

# SUNDHED, BEVÆGELSE OG TRIVSEL I PURHUS IF

Evaluering af den indledende fase (2. del)

Delrapport 2 / Januar 2022



Christian Gjersing Nielsen



Idrættens  
**Analyseinstitut**



# SUNDHED, BEVÆGELSE OG TRIVSEL I PURHUS IF – EVALUERING AF DEN INDLEDENDE FASE (2. DEL)

**Titel**

Sundhed, bevægelse og trivsel i Purhus IF – evaluering af den indledende fase (2. del)

**Forfatter**

Christian Gjersing Nielsen

**Rekvirent**

Purhus Idrætsforening og Fonden Træningshuset i Asferg

**Layout**

Idrættens Analyseinstitut

**Forsidefoto**

Getty Images/KatarzynaBialasiewicz

**Udgave**

1. udgave, Aarhus, januar 2022

**Pris**

Rapporten kan downloades gratis på [www.idan.dk](http://www.idan.dk)

**ISBN**

978-87-93784-69-7 (pdf)

**Udgiver**

Idrættens Analyseinstitut

Frederiksgade 78B, 2.

DK-8000 Aarhus C

T: +45 3266 1030

E: [idan@idan.dk](mailto:idan@idan.dk)

W: [www.idan.dk](http://www.idan.dk)

Gengivelse af denne rapport er tilladt med tydelig kildehenvisning.

## Indhold

|  |    |
|--|----|
| Baggrundskapitel .....   | 6  |
| Introduktion.....  | 8  |
| Metode og datagrundlag .....                                   | 8  |
| Børns deltagelse i idræt, sport eller motion .....             | 10 |
| Baggrundsforhold og idrætsdeltagelse.....                      | 11 |
| Børns deltagelse i idrætsaktiviteter .....                     | 13 |
| Sport og motion i regi af Purhus IF .....                      | 14 |
| Om Træningshuset .....   | 16 |
| Hvad er vigtigt for deltagelse i foreningsaktiviteter?.....    | 18 |
| Årsager til ikke at dyrke foreningsidræt .....                 | 20 |
| Interesse for at dyrke fritidsaktiviteter med familien .....   | 22 |
| Fritids- og foreningsaktiviteters sammenfald med trivsel ..... | 24 |
| Opsamling.....   | 27 |
| Litteraturliste .....  | 29 |

## Baggrundskapitel

Purhus Idrætsforening (Purhus IF) er beliggende i Asferg og Gassum Sogne i Randers Kommune med henholdsvis 967 og 885 indbyggere (primo 2021)<sup>1</sup>. Foreningen har base i Træningshuset i Asferg og Kultur- og Aktivitetshuset i Gassum. Ved udgangen af 2020 havde Purhus IF 763 medlemmer. Det seneste år har foreningen oplevet et fald 126 medlemmer, hvilket hovedsageligt kan tilskrives coronanedlukningen. Siden 2010 har foreningen oplevet et markant fald i antallet af børn fra 0-12 år, der er reduceret fra 316 medlemmer til 143 medlemmer i 2020.

En række regionale og kommunale undersøgelser viser desuden, at børn og unge i Asferg Sogn er udfordret på sundhedsområdet i forhold til overvægt, trivsel, social polarisering og fysisk aktivitet, og bl.a. viste den kommunale vægtrapport fra skoleåret 2018/19, at hele 28 pct. af eleverne på Asferg Skole var overvægtige ved indskolingen (Randers Kommune, 2019).

Purhus IF ønsker at tage et samfundsmæssigt ansvar for udviklingen i lokalområdet med fokus på at fremme sundheden i familier bl.a. gennem samarbejde med lokale aktører. Foreningen har som vision at '... være den bedste idrætsforening for hele familien' (Purhus Idrætsforening, 2022) og vil kunne rumme alle børn uanset niveau og udfordringer (se appendiks).

Med udgangspunkt i Purhus IF's vision har foreningen iværksat et projekt, der har til formål at styrke den tidlige, forebyggende indsats gennem foreningsfællesskaber blandt børn og unge i foreningens lokalområde med fokus på 'grundlæggende glæde ved bevægelse samt en bedre trivsel og sundhed – fysisk, psykisk og socialt' (projektbeskrivelsen fremgår af appendiks i delrapport 1 og kan med fordel læses forud for denne rapport).

Sundhed, bevægelse og trivsel i Purhus IF – der kører i perioden 2021-2025 – har særligt fokus på aldersgruppen 0-5 år med ønsket om at give flere børn bevægelsesglæde og foreningsopdragelse og samtidig skabe et attraktivt lokalsamfund.

Projektet gennemfører en række konkrete initiativer, der udover et generelt sundheds-, trivsels- og bevægelsesfokus har til formål at introducere børn og deres forældre for – og fastholde dem i – foreningsfællesskaber:

- **Asferg Babyklub** med fokus på (1) at få etableret et foreningsfællesskab blandt forældre på barsel (og deres børn), og (2) tilbyde ugentlige hold med babymotorik og mortræning. Babyklubben består dels af foreningsaktiviteter (mortræning og babymotorik) og dels af en mødregruppe med mødegange i Træningshuset
- **PIF Spireklub**, hvor forældre med børn i alderen 1-6 år tilbydes et ugentligt foreningsorganiseret lege- og bevægelsestilbud i Træningshuset med to frivillige

---

<sup>1</sup> Baggrundkapitlet fremgår også af delrapport 1.

hjelpeinstruktører.

- **Samarbejde om bevægelse og sundhed i vuggestuer og børnehaver** som præsenterer alle børn i daginstitutioner for bevægelse og idræt gennem 'idrætseftermiddage' og 'idrætsdage' med yderligere fokus på sundhed og trivsel. Desuden afholdes forældre- og personalemøder med fokus på bevægelse og sundhed.
- **Trivselsuge i overgangen mellem børnehave og skole** med fokus på bevægelse, fællesskab, sundhed og idræt.

I forbindelse med projektbeskrivelsen har Purhus IF opstillet følgende målsætninger for perioden 2021-2025:

- Børnene, som er aktive i Purhus IF, oplever bevægelsesglæde og trivsel ved at være en del af foreningsfællesskabet.
- Der er en højere grad af trivsel blandt børnene i Asferg Skole ud fra Region Midtjyllands kommende trivselsrapporter set i forhold til trivselsrapporten fra skoleåret 2017/18 (Breinholt Larsen et al., 2018).
- Børnene, som er aktive i Purhus IF, kommer fra alle socioøkonomiske grupper.
- Der er færre overvægtige børn ved skolestart, og antallet af overvægtige kommer under gennemsnittet i Randers Kommune på 15 pct.
- 60 pct. af de 0-6-årige børn og 75 pct. af de 7-12-årige børn i Purhus IF's område er medlem af foreningen.

Projektet bygger på et eksisterende samarbejde mellem Purhus IF og Asferg Skole, som i de seneste tre år har igangsat tilbud, der kobler skole- og foreningsliv, med det formål at give børnene mere bevægelse i hverdagen samt bedre kendskab til foreningen og idrætsfaciliteten Træningshuset. I forbindelse med dette projekt har Purhus IF indgået samarbejdsaftaler med en række andre aktører, der bidrager ind i projektet på forskellig vis.

Formålet med delrapport 1 og 2 er at undersøge projektets udgangspunkt (baseline), således at det i løbet af projektperioden kan evalueres med udgangspunkt heri. Delrapport undersøgte (1) nøgleinteressenters holdning til projektet og (2) foretog en evaluering af babyklubben (tilfredshedsmåling blandt deltagerne). Delrapporten er tilgængelig på Idrættens Analyseinstituts hjemmeside og kan med fordel læses forud for denne delrapport. Denne anden delrapport kigger nærmere på sports- og motionsvaner blandt børn på Asferg Skole.

## Introduktion

Projektet har særligt fokus på aldersgruppen 0-5 år, men har en langsigtet målsætning om, at 60 pct. af de 0-6-årige børn og 75 pct. af de 7-12-årige børn i Purhus IF's område er medlem af foreningen. Denne 2. del afdækker således deltagelsesniveauet i sport og motion samt foreningsaktiviteter generelt og i regi af Purhus IF blandt børn på Asferg Skole. Desuden er fokus på oplevelsen af Træningshuset i Asferg, og hvilke faktorer der er vigtige i forhold til at dyrke foreningsidræt, holdninger til familieorienterede idrætstilbud og trivsel.

## Metode og datagrundlag

Analysen er baseret på en spørgeskemaundersøgelse blandt børn i 0.-6. klasse på Asferg Skole. Undersøgelsen blev gennemført i den sidste uge af september 2021, ved at eleverne besvarede et online spørgeskema i en undervisningstime under vejledning af personale fra Træningshuset i Asferg. I 0.-3. klasse er alle eleverne blevet assisteret i besvarelsen, mens 4.-6. klasserne har haft mulighed for at spørge om hjælp. Der blev sendt en udførlig vejledning til personalet i forhold til, hvordan de kunne assistere og hjælpe eleverne i deres besvarelser.

Da eleverne er blevet bedt om at svare på spørgeskemaet i undervisningstiden, kan vi forvente et mere retvisende billede af idrætsdeltagelsen, end hvis undersøgelsen var foretaget gennem en åben invitation til at deltage. Undersøgelser foretaget gennem en åben invitation kan tendere til at overvurdere idrætsdeltagelsen en smule ud fra den antagelse, at børn (og deres forældre) i højere grad vil tage sig tid til at svare, hvis de er interesserede i sport og motion.

Børnene blev bedt om at svare på spørgsmål, der var relevante for deres situation baseret på svarene i de foregående spørgsmål. Derfor vil antallet af besvarelser på de enkelte spørgsmål variere (f.eks. skelnes der mellem idrætsaktive/ikke-idrætsaktive og foreningsaktive/ikke-foreningsaktive i nogle af besvarelserne) og fremgå i noten til de forskellige tabeller og figurer ('n' angiver antallet af respondenter).

Delanalysen baserer sig på 79 gennemførte besvarelser, svarende til 88 pct. af alle elever i 0.-6. klasse på Asferg Skole. Tabel 1 viser deltagelsesprocenter på de forskellige klassetrin. Blandt respondenterne er 53 pct. drenge og 47 pct. piger, hvoraf langt størstedelen kommer fra Fårup (71 pct.).



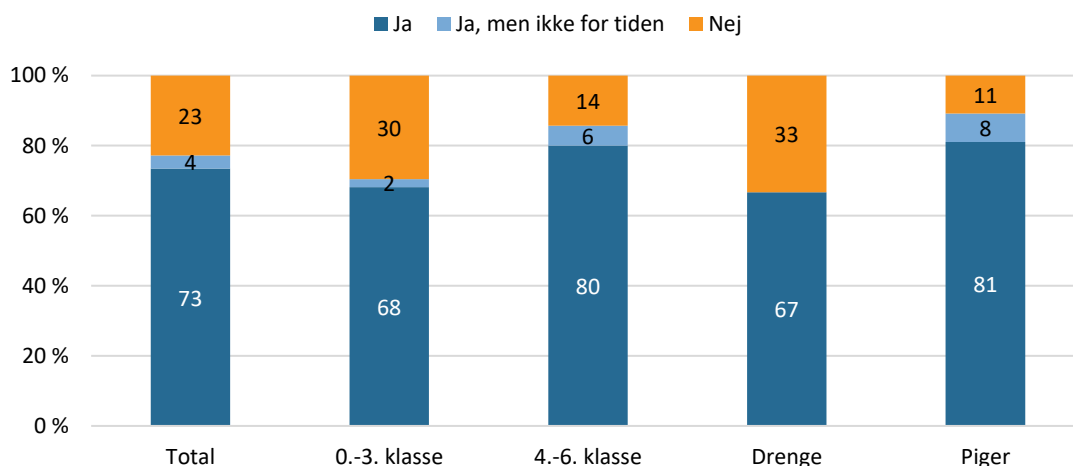
**Tabel 1: Delanalysens datagrundlag**

|           | Antal<br>besvarelser | Antal elever | Andel<br>besvarelser (pct.) | Deltagelses-<br>procent (pct.) |
|-----------|----------------------|--------------|-----------------------------|--------------------------------|
| 0. klasse | 15                   | 16           | 19                          | 94                             |
| 1. klasse | 10                   | 12           | 13                          | 83                             |
| 2. klasse | 10                   | 11           | 13                          | 91                             |
| 3. klasse | 9                    | 12           | 11                          | 75                             |
| 4. klasse | 14                   | 14           | 18                          | 100                            |
| 5. klasse | 6                    | 9            | 8                           | 67                             |
| 6. klasse | 15                   | 16           | 19                          | 94                             |
| Total     | 79                   | 90           |                             | 88                             |

## Børns deltagelse i idræt, sport eller motion

På Asferg Skole angiver 73 pct. af de adspurgte børn fra 0.-6. klasse, at de normalt dyrker sport og motion i fritiden (se figur 1), mens en mindre andel (4 pct.) svarer 'ja, men ikke for tiden'. I 0.-3. klasse er det godt to tredjedele (68 pct.) af børnene, som normalt dyrker sport og motion, mens det gælder fire ud af fem børn (80 pct.) i 4.-6. klasse. Færre drenge (67 pct.) end piger (81 pct.) angiver at være aktive.

Figur 1: Deltagelse i sport og motion (pct.)

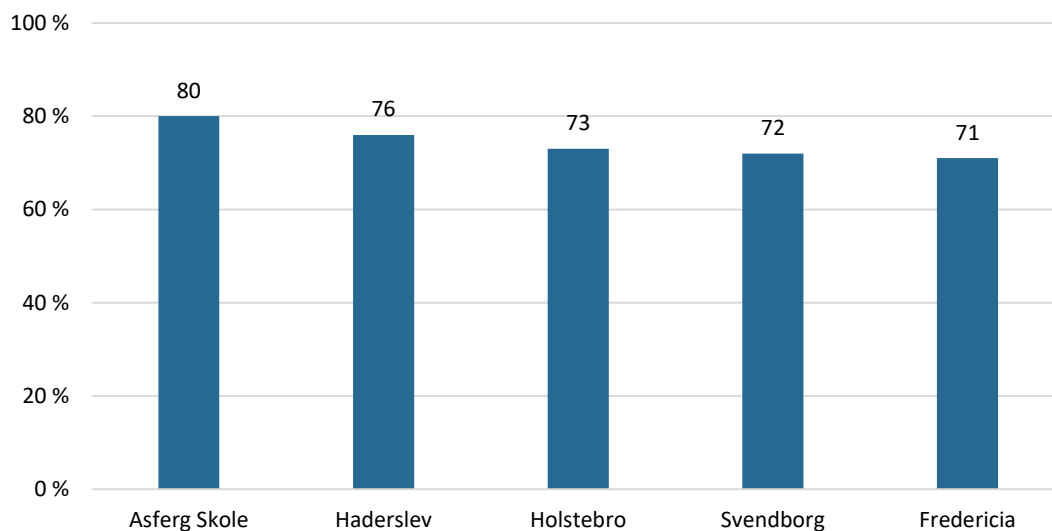


Svarfordelinger på spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport og motion?' opdelt på klassetrin og køn (n=79).

Sammenligner man idrætsdeltagelsen i 4.-6. klasse med aldersgruppen 10-12 år i en række kommuner, som Idrættens Analyseinstitut tidligere har gennemført undersøgelser i<sup>2</sup>, synes idrætsdeltagelsen at ligge på et højt niveau (se figur 2). Det skal imidlertid bemærkes, at datagrundlaget er yderst spinkelt med kun 35 respondenter i denne årgang, og det kan således ikke bekræftes statistisk, at idrætsdeltagelsen er højere for denne årgang end i sammenligningskommunerne.

<sup>2</sup> I andre undersøgelser er elever fra 0.-3. klasse ikke blevet adspurgt.

**Figur 2: Idrætsdeltagelsen blandt børn i 4.-6. klasse på Asferg Skole og på tværs af 10-12-årige i fire sammenligningskommuner (pct.)**



Figuren viser svarfordelinger på spørgsmålet 'Dyrker du normalt idræt, sport og motion?' blandt skolebørn fra 10-12 år fordelt på fire kommuner. Kilde: Tallene er baseret på undersøgelser gennemført af Idan i perioden fra 2016-2021.

Kommuneundersøgelserne er lavet efter samme metode som denne undersøgelse, men på forskellige tidspunkter. Undersøgelserne i Haderslev, Holstebro og Svendborg Kommuner er foretaget i 2016, mens undersøgelsen i Fredericia Kommune er foretaget efter coronanedlukningerne i 2020-2021. Hvorvidt nedlukningerne har haft indvirkning på idrætsdeltagelsen, er uvist.

Idrætsdeltagelsen blandt børn på Asferg Skole skal desuden ses i lyset af, at landsdækkende motionsvaneundersøgelser generelt viser, at deltagelsen blandt børn og unge ser ud til at være faldet mellem 2016 og 2020 (Rask & Eske, 2020)

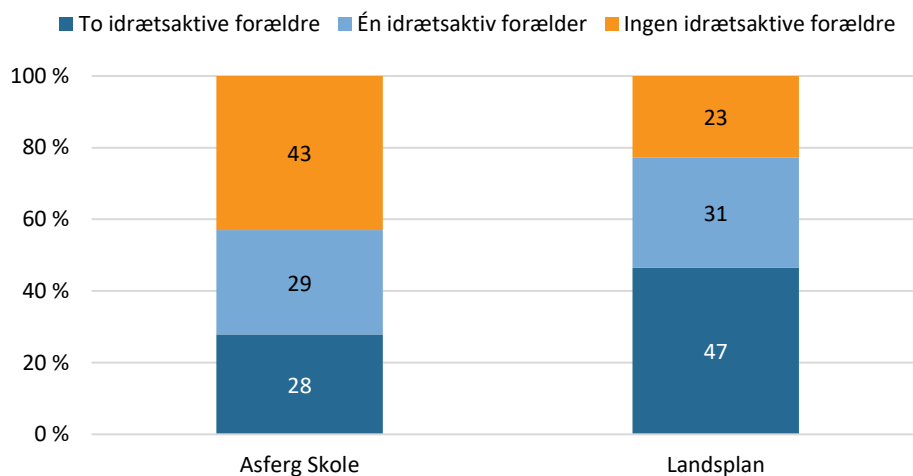
## Baggrundsforhold og idrætsdeltagelse

Kigger man specifikt på voksnes tilbøjelighed til at dyrke motion, er uddannelsesniveaulet – kontrolleret for andre faktorer – den mest afgørende baggrundsvariabel (Pilgaard, 2009). Sammenlignet med Randers Kommune og på landsplan har befolkningen i Asferg Sogn et lavere uddannelsesniveau, hvilket således kan være en barriere i forhold til at dyrke sport og motion (Nielsen, 2021, s. 13).

Samtidig peger tidligere undersøgelser på, at børns idrætsdeltagelse i høj grad er præget af forældrenes socioøkonomiske status og i særdeleshed, om forældrene selv dyrker sport og motion (Pilgaard, 2009).

På Asferg Skole er det kun 28 pct., der svarer, at begge deres forældre dyrker sport og motion, mens hele 43 pct. angiver, at ingen af forældrene er idrætsaktive (se figur 3). Til sammenligning var det næsten halvdelen (47 pct.) af børnene i aldersgruppen 7-12 år på landsplan, der svarede, at begge deres forældre dyrkede sport og motion i 2016 (Pilgaard & Rask, 2016).

**Figur 3: Forældres deltagelse i sport og motion (pct.)**

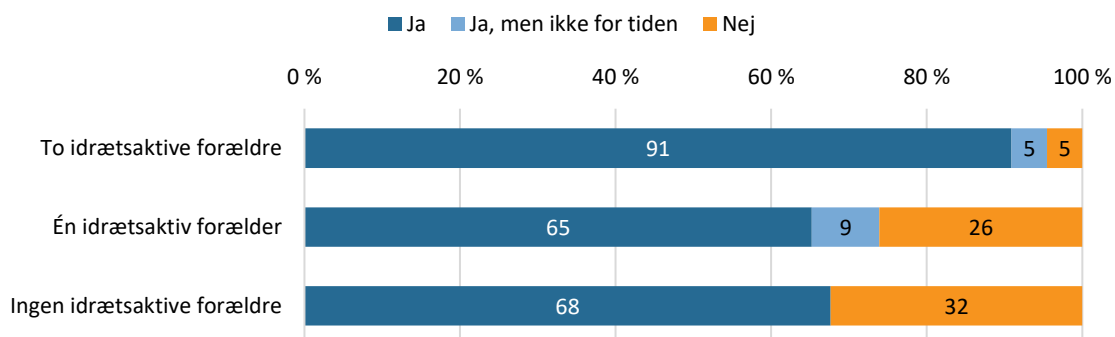


Figuren viser andelen af børn i 0.-6. klasse (Asferg Skole) og 7-12 år (landsplan), der svarer 'ja' til spørgsmålene 'Dyrker din mor sport/motion?' og 'Dyrker din far sport/motion?' (Asferg Skole, n=79; landsplan, n=2.157).

At der er et stærkt sammenfald mellem forældres og børns deltagelse i sport og motion gør sig også gældende blandt børn på Asferg Skole. Hele 91 pct. af de børn, som svarer 'ja' til at have to idrætsaktive forældre angiver, at de selv dyrker sport og motion. Til sammenligning er det omkring to tredjedele – henholdsvis 65 og 68 pct. – af børnene med én eller ingen idrætsaktive forældre, som angiver at dyrke sport og motion (se figur 4).

Selvom der på Asferg Skole ikke er en statistisk signifikant forskel på deltagelse i sport og motion blandt børn med henholdsvis én idrætsaktiv forælder (65 pct.) og ingen idrætsaktive forældre (68 pct.), viser den landsdækkende motionsvaneundersøgelse fra 2016, at idrætsdeltagelsen er højere blandt de børn, som har én idrætsaktiv forælder, end børn, hvor ingen af forældrene er aktive (Pilgaard & Rask, 2016). Selvom der ikke kan påvises en årsagssammenhæng fra forældre til børn, er det oplagt, at den nære families interesse for og deltagelse i sport og motion spiller en rolle for, om børn er fysisk aktive.

**Figur 4: Børns deltagelse i sport og motion fordelt på forældrenes idrætsaktivitet (pct.)**



Figuren viser andelen af børn på Asferg Skole, der svarer 'ja' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport og motion' opdelt på, hvorvidt respondenteren har idrætsaktive forældre (n=79).

På trods af den store andel af ikke-idrætsaktive forældre, er den samlede idrætsdeltagelse blandt børn på Asferg Skole dog relativt høj.

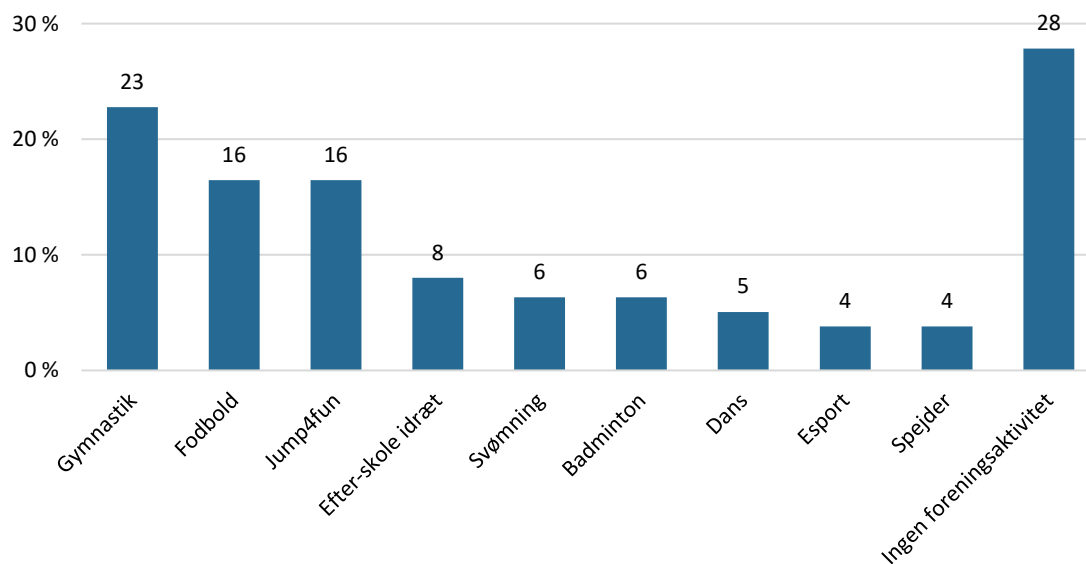
Eftersom projektet i særdeleshed har fokus på de 0-5-årige, skal det bemærkes, at forældres socioøkonomiske status umiddelbart ikke synes at indvirke på 3-6-åriges deltagelse i sport og motion, som den gør med børn i skolealderen. Således finder Rask og Toudal (2021) ingen signifikant sammenhæng mellem de 3-6-åriges deltagelse i sport og motion og forældrenes egen deltagelse i sport og motion. Undersøgelsen viser desuden, at denne aldersgruppe oplever stor glæde ved stort set alle former for bevægelse, hvorfor det også er et åbent rum i forhold til at skabe gode vaner tidligt i livet.

## Børns deltagelse i idrætsaktiviteter

Ud fra en liste med en række af de mest populære foreningsaktiviteter samt aktiviteter, der kan dyrkes i Purhus IF, er børnene blevet bedt om at angive, hvilke aktiviteter de dyrker i regi af en idrætsforening/klub. Nedenfor fremgår de ni mest populære aktiviteter (se figur 5).

Desuden er der børn, der har angivet, at de går håndbold, bordtennis, karate, løb, ud-spring, gokart og mountainbike. Det skal bemærkes, at det kun er gymnastik (18), fodbold (13) og Jump4fun (13), som mere end seks respondenter angiver at dyrke i foreningsregi.

**Figur 5: Børns foreningsdeltagelse fordelt på aktiviteter (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen blandt børn på Asferg Skole på spørgsmålet: 'Går du til sport/motion i en forening eller klub?' (Sæt gerne flere kryds) opdelt på sportsgrene (n=79).

Gymnastik er den mest populære foreningsaktivitet, som knap en fjerdedel (23 pct.) dyrker, mens 16 pct. går til henholdsvis fodbold og Jump4fun. Sidstnævnte er et træningstilbud, hvor børn kan prøve mange forskellige aktiviteter og lege. Der er 8 pct. af børnene (i alt fem børn), som angiver, at de går til Purhus IF's egentlige efter-skole idrætstilbud, som

tilbydes til elever fra 4.-6. klasse og har fokus på, at deltagerne kan prøve en række forskellige motionsaktiviteter og -lege.

I alt angiver 72 pct., at de dyrker en foreningsaktivitet (se tabel 2). Heraf er det 81 pct. af pigerne, mens det er knap to tredjedele af drengene (64 pct.). Blandt 4.-6. klasserne er det 80 pct., der dyrker sport og motion i en forening, mens det er to tredjedele (66 pct.) blandt 0.-3.-klasserne.

**Tabel 2: Børns foreningsdeltagelse fordelt på aktiviteter på tværs af køn og klassetrin (pct.)**

|                          | Total | Køn   |       | Klassetrin   |              |
|--------------------------|-------|-------|-------|--------------|--------------|
|                          |       | Dreng | Piger | 0.-3. klasse | 4.-6. klasse |
| Dyrker idræt i forening  | 72    | 64    | 81    | 66           | 80           |
| Gymnastik                | 23    | 7     | 41    | 32           | 11           |
| Fodbold                  | 16    | 21    | 11    | 11           | 23           |
| Jump4fun                 | 16    | 19    | 14    | 16           | 17           |
| Efter-skole idræt        | 8     | 7     | 8     | 0            | 17           |
| Svømning                 | 6     | 0     | 14    | 11           | 0            |
| Badminton                | 6     | 10    | 3     | 0            | 14           |
| Dans                     | 5     | 0     | 11    | 5            | 6            |
| Esport                   | 4     | 7     | 0     | 5            | 3            |
| Spejder                  | 4     | 0     | 8     | 0            | 9            |
| Ingen foreningsaktivitet | 28    | 36    | 19    | 34           | 20           |

Tabellen viser andelen af respondenter, der dyrker forskellige aktiviteter ud fra spørgsmålet 'Går du til sport/motion i en forening eller klub?' (Sæt gerne flere kryds) opdelt på køn og klassetrin (n = 79).

Mens gymnastik er den mest udbredte aktivitet blandt pigerne, som hele 41 pct. dyrker, er fodbold den mest populære aktivitet blandt drengene (21 pct.). Jump4fun er populært hos begge køn – således er det den næstmest populære foreningsaktivitet hos både piger (sammen med svømning) og dreng. Med undtagelse af efter-skole idræt – som har en ligelig fordeling af piger og dreng – bærer foreningsaktiviteterne generelt præg af kønsforskelle i deltagelsesmønstret.

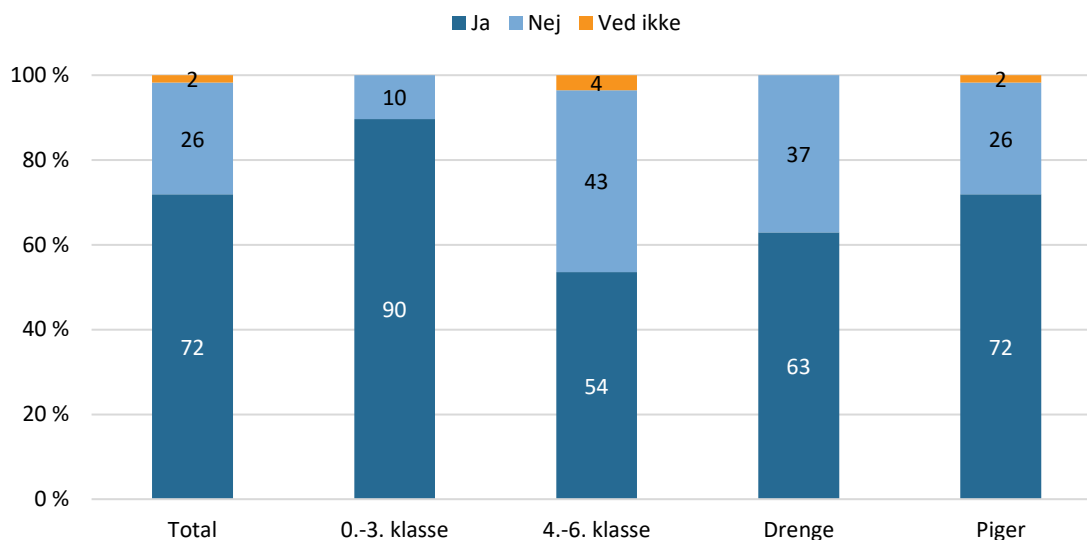
Blandt eleverne i 0.-3. klasse er gymnastik den mest udbredte foreningsaktivitet. Således er det næsten en tredjedel (32 pct.) i denne aldersgruppe, som går til gymnastik. Blandt 4.-6. klasserne er fodbold mest populært, hvilket knap hver fjerde (23 pct.) dyrker i en forening. Blandt de ældre børn er det hver femte (20 pct.), som angiver ikke at dyrke foreningsidræt, mens det er godt hver tredje (34 pct.) i 0.-3. klasse.

## Sport og motion i regi af Purhus IF

Af de 57 respondenter, som angiver at dyrke foreningsaktiviteter, svarer 41 (72 pct.), at de gør det i regi af Purhus IF, mens en enkelt respondent svarer 'ved ikke' (se figur 7).

En del af eleverne på Asferg Skole bor uden for Fårup og Spentrup, som er Purhus IF's primære opland. Blandt de foreningsaktive respondenter, som angiver at bo i Fårup og Spentrup, er det godt tre ud af fire (76 pct.) foreningsaktive, som angiver at dyrke idræt i Purhus IF. I alt svarer det til, at 54 pct. af alle respondenter fra Fårup og Spentrup dyrker sport og motion i Purhus IF, hvilket er relativt langt fra foreningens langsigtede mål om, at 75 pct. af de 7-12-årige i området skal være medlemmer i foreningen.

**Figur 7: Foreningsaktive børns deltagelse i aktiviteter i regi af Purhus IF (pct.)**



Svarfordelinger på spørgsmålet 'Dyrker du en eller flere af dine aktiviteter i Purhus IF?' opdelt på klassetrin og køn (n=57).

Der er nogle store aldersmæssige forskelle. Mens det er ni ud af ti af de foreningsaktive i 0.-3. klasse, der dyrker sport og motion i Purhus IF, er det kun 54 pct. blandt 4.-6. klasserne. Blandt pigerne er det knap tre fjerdedele (72 pct.), der dyrker aktiviteter i foreningen, mens det blandt drengene er knap to tredjedele (63 pct.).

Blandt de børn, der ikke dyrker sport og motion i Purhus IF, er der oftest tale om idrætter, som foreningen ikke udbyder for denne aldersgruppe, herunder fodbold og svømning, hvilket bl.a. kan være med til at forklare de køns- og aldersmæssige forskelle. Der er imidlertid også enkelte i nærområdet, der angiver at dyrke gymnastik, badminton og esport i regi af en anden forening.

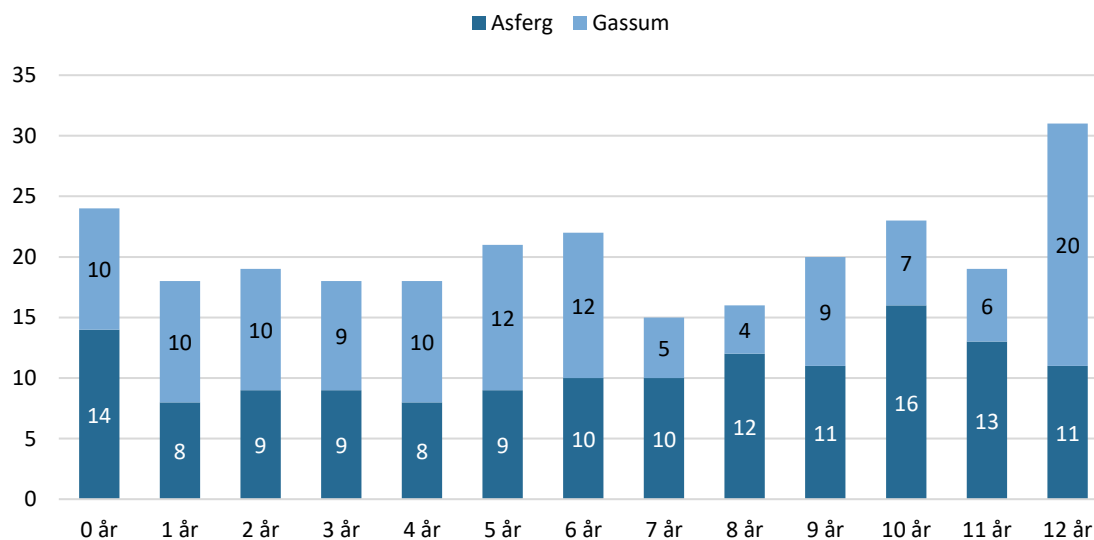
En potentiel udfordring i forhold til at nå målet om, at 75 pct. af de 7-12-årige børn i Purhus IF's område er medlem af foreningen, er det spinkle befolkningsgrundlag i foreningens nærområde. Således var der ifølge Danmarks Statistik henholdsvis 73 og 51 børn i aldersgruppen 7-12 år, der var bosat i Asferg og Gassum Sogne i 2021 (se figur 8), som er Purhus IF's primære opland.

Det kan ikke udelukkes, at det i nogle tilfælde kan være vanskeligt at samle nok børn til at kunne oprette aldersspecifikke hold inden for bestemte idrætsgrene. I yderste konsekvens

kan det få børn til at søge ud i andre foreninger eller helt droppe foreningsidræt, hvis der ikke udbydes idrætsgrene og hold, der appellerer til dem.

Udfordringen er ikke så udtalt i forhold til de yngre børn, da deres gælde ved bevægelse er mindre aktivitetsspecifik (Rask & Toudal, 2021). I de to sogne boede der samlet set 140 i aldersgruppen 0-6 år ved udgangen af 2021.

**Figur 8: Børn i alderen 0-12 år i Asferg og Gassum Sogne (2021)**



Figuren viser antallet af børn i alderen 0-12 år i Asferg og Gassum Sogne for 2021 (kilde: Danmarks Statistik).

## Om Træningshuset

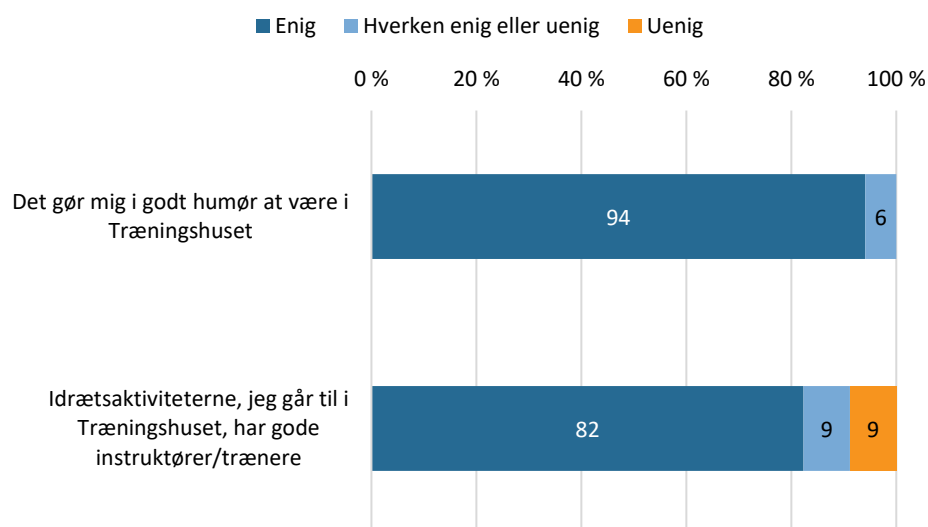
Respondenterne er blevet bedt om at svare på, hvorvidt de regelmæssigt kommer eller tidligere er kommet regelmæssigt i Træningshuset i deres fritid. Til det svarer 43 pct., at de enten er brugere (34 pct.) eller tidligere har været brugere (9 pct.).

De respondenter, som svarer 'ja' til dette, har yderligere besvaret spørgsmål relateret til deres tilfredshed med aktiviteterne. Her erklærer 94 pct. sig enige i, at det gør dem i godt humør at være i Træningshuset, mens godt fire ud af fem (82 pct.) erklærer sig enig i, at de idrætsaktiviteter, de dyrker der, har gode instruktører/trænere (se figur 9). Knap hver tiende erklærer sig uenig i dette udsagn.<sup>3</sup>

<sup>3</sup> Det skal bemærkes, at personale fra Træningshuset har assisteret 0.-3.-klasserne i udfyldning af spørgeskemaet, hvilket kan påvirke svarene i positiv retning (føre til bias).



**Figur 9: Holdninger til Træningshuset (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen blandt børn på Asferg Skole, der kommer/er kommet regelmæssigt i Træningshuset i deres fritid på to holdningsspørgsmål (n=34).

Ydermere er respondenterne blevet spurgt ind til, om der er noget, Træningshuset mangler eller kan gøre bedre. En del skriver, at de er tilfredse, og at de ikke mener, der mangler noget. Der er imidlertid også en række ønsker, der spænder bredt (se nedenfor):

"At gymnastiktræningen er længere og flere dage om ugen."

"At Jump4fun var længere og flere dage om ugen."

"At man må have kæledyr med."

"Bedre høretelefoner til esport."

"Der mangler et legerum indenfor, når vejret er dårlig udenfor. Legepladsen udenfor mangler også en farligere rutsjebane og en lille rutsjebane."

"Der mangler en kiosk, hvor man kan købe slik og sodavand efter træning."

"En stor trampolin og mere gymnastik. Mere tid og flere gange om ugen."

"Et rum eller sted, hvor man kan lege eller være aktiv, når man bare er dernede."

"Hoppeborg."

"Jeg synes, der skal være flere bolde."

"Legepladsen skal være bedre."

"Mere leg og spis."

”Mere plads til leg. Flere legeredskaber.”

”Ny karrusel på legepladsen.”

”Rækværk til at holde balancen, når man går på line.”

Udsagn fra spørgeskemaundersøgelsen

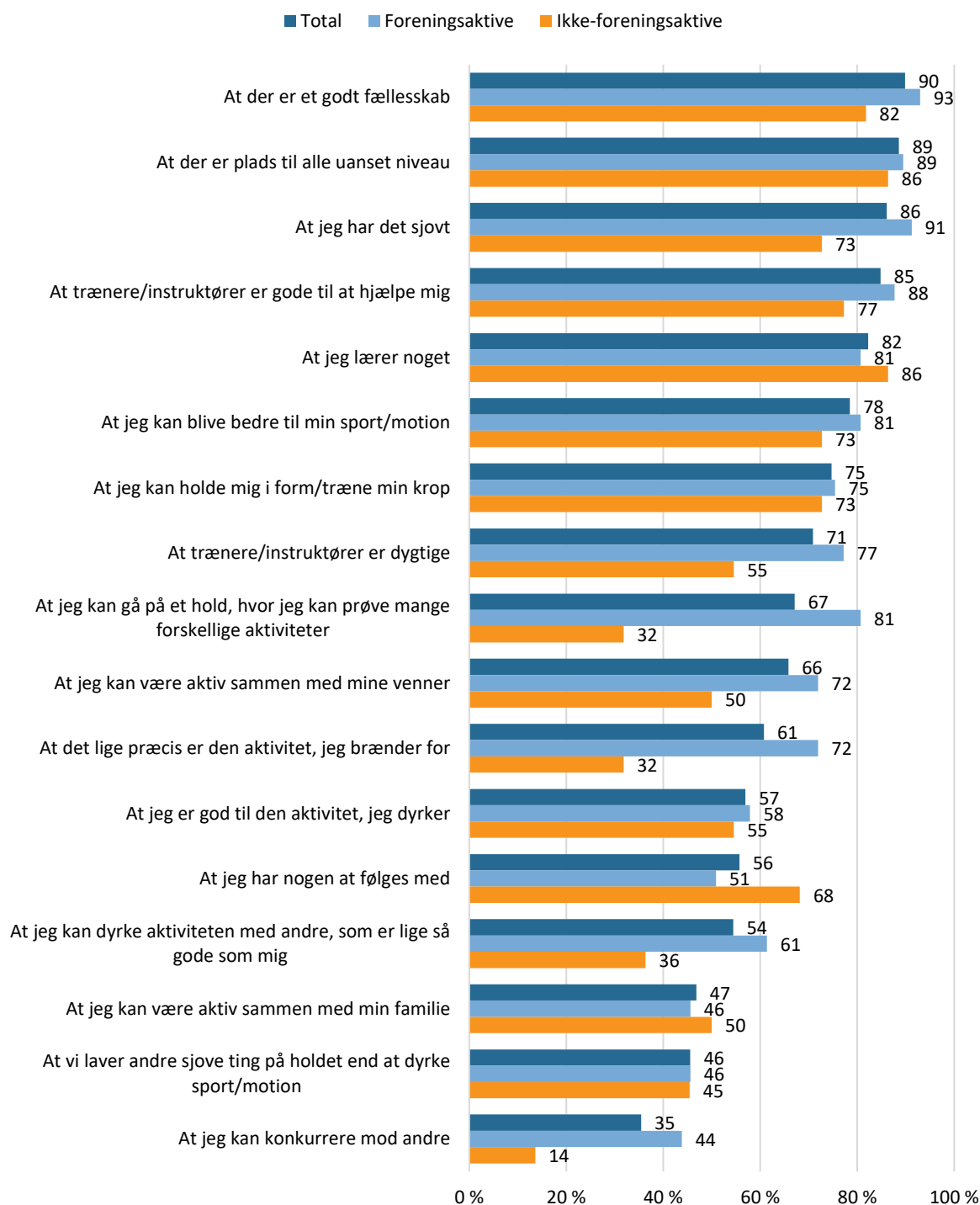
## Hvad er vigtigt for deltagelse i foreningsaktiviteter?

Børn, der dyrker minimum én foreningsaktivitet (foreningsaktive), er blevet bedt om at tage stilling til vigtigheden af en række faktorer, når de dyrker deres aktivitet i foreningsregi. Børn, der ikke har dyrket en foreningsaktivitet (ikke-foreningsaktive), er derimod blevet bedt om at tage stilling til, hvor vigtige de samme faktorer ville være, hvis de skulle starte til en aktivitet i en forening.

De udsagn, som flest børn finder vigtige, er, ’at der er et godt fællesskab’, ’at der er plads til alle uanset niveau’, ’at jeg har det sjovt’, ’at trænere/instruktører er gode til at hjælpe mig’, og ’at jeg lærer noget’ (se figur 10). Både de foreningsaktive og de ikke-foreningsaktive synes i høj grad at motiveres af sociale faktorer, mens de konkurrencemæssige motiver ses som mindre væsentlige. Denne generelle tendens ses også på landsplan (Pilgaard & Rask, 2016).

Udsagnet ’at kunne være aktiv med min familie’ scorer relativt lavt sammenlignet med andre faktorer. Med udgangspunkt i projektets familieorienterede fokus er det dog alligevel interessant, at knap halvdelen af de adspurgte vurderer dette parameter som ’vigtigt’.

**Figur 10: Vigtigheden af en række forhold i relation til at dyrke foreningsidræt på tværs af foreningsaktive og ikke-foreningsaktive (pct.)**



Figuren viser andelen, som har svaret 'vigtigt'<sup>4</sup> på spørgsmålene 'Hvor vigtigt er følgende for dig, når du dyrker sport/motion i en forening/klub?' (foreningsaktive, n = 57) og 'Hvor vigtigt er følgende for dig, hvis du skulle dyrke sport/motion i en forening/klub?' (ikke-foreningsaktive, n = 22) for børn på Asferg Skole (total, n = 79).

<sup>4</sup> Svarmulighederne er 'vigtigt', 'midt i mellem' og 'ikke vigtigt'.

Kigger man på tværs af foreningsaktive og ikke-foreningsaktive, er der en klar tendens til, at de foreningsaktive tillægger en lang række af de nævnte forhold større vigtighed end de ikke-foreningsaktive. Eftersom de ikke-foreningsaktive som gruppe må forventes at være mindre motiverede i forhold til at dyrke sport og motion i en forening – og nogle har slet ikke lyst til at dyrke idræt i en forening – er det heller ikke overraskende, at de generelt vurderer en lang række af parametrene som værende mindre væsentlige.

Noget af det, der springer i øjnene, er imidlertid, at de ikke-foreningsaktive børn i højere grad end de foreningsaktive går op i, om de har nogle at følges med, mens kun 14 pct. – mod 44 pct. af de foreningsaktive – angiver det som vigtigt at kunne konkurrere mod andre. Det synes heller ikke at være selve aktiviteten, der er afgørende for denne gruppe. Således er det kun hver tredje (32 pct.), der svarer, at det er 'vigtigt', 'at det lige præcis er den aktivitet, jeg brænder for', mens det er 72 pct. blandt de foreningsaktive.

## Årsager til ikke at dyrke foreningsidræt

De 27 pct., som har svaret, at de ikke går til sport og motion i en forening/klub, er blevet bedt om at angive årsagerne hertil.

Datagrundlaget er spinkelt med kun 21 respondenter, der har besvaret spørgsmålet. Det skal også bemærkes, at der ofte kan ligge nogle komplekse eller 'skjulte' årsager til grund, som det enkelte barn ikke nødvendigvis reflekterer over eller overhovedet er klar over. Derfor vil de stærkeste årsagsforklaringer formentlig ligge i deres baggrundsvilkår som forældrenes socioøkonomiske status og forældrenes egen deltagelse i sport og motion. Det skal også bemærkes, at det kan være særligt udfordrende at svare på spørgsmålene i figur 11 for børn i 0.-3. klasse, hvilket er en potentiel og oplagt fejlkilde. Derfor skal resultaterne tolkes med forsigtighed.

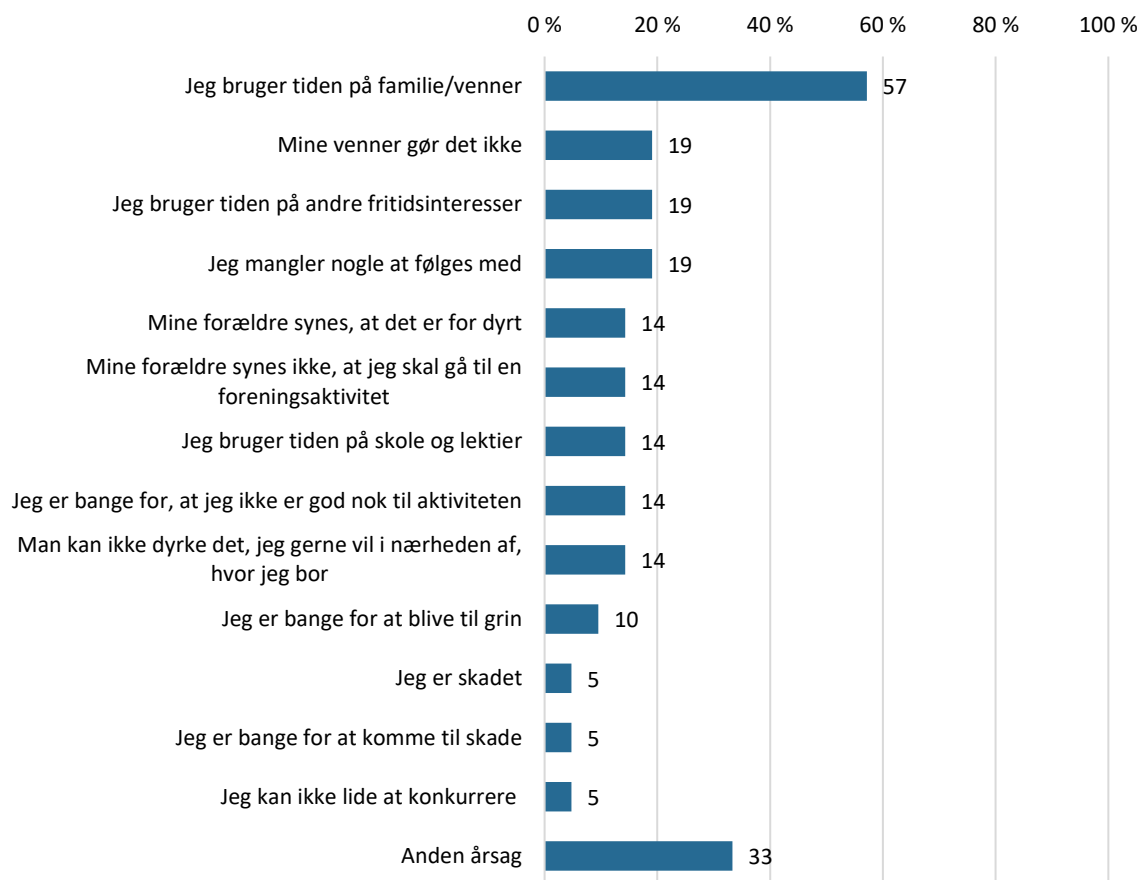
Når man spørger børnene direkte, svarer 57 pct., at deres manglende deltagelse i foreningsaktiviteter skyldes, at de bruger tiden på familie/venner (se figur 11). Når man gransker spørgsmålet, skal det imidlertid bemærkes, at der er en mærkbar overrepræsentation af børn fra de mindre klasser, der angiver dette som årsag. Således kan det ikke udelukkes, at nogle af børnene har misforstået spørgsmålet.<sup>5</sup>

På trods af forbeholdene er det interessant, at enkelte børn angiver, at deres manglende foreningsdeltagelse skyldes, at deres venner ikke gør det, at de mangler nogle at følges med, at deres forældre ikke synes, at de skal gå til en foreningsaktivitet, samt at de er bange for ikke at være gode nok til aktiviteten.

---

<sup>5</sup> Det er muligt, at nogle børn svarer ud fra, at de bruger meget tid med deres familie uden at tænke over, om det har noget at gøre med deres deltagelse i foreningsaktiviteter.

**Figur 11: Årsager til ikke at dyrke foreningsaktiviteter (pct.)**

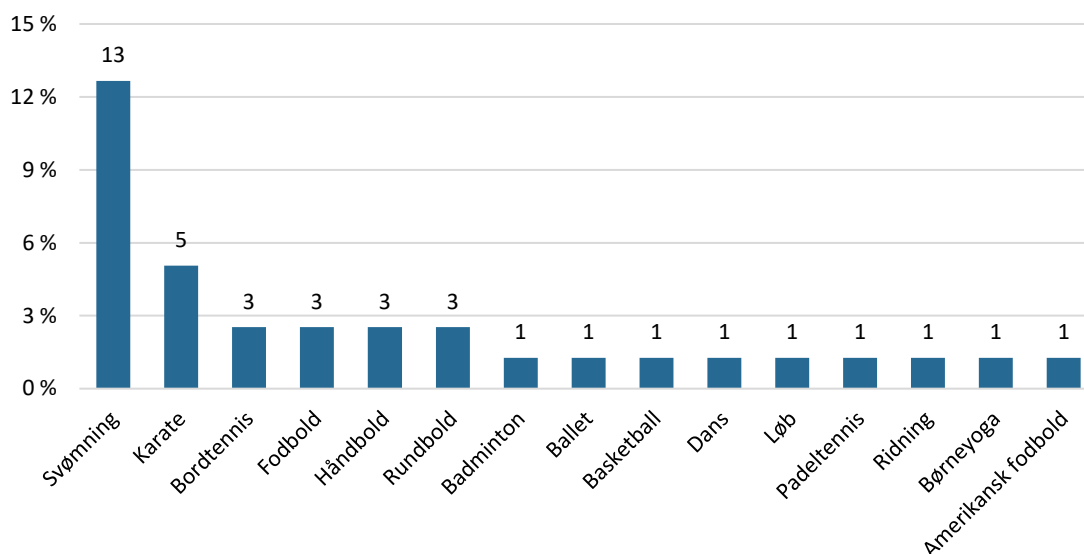


Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvad er årsagen til, at du ikke dyrker en foreningsaktivitet?' for børn på Asferg Skole, som har angivet, at de ikke er aktive i en forening (n = 21).

I tillæg har alle respondenter haft mulighed for at skrive, hvis der er en idrætsgren, som de kunne tænke sig at gå til, men som man ikke kan gå til i det område, hvor de bor. Her svarer 13 pct. (i alt ti respondenter), at de gerne vil gå til svømning, mens 5 pct. (fire respondenter) angiver 'karate'. Der nævnes i alt 15 aktiviteter, som fremgår af figur 12.

Blandt de ikke-foreningsaktive børn bosiddende i Fårup og Spentrup, er der to, som nævner karate, én der nævner håndbold samt én, der skriver svømning.

**Figur 12: Ønsker til foreningstilbud i nærområdet (pct.)**



Figuren viser svarfordeling på spørgsmålet 'Hvis der er en idrætsgren, som du kunne tænke dig at gå til, men som man ikke kan gå til det område, hvor du bor, kan du skrive det her' (n = 79).

## Interesse for at dyrke fritidsaktiviteter med familien

Samlet set angiver 49 pct. af børnene, at de kunne have interesse i at dyrke fritidsaktiviteter sammen med nogle fra deres familie (f.eks. forældre, søskende, bedsteforældre eller andre familiemedlemmer)<sup>6</sup> (se tabel 3). Det er særligt de yngre børn, der udtrykker ønske om at gå til en fritidsaktivitet med et/flere familiemedlemmer og i særdeleshed deres forældre (39 pct.) og søskende (39 pct.). Således svarer næsten to tredjedele (64 pct.) af børnene i 0.-3. klasse, at de kunne tænke sig at dyrke en fritidsaktivitet med et familiemedlem, mens det knap er hver tredje (31 pct.) i 4.-6. klasse.

**Tabel 3: Interesse i at dyrke fritidsaktiviteter med nogle i familien på tværs af køn og klassetrin (pct.)**

|                                | Total | Dreng | Piger | 0.-3. klasse | 4.-6. klasse |
|--------------------------------|-------|-------|-------|--------------|--------------|
| Ja, det gør jeg allerede       | 9     | 14    | 3     | 9            | 9            |
| Ja, med mine forældre          | 27    | 31    | 22    | 39           | 11           |
| Ja, med mine søskende          | 27    | 21    | 32    | 39           | 11           |
| Ja, med mine bedsteforældre    | 10    | 7     | 32    | 16           | 3            |
| Ja, med andre familiemedlemmer | 8     | 5     | 14    | 7            | 9            |
| Nej, det har jeg ikke lyst til | 51    | 48    | 54    | 36           | 69           |

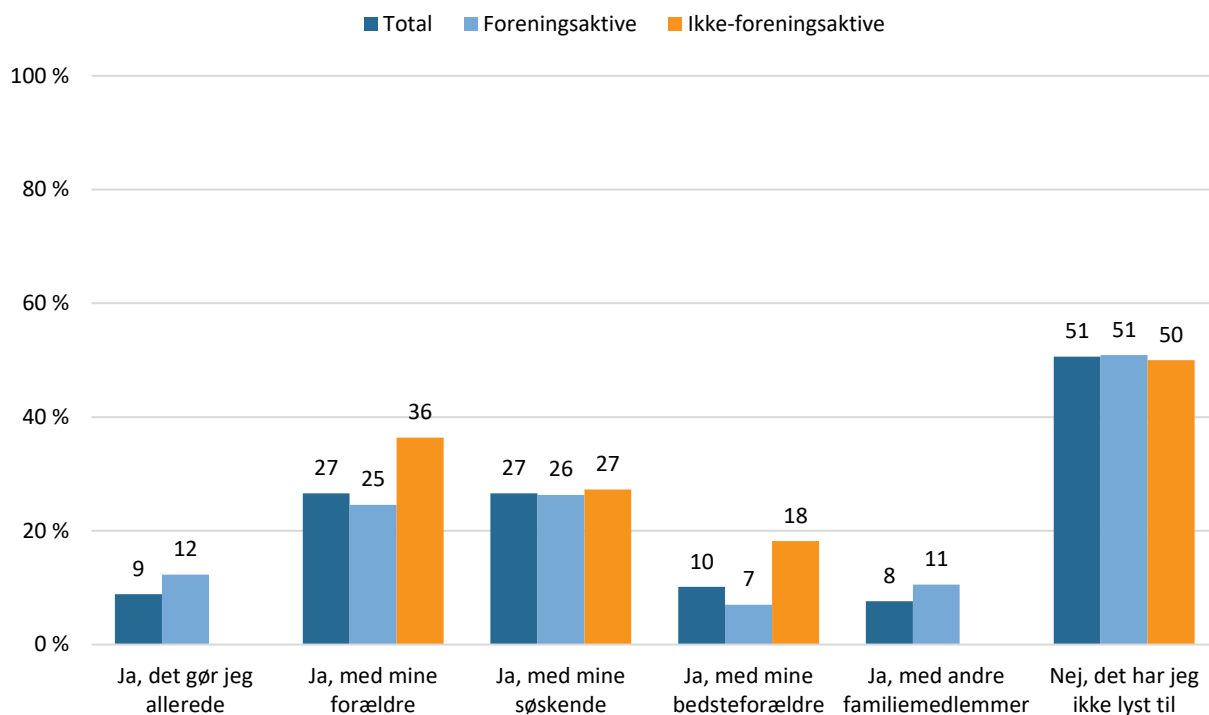
Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Kunne du tænke dig at gå til en fritidsaktivitet sammen med nogle fra din familie? (sæt gerne flere kryds)' (n = 79).

Særligt interessant er det, at lysten er lige stor blandt foreningsaktive og ikke-foreningsaktive (se figur 13). Der synes således at være et potentiale i at aktivere børn, der ikke allerede dyrker sport og motion i en forening, gennem et idrætstilbud til familier. Det skal således

<sup>6</sup> Herunder er der 9 pct., der allerede dyrker fritidsaktiviteter med deres familie.

også bemærkes, at det kun er 9 pct., som angiver, at de allerede dyrker fritidsaktiviteter med nogle i familien. Purhus IF udbyder på nuværende tidspunkt holdet 'FamilieSjov' i Kultur- og Aktivitetshus Gassum, som har fokus på træning og fysisk aktivitet med familien.

**Figur 13: Ønsker om foreningsaktiviteter med familien på tværs af foreningsaktive og ikke-foreningsaktive (pct.)**



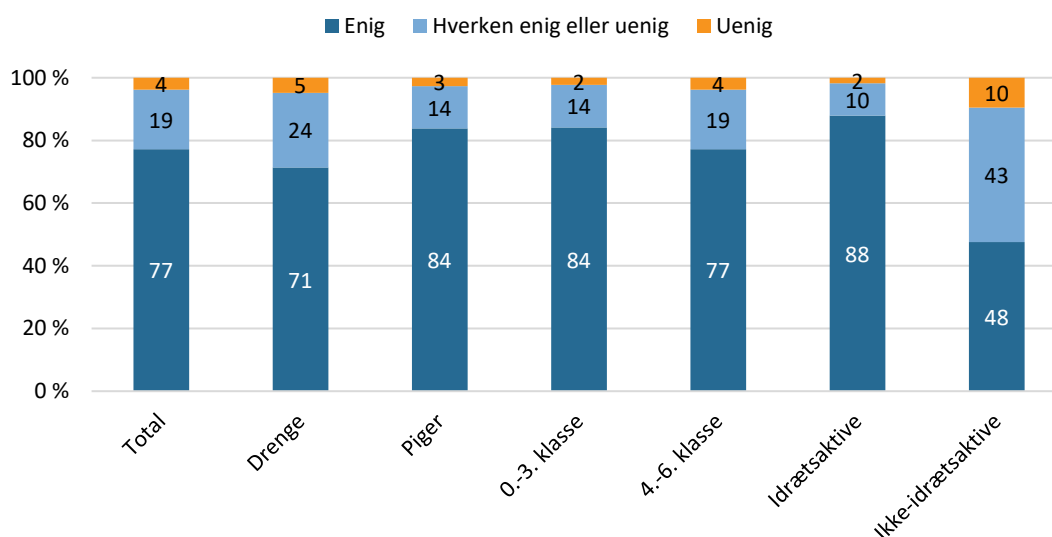
Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Kunne du tænke dig at gå til en fritidsaktivitet sammen med nogen fra din familie?' (n=79).

## Fritids- og foreningsaktiviteters sammenfald med trivsel

I dette afsnit undersøges børnenes trivsel, herunder om der er et sammenfald i forhold til at dyrke sport og motion.<sup>7</sup> De er blevet bedt om at forholde sig til fire spørgsmål og angive, hvorvidt de er 'enige', 'hverken enige eller uenige' eller 'uenige'. Der skal også her tages forbehold for, at det kan være udfordrende at svare på disse spørgsmål for nogle af børnene i 0.-3. klasse, hvilket er en potentiel fejlkilde.

I alt angiver godt tre ud af fire (77 pct.) af børnene på Asferg Skole, at de godt kan lide at bevæge sig (se figur 14). Flere piger (84 pct.) end drenge (71 pct.) erklærer sig enige i det udsagn. Ikke overraskende er der en markant forskel i svarfordelingen blandt børn, der normalt dyrker sport og motion (88 pct.), og børn, som ikke gør (48 pct.).

Figur 14: Kan godt lide at bevæge sig (pct.)



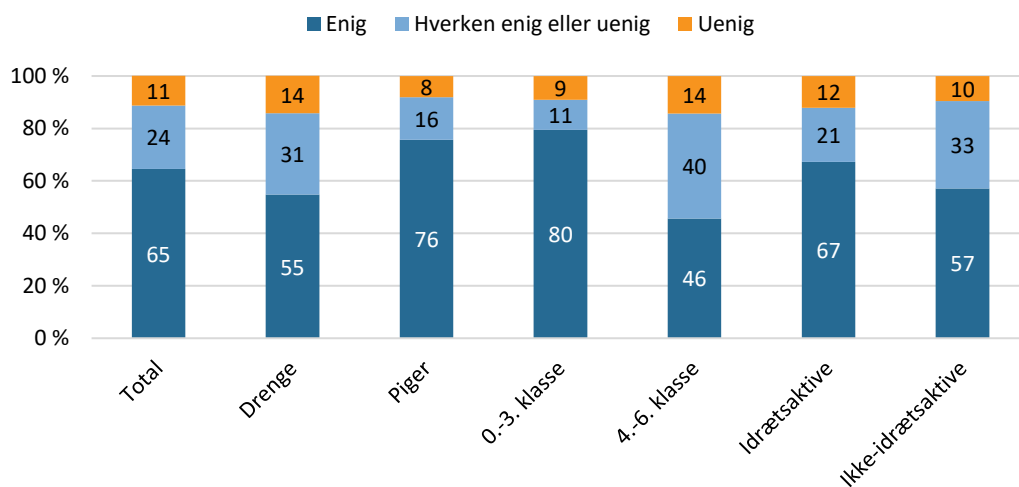
Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor enig er du i følgende spørgsmål? Jeg kan godt lide at bevæge mig.' opdelt på klassetrin, køn, idrætsaktive og ikke-idrætsaktive (n=79).

Når børnene bliver spurgt ind til, hvorvidt de synes godt om sig selv, er det knap to tredjedele (65 pct.), som erklærer sig enige i det udsagn (se figur 15). Der er nogle bemærkelsesværdige køns- og aldersforskelle. Der er således langt flere piger (76 pct. mod 55 pct.) og 0.-3. klasser (80 pct. mod 46 pct.), der er enige i udsagnet. Der er også lidt flere idrætsaktive end ikke-idrætsaktive, der angiver, at de synes godt om sig selv – forskellen er dog ikke statistisk signifikant.

<sup>7</sup> Da der kun er tre idrætsaktive respondenter (svarende 'ja' til normalt at dyrke sport og motion), som ikke er medlem af en forening, foretages der ikke analyser af foreningsaktive og ikke-foreningsaktive.



**Figur 15: Syner godt om sig selv (pct.)**

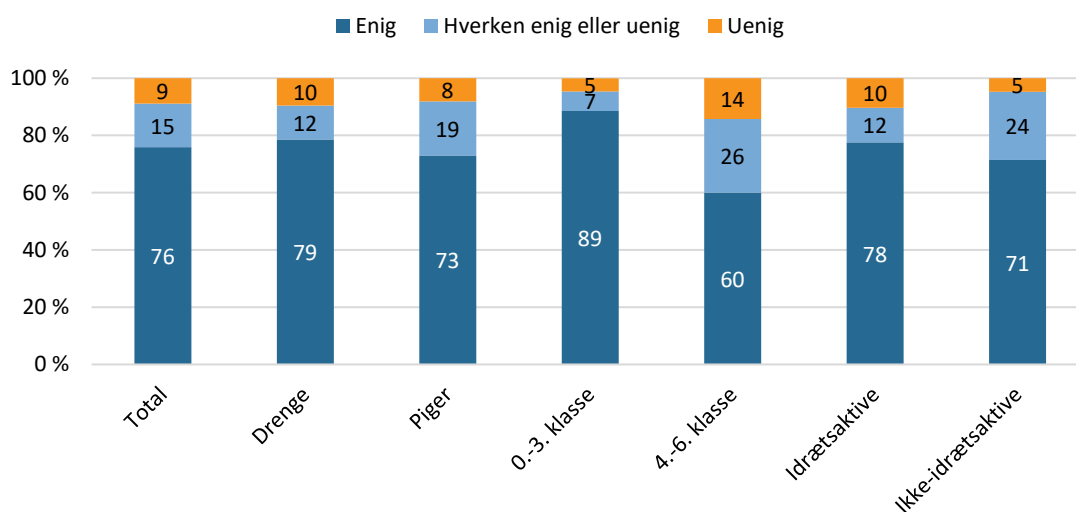


Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor enig er du i følgende spørgsmål? Jeg synes godt om mig selv.' opdelt på klassetrin, køn, idrætsaktive og ikke-idrætsaktive (n=79).

Når børnene bedes om at forholde sig til, om de er gode nok, som de er, er der ikke signifikant forskel på svarfordelingen hos drenge og piger, hvilket kan synes noget overraskende, når man tager forskellene i figur 16 i betragtning. I alt erklærer godt tre ud af fire (76 pct.) børn sig enige i udsagnet.

De store aldersmæssige forskelle kommer dog også til udtryk i forhold til dette spørgsmål, hvor det er knap ni ud af ti (89 pct.) i 0.-3. klasse, som er erklærer sig enige i udsagnet, mens det til sammenligning kun er 60 pct. af eleverne i 4.-6. klasse (se figur 16). Lidt flere idrætsaktive end ikke-idrætsaktive angiver, at de er enige, men ligesom i foregående spørgsmål er forskellene ikke signifikante.

**Figur 16: Føler sig gode nok, som de er (pct.)**

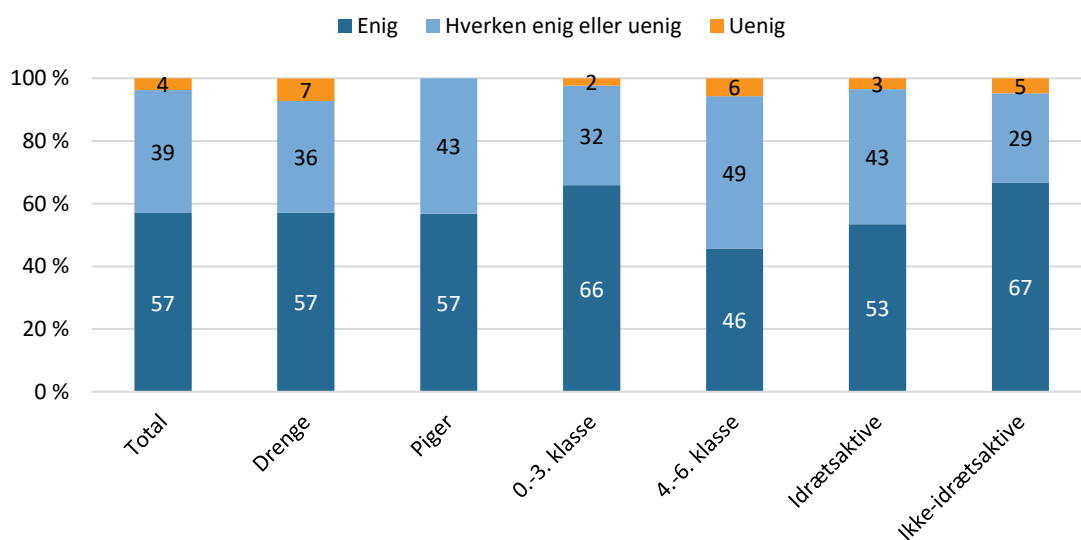


Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor enig er du i følgende spørgsmål? Jeg er god nok, som jeg er.' opdelt på klassetrin, køn, idrætsaktive og ikke-idrætsaktive (n=79).

Når det handler om at vurdere, om andre på samme alder kan lide en, er det 57 pct., der erklærer sig enige (se figur 17). Igen skal det bemærkes, at der er store forskelle på tværs af alder. I 0.-3. klasse er det to ud af tre, som er enig i, at andre på samme alder kan lide dem, mens det er under halvdelen (46 pct.) i 4.-6. klasse. Det skal dog bemærkes, at der kun er få, der erklærer sig uenige i udsagnet.

Det kan virke noget overraskende, at ikke-idrætsaktive i højere grad end idrætsaktive erklærer sig enige. Forskellene skyldes dog primært, at der er en overvægt af yngre børn blandt de ikke-idrætsaktive.<sup>8</sup>

**Figur 17: Føler at andre på samme alder kan lide dem (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor enig er du i følgende spørgsmål? Andre på min alder kan godt lide mig.' opdelt på klasse, køn, idrætsaktive og ikke-idrætsaktive (n=79).

Umiddelbart kan det ikke bekræftes, at der er forskel på det psykiske helbred blandt børn på Asferg Skole, der dyrker sport og motion, og børn som ikke gør. Det skal imidlertid bemærkes, at datagrundlaget i denne undersøgelse er noget spinkelt. Således har tidligere undersøgelser vist, at børn og unge, der dyrker sport og motion – og i særdeleshed foreningsaktive – er mere tilfredse med deres krop, føler sig mindre ensomme og føler sig i højere grad vellidt blandt jævnaldrende børn (se f.eks. Eske & Nielsen, 2021). Det er dog ikke til at sige, hvorvidt det at dyrke foreningsidræt i sig selv har en positiv effekt, eller om det i højere grad skyldes, at børn, der i forvejen har et positivt selvbillede og stærkt psykisk helbred, er mere tilbøjelige til at tilvælge foreningsidræt.

<sup>8</sup> Når man kontrollerer for alder, bliver effekterne ikke-signifikante.

## Opsamling

Denne delanalyse af idrætsvanerne blandt børn på Asferg Skole viser, at det er knap tre ud af fire børn (73 pct.), som angiver, at de normalt dyrker sport og motion. I 4.-6. klasse er det 80 pct., som svarer 'ja' til spørgsmålet, 'dyrker du normalt sport og motion?', mens det er 68 pct. i 0.-3. klasse. Flere piger end drenge angiver, at de normalt dyrker sport og motion.

Langt størstedelen af de idrætsaktive børn dyrker sport og motion i en forening, og de tre mest udbredte aktiviteter blandt børn på Asferg Skole er gymnastik, fodbold og Jump4Fun. Gymnastik er mest udbredt blandt pigerne og de yngste børn, mens fodbold er den mest populære idrætsgren blandt drengene og de ældste børn.

Størstedelen af de foreningsaktive børn på Asferg Skole dyrker deres aktiviteter i regi Purhus IF. Blandt børn fra Asferg Skole bosat i Fårup og Spentrup er det godt halvdelen (54 pct.), som angiver, at de dyrker én eller flere aktiviteter i foreningen. Således er der et stykke vej op til målsætningen om, at 75 pct. af de 7-12-årige børn i Purhus IF's område skal være medlem af foreningen.

En potentiel udfordring er det spinkle befolkningsgrundlag, der kan vanskeliggøre opstart af aldersspecifikke hold inden for de enkelte idrætsgrene. For mange idrætsaktive er det vigtigt, at de kan dyrke den idrætsgren, de brænder for, og hvis Purhus IF er forhindret i at tilbyde specifikke idrætsgrene eller aldersspecifikke hold, kan det ikke udelukkes, at nogle af børnene i foreningens lokalområde søger til andre foreninger.

Omvendt synes indholdet af selve aktiviteten ikke at være af samme betydning for de ikke-foreningsaktive, hvor det at have nogle at følges med er et langt vigtigere parameter i forhold til at skulle dyrke foreningsidræt. Ligeledes vurderes konkurrenceelementet som værende 'ikke vigtigt' for langt størstedelen i denne gruppe.

Både for de foreningsaktive og ikke-foreningsaktive børn spiller de sociale aspekter en vigtig rolle. I den første delrapport blev det i øvrigt fremhævet, at den relationelle del er afgørende i forhold til at aktivere nogle af de mere sårbare borgere (Nielsen, 2021), og det er ligeledes oplagt at tænke dette ind i forhold til aktivering af skolebørn.

Undersøgelsen kan ikke bekræfte, at der på Asferg Skole er forskel på idrætsaktive og ikke-idrætsaktives trivsel. Imidlertid viser tidligere undersøgelser, at børn og unge, som dyrker sport og motion, er mere tilfredse med deres krop, føler sig mindre ensomme, og i højere grad føler sig vellidt blandt deres jævnaldrende.

De fleste børn på Asferg Skole angiver, at de godt kan lide at bevæge sig. Alligevel er det godt halvdelen af de ikke-idrætsaktive børn, som svarer 'hverken enig eller uenig'/'uenig' til det spørgsmål. For at øge bevægelsesglæden hos denne gruppe, er det oplagt at bygge videre på de tværgående samarbejder, som Purhus IF allerede har etableret med Asferg Skole og den lokale daginstitution. Fremadrettet er det oplagt at indtænke, hvordan man systematisk kan arbejde med bevægelsesglæde i institutionerne og på den måde være med

til at skabe en lettere overgang til foreningslivet. I den forbindelse er det særligt interessant, at 3-6-åriges deltagelse i sport og motion er uafhængig af forældrenes deltagelse. Således synes der at være et åbent vindue tidligt i livet, hvor børn kan få opbygget vaner, der også på sigt kan præge deres bevægelsesglæde samt indstilling og lyst til at dyrke sport og motion.

I tråd med Purhus IF's familieorienterede fokus angiver næsten to ud af tre børn i 0.-3. klasse, at de har interesse i at dyrke fritidsaktiviteter med deres familie, mens det er lidt mindre end hvert tredje barn (31 pct.) i 4.-6. klasse. Særligt interessant er det, at ikke-foreningsaktive børn har lige så stor interesse i familieidræt, som de børn, der allerede er foreningsaktive.

Da det i høj grad er forældrene, som i sidste ende træffer beslutningen om, hvorvidt familien skal tilmelde sig og deltage i familiedræt, kan det dog være en udfordring, at en stor andel af børnene har forældre, der ikke selv dyrker sport og motion og potentielt ikke har lyst til det. Omvendt vidner det også om et stort forbedringspotentiale i forhold til at aktivere flere voksne og børn i området gennem relevante familiefokuserede aktivitetsforløb.

Fremadrettet bliver det interessant at følge, hvorvidt andelen af medlemmer i Purhus IF er kommet tættere på målsætningen om, at 75 pct. af de 7-12-årige skal dyrke idræt i foreningen. Ligeledes er det interessant, om projektets initiativer kan være med til at flytte den generelle deltagelse i sport og motion i lokalområdet.

## Litteraturliste

- Eske, M., & Nielsen, C. G. (2021). *Let's Go! baselinemåling*. Idrættens Analyseinstitut.
- Nielsen, C. G. (2021). *Sundhed, bevægelse og trivsel i Purhus IF - evaluering af den indledende fase (1. del)*. Idrættens Analyseinstitut.
- Pilgaard, M. (2009). *Sport og motion i danskernes hverdag*. Idrættens Analyseinstitut.
- Pilgaard, M., & Rask, S. (2016). *Danskernes motions- og sportsvaner 2016*. Idrættens Analyseinstitut.
- Purhus Idrætsforening. (2022). *PIF – vi vil være den bedste idrætsforening for hele familien*.  
<https://www.purhusif.dk/om-foreningen-th-2/>
- Randers Kommune. (2019). *Vægtrappe 2018/2019*. Randers Kommune.
- Rask, S., & Eske, M. (2020). *Status på danskernes idrætsdeltagelse 2020*. Idrættens Analyseinstitut.
- Rask, S., & Toudal, E. (2021). *Idræt blandt 3-6-årige børn - notat 4 i Danskernes motions- og sportsvaner 2020*. Idrættens Analyseinstitut.



Idrættens  
**Analyseinstitut**