

# Evaluering af modelprojekt Børn, Mad og Bevægelse



Delresultater fra første dataindsamling  
- et arbejdsnotat

Nina Lyng

## **Evaluering af modelprojekt**

Børn, Mad og Bevægelse

Delresultater fra første dataindsamling  
- et arbejdsnotat

Henvendelse vedr. rapporten til:

*Nina Lyng eller Anette Johansen*  
Statens Institut for Folkesundhed  
Øster Farimagsgade 5 A, 2  
1399 København K

Tlf. : 3920 7777

Fax: 3920 8010

[sif@si-folkesundhed.dk](mailto:sif@si-folkesundhed.dk)

[www.si-folkesundhed.dk](http://www.si-folkesundhed.dk)

## Indholdsfortegnelse

1. Baggrund .....	4
2. Formål med evalueringen .....	5
3. Materiale og metode .....	5
3.1 Design .....	5
3.2 Spørgeskema til børnene .....	7
3.3 Lærerregistreringsskema .....	8
3.4 Måling af fysisk aktivitet .....	9
4. Første dataindsamlingsrunde .....	9
5. Delresultater fra første dataindsamlingsrunde .....	10
5.1 Baggrundsoplysninger, helbred og kropsopfattelse .....	12
5.2 Mad- og bevægelsesvaner uden for skoletiden .....	18
5.3 Deltagelse i sport eller idræt i fritiden .....	25
6. Afsluttende kommentarer .....	27
7. Referenceliste .....	29

## 1. Baggrund

I foråret 1998 besluttede Amtsrådet at udarbejde en samlet strategi og handlingsplan for den forebyggende indsats i Fyns Amt. Dette arbejde resulterede i "Sundhedsplan 2000", der indeholder en samlet forebyggelsesstrategi frem mod år 2009. Et af forebyggelsesstrategiens mål er: At antallet af fynboer, der spiser sundt og er fysisk aktive, skal øges (Fyns Amt, 2001). Modelprojektet Børn, Mad og Bevægelse er en udmøntning af Fyns amts forebyggelsesstrategi, og modelprojektet skal bidrage til, at strategiens konkrete mål vedr. kost og fysisk aktivitet bliver opfyldt.

### **Børn, Mad og Bevægelse – fase 1**

Modelprojektets første fase blev gennemført som et samarbejdsprojekt mellem Fyns Amt og 10 fynske kommuner. Fyns Amt ønskede at styrke den kommunale indsats for sunde mad- og bevægelsesvaner i institutionerne. Fra hver af de deltagende kommuner blev udvalgt et lokalområde, der bestod af en daginstitution, en skole og en skolefritidsordning (SFO). To af modelprojektets væsentlige indsatser var: Fælles uddannelse af personale og fælles politikker for mad og bevægelse. For resultaterne af modelprojektets første fase henvises i øvrigt til modelprojektets hjemmeside [www.boernmadogbevaegelse.dk](http://www.boernmadogbevaegelse.dk)

Evalueringen af første fase bestod af en kombineret proces- og målopfyldelses-evaluering af Børn, Mad og Bevægelses projektmål. Projektmålene omfattede blandt andet kompetenceudvikling blandt de professionelle, som børnene mødte i deres hverdag i institutionerne, samt udvikling af sundhedsfremmende rammer for mad og bevægelse.

Statens Institut for Folkesundhed forestod evalueringen af modelprojektets første fase. Statens Institut for Folkesundhed er en selvstændigt forskningsinstitution under Indenrigs- og Sundhedsministeriet, der blandt andet forsker i den danske befolknings sundhed og sygelighed. Instituttet har blandt andet et forskningsprogram, der fokuserer på børns sundhed med henblik på at styrke effektive indsatser til at fremme børns sundhed.

### **Børn, Mad og Bevægelse – fase 2**

På grund af modelprojektets succes blev det i slutningen af 2004 fra politisk side besluttet at videreføre Børn, Mad og Bevægelse og implementere modelprojektet i en række nye kommuner. Det blev desuden præciseret i projektets formålsbeskrivelse, at deltagelse i modelprojektet kunne ses som et vigtigt led i udviklingsarbejdet frem mod kommunalreformen, hvor ansvaret for sundhedsfremme og forebyggelse bliver et kommunalt anliggende. Formålet med modelprojektets anden fase er følgende:

- At bistå udvalgte lokalområder i de deltagende kommuner med at udvikle mad- og bevægelsespolitikker gældende for børn i alderen 3-16 år og med de nye politikker skabe sundhedsfremmende rammer i institutionerne, der kan styrke børn og voksnes muligheder for at fremme egen og andres sundhed i forhold til mad og bevægelse

- At bistå kommunale forvaltningers praktiske arbejde med sundhedsfremme og forebyggelse over for børn og unge i den nye kommunale struktur samt skabe grundlag for det kommunale arbejde med sundhedspolitikker
- At dokumentere indsatsens betydning for børns mad- og bevægelsesvaner.

Ved evalueringen af anden fase af modelprojekt Børn, Mad og Bevægelse er der, ligesom ved evalueringen af første fase, tale om en ekstern evaluering. Statens Institut for Folkesundhed, der foretager evalueringen, er således hverken involveret i det daglige arbejde med modelprojektet eller interesse i at påvirke modelprojektets resultater i den ene eller anden retning.

Designet til evalueringen var på forhånd givet af Fyns Amt, der ønskede en summativ evaluering, en effektevaluering. Det, der kendetegner en effektevaluering, er, at den foretages i slutningen af et projekt og bidrager med viden og information til eksterne opdragsgivere (Rasmussen, 2000: 224), der i dette tilfælde er Fyns Amt. I modsætning til den summative evaluering står den formative evaluering, der karakteriseres ved, at evalueringen foregår sideløbende med udviklingen af den konkrete indsats. Som et eksempel på et formativt evalueringsdesign henvises til evalueringen af første fase af Børn, Mad og Bevægelse, hvor formålet med evalueringen var at undersøge de processuelle aspekter ved implementeringen og forankringen af modelprojektet.

Med effektevalueringens design er det muligt at bestemme eventuelle ændringer i de deltagende børns mad- og bevægelsesvaner som følge af den givne og forud for projektet velbeskrevne indsats. Ændringer i børnenes mad- og bevægelsesvaner antages at påvirke børnenes sundhedstilstand på længere sigt og dermed bidrage til målopfyldelsen af Fyns Amts forebyggelsesstrategi.

## **2. Formål med evalueringen**

Formålet med evalueringen er at beskrive og undersøge, om modelprojektet har en dokumenteret effekt på børnenes mad- og bevægelsesvaner. Evalueringen fokuserer således på det sidste projektmål for Børn, Mad og Bevægelse.

## **3. Materiale og metode**

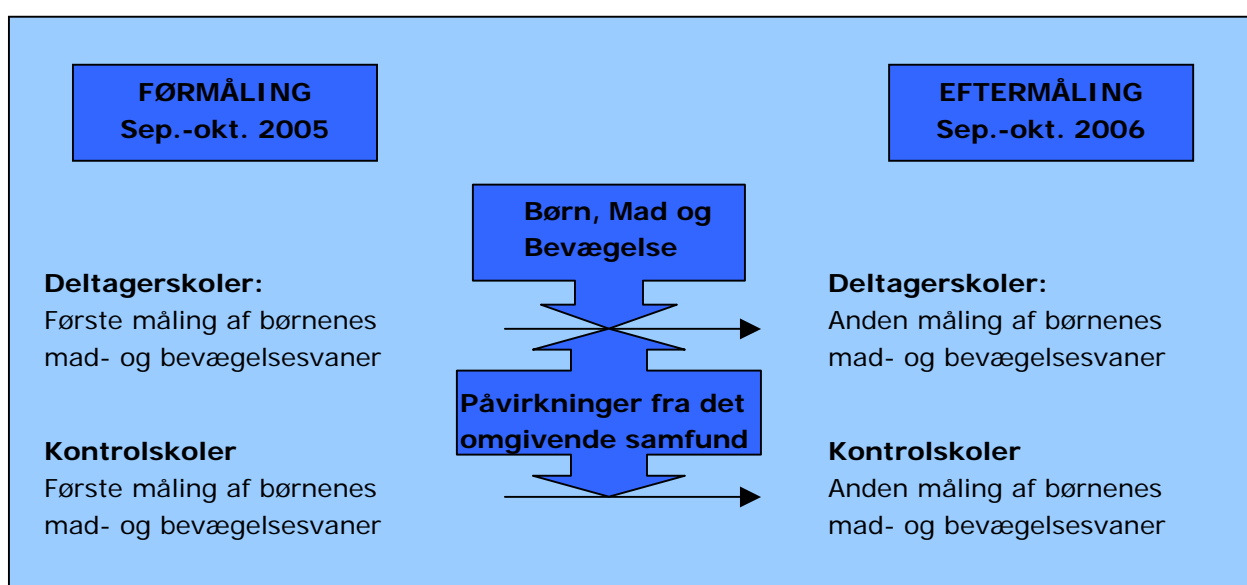
### **3.1 Design**

Designet for evalueringen var på forhånd givet af Fyns Amts specifikationer. Disse fordrede, at evalueringen blev gennemført som en kvantitativ, individbaseret effektevaluering. Effektevalueringens design er relevant, når effekten af en given indsats skal bestemmes. Det gælder både effekter inden for og uden for de opstillede projektmål (Olsen & Rieper, 2004). Ideelt er formålet med effektevalueringer såle-

des at bestemme årsagsvirkningsforholdet mellem en konkret indsats og et udfald (Togeby, 2003).

Et krav til evalueringsdesignet er, at det skal kunne måle forandringer over tid på individniveau. Der er således tale om parrede data, idet det enkelte barns mad- og bevægelsesvaner registreres før modelprojektets start og igen i slutningen af projektperioden. På den måde er der mulighed for at undersøge om - og i givet fald på hvilken måde - modelprojektet påvirker børnenes mad- og bevægelsesvaner. Evalueringen består således af en kortlægning af børnenes mad- og bevægelsesvaner i og uden for skolen før og efter, at deres skole har deltaget i modelprojektet. I nedenstående figur præsenteres den anvendte model for evalueringen.

**Figur 1. Evalueringsmodel**



De spørgsmål, som evalueringen skal belyse, er af karakteren: Spiser børnene sundere, og bevæger de sig mere efter at have deltaget i modelprojektet? For at sikre at en eventuel effekt kan tilskrives deltagelse i modelprojektet - og ikke blot er udtryk for en generel udvikling i det omgivende samfund - sammenlignes børn fra de deltagende skoler med en tilsvarende gruppe børn fra skoler, som ikke deltager i modelprojektet. Disse benævnes i det følgende kontrolskoler. Forventningen er, at mad- og bevægelsesvanerne på de deltagende skoler ændrer sig i en mere positiv retning end børn fra kontrolskolerne.

Oplysninger om børnenes mad- og bevægelsesvaner indhentes primært via et computerbaseret spørgeskema til de deltagende børn. Spørgeskemaet suppleres af et lærerregistreringsskema, og endelig valideres (vurderes) spørgeskemaets spørgsmål om bevægelse ved at måle fysisk aktivitet direkte blandt et mindre udsnit af de deltagende børn.

### 3.2 Spørgeskema til børnene

Spørgeskemaer karakteriseres som en metode, der kan anvendes til at indsamle ensartede, standardiserede informationer om alle, der deltager i en undersøgelse (Olsen, 2005). Den type analyser, der baseres på data fra spørgeskemaer, frembringes ved, at alle de individuelle besvarelser lægges sammen. Herved kommer resultaterne til at fungere som nøgletal for, hvor udbredt et givet fænomen er (Olsen, 2005).

En begrænsning ved at benytte selvadministrerede spørgeskemaer er, at det stiller krav om et vist niveau af læsefærdigheder. Af samme årsag benyttes spørgeskemaer sjældent til yngre børn, med mindre de udfylder spørgeskemaerne sammen med voksne, fx deres forældre eller lærere. I litteraturen peges imidlertid på det problematiske forhold, at forældre ikke har kendskab til, hvad børn spiser, når de befinder sig uden for hjemmet, og på tilsvarende vis har lærerne ikke kendskab til, hvad børn spiser uden for skolen (Moore et al., 2005; Edmunds & Ziebland, 2002). Derudover kan der være manglende overensstemmelse mellem forældres observationer og børnenes egne opfattelser (Scott, 2000). Kravet til den metode, der blev udviklet til dette projekt, var derfor, at børnenes oplevelser og erfaringer skulle være det bærende element, og at børnene skulle inddrages som primære respondenter.

Til evalueringen blev der udviklet et computerbaseret spørgeskema, hvor spørgsmål og svarmuligheder blev læst højt for børnene. Herved mindskedes kravene til børnenes læsefærdigheder (Scott, 2000). Helt konkret sad børnene foran en computer med høretelefoner på, mens de besvarede spørgeskemaerne. Desuden blev spørgsmålene understøttet grafisk med billeder, således at børnene både blev stimuleret visuelt og auditivt.

Spørgeskemaets spørgsmål faldt indholdsmæssigt inden for de tre følgende kategorier:

- Børnenes baggrund, kropsopfattelse og helbred
- Børnenes madvaner
- Børnenes bevægelsesvaner.

Med hensyn til spørgeskemaets opbygning var der to forhold, som gjorde sig gældende. For det første bestod spørgeskemaet af to forskellige metodeteknikker til at afdække børnenes mad- og bevægelsesvaner, og for det andet var spørgsmålene differentieret, så spørgsmålenes kompleksitet afspejlede børnenes alder. Spørgeskemaet var delt op i to sektioner, der fulgte de to metodeteknikker. Den første belyste, hvad børnene lavede den foregående dag, fra de stod op og til de gik i seng. Denne metodeteknik kaldes også for "24 timers genkaldelsesinterview". Spørgsmålene om mad og bevægelse var strukturerede, så de fulgte en almindelig skoledag. Den anden sektion belyste, hvor ofte børnene i løbet af en almindelig dag eller uge spiste og drak forskellige mad- og drikkevarer, samt hvor ofte og hvor længe de deltog i forskellige former for fysisk aktivitet. Spørgsmålene handlede om, fx hvor

ofte de spiste rå grøntsager, hvor mange timer de så fjernsyn dagligt, eller om de gik til sport eller anden form for idræt i fritiden.

Begrundelsen for at lade børnene beskrive den seneste hverdag var for det første en antagelse om, at der er forskel på børns bevægelsesmønstre til hverdag og i weekenderne. Modelprojektet var organisatorisk forankret i skolen som institution, og vi antog således, at den største forskel i børnenes bevægelsesvaner ville være at spore i skoletiden. For det andet blev det klart i udviklingsfasen af spørgeskemaet, at det var svært for mange børn – uanset alder – at huske mere end én dag tilbage, med mindre der var tale om regelmæssigt tilbagevendende aktiviteter, fx deres sports- eller fritidsaktiviteter. Spørgeskemaet skulle således udfyldes mellem tirsdag og fredag, for at sikre at børnene besvarede spørgsmål om seneste hverdag og ikke om en weekenddag.

Da der var stor spredning i børnenes alder, blev der i spørgeskemaet opereret med tre kategorier af spørgsmål. En del af baggrundsoplysningerne blev stillet til alle deltagere, fx skulle alle børn angive deres køn, alder og familieforhold. Derudover skulle alle besvare de mest enkle spørgsmål om, hvad de gjorde den foregående dag (første sektion af spørgeskemaet). Spørgsmålene handlede blandt andet om, hvorvidt børnene fik noget at spise til aftensmad, eller hvordan de kom i skole den foregående dag. Den næste type spørgsmål skulle kun besvares af børn fra 3. klasse og opefter. I spørgsmålene blev børnene bedt om at præcisere, *hvad* de havde spist, givet de havde svaret bekræftende på, at de havde fået noget at spise eller drikke. Den tredje kategori af spørgsmål blev kun stillet til børn fra 5. klasse og opefter (anden sektion af spørgeskemaet). Spørgsmålene handlede om, *hvor ofte* børnene almindeligvis spiste eller deltog i forskellige former for bevægelse og fysisk aktivitet. Desuden blev spørgsmålet om børnenes selvvalgte helbred kun stillet til 5. klasse og opefter.

### 3.3 Lærerregistreringsskema

Når en klasse havde besvaret spørgeskemaet, udfyldte læreren et tilhørende registreringsskema. Da vi ikke havde mulighed for at observere alle klasser, mens de besvarede spørgeskemaet, blev læreren bedt om at vurdere evalueringens implementerbarhed og relevans. Derudover indeholdt registreringsskemaet nogle faktuelle spørgsmål vedr. børnenes deltagelse. Spørgsmålene faldt inden for følgende kategorier:

- Lærerens vurdering af forberedelsesbyrden op til spørgeskemaundersøgelsen
- Oplysninger om hvor mange af klassens elever, der besvarede spørgeskemaet i forhold til det samlede antal elever i klassen, samt begrundelser for hvorfor nogle børn ikke deltog i undersøgelsen, fx sygdom eller manglende tilladelse fra forældrene
- Lærerens vurdering af børnenes evne til at forstå, besvare og udfylde spørgeskemaet
- Lærerens kommentarer og forslag til forbedring af den kommende dataindsamlingsrunde.

### **3.4 Måling af fysisk aktivitet**

Den tredje metode, der indgår i evalueringen, er at måle børnenes bevægelse og fysiske aktivitet ved hjælp af accelerometre. Accelerometre er små apparater, der måler frekvens, intensitet og varighed af forskellige former for bevægelse. I modsætning til spørgeskemaundersøgelser antages accelerometre at udgøre en objektiv metode til at måle børns fysiske aktivitetsniveau (Sundhedsstyrelsen, 2005), fordi de informationer, som indsamles, ikke beror på deltagernes evne til at huske, hvad de har gjort, hvor længe og hvornår.

Målingerne gennemføres for at undersøge børnenes evne til at gengive deres bevægelsesmønstre, når de bliver spurgt i spørgeskemaet om, hvornår og hvordan de bevæger sig. Formålet med at inddrage målingerne er altså at belyse, i hvor høj grad der er overensstemmelse mellem på den ene side børnenes besvarelser af spørgeskemaet og på den anden side de objektive målinger.

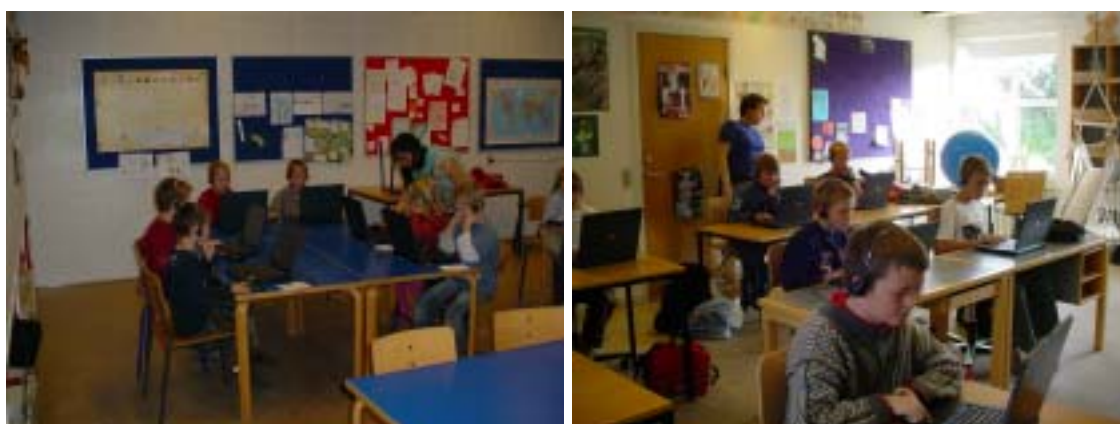
Målingerne planlægges gennemført i september-oktober 2006 sideløbende med, at børnene besvarer spørgeskemaet anden gang. Det er ikke muligt indenfor evalueringens rammer at gennemføre målinger på alle de deltagende børn, så i stedet gennemføres målingerne på én skole fordelt på to klassetrin: 2. og 5. klasse. Begrundelsen for at vælge 2. klasse er, at det med det computerbaserede spørgeskema er muligt at inddrage en yngre aldersgruppe, end det er tilfældet med mange andre undersøgelser. Vi ved fra første runde af spørgeskemaundersøgelsen, at børnene fra 2. klasse kan læse og forstå spørgsmålene, men der er til gengæld sparsom viden om, hvordan de besvarer spørgsmål vedr. deres bevægelsesmønstre. 5. klasse er udvalgt, fordi dette alderstrin er sammenligneligt med andre store internationale undersøgelser, fx WHO's Skolebørnsundersøgelse, som gennemføres i 35 lande og regioner. På den måde er der grundlag for at vurdere børnenes besvarelser op i forhold til andre repræsentative undersøgelser.

## **4. Første dataindsamlingsrunde**

Den første dataindsamling fandt sted indenfor skoletiden i en fem ugers periode i september-oktober 2005. Spørgeskemaundersøgelsen blev gennemført på 10 deltager-skoler og 5 kontrolskoler. Deltager-skolerne blev rekrutteret i løbet af foråret 2005 gennem en henvendelse fra Fyns Amt til de lokale forvaltninger. Det var op til de enkelte forvaltninger at finde en skole til at deltage i modelprojektet. Kontrolskolerne blev ligeledes rekrutteret gennem de lokale forvaltninger, der blev bedt om at udpege på et tilsvarende antal skoler, der lignede deltager-skolerne i elevsammensætning og optageområde. Oprindeligt var det hensigten at rekruttere 10 kontrolskoler, men det var imidlertid ikke muligt at rekruttere samme antal kontrolskoler som deltager-skoler.

Forud for dataindsamlingen modtog alle børn og deres forældre en informationsfolder med samtykkeblanket, hvori spørgeskemaets indhold og anvendelse blev præsenteret. Der var således ingen børn, der deltog imod deres forældres samtykke. Desuden var det frivilligt for børnene selv, om de ville besvare spørgeskemaet.

Ved tilrettelæggelsen af evalueringen blev der lagt op til, at mindst én klasse på hvert klassetrin skulle udfylde skemaet, uanset om skolerne havde et eller flere spor. Vi tilbød at komme ud på skolerne og hjælpe, når børnene fra indskolingens skulle udfylde spørgeskemaerne. Det tilbud tog 7 ud af 10 deltager-skoler imod, mens de resterende deltager- og kontrolskoler selv valgte at organisere besvarelsen af spørgeskemaerne. Børnene besvarede spørgeskemaerne individuelt, men typisk foregik besvarelsen ved at hele klassen udfyldte skemaerne samtidig. Besvarelsen foregik enten i klasselokalerne ved bærbare computere eller i skolernes computerrum.



## 5. Delresultater fra første dataindsamlingsrunde

I nærværende rapport præsenteres udvalgte svarfordelinger fra første runde af spørgeskemaundersøgelsen, som omhandler børnenes mad- og bevægelsesvaner udenfor modelprojektets primære kontekst, dvs. udenfor skoletiden. Resultaterne kan ses som en beskrivelse af den lokale kontekst, som modelprojektet implementeres i. En beskrivelse af børnenes mad- og bevægelsesvaner i skoletiden kommer til at fremgå af den endelige afrapportering efter anden dataindsamlingsrunde, når effekten af modelprojektet bestemmes. I løbet af projektperioden udsættes børnene på deltager-skolerne for de af modelprojektet affødte indsatser og aktiviteter, og herefter sammenlignes ændringer i deltager-skolebørnenes mad- og bevægelsesvaner med ændringerne hos en tilsvarende gruppe børn fra kontrolskolerne.

Forskellene i børnenes svarfordelinger er testet ved hjælp af det statistiske  $\chi^2$  test, med hvilket det undersøges om eventuelle forskelle mellem børnene fra deltager-skolerne og kontrolskolerne kan være udtryk for tilfældigheder, eller om der sandsynligvis er tale om reelle (signifikante) forskelle.

### Deltagelses- og opnåelsesprocent

Der blev registreret 2.541 besvarelser i første runde af spørgeskemaundersøgelsen. Desværre fik vi ikke information om samtlige 2.541 børn gennem lærerregistreringskemaerne. Der blev indsendt 106 lærerregistreringskemaer, hvilket gav in-

formation om 2.050 af børnene. Blandt disse var 167 børn fraværende, fx på grund af sygdom, den dag klassen udfyldte skemaerne. 16 børn deltog ikke på grund af manglende tilladelse fra deres forældre. Der var således 8% af de børn, som vi fik information om, der ikke deltog i undersøgelsen. Sammenlignet med andre skolebaserede undersøgelser er deltagelsesprocenten høj, fx havde Petersen et al. (2000) et bortfald på 19%, hvoraf 11% skyldtes manglende tilladelser fra forældrene.

Børnenes klassevise svarfordelinger fordelt på deltager- og kontrolskoler fremgår af nedenstående tabeller. Der deltog i alt 1.805 børn fra deltager-skolerne og 736 børn fra kontrolskolerne. I praksis var det desværre ikke muligt at sikre, at mindst én klasse pr. klassetrin pr. skole udfyldte skemaerne. Af nedenstående tabel fremgår det, hvilke klassetrin der udfyldte spørgeskemaerne på deltager-skolerne.

**Tabel 1. Antal børn, der besvarede spørgeskemaet på deltager-skoler opgjort efter klassetrin. N=1805.**

Klassetrin	Skolens navn										I alt
	Ejby	Abild-gård	Hø-mark	Dre-slette	Hjal-lese	Nord-ager	Kirke-by	Haar-by	Søl-linge	Møl-kær	
Bh. klasse	25	19	28	15	29	.	18	35	.	47	<b>216</b>
1. klasse	23	19	21	22	35	.	23	26	14	36	<b>219</b>
2. klasse	31	14	19	18	38	.	19	49	19	22	<b>229</b>
3. klasse	20	16	16	19	26	.	22	34	18	41	<b>212</b>
4. klasse	34	15	17	12	.	.	23	36	15	12	<b>164</b>
5. klasse	28	1	16	17	.	21	22	17	10	12	<b>144</b>
6. klasse	28	18	16	14	.	30	17	6	19	37	<b>185</b>
7. klasse	33	24	.	18	.	22	27	41	.	18	<b>183</b>
8. klasse	23	.	21	.	.	.	.	44	.	19	<b>107</b>
9. klasse	32	10	15	.	.	5	.	48	.	35	<b>145</b>
<b>I alt</b>	<b>277</b>	<b>136</b>	<b>169</b>	<b>135</b>	<b>128</b>	<b>78</b>	<b>171</b>	<b>336</b>	<b>95</b>	<b>279</b>	<b>1805</b>

Af nederste række i tabel 1 ses en stor forskel mellem skolerne i antallet af børn, der udfyldte skemaet. Det skyldes blandt andet, at nogle af skolerne, fx Søllinge eller Dreslette, er små skoler med et enkelt spor til og med 6. klasse hhv. 7. klasse. I modsætning hertil har skoler som Haarby, Ejby og Mølkærskolen flere spor, og her var der flere klasser på hvert klassetrin, der besvarede spørgeskemaet.

På de fem kontrolskoler fordelte børnenes besvarelser sig nogenlunde som på deltager-skolerne, idet det heller ikke lykkedes at sikre mindst én klasse pr. klassetrin. Antallet af børn fra kontrolskolerne fordelt på klassetrin og skole ses af tabel 2.

**Tabel 2. Antal børn, der besvarede spørgeskemaet på kontrolskoler opgjort efter klassetrin. N=736.**

Klassetrin	Skolens navn					I alt
	Tarup	Kragsbjerg	Brenderup	Heden-Vantinge	Stenstrup	
Bh. klasse	16	3	1	9	18	<b>47</b>
1. klasse	18	19	23	7	16	<b>83</b>
2. klasse	26	18	1	12	20	<b>77</b>
3. klasse	.	26	23	12	20	<b>81</b>
4. klasse	17	17	17	10	21	<b>82</b>
5. klasse	20	16	22	12	15	<b>85</b>
6. klasse	.	45	22	14	26	<b>107</b>
7. klasse	18	18	22	.	29	<b>87</b>
8. klasse	1	1	.	.	21	<b>23</b>
9. klasse	28	16	.	.	20	<b>64</b>
<b>I alt</b>	<b>144</b>	<b>179</b>	<b>131</b>	<b>76</b>	<b>206</b>	<b>736</b>

Af tabel 2 fremgår, at der kun blev registreret ét spørgeskema fra børnehaveklassen og ét spørgeskema i 2. klasse på Brenderup Skole. Da der ikke blev indsendt tilhørende lærerregistreringsskemaer fra disse klasser, må det antages, at to af børnene fra 1. klasse satte deres kryds forkert, da de skulle angive deres klassetrin.

## 5.1 Baggrundsplysninger, kropsopfattelse og helbred

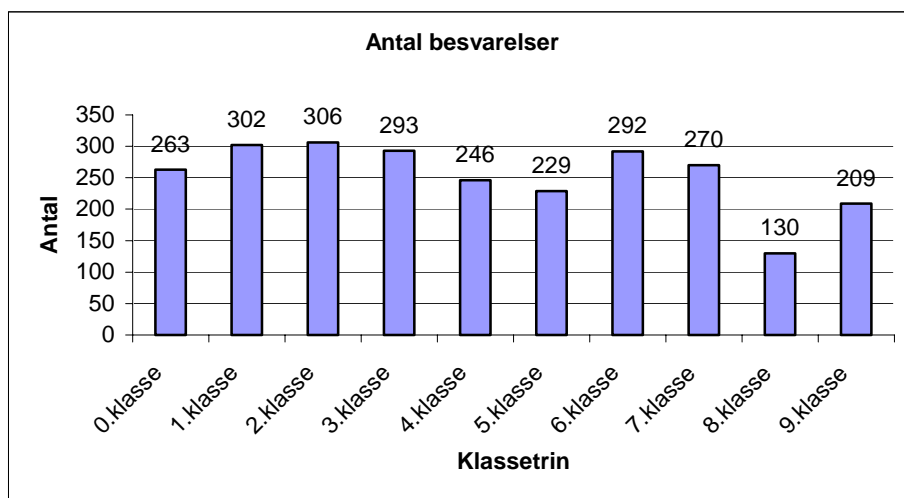
### Kønsfordeling

Der var ingen statistisk signifikant forskel mellem fordelingen af drenge og piger på deltager- og kontrolskolerne. Andelen af drenge var begge steder 48%, mens 52% var piger.

### Alder, klassetrin og skoletrin

Da der med modelprojektet er tale om en skolebaseret indsats, er børnenes klassetrin snarere end deres kronologiske alder valgt som indikator for de aldersbetingede variationer i børnenes mad- og bevægelsesvaner. Det samlede antal besvarelser opgjort i klassetrin fordelte sig som vist på figur 2.

**Figur 2. Antal besvarelser fordelt på klassetrin. Børn fra deltager- og kontrolskoler. N=2541.**



En sammenligning mellem deltager- og kontrolskoler viste, at der var forskel mellem børnene på deltager- og kontrolskolerne, når analyserne blev opgjort på klassetrin. Forskellene fremgår af nedenstående tabel.

**Tabel 3. Andelen af børn fordelt på deltagerstatus. Andel i procent af det samlede deltagerantal. N= 2541.**

	Deltagerskoler	Kontrolskoler
Bh. klasse	12 (216)	6 (47)
1. klasse	12 (219)	11 (83)
2. klasse	13 (229)	11 (77)
3. klasse	12 (212)	11 (81)
4. klasse	9 (164)	11 (111)
5. klasse	8 (144)	12 (85)
6. klasse	10 (185)	15 (107)
7. klasse	10 (183)	12 (87)
8. klasse	6 (107)	3 (23)
9. klasse	8 (145)	8 (64)

Tallene i parentes angiver antallet af besvarelser.

Af tabel 3 ses, at den procentvise andel af deltagende børn i børnehaveklasse var større end antallet af børn på det tilsvarende klassetrin på kontrolskolerne, mens andelen af børn i 1. klasse og 2. klasse var tilnærmelsesvis lige stor på deltager- og kontrolskolerne. Endvidere viste det sig, at andelen af børn i 4. - 6. klassetrin var større på kontrolskolerne sammenlignet med deltagerskolerne. Der var ingen statistisk signifikant forskel i mellem børnene i 7. – 9. klassetrin.

På grund af de observerede forskelle i fordelingen af børn på de forskellige klasse-trin, blev det besluttet at gennemføre en del af analyserne opgjort på skoletrin. Med skoletrin refereres til indskoling svarende til børnehaveklassen – 3. klasse. Mellemlinnet indeholder 4. – 6. klassestrin, mens udskoling udgøres af børn fra 7. – 9. klassestrin. De færre kategorier, baseret på skoletrin, giver et bedre overblik over børnenes svarfordelinger og en mindre statistisk usikkerhed i analyse og fortolkning af besvarelserne. De analyser, som ikke viste forskel i svarfordelingerne mellem deltager- og kontrolskoler, er præsenteret samlet nedenfor, mens analyser, som pegede på en forskel mellem børnene, er opgjort på deltager- og kontrolskoler.

Der var stor forskel på, hvordan de enkelte skoler valgte at organisere og prioritere deres deltagelse i modelprojektet. Nogle skoler lod modelprojektet indgå i allerede eksisterende organisatoriske strukturer og valgte udelukkende at fokusere modelprojektet omkring et enkelt skoletrin, mens andre skoler valgte at gennemføre modelprojektet som en samlet indsats, der gjaldt hele skolen.

## Familieforhold

72% af de deltagende børn boede sammen med begge deres forældre, mens den næsthøypigste familiesammensætning var, at børnene boede mest hos deres mor. Fordelingen af deltager- og kontrolskolebørnenes familiekonstellationer fremgår af tabel 4.

**Tabel 4. Deltager- og kontrolskolebørnenes familieforhold. Andel i procent. N= 2541.**

Hvem bor du sammen med?	Andel i procent
Både mor og far	72 (1828)
Mest hos mor	19 (491)
Mest hos far	3 (80)
Lige meget hos mor og far	4 (105)
Hverken hos mor eller far	1 (36)

Tallene i parentes angiver antallet af besvarelser.

De aldersopdelte analyser viste, at der var aldersbetingede forskelle i børnenes familieforhold. Forskellene fordelte sig på følgende måde.

**Tabel 5. Deltager- og kontrolskolebørnenes familieforhold fordelt på skoletrin. Andel i procent. N= 2541.**

Hvem bor du sammen med?	Indskoling	Mellemlinnet	Udskoling
Både mor og far	73	71	72
Mest hos mor	17	21	21
Mest hos far	3	3	3
Lige meget hos mor og far	6	3	2
Hverken hos mor eller far	1	1	2

Det skal bemærkes, at enkelte af de yngste elever blev forvirrede over svarkategorien "Jeg bor lige meget hos min mor og min far". Deres rationale var, at hvis de både boede sammen med mor og far, så boede de lige meget sammen med den ene og den anden, hvilket måske er en del af forklaringen på, at andelen blandt indskolingsbørnene var dobbelt så stor som på de øvrige skoletrin.

I et studie fra Socialforskningsinstituttet (2004) fandt Christoffersen, at godt 80% femårige boede sammen med begge deres forældre, mens den tilsvarende andel var lidt under 60% af blandt de 15-årige. Andelen af børn, som boede sammen med begge forældre faldt således i takt med, at børnene blev ældre (Christoffersen, 2004). I nærværende undersøgelse fandt vi imidlertid ikke samme fald i andelen af børn, der både boede sammen med begge deres forældre. Derimod fandt vi, at andelen af børn, der både boede sammen med mor og far, var nogenlunde konstant på tværs af de tre skoletrin, idet andelen varierede mellem 71-73%.

I en anden stor dansk spørgeskemaundersøgelse fra 2003, Skolebørnsundersøgelsen, var andelen af børn, der boede sammen med begge forældre, en anelse lavere end andelen i nærværende undersøgelse. Dette forhold kan formodentlig forklares ved, at deltagerne i Skolebørnsundersøgelsen er ældre end deltagerne i nærværende undersøgelse, og at andelen af børn, som bor med begge forældre, jf. Christoffersen (2004), falder med alderen.

Der var forskel på børnene fra henholdsvis deltager- og kontrolskolerne. Der var flere børn fra deltager-skolerne (73%), der boede sammen med begge deres forældre, sammenlignet med børnene fra kontrolskolerne (70%). Uddybende analyser viste, at flere børn fra indskolingstrinnet på deltager-skolerne boede sammen med begge forældre end på kontrolskolerne. Der var ingen forskel mellem børnene på mellemtrinnet og i udskoling.

### **Selvurderet helbred**

Langt de fleste børn angav, at de vurderede deres helbred som meget godt (39%) eller godt (44%), mens en mindre andel (13%) anførte, at deres helbred var nogenlunde. Endelig angav 1%, at deres helbred var dårligt.

Det skal bemærkes, at spørgsmålet kun blev stillet til børn fra 5. klasse og opefter. Ved pilotundersøgelsen gav flere udtryk for, at de var usikre på betydningen af begrebet "helbred". Vi valgte derfor at opstille en svarkategori, der gav børnene mulighed for at svare, at de ikke vidste, hvad "helbred" betød. Den mulighed benyttede 3% af børnene. I tabel 6 præsenteres børnenes svarfordeling fordelt på deltagerstatus.

**Tabel 6. Deltager- og kontrolskolebørnenes selvvaluerede helbred. Andel i procent. N=1130.**

Hvordan synes du, at dit helbred er?	Deltagerskole	Kontrolskole
Meget godt	38 (292)	40 (147)
Godt	44 (332)	45 (164)
Nogenlunde	14 (110)	11 (40)
Dårligt	1 (7)	1 (2)
Ved ikke, hvad helbred betyder	3 (23)	4 (13)

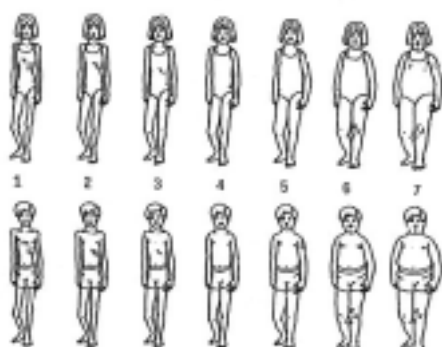
Tallene i parentes angiver antallet af besvarelser.

Den største procentvise forskel mellem børn fra deltager- og kontrolskoler viste sig i andelen, der vurderede, at deres helbred var nogenlunde (14% vs. 11%). Selvom der var forskelle i børnenes svarfordelinger, var der ikke tale om statistisk signifikante forskelle.

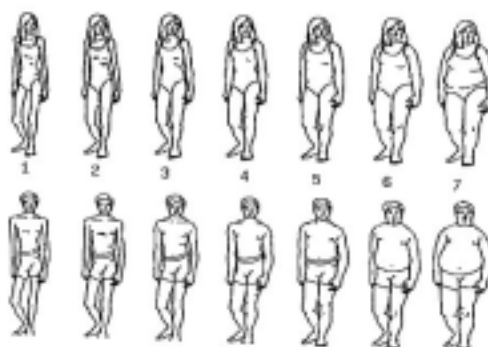
### Kropsopfattelse

Forekomsten af overvægt blandt børn er høj og stadig stigende i Danmark (Due et al., 2005). Metodestudier blandt børn har vist, at der er store usikkerheder på børns selvrapporterede angivelser af deres højde og vægt. Et mindre dansk studie fandt, at der var en bedre overensstemmelse mellem objektive højde- og vægtmålinger og en grafisk metode baseret på børnenes evne til at identificere deres eget kropsbillede sammenlignet med børnenes egne angivelser af deres højde og vægt (Lissau, 2006, personlig kommunikation). Den grafiske metode består af fire serier af kropsbilleder, der er tilpasset henholdsvis drenge og piger før og efter puberteten. Billedserierne fremgår af figurerne nedenfor.

**Figur 3a Piger og drenge under 12 år**



**Figur 3b Piger og drenge over 12 år**



Gennemførelse af højde og vægtmålinger på alle de deltagende børn lå uden for evalueringens rammer. Til gengæld var der mulighed for at integrere den grafiske metode med det computerbaserede spørgeskema, og vi valgte derfor at benytte kropsbillederne som indikator for børnenes kropsbygning. Børnenes besvarelser fordelte sig, som det fremgår af tabel 7.

**Tabel 7. Deltager- og kontrolskolebørnernes kropsopfattelse opgjort på køn og alder. Antal. N=2540.**

Hvem ligner du mest?	Figurnummer	1	2	3	4	5	6	7
Piger under 12 år		59	107	246	392	132	17	9
Piger over 12 år		8	58	108	102	29	3	5
Drenge under 12 år		39	85	249	432	130	23	11
Drenge over 12 år		7	54	118	81	27	5	4
<b>I alt</b>		<b>113</b>	<b>304</b>	<b>721</b>	<b>1.007</b>	<b>318</b>	<b>48</b>	<b>29</b>

Børnernes besvarelser blev efterfølgende kategoriseret således, at de, der svarede, at deres krop lignede figur 1 eller 2, blev defineret som undervægtige. Børn, der angav, at de lignede 3-4 mest, blev defineret som normalvægtige, mens de børn, som anførte, at deres krop lignede 5 eller 6 mest, blev defineret som overvægtige. Endelig blev børn, der angav, at deres krop lignede figur 7 mest, defineret som svært overvægtige.

Med den valgte – om end restriktive - opdeling fordelte børnene besvarelser sig, som det fremgår af tabel 8. 68% af børnene anførte, at deres krop lignede de normalvægtige kroppe svarende til figur 3-4. Der var ingen forskel mellem fordelingen blandt børn fra deltager- eller kontrolskolerne.

**Tabel 8. Kategorisering af deltager- og kontrolskolebørnernes kropsopfattelse. Andel i procent. N= 2540.**

Hvem ligner du mest?	Andel i procent
Undervægtig (figur 1-2)	16 (417)
Normalvægtig (figur 3-4)	68 (1728)
Overvægtig (figur 5-6)	14 (366)
Svært overvægtig (figur 7)	1 (29)

Tallene i parentes angiver antallet af besvarelser.

En undersøgelse af fordelingen af overvægt og fedme (svær overvægt) blandt københavnske skolebørn (2003) viste, at andelen af overvægtige piger i alderen 6-8 år var 21%. Blandt piger i alderen 14-16 år var andelen ligeledes 21%. For drengenes vedkommende var andelen af overvægtige lavere for begge aldersgrupper, idet 15% af de 6-8-årige og 14% af de 14-16-årige drenge var overvægtige. Forekomsten af fedme blandt alle børn var mellem 3-5%. Undersøgelsen var baseret på konkrete højde- og vægtmålinger fra den kommunale sundhedstjeneste i København (Pearson et al., 2005). Givet at de fynske skolebørn ligner de københavnske skolebørn, ville vi forvente, at en større andel af børnenes svar var placeret sig i svarkategorierne 5-6 og 7, end det var tilfældet.

Forfatteren bag den anvendte metode (Collins, 1991) bemærkede, at mange børn anvendte en midtersøgende strategi, dvs. at de placerede deres besvarelser inden for en af midterkategorierne. Det gjaldt også for nogle af dem, der ved efterfølgen-

de interviews sprogligt positionerede sig selv som undervægtige eller overvægtige. Vi observerede ligeledes, at flere af de yngste børn valgte en af de midterste kategorier, fordi de havde svært ved at overskue syv figurer på en gang. En anden mulig forklaring på den lavere andel af overvægtige og svært overvægtige børn kan være, at børnene svarede ud fra en social ønskværdig norm om, hvordan en krop bør se ud snarere end ud fra, hvordan de opfattede deres egen krop. Endelige kan det ikke udelukkes, at den valgte kategorisering af figurerne er for restriktiv. Ved målingen af fysisk aktivitet vil der indgå målinger af børnenes højde, vægt og taljeomfang med henblik på at validere børnenes selvrapporterede kropsopfattelse.

## 5.2 Mad- og bevægelsesvaner uden for skoletiden

### Mad og drikke før skoletid

89% af alle børn i indskoling anførte, at de fik noget at spise, inden de kom i skole den foregående dag. Andelen var næsten lige så stor blandt børn fra mellemtrinnet (87%), mens knapt 79% af børn fra udskoling anførte, at de fik noget at spise, inden de gik i skole. Der synes således at være et relativt stort fald i andelen af børn, der spiser, inden de kommer i skole ved overgangen fra mellemtrinnet til udskoling.

Børnene fra 3. klasse og opefter blev desuden bedt om at angive, hvad de havde spist. Deres svarfordelinger fremgår af tabel 9.

**Tabel 9. Angivelse af hvad deltager- og kontrolskolebørn spiste, inden de kom i skole. Andel i procent. N=1669.**

Hvad spiste du?	Andel
Havregryn el. lign.	48 (792)
Groft brød el. rugbrød	13 (221)
Lyst brød	19 (318)
Risikiks el. knækbrød	3 (42)
Frugt	13 (224)
Grøntsager	3 (56)
Slik el. chokolade	2 (35)
Kage el. kiks	2 (28)
Andet	12 (201)
Husker ej	5 (87)

Tallene i parentes angiver antallet af besvarelser.

Af tabel 9 ses, at børnene hyppigst spiste havregryn eller andre morgenmadsprodukter, der kan spises med mælk, mens godt hver femte spiste lyst brød. En sammenligning mellem børn fra deltager- og kontrolskolerne viste, at der var lidt flere børn fra udskoling på kontrolskolerne, der spiste lyst brød om morgenen. Ellers var der ingen statistisk signifikant forskel mellem børnene på deltager- og kontrolskolerne.

80% af alle børn anførte, at de fik noget at drikke, inden de kom i skole den foregående dag. Der var hverken statistisk signifikant forskel mellem børnene på de forskellige skoletrin eller forskel i svarfordelingen mellem børn fra deltager- og kontrolskolerne. Opgørelsen over, hvad børnene fra 3. klasse og opefter drak, fordelte sig, som det fremgår af tabel 10.

**Tabel 10. Angivelse af hvad deltager- og kontrolskolebørnene drak, inden de kom i skole. Andel i procent. N=1669.**

Hvad drak du?	Andel
Vand	32 (532)
Mælk	49 (818)
Kakaomælk	5 (75)
Juice	13 (215)
Saftevand	4 (59)
Sodavand	2 (29)
The eller kaffe	3 (57)
Andet	2 (32)
Husker ej	2 (27)

Tallene i parentes angiver antallet af besvarelser.

Der var flere børn fra udskoling på deltagerskolerne, som drak kakaomælk, og der var lidt flere børn fra indskoling, der drak sodavand inden skole. Disse forskelle skal dog læses med det forbehold, at der var tale om lave procentvise andele, dvs. få børn.

## Transport til skole

I tabel 11 vises en oversigt over, hvordan deltager- og kontrolskolebørnene kom i skole den foregående dag.

**Tabel 11. Deltager- og kontrolskolebørnenes transportvej til skole. Andel i procent. N=2540.**

Hvordan kom du i skole i går?	Indskoling	Mellemtrin	Udskoling
Bil	42	16	9
Bus	13	13	16
Tog	0,4	0,4	0,3
Cykel	25	52	55
Til fods	20	21	23
Rulleskøjter	1	1	0,3
Husker ej	5	1	1

Der var, ikke overraskende, store aldersvariationer i, hvordan børnene kom i skole. Andelen af børn, der blev kørt i skole, var størst i indskoling (42%), mens det kun var tilfældet blandt 16% af børnene fra mellemtrinnet. Andelen faldt yderligere blandt børnene i udskoling, hvor knap hver tiende blev kørt i skole (9%). Omvendt var der kun en fjerdedel af eleverne fra indskoling, der cyklede i skole, mens det for mellemtrinnet og udskoling var godt halvdelen, der cyklede. Det

kunne således tyde på, at der sker en ændring med hensyn til, hvordan børnene kommer til skole ved overgangen fra indskolingen til mellemtrinnet.

I spørgeskemaet havde børnene mulighed for at angive flere transportmidler. Hvis de fx gik til bussen for derefter at blive kørt med en skolebus, skulle de angive begge transportmidler. Muligheden for at opgive flere svar komplicerer afrapporteringen, men det viste sig, at langt de fleste af de børn, der blev kørt i skole, benyttede bilen som det eneste transportmiddel (93%). Blandt de børn, der angav, at de cyklede, benyttede 94% cyklen som det eneste transportmiddel, mens omkring 90% af alle dem, der anførte, at de gik i skole, udelukkende var kommet til fods.

En sammenligning mellem børnene fra deltager- og kontrolskolerne viste, at børnene adskilte sig på flere måder. Der var imidlertid ingen entydige forskelle, der indikerede, at børnene på deltager- eller kontrolskolerne var fysisk aktive i forskellig grad, når de skulle i skole.

### Mad og drikke efter skoletid

80% af børnene fik noget at spise efter skoletid, og 84% fik noget at drikke om eftermiddagen. Der var ingen statistisk signifikant forskel mellem børnene på deltager- og kontrolskolerne med hensyn til andelen, der fik noget at spise eller drikke. Dog viste analyserne fordelt på skoletrin, at der var flere fra deltager-skolernes mellemtrin og udskolingstrin, der fik noget at spise og drikke om eftermiddagen. Tabel 12 og tabel 13 viser, hvad børnene spiste og drak om eftermiddagen. Spørgsmålene kun er stillet til børn fra 3. klasse og opefter.

**Tabel 12. Angivelse af hvad deltager- og kontrolskolebørnene spiste efter skole. Andel i procent. N=1669.**

Hvad spiste du?	Andel
Groft brød el. rugbrød	19 (393)
Lyst brød	16 (335)
Risikis el. knækbrød	4 (91)
Frukt	22 (457)
Grøntsager	5 (102)
Salat el. råkost	2 (43)
Slik el. chokolade	4 (84)
Kage el. kiks	6 (130)
Varm mad fx spaghetti	8 (165)
Andet	11 (235)
Husker ej	4 (75)

Tallene i parentes angiver antallet af besvarelser.

**Tabel 13. Angivelse af hvad deltager- og kontrolskolebørnene drak efter skole. Andel i procent. N= 1669.**

Hvad drak du?	Andel
Vand	42 (857)
Mælk	17 (349)
Kakaomælk	5 (100)
Juice	11 (224)
Saftevand	12 (239)
Sodavand	8 (171)
The eller kaffe	2 (45)
Andet	3 (52)
Husker ej	1 (27)

Tallene i parentes angiver antallet af besvarelser.

Tabellerne viser, at børnene hyppigst spiste groft og lyst brød eller frugt om eftermiddagen, og de i overvejende grad drak vand, mens en lavere andel drak mælk, juice eller saftevand. Svarfordelingerne fordelt på deltagerstatus viste, at der var flere børn fra mellemtrinnet på deltager-skolerne, der spiste slik eller chokolade ef-

ter skoletid (6%) sammenlignet med kontrolskolerne, hvor det kun var 2% af børnene. Desuden var der flere børn fra deltager-skolernes indskoling, der spiste kage eller kiks (11% vs. 4%). Overordnet var der således flere børn fra deltager-skolerne, som drak og spiste efter skoletid, men til gengæld var der tale om mere usunde mad- og drikkevarer, fx kage eller kiks samt saftvand og sodavand.

## Aktiviteter efter skoletid

Tabel 14 viser, hvor børnene tog hen efter skoletid.

**Tabel 14. Angivelse af hvor deltager- og kontrolskolebørnene tog hen efter skole opgjørt på skoletrin. Andel i procent. N=2540.**

Hvor tog du hen efter skoletid?	Indskoling	Mellemtrin	Udskoling
Hjem	33	65	68
SFO, fritidshjem eller klub	46	7	2
Sport eller idræt	5	9	19
Musik, spejder eller lign.	4	4	4
Var sammen med kammerater	11	22	24
Andet	2	6	12
Husker ej	10	2	1

Knap en tredjedel af børnene fra indskoling tog direkte hjem efter skoletid, mens det var tilfældet for omkring to tredjedele af børnene fra mellemtrinnet og udskoling. Ikke overraskende ses det ligeledes af tabel 14, at andelen af børn, der gik i skolefritidsordning (SFO), fritidshjem eller klub var mest udbredt i indskoling. Der var ingen forskel i andelen af børn, der tog til spejder, musik eller lignende efter skoletid. Endelig skal det bemærkes, at godt 10% af børnene fra indskoling svarede, at de ikke kunne huske, hvor de tog hen efter skoletid.

En sammenligning mellem deltager- og kontrolskoler viste forskelle mellem børnene. Således var der en større andel blandt børnene på mellemtrinnet på kontrolskolerne (68%), der tog direkte hjem efter skoletid, sammenlignet med 58% fra mellemtrinnet på deltager-skolerne. Til gengæld var der flere fra kontrolskolernes mellemtrin, der tog i SFO, fritidshjem eller klub sammenlignet med børn på deltager-skolerne (17% vs. 2%). Endelig var der lidt flere børn fra indskoling på deltager-skolerne, der tog til sport eller idræt efter skoletid (10% vs. 4%).

Andelen af børn, der angav, at de tog i SFO, på fritidshjem eller klub er imidlertid lavere end forventet. I en undersøgelse fra 2002 fandt Center for Alternativ Samfundsanalyse (CASA), at 86% af indskolingsbørnene fra Høje Taastrup Kommune benyttede SFO eller klub hver dag eller næsten hver dag. Undersøgelsen fandt endvidere, at to tredjedele af de 9-10-årige børn gik i klub efter skoletid (Henriksen, 2002). Spørgsmålet, som det blev stillet i spørgeskemaet, synes således ikke tilstrækkeligt sensitivt til at identificere alle børn, der gik i SFO eller klub efter skoletid.

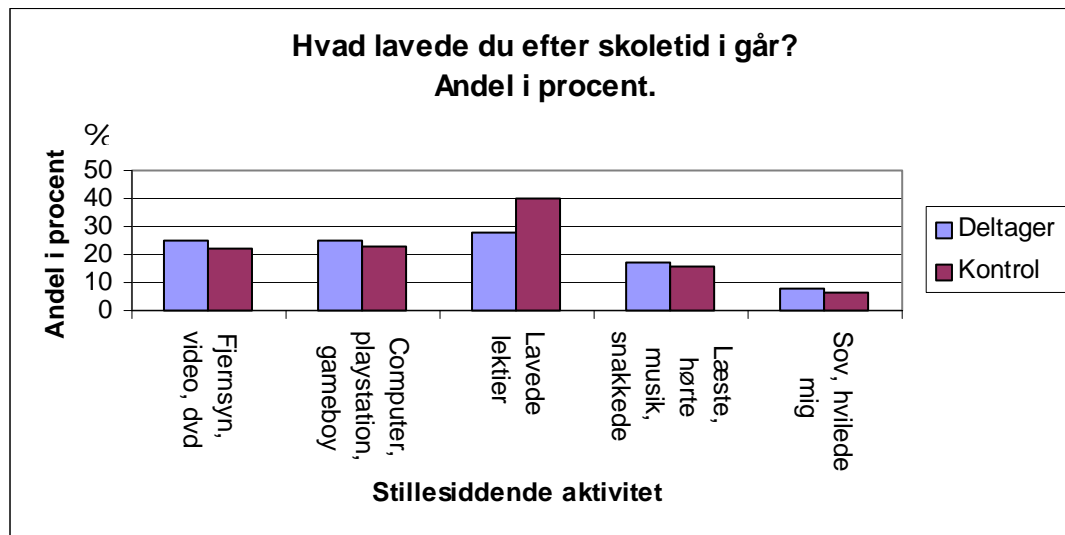
Børnene blev desuden bedt om at svare på, hvad de lavede efter skoletid. Deres svarfordelinger fremgår af tabel 15.

**Tabel 15. Angivelse af hvad deltager- og kontrolskolebørnene lavede efter skole om eftermiddagen. Andel i procent. N= 2540.**

Hvad lavede du efter skoletid i går?	Indskoling	Mellemtrin	Udskoling
Fjernsyn, video, dvd	23	19	32
Computer, Play station, game boy	20	27	29
Lavede lektier	23	39	38
Læste, hørte musik, snakkede	11	15	30
Sov, hvilede mig	5	7	13
Andre ting indenfor	12	11	13
Spillede bold, gyngede, sjippede	10	10	5
Cyklede, skateboard, rulleskøjter	8	9	5
Andet udenfor	11	13	12
Sport, idræt	7	13	18
Musik, spejder, andre fritidsaktiviteter	4	6	4
Kan ikke huske det	15	3	3

Børnene fra deltager-skolerne og børnene fra kontrolskolerne adskilte sig på flere områder. Forskellene og lighederne præsenteres i figur 4 og figur 5. Figur 4 viser en oversigt over forskellen mellem udvalgte typespecifikke former for inaktivitet, mens figur 5 illustrerer forskellen mellem deltager- og kontrolskolebørnenes bevægelse og fysiske aktivitet efter skoletid.

**Figur 4. Stillesiddende aktiviteter efter skoletid fordelt på deltagerstatus. Andel i procent. N=2540.**



Af figur 4 ses, at der var lidt flere børn fra deltager-skolerne, som så fjernsyn efter skoletid. Forskellen lå primært blandt børn på mellemtrinnet. Til gengæld var der betydeligt flere børn fra kontrolskolernes mellemtrin (50% vs. 32%) og udskoling (45% vs. 35%), der anførte, at de lavede lektier sammenlignet med børn fra deltager-skolerne. Således var lektielæsning den hyppigst forekommende aktivitet blandt børnene på mellemtrinnet og i udskolingens både på deltager- og kontrolskoler.

**Figur 5. Bevægelse og fysisk aktivitet fordelt på deltagerstatus. Andel i procent. N=2540.**



Af figur 5 ses, at flere børn fra deltagerskolerne deltog i ikke-organiseret bevægelse, fx boldspil (11%) eller cykling (8%) sammenlignet med børn fra kontrolskolerne (5% hhv. 6%). Forskellen i andelen, der spillede bold, gyngede eller lignende lå hovedsageligt blandt indskolingsbørnene. Desuden var der lidt flere børn fra indskolingen, der tog til musik på deltagerskolerne sammenlignet med børn fra kontrolskolerne - om end der var tale om små procentuelle forskelle. De øvrige forskelle i børnenes svarfordelinger var ikke udtryk for statistisk signifikante forskelle.

### Mad og drikke til aftensmad

94% angav, at de havde fået noget at spise til aftensmad, mens 92% angav at de havde fået noget at drikke. En sammenligning mellem deltager- og kontrolskoler viste, at der var flere børn fra deltagerskolernes indskolings- og udskolingstrin, der fik noget at spise sammenlignet med kontrolskolebørnene. Med hensyn til andelen, der fik noget at drikke, var der flere børn på deltagerskolernes udskolingstrin, der anførte, at de havde fået noget at drikke end sammenlignet med det tilsvarende skoletrin på kontrolskolerne.

Der var flere udskolingsbørn fra kontrolskolerne, der anførte, at de havde spist tilberedte grøntsager (19%) sammenlignet med deltagerskolebørnene (13%). Udover andelen, der spiste tilberedte grøntsager, var der ingen forskel på fordelingen af madvarer, som børnene havde spist.

Blandt dem, der angav, at de fik noget at drikke til aftensmaden, var der to forskelle mellem deltager- og kontrolskolebørnene. For det første var der flere udskolingsbørn fra kontrolskolerne, der drak vand til aftensmaden (54%) sammenlignet med deltagerskolerne (44%). Dernæst var flere, der drak juice på kontrolskolernes indskolingstrin sammenlignet med indskolingsbørnene på deltagerskolerne (10% vs. 3%).

## Aktiviteter efter aftensmaden

Børnene blev bedt om at svare på, hvad de lavede om aftenen. Der var opstillet de samme svarkategorier som eftermiddagsaktiviteterne. Børnenes svarfordelinger fremgår af tabel 16.

**Tabel 16. Angivelse af hvad deltager- og kontrolskolebørnene lavede efter aftensmaden. Andel i procent. N=2540.**

Hvad lavede du efter aftensmaden, men inden du gik i seng i går?	Indskoling	Mellemtrin	Udskoling
Fjernsyn, video, dvd	41	46	51
Computer, Play station, game boy	18	21	25
Lavede lektier	17	18	27
Læste, hørte musik, snakkede	11	16	24
Sov, hvilede mig	9	7	9
Andre ting indenfor	12	10	13
Spillede bold, gyngede, sjippede	4	4	2
Cyklede, skateboard, rulleskøjter	4	4	2
Andet udenfor	5	6	6
Sport, idræt	3	5	7
Musik, spejder, andre fritidsaktiviteter	2	2	3
Kan ikke huske det	11	3	3

Der var en anelse flere børn fra mellemtrinnet på deltagerskolerne, som anførte, at de så fjernsyn (22% vs. 15%) eller spillede computer (24% vs. 14%), efter de havde spist aftensmad sammenlignet med børn fra mellemtrinnet på kontrolskolerne. Til gengæld benyttede flere af børnene fra kontrolskolernes mellemtrin (15%) og udskoling (17%) sig af svarkategorien "Andre ting indenfor" sammenlignet med de tilsvarende skoletrin på deltagerskolerne (8% hhv. 11%). Den hyppigst angivne aktivitet efter aftensmaden var at se fjernsyn, video eller dvd.

## Mad og drikke efter aftensmaden

45% af børnene fik noget at spise efter aftensmaden, og 71% fik noget at drikke. Der var ingen statistisk signifikant forskel i andelen af børn, der fik noget at spise. Til gengæld der var flere børn fra deltagerskolernes indskolingstrin, der fik noget at drikke, sammenlignet med det tilsvarende skoletrin på kontrolskolerne. Tabel 17 og tabel 18 viser, hvad børnene spiste og drak om aftenen.

**Tabel 17. Angivelse af hvad deltager- og kontrolskolebørnene spiste efter aftensmaden. Andel i procent. N=1669.**

Hvad spiste du?	Andel
Groft brød el. rugbrød	9 (85)
Lyst brød	11 (106)
Riskiks el. knækbrød	2 (23)
Frugt	26 (255)
Grøntsager	3 (30)
Slik el. chokolade	14 (135)
Kage el. kiks	11 (108)
Chips el. pommes frites	5 (53)
Varm mad fx spaghetti	3 (31)
Salat el. råkost	1 (14)
Andet	11 (103)
Husker ej	3 (33)

Tallene i parentes angiver antallet af besvarelser.

**Tabel 18. Angivelse af hvad deltager- og kontrolskolebørnene drak efter aftensmaden. Andel i procent. N=1669.**

Hvad drak du?	Andel
Vand	54 (751)
Mælk	16 (216)
Kakaomælk	3 (44)
Juice	6 (87)
Saftevand	7 (94)
Sodavand	8 (116)
Andet	4 (52)
Husker ej	2 (20)

Tallene i parentes angiver antallet af besvarelser.

Blandt de børn, der fik noget at spise, angav de flest at have spist frugt, slik eller chokolade. Af drikkevarer var langt det hyppigste, at børnene drak vand. Andelen af børn, der drak sodavand, lå på samme niveau som om eftermiddagen, idet 8% angav at have drukket sodavand.

### 5.3 Deltagelse i sport eller idræt i fritiden

71% af de deltagende børn fra 5. klasse og opefter svarede, at de gik til sport eller idræt i deres fritid. En sammenligning mellem børn fra deltager- og kontrolskoler viste, at der blandt børn i 7. klasse på deltagerskolerne var 19%, som gik til sport eller anden form for idræt i fritiden, mens det gjaldt for 30% af børnene i 7. klasse på kontrolskolerne. Tabel 19 viser deltager- og kontrolskolebørnenes ugentlige tidsforbrug på sports- og idrætsrelaterede aktiviteter.

**Tabel 19. Ugentligt tidsforbrug på sport eller idræt. Andel i procent. N=1130.**

Ugentligt tidsforbrug på sport eller idræt	
Varighed	Andel
½ time	4 (33)
1 time	15 (118)
2-3 timer	31 (250)
4 timer +	46 (371)
Husker ej	4 (30)

Tallene i parentes angiver antallet af besvarelser

Af tabel 19 ses, at blandt de børn, der gik til sport eller idræt i fritiden, brugte 77% af børnene ugentligt to timer eller længere tid på det, mens 19% brugte op til og med en time ugentligt. Bemærk, at 4% af børnene fra 5.klasse og opefter havde

svært ved at huske deres ugentlige tidsforbrug. Det kan måske forklares ved, at der i nogle sports- og idrætsgrene er forskellig træningsbelastning fra uge til uge, fx kan der være kampe eller konkurrencer nogle uger, mens det ikke er tilfældet andre uger. Der var ingen statistisk signifikant forskel i det ugentlige tidsforbrug mellem børn fra hhv. deltager- og kontrolskolerne.

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at:

*Alle børn bør være fysisk aktive med mindst moderat intensitet i 60 minutter om dagen. Mindst to gange om ugen bør aktiviteterne fremme og vedligeholde kondition, muskelstyrke, bevægelighed og knoglesundhed. Dette kan sikres i træningsprogrammer eller anden aktivitet med høj intensitet af 20-30 minutters varighed.*

*(Sundhedsstyrelsen, 2005)*

Med henvisning til sidste del af Sundhedsstyrelsens anbefaling om, at intensiteten mindst to gange om ugen bør være af høj intensitet, så tyder vore resultater på, at en relativt høj andel af børnene har mulighed for at efterleve den sidste del af anbefalingen gennem deres ugentlige tidsforbrug på sports- eller idrætsaktiviteter. Præcisionen i børnenes selvrapporterede tidsforbrug og intensitetsniveauet kan beskrives med større sikkerhed, når børnenes besvarelser bliver sammenlignet med de objektive accelerometermålinger.

51% af børnene angav, at de gik til *andet* end sport/idræt i deres fritid. Ved sammenligning viste det sig, at der ikke var statistisk signifikant forskel mellem deltager- og kontrolskolebørnene med hensyn til andelen, der gik til andre fritidsaktiviteter. Tabel 20 viser en oversigt over sammenhængen mellem andelen af børn, der går til sport/idræt i fritiden (kolonne), og andelen af børn, der går til andet end sport/idræt i fritiden (række).

**Tabel 20. Andel der går til sport, idræt eller andre aktiviteter i deres fritid. Børn på deltager- og kontrolskoler. Andel i procent. N=1021.**

Går du til sport eller idræt i din fritid * Går du til andet i din fritid	Ja, går til andet i min fritid	Nej, går ikke til andet i min fritid	Total
Ja, går til sport eller idræt i min fritid	46 (471)	31 (311)	77 (782)
Nej, går ikke til sport eller idræt i min fritid	8 (85)	15 (154)	23 (239)
<b>Total</b>	55 (556)	46 (465)	100 (1021)

Tallene i parentes angiver antallet af besvarelser

Af tabel 20 ses, at 46% af alle børnene både gik til sport/idræt, samtidig med at de gik til noget andet i fritiden. 31% gik udelukkende til sport eller idræt, mens 8% gik til andre aktiviteter end sport eller idræt. Endelig angav 15% af børnene, at de ikke gik til noget i deres fritid. De 15%, der hverken gik til sport, idræt eller andet i deres fritid, er en særlig vigtig målgruppe for modelprojektet, fordi de ikke deltager i det organiserede foreningsliv uden for skolen. Manglende deltagelse i det organiserede foreningsliv er naturligvis ikke ensbetydende med, at børnene er fysisk inak-

tive, men for en del af de børns vedkommende vil skolen formentlig være den primære kontekst for deres bevægelse i frikvartererne og i idrætsundervisningen.

## 6. Afsluttende kommentarer

Nærværende kortlægning af børnenes erfaringer med mad og bevægelse udenfor skoletiden skal ses som en beskrivelse af den kontekst, som modelprojektet skal implementeres og forankres i. Resultaterne kan desuden fungere som et redskab til at målrette skolernes politikker. Det kunne eksempelvis være relevant at diskutere og overveje skolernes udbud af frugt eller andre mellemmåltider på skolerne, når 21% af børnene fra udskolingen angav, at de ikke havde spist, inden de kom i skole. Et andet indsatsområde kunne være at gøre skolevejen sikrere, så andelen af børn, der blev kørt i skole blev mindre. Herved kunne den fysiske aktivitet på vej til skole bidrage til, at flere børn levede op til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om, at børn skal være aktive mindst 60 minutter om dagen. Et tredje indsatsområde kunne være at tilbyde aktiviteter i skoletiden, fx frikvartererne, der ansporede til bevægelse og fysisk aktivitet, da 15% af børnene fra 5. klasse og opefter hverken går til sport/idræt eller andre aktiviteter i deres fritid.

Hvor nærværende delrapportering har fokuseret på at beskrive, hvorledes børnenes mad- og bevægelsesvaner fordeler sig udenfor skoletiden, kommer den endelige evalueringsrapport til at indeholde beskrivelser af om børnenes deltagelse i modelprojektet har påvirket deres mad- og bevægelsesvaner. Den første dataindsamlingsrunde danner grundlaget for at kunne måle eventuelle ændringer i børnenes mad- og bevægelsesvaner i løbet af projektperioden. Resultaterne fra efterårets spørgeskemaundersøgelse udgør således forudsætningen for at kunne vurdere modelprojektets effekt, og det forventes, at den største ændring vil være at spore i den institutionelle kontekst, dvs. skoletiden, da det er modelprojektets primære indsatsområde.

I evalueringen er der benyttet en forholdsvis ny dataindsamlingsmetode, der udnytter computeres dynamiske brugerflade med lyd og billeder, der kan understøtte de enkelte spørgsmål i et spørgeskema. Brugen af billeder og lyd muliggør inddragelsen af yngre børn som primære respondenter i spørgeskemaundersøgelser. Da der er tale om inddragelsen af indskolingsbørn, valgte vi at observere børnene og assistere lærerne, når de yngste børn udfyldte spørgeskemaet.

Der var, ikke overraskende, stor forskel på de yngste børns erfaringer med at bruge computere, og motorisk havde nogle børn svært ved at koordinere øje og hånd, når de skulle bruge musen til at besvare spørgsmålene. Det må således forventes, at nogle af de yngste indskolingsbørns besvarelser skyldes usikker brug af musen. Der vil dog trods enkelte fejlagtige besvarelser være generelle tendenser i resultaterne, der kan udtrækkes af datamaterialet.

Med hensyn til børnenes indholdsmæssige forståelse af spørgeskemaet forstod og besvarede de fleste børn spørgsmålene dem meningsfuldt, og særligt spørgsmål

vedr. mad og måltider syntes børnene at have god fornemmelse af. For at vurdere børnenes besvarelser, bad vi dem fx om at fortælle, *hvad* de havde spist, hvis de svarede, *at* de havde spist, inden de kom i skole. Et andet vigtigt element af valideringen (vurderingen) af spørgeskemaets gyldighed bliver at sammenligne børnenes egne beskrivelser af deres bevægelsesmønstre i spørgeskemaet med objektive målinger, som ikke beror på selvrapporterede informationer. Det kan være svært for børnene at beskrive deres bevægelse og fysiske aktivitet, og derfor er det relevant at inddrage objektive målinger. Målingerne giver således mulighed for at undersøge, hvor gode er børnene til at beskrive, hvordan og hvornår de bevæger sig ved at se på overensstemmelsen mellem de to metoders resultater.

For deltagerne i evalueringen vil der omkring maj måned blive udsendt et mindre spørgeskema til klasselærere. Spørgeskemaet vil indeholde spørgsmål om, hvilke aktiviteter vedr. mad og bevægelse klassen har gennemført i løbet af indeværende skoleår. Anden runde af spørgeskemaundersøgelsen planlægges gennemført i ugerne 37-41. Informationsbreve mv. udsendes i begyndelsen af det kommende skoleår, dvs. i starten af august 2006.

Første dataindsamlingsrunde er vel overstået og med en generel høj deltagelsesprocent. Skoleledelserne og lærerne har gjort en stor indsats for at få spørgeskemaundersøgelsen til at fungere på skolerne, og det er i høj grad deres fortjeneste, at så mange børn har deltaget. Vi sætter stor pris på de mange kommentarer fra lærerregistreringsskemaerne, og vi forsøger at tage højde for de vanskeligheder, nogle har oplevet, i den næste dataindsamlingsrunde.

## 7. Referenceliste

Christoffersen, MN. *Familiens udvikling i det 20. århundrede. Demografiske strukturer og processer*. København: Socialforskningsinstituttet, 2004. Andelene er baseret på tal fra 2003.

Collins ME. *Body figure perceptions and preferences among preadolescent children*. International Journal of Eating Disorders vol. 10(2), 1991 pp. 199-208.

Due P., Heitmann BL., Sørensen TIA. *Adipositasepidemien i Danmark*. Ugeskrift for læger vol. 168/2 2006.

Due P., Holstein B. *Helbred og trivsel (kapitel 2) I: Skolebørnsundersøgelsen 2002*. 2. reviderede udgave. København: Institut for Folkesundhedsvidenskab, Københavns Universitet 2003a.

Due P., Holstein B. *Sociale relationer (kapitel 4) I: Skolebørnsundersøgelsen 2002*. 2. reviderede udgave. København: Institut for Folkesundhedsvidenskab, Københavns Universitet 2003b.

Edmunds LD., Ziebland S. *Development and validation of the Day in the Life Questionnaire (DILQ) as a measure of fruit and vegetable questionnaire for 7-9 year olds*. Health education research vol. 17(2), 2002 pp. 211-220.

Fyns Amt. *Sundhedsplan 2000. Fyns Amts sundhedsplan for perioden 1998-2001*. Odense: Sundhedssekretariatet 2001.

Henriksen CS. *Børn og unges fritid i Høje Taastrup Kommune*. København: Center for Alternativ Samfundsanalyse 2002.

Lissau I., 2006. Personlig kommunikation.

Moore L., Tapper K., Dennehy A., Cooper A. *Development and testing of a computerized 24-h recall questionnaire measuring fruit and snack consumption among 9-11 year olds*. European Journal of Clinical Nutrition 2005 pp. 1-8.

Olsen H. *Fra spørgsmål til svar. Konstruktion og kvalitetssikring af spørgeskema-data*. København: Akademisk Forlag 2005

Olsen L., Rieper O. *Evalueringsbegrebet, modeller og paradigmer (kapitel 1)*. I: Rieper O. (red). *Håndbog i evaluering. Metoder til at dokumentere og vurdere proces og effekt af offentlige indsatser*. København: AKF Forlaget 2004.

Pearson S, Olsen LW, Hansen B, Sørensen TIA. *Stigning i overvægt og fedme blandt københavnske skolebørn i perioden 1947-2003*. Ugeskrift for læger, 2005: 167/2.

Rasmussen, NK. *Evaluering af det forebyggende sundhedsarbejde* (kap.22). I: Kamper-Jørgensen F., Almind G. (red.). *Forebyggende sundhedsarbejde*. København: Munksgaard, 2000.

Scott J. Children as respondents – The challenge of quantitative methods. I: James A. & Christensen P. *Conducting research with children*. Brighton: Falmer Press 2000.

Sundhedsstyrelsen. *Del II. Børn og unge: fysisk aktivitet, fitness og sundhed. Særligt tryk til DASFAS symposium, 14. november 2005*. København: Sundhedsstyrelsen 2005.

Togeby M. *Effektevalueringer og statistiske analyser*. I: Dahler-Larsen P., Krogstrup HK. *Tendenser i evaluering*. Odense: Syddansk Universitetsforlag 2003.