

Livsglade børn som bruger deres krop

**Et projekt, der skal nedbringe antallet af overvægtige børn
i Ishøj Kommune**



Ishøj Kommune

Center for Børn og Undervisning

Familiecentret

Sundheds- og Ældrecenter

Indhold

Baggrund for projektet	2
Formål	4
Projektets indsatser	4
Forventede resultater af projektet	5
Økonomi	6
Foreløbig tidsplan	6
Organisering.....	7
Formidling og videndeling.....	7
Litteraturliste.....	8

Baggrund for projektet

Social- og Sundhedsudvalget og Børne- og Undervisningsudvalget besluttede på et fællesmøde den 25. juni 2014 at igangsætte et projekt, hvis formål er at nedbringe antallet af overvægtige 6 – 7årige børn. Den primære målgruppe for den nye indsats er de 3-6 årige børn i Ishøj Kommunes daginstitutioner. I første omgang etableres der et treårigt projekt med start i 2015.

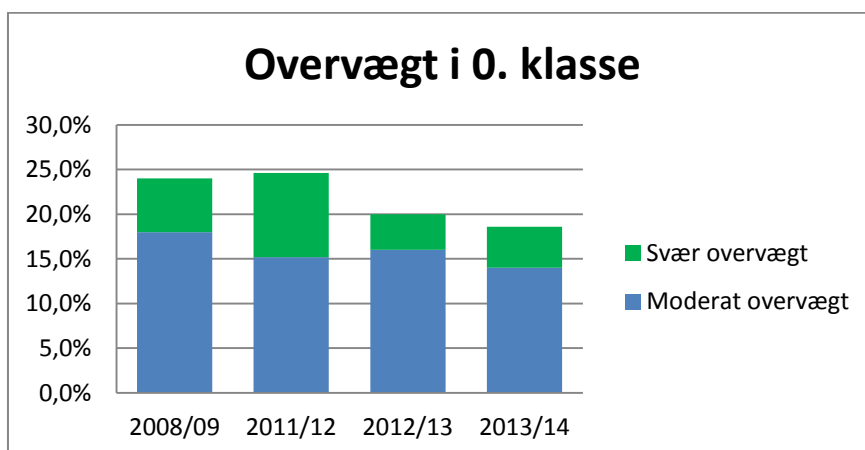
Projektet gennemføres i et samarbejde mellem daginstitutionerne, Sundhedsplejen, Familiecenteret, Center for Børn og Undervisning og de praktiserende læger. Et fokuspunkt for projektet er at skabe klare snitflader og enkle arbejdsgange for at sikre en effektiv opgaveløsning under og efter projektperioden.

I Danmark er overvægt og svær overvægt blandt børn og voksne et folkesundhedsproblem, der er taget til gennem de seneste halvtreds år, og den samme tendens ses internationalt (Branca m.fl. 2007). Overvægt og svær overvægt blandt børn har store konsekvenser – både fysisk og psykosocialt. Skolebørnsundersøgelsen fra 2010 peger på, at de gode vaner grundlægges i barndommen og videreføres ind i voksenlivet (Rasmussen og Due, 2011).

Et centralt fokus for projektet er at skabe rammer i kommunens dagtilbud, som giver alle børn mulighed for at styrke deres motorik, selvbevidsthed og selvtillid gennem nærvær og målrettede aktiviteter sammen med kompetente voksne. Gode motoriske færdigheder giver øget mulighed for bevægelse og et aktivt liv, hvilket mindsker risici for sygdomme (Pedersen og Andersen 2011). Et andet fokus for projektet er betydningen af børns deltagelse i den del af foreningslivet, der har bevægelse på dagsordenen. En rapport fra Kulturministeriet viser, at den sociale baggrund har stor betydning for børns deltagelse i foreningslivet (Kulturministeriet 2002).

Projektet har fokus på at styrke det forebyggende arbejde med børns overvægt. Sundhedsplejerskerne får en vigtig rolle i projektet i forhold til opsporing og håndtering af vægtproblemer blandt børn, herunder overvægt og svær overvægt. Forskningen viser, at årsagerne til overvægt er langt mere komplicerede end blot at skabe balance i energiindtag og – forbrug. Udviklingen af overvægt er multifaktoriel og påvirkes udover energibalancen af arvelighed, livsstil, sociale og kulturelle vilkår (Svendsen m.fl. 2013). Eksempelvis har strukturelle rammer indflydelse på, hvor aktive børn er og således har legepladsens indretning og legeredskaber stor betydning for, hvor aktive børn er (Nielsen 2013 og Troelsen m.fl. 2008).

I nedenstående figur vises et diagram over udviklingen i overvægt ved indskolingsundersøgelsen.



Figur 1. Diagram over udviklingen i overvægt ved skolestart

Antallet af børn, der er overvægtige og svært overvægtige, har været faldende de seneste to år, især er andelen af svært overvægtige faldende, mens de moderat overvægtige har vist en lidt svingende tendens. Antallet af overvægtige og svært overvægtige børn er lavere eller på niveau med de kommuner på Vestegnen, som Ishøj sædvanligvis sammenlignes med. Nationalt ligger Ishøj Kommune nu på linje med landsgennemsnittet. (20 %)

Der er allerede mange tiltag i gang i Ishøj Kommune, som sammen med projektets initiativer kan bidrage til at styrke indsatsen for at nedbringe antallet af overvægtige børn.

For eksempel har Center for Børn og Undervisning løbende afholdt kompetenceforløb for personale i institutionerne, hvor målet er at opnå viden og indsigt i fysisk aktivitets betydning for sundheden. Fem institutioner deltager i projekt *"Leg, bevægelse og fællesskab uden alder"*, som er et projekt, hvor der arbejdes med inddragelse af frivillige senioridrætskøber, når institutionen laver leg og bevægelse med børnene.

I perioden 2010-2014 har Familiecenteret og Center for Børn og Undervisning deltaget i et tværfagligt Satspuljeprojekt om børns trivsel i udsatte familier med særlig fokus på overvægt. Især det tværfaglige samarbejde mellem sundhedsplejersker og pædagoger er blevet styrket i dette projekt. De pædagoger og sundhedsplejersker, som deltager i projektet, har gennemført en uddannelse med særligt fokus på at forbedre kontakten mellem forældre og børn. De særlige kompetencer skal udnyttes i projektet, så de sociale og kulturelle aspekter af inaktivitet og overvægt inkorporeres i projektets udførelse.

Ishøj Sundhedscenter er i gang med at udvikle en ny indsats *"Leg dig glad - Minisport"*. Målgruppen er børn i alderen 5 - 9 år uden tilknytning til foreningslivet, som er socialt udsatte eller er overvægtige. Dette er en tværfaglig indsats mellem familie, institution og forening.

Formål

Projektets formål er at nedbringe antallet af overvægtige børn i 6-7 års alderen.

Projektet har følgende delmål:

- At børn får mod og lyst til at bruge deres krop, således at deres grundform¹ forbedres.
- At flere børn deltager i det frivillige foreningsliv.
- At børn får styrket deres selvtillid og kropskompetence².
- At skabe klare snitflader og enkle arbejdsgange på tværs af kommunens centre.

Projektets indsats

Indsatserne i projektet tager afsæt i, at udviklingen af overvægt kan have flere årsager. Der skal derfor arbejdes med flere indsatsområder på samme tid, og både familier, medarbejdere i institutionerne, sundhedsmedarbejdere i kommunen og strukturelle tiltag skal inddrages og indtænkes. Projektet skal være med til at sikre, at flere børn får en bedre grundform og dermed øget trivsel og sundhed.

Helt centralt i projektet er arbejdet med at integrere organiseret og målrettet bevægelse som en del af den daglige pædagogiske praksis i kommunens daginstitutioner - herunder hvordan institutionernes legeplads kan udnyttes som et pædagogisk rum til organiseret bevægelse. Projektet vil hermed understøtte og udvikle institutionernes arbejde med krop og bevægelse som er et obligatorisk element i de pædagogiske læreplaner (jf. Dagtilbudsloven). Projektet følger ligeledes Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakke om fysisk aktivitet, hvor der peges på, at institutioner skal have et særligt fokus på at stimulere børns motorik. Et målrettet kompetenceforløb for personalet i kommunens daginstitutioner, så de kan målrette og lede de daglige bevægelsesaktiviteter, skal danne rammen for denne indsats. Medarbejderne skal tilegne sig viden om sundhed og sundhedsadfærd, motorik, sanseintegration og ideer til at skabe mere bevægelse og flere legemuligheder inde og ude. De eksisterende tilbud og aktiviteter, som allerede er iværksat i daginstitutionerne, skal understøtte arbejdet.

De pædagogiske bevægelsesaktiviteter skal målbeskrives, systematiseres og struktureres med udgangspunkt i didaktiske overvejelser og bevidste pædagogiske begrundelser, som tager udgangspunkt i målgruppen og den aktuelle børnegruppe.

Projektet skal arbejde på at skabe rammer for, at medarbejderne i institutionerne bliver aktive og kompetente rollemodeller³. Relationen mellem bevidste og aktive rollemodeller og børn skaber livsglæde, trivsel og overskud i hverdagen og på sigt bedre sundhed. Projektet skal bidrage til, at børn får lyst til leg og bevægelse, og at børnene igennem aktiviteter får styrket deres selvtillid og kropskompetence. Det kan de bruge til at deltage i det frivillige foreningsliv, hvor de via deres opnåede

¹ En god fysisk grundform betyder, at børnene har overskud til at gå, løbe, hoppe og lege aktivt uden at miste pusten og overskuddet.

² Gode kropskompetencer betyder, at barnet er aldersvarende socialt, psykisk, motorisk og sanseintegrationsmæssigt.

³ Et projekt i Odense viser at i de institutioner, hvor der er et beskrevet mål for indsatsen og medarbejderne har fået efteruddannelse om børn og bevægelse, er kvaliteten højere.

kropskompetencer frit kan vælge sportsgren. Der skal være et særligt fokus på de motorisk usikre børn og på de børn, der kommer fra familier, der ikke har tradition for at deltage i det frivillige foreningsliv.

Kompetenceforløb for medarbejdere, inddragelse af familierne og en styrkelse af den tværfaglige indsats er forudsætningen for, at projektet kan opnå målet. Der skal samtidig ske en synliggørelse og koordinering af de eksisterende tilbud.

Følgende konkrete indsatser iværksættes i projektet

- Det skal undersøges, hvilken betydning kompetenceforløbet ”*Bevægelse for at lære*” og projekt ”*Leg, bevægelse og fællesskab uden alder*” har haft for de medarbejdere, der har deltaget.
- Der udvikles og gennemføres et målrettet kompetenceudviklingsforløb for personalet i daginstitutionerne.
- Bevægelsesaktiviteter og initiativer udvikles og igangsættes i daginstitutionerne. Det er blandt andet et mål, at børn skal kunne 10 forskellige lege, når de begynder i sfo og skole. CBU følger, støtter og vejleder institutionerne i arbejdet.
- Der afholdes en konference for forældre med børn i 3-6 års alderen, hvor fokus er at synliggøre de tilbud, der er i kommunen for familier og børn. Der skal være et kort oplæg og workshop fra Familiecenter, CBU, Sundhedscenteret, Kultur og Fritid og de frivillige foreninger.
- Der skal være fokus på, hvordan samarbejdet med de praktiserende læger kan styrkes, og hvordan de praktiserende læger og medarbejdere i kommunen rådgiver om vægt og vægttab.
- Der skal udvikles og udvælges informationsmateriale til forældre og personale om børns sundhed.
- Der skal udarbejdes metoder til, hvordan der skabes klare snitflader og enkle arbejdsgange på tværs af kommunens centre. I arbejdet indgår overvejelserne om arbejdet med at synliggøre snitflader og arbejdsgange mellem parterne kan beskrives i et flowdiagram.

Af kommissoriet fremgår det at synliggørelse af de muligheder, som forebyggelsespakken giver for økonomisk støtte til børn fra udsatte familier, skal indgå i projektet. Det er ikke en mulighed at udnytte forebyggelsespakken vedrørende fysisk aktivitet, fordi der for nuværende ikke ydes støtte til børn fra udsatte familier, igennem forebyggelsespakken.

Forventede resultater af projektet

- At antallet af overvægtige børn er faldende eller fastholdes på niveau svarende til lands gennemsnittet.
- At færre børn har motoriske vanskeligheder ved indskolingsundersøgelsen.
- At børn og familier har fået flere ideer til et aktivt liv, og at børnene er blevet mere aktive.
- At samarbejdet med de praktiserende læger er styrket.
- At flere børn er aktive i det frivillige foreningsliv.
- At institutionspersonalets kompetencer er styrket.

- At organiseret og målrettet bevægelse indgår som en del af den daglige pædagogiske praksis i kommunens daginstitutioner, herunder at legepladsen bevidst inddrages som et pædagogisk rum i det daglige arbejde med bevægelse.
- At der er sket en synliggørelse og koordinering af de eksisterende tilbud.

Økonomi

I forbindelse med budgetforliget for 2015 er det aftalt, at der afsættes 160.000 kr. årligt til kompetenceudvikling i forbindelse med projektet om nedbringelse af antallet af overvægtige børn.

Midlerne bruges til at gennemføre kompetenceudviklingsforløbene samt til dækning af vikarer for de medarbejdere, der er af sted på kompetenceudvikling.

De øvrige aktiviteter dækkes indenfor det eksisterende budget.

Foreløbig tidsplan

Startdatoen for projektet er 1. januar 2015, og projektet afsluttes 31. december 2017.

2015

- Kommunikationsplan udarbejdes i januar.
- Det enkelte dagtilbud sætter mål for deres indsats i januar.
- Afdækning af medarbejders kompetencer i januar og februar.
- Kompetenceforløb for medarbejdere i april.
- Forældrekonference i maj.
- Nye lege og aktiviteter implementeres i dagtilbuddene løbende.

2016

- Kompetenceforløb for medarbejdere i januar.
- Det enkelte dagtilbud sætter mål for deres indsats i januar.
- Forældrekonference i maj.
- Nye lege og aktiviteter implementeres i dagtilbuddene løbende.

2017

- Kompetenceforløb for medarbejdere i januar.
- Det enkelte dagtilbud sætter mål for deres indsats i januar.
- Forældrekonference i maj.
- Nye lege og aktiviteter implementeres i dagtilbud løbende.
- Slutevaluering i november.
- Slutkonference i december.

Projektgruppen vil løbende kvalificere tidsplanen for projektet.

Organisering

Der nedsættes en styregruppe og en projektgruppe bestående af repræsentanter fra Familiecenteret og Center for Børn og Undervisning.

Styregruppen

- Centerchef for Center for Børn og Undervisning
- Centerchef for Familiecenteret
- Projektleder

Projektgruppe

- Projektleder
- Medarbejder fra Center for Børn og Undervisning
- Medarbejder fra Familiecenteret
- Medarbejder fra Sundhed og Ældre
- Repræsentant for dagtilbudslederne

Sammensætningen af deltagere i projektgruppen aftales i samarbejde med Styregruppen.

Formidling og videndeling

Der udarbejdes en kommunikationsplan for projektet, og projektets resultater formidles gennem artikler i fagblade. De politiske udvalg orienteres løbende om projektet.

Projektlederen besøger dagtilbuddene og indsamler løbende viden om projekts resultater, som danner afsæt for justering og videreudvikling af projektet. Der bliver et særligt fokus på, hvordan overvægtsproblematikken italesættes og på formidling af de gode historier undervejs i forløbet.

Litteraturliste

Branca, F., Nikogosian, H., Lobstein, T.e., 2007. The challenge of obesity in the WHO European Region and the strategies for response. WHO Regional Office for Europe, Copenhagen.

Rasmussen, Mette og Due, Pernille. 2011. *Skolebørnsundersøgelsen*. Forskningsprogrammet for Børn og Unges Sundhed. Statens Institut for folkesundhed Syddansk Universitet.

Pedersen, B.K, og Andersen, L.B: (2011) Fysisk aktivitet – håndbog for forebyggelse og behandling. København. Sundhedsstyrelsen.

Troelsen Jens, Roessler Kirsten Kaya, Nielsen Gert, Toftager Mette. 2008. *De bolignære områders betydning for sundhed*. Syddansk Universitet.

Kulturministeriet. 2002. *Børns idrætsaktivitet, sundhed og social baggrund*. In; *Børn og unge i bevægelse – perspektiver og ideer*.

Svendsen, Maria, Sjöberg Brixval, Carina og E. Holstein, Bjørn: *Vægtsstatus i det første leveår og overvægt i indskolingsalderen*. Databasen Børns Sundhed 2013. Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.