retningslinier for sund kost i skoler og institutioner. Danmarks Fødevareforskning 2005. (rapporten findes på <http://www.dfvf.dk/Files/Filer/Ern%E6ring/Kostanbefalinger/ForslagRetningslinjerKostSkolerInstitutioner.pdf>).
6. Health Education Quarterly 1994;Supplement 2:S3-S4.
7. Svendsen OL, Heitmann BL, Mikkelsen KL et al. Fedme i Danmark. En rapport fra Dansk 'Task Force on Obesity' under Dansk Selskab for Adipositasforskning. Ugeskr Læger 2001;163(suppl 8).
8. Sund hele livet – de nationale mål og strategier for folkesundheden 2002-10. (rapporten findes på <http://www.folkesundhed.dk/media/sundhelelivet.pdf>).
9. Lissau I, Poulsen J. En landsdækkende undersøgelse af vilkår og rammer for mad og måltider i skoler og fritidshjem/SFO'er. København 2005: Statens Institut for Folkesundhed.
10. Evaluering af Modelprojektet Børn, Mad og Bevægelse. Teknisk Rapport. København 2005: Statens Institut for Folkesundhed.
11. Læseplan for faget idræt. Undervisningsministeriet. (kan findes på <http://www.klaremaal.uvm.dk/fag/Idraet/laeseplan.html>).
12. Sundhedsstyrelsen. Oplæg til national handlingsplan mod svær overvægt. Forslag til løsninger og perspektiver. 1-68. 2003. København.

