

Astrid Ishøi  
Jan Arvidsen  
Søren Andkjær



# Nye rammer for børns aktive udeliv

..... Kort fortalt

## Nye rammer for børns aktive ud liv – Kort fortalt

Udarbejdet af Astrid Ishøi, Jan Arvidsen & Søren Andkjær

Forskningsenheden Active Living, Institut for Idræt og Biomekanik,  
Syddansk Universitet

Udgivet 2022

978-87-94233-74-3 (trykt version)

978-87-94233-75-0 (e-bog/pdf)

Forsidefoto: Lisbeth Hjort

Opsætning og tryk: Grafisk Center, SDU Odense



# Indhold

<b>NatureMoves .....</b>	<b>4</b>
<b>Baggrund .....</b>	<b>4</b>
Friluftsområdet NatureMoves i Bogense.....	5
Nature Gaming på Kongelundsfortet.....	5
Bademiljø i Bagenkop Havn .....	5
Vandsportslejren på Strynø.....	5
<b>Resultater.....</b>	<b>6</b>
Gode sociale rammer er afgørende for børns aktive udeliv .....	7
Høj oplevet tilgængelighed er afgørende for børns aktive udeliv .....	8
Uderum kan understøtte børns aktive udeliv – men en række forhold bør tilgodeses.....	9
Organiserede udelivsaktiviteter kan understøtte børns aktive udeliv – men en række forhold bør tilgodeses .....	10
Børn kan med fordel inddrages i udviklingsprocesser af nye indsatser .....	11
Andre brugergrupper og børns bevægelseskultur bør medtænkes i udviklingen af nye indsatser .....	12
Nye rammer for børns aktive udeliv skal aktiveres og vedligeholdes .....	13
Videnbaserede indsatser kræver stram styring samt solid økonomisk og politisk opbakning .....	14
Nye indsatser skal være helhedsorienterede med fokus på særlige målgrupper .....	15
<b>Undersøgelsen.....</b>	<b>16</b>
Design og empirisk grundlag .....	16
Datagenerering og analyse.....	16
<b>Litteratur .....</b>	<b>19</b>

## NatureMoves

Projektet NatureMoves knytter an til forskningstraditionen Active Living (Sallis et al., 2006) og har som vision at fremme 10-15-årige børns aktive udeliv. Formålet med projektet er at tilvejebringe viden om børns udeliv, deres motiver, præferencer og barrierer for udeliv og herunder at styrke videngrundlaget for at skabe gode rumlige og organisatoriske rammer for børns aktive udeliv. Baggrunden for projektet kredser om tre forhold, som har stigende forskningsmæssig interesse: 1) aktivt udeliv har positiv betydning for børns trivsel og sundhed på en række parametre; 2) nyere forskning viser, at børn i dag kommer mindre ud i naturen sammenlignet med tidligere generationer; 3) de rumlige og organisatoriske rammer kan anvendes som et middel til at påvirke og ændre børns adfærd.

Projektet falder i tre overordnede faser: En indledende videnopbygningsfase, der etablerer et videngrundlag på feltet. Denne viden bidrager til en efterfølgende udviklingsfase, hvor en række visionsprojekter – bestående af rumlige og organisatoriske indsatser – understøttes, hvad angår viden, proces og økonomi. I den afsluttende evalueringsfase undersøges processen og resultaterne af de indsatser, der er gennemført i udviklingsfasen.

Under vidensopbygningsfasen er der bl.a. publiceret to rapporter og en Ph.d.-afhandling, som formidler forskellige perspektiver på børns udeliv. Denne viden omhandler bl.a. motiver for udeliv, udelivsadfærd, præferencer og barrierer for udelivsrammer (Andkjær, Høyer-Kruse & Arvidsen, 2016; Andkjær & Hadberg, 2017), samt betydninger af udendørssteder i børns udeliv (Arvidsen, 2019).

## Baggrund

I denne publikation opsummeres de vigtigste resultater fra evalueringsfasen, hvor processen og resultaterne fra fire indsatser (se tekstboks), der har til formål at skabe gode betingelser for børns aktive udeliv, er evalueret. De to af indsatserne (Bogense og Bagenkop) fokuserer på at skabe gode uderum, mens de to andre indsatser (Strynø og Kongelundsfortet) handler om organiserede udelivsaktiviteter. Overordnet er det intentionen at give svar på, *hvordan rumlige og organisatoriske indsatser kan skabe nye<sup>1</sup>, gode rammer for børns aktive udeliv.*

I evalueringen er der fokus på indsatsernes rækkevidde og virkninger, på børnenes brug og oplevelser af indsatserne, samt implementeringen og bæredygtigheden af indsatserne. Gennem dette brede evalueringsfokus er målet at øge læringspotentialet med henblik på at inspirere til og understøtte udviklingen af fremtidige indsatser.

Evalueringen af indsatserne i projektet NatureMoves er gennemført af Jan Arvidsen, Astrid Ishøi og Søren Andkjær fra forskningsenheden Active Living, Institut for Idræt og Biomekanik på Syddansk Universitet. Projektet er støttet økonomisk af Nordea-fonden og Friluftsrådet. Resultaterne fra evaluering er udgivet i fuld længde i en evalueringsrapport (Arvidsen, Ishøi & Andkjær, 2022).

---

<sup>1</sup> Med nye rammer menes både anlæggelse og organisering af nye uderum og udelivsaktiviteter, men også ændringer og tilpasninger af tidligere rum og aktiviteter.

### Friluftsområdet NatureMoves i Bogense

En rumlig indsats, hvor et mindre, bynært naturområde i samarbejde med børn fra den lokale skole er udviklet med det formål at skabe et socialt mødested med udfordrende aktiviteter og motion i naturen for børn. Området blev indviet i 2018.



Foto: Norddjys Kommune

### Bademiljø i Bagenkop Havn

En rumlig indsats, hvor der med udgangspunkt i lokale børns eksisterende udeliv er etableret enkle badefaciliteter med det formål at understøtte børns aktive udeliv ved at fremme deres interesse for og kompetencer i vandaktiviteter. Bademiljøet blev taget i brug i 2019.



Foto: Shores

### Nature Gaming på Kongelundsfortet

En organiseret udelivsaktivitet, hvor børn mødes om computerspilsinspirerede aktiviteter med det formål at skabe et socialt mødested med aktiviteter i naturen gennem organiserede fællesskaber for børn. Nature Gaming blev gennemført af DGI på Kongelundsfortet i 2019.



Foto: Jan Arvidsen

### Vandsportslejren på Strynø

En organiseret udelivsaktivitet, hvor en ugelang lejr for børn er gennemført med det formål at udvikle børns aktive udeliv ved at fremme deres interesse for og kompetencer i vandaktiviteter. Lejren blev afholdt i samarbejde med DGI i 2019.



Foto: Shores

## Resultater

De centrale, gennemgående resultater fra projektet stammer fra analyser af interviews med voksne projektledere og andre nøglepersoner i indsatserne, spørgeskemaundersøgelser gennemført blandt børn i de fire indsatser, samt gruppeinterviews med udvalgte børn (læs mere om undersøgelsen på s.16).

Overordnet set viser resultaterne fra evalueringen, at det er muligt, gennem fokuserede videnbaserede indsatser, at skabe gode rammer, som kan understøtte børns aktive udeliv. Der er dog en række opmærksomhedspunkter, som det er nødvendigt at tage højde for, hvilket udfoldes i de følgende centrale pointer. Pointerne er underbygget og uddybet med udvalgte kvantitative og kvalitative resultater for at give en nuanceret og dybere forståelse for, hvordan fokuserede indsatser kan skabe gode rammer for børns aktive udeliv.

Fotograf: Lisbeth Hjørt



## Gode sociale rammer er afgørende for børns aktive udeliv

Det sociale liv mellem børn fremstår som den afgørende drivkraft i børns udeliv, hvilket både denne og tidligere undersøgelser peger på (Andkjær et al., 2016; Andkjær og Hadberg, 2017, Arvidsen, 2019). Dette er tydeligt på tværs af alle fire indsatser. I de rumlige indsatser udtrykker børnene, at de overvejende besøger uderummene for at være sammen med deres venner. I de organisatoriske indsatser angiver de deltagende børn ligeledes, at den vigtigste kvalitet ved deres deltagelse er, at de kan være sammen med og få nye venner. Således er mulighederne for at være sammen med andre jævnaldrende noget, der i høj grad motiverer børn til at besøge et uderum eller deltage i en organiseret udelivsaktivitet. Det betyder omvendt, at det virker demotiverende på børns lyst til at gøre brug af et uderum eller deltage i en organiseret udelivsaktivitet, hvis der ikke er mulighed for planlagte og spontane møder med andre børn.

Rumlige eller organisatoriske rammer gør det således ikke alene. En række sociale forhold, herunder mulighed for spontan social interaktion og høj

oplevet tilgængelighed (se #2) er mere betydningsfulde end de aktivitetsmuligheder, der tilbydes gennem et uderum eller en organiseret udelivsaktivitet. Viden om sociale og rumlige aspekter af børns udeliv, dvs. hvor de færdes, mødes og opholder sig i fritiden, bør derfor inddrages i udviklingen nye uderum og organiserede udelivsaktiviteter til børn.

*”Man støder altid ind i nogen, som man bare kan være sammen med (...) ens venner er bare dernede [ved færgelejet]. Man behøver ikke engang at aftale det, det kan bare være, man møder dem dernede, og så er man bare sammen.”*

*(Pige, 5. kl, Bagenkop)*

*”At være sammen med sine venner og være ude på en fed bane. Ja, at lave noget sammen med sine venner. Der er en aktivitet at være sammen om. Man taler meget sammen og gør noget sjovt sammen.”*

*(Dreng, 12 år, Kongehundsfortet)*

	Samlet Bogense (N=133)	Samlet Bagenkop (N=55)
Samvær med venner	62%	58%
Samvær med familie	26%	31%
Møde nye venner	3%	11%
Være alene	5%	0%
Være fri for forældre/søskende	3%	4%
Finde fred og ro	5%	7%
Slappe af	6%	2%
Lege, spille eller lave aktiviteter	25%	36%
Træne eller dyrke sport	5%	7%
Nyde naturen	7%	6%
Få frisk luft	11%	13%
Andet	23%	13%

Børnenes motiver for at bruge friluftsområdet i Bogense og Bademiljø i Bagenkop Havn<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Børnene kunne angive de to vigtigste grunde til at besøge friluftsområdet og færgelejet. Procenter summer derfor til mere end 100%

## Høj oplevet tilgængelighed er afgørende for børns aktive udeliv

Både når det gælder anlæggelsen af nye uderum og organiseringen af udelivsaktiviteter for børn er det afgørende at have fokus på den oplevede tilgængelighed. Oplevet tilgængelighed er et udtryk for, i hvor høj grad børn reelt oplever, at et givent område eller en udelivsaktivitet er tilgængelig for dem i hverdagen. Oplevet tilgængelighed handler både om fysisk placering i forhold til børns mobilitet, og det handler om afhængighed af voksne og udstyr.

Uderum bør placeres i områder, hvor børn normalt færdes, så de naturligt kan indgå i børns hverdagsaktiviteter og sociale liv. Ved nye indsatser bør man arbejde ud fra kendskab til børns aktivitetsmønster og forsøge at anlægge uderummene der, hvor børnene i forvejen færdes eller optimere steder, som allerede indgår i børns hverdag.

Nye uderum skal kunne besøges af børn på egen hånd, da børn overvejende opholder sig i og bruger uderum til at være sammen med deres venner. Det skal således være steder, hvor børn har lov til at færdes både formelt og af forældre. Hvis børn er afhængige af deres forældre (eller andre voksne) i forhold til transport til eller ophold i området, begrænser det i høj grad deres brug af et givent uderum. Organiserede udelivsaktiviteter bør så vidt muligt tilrettelægges – både hvad angår sociale rammer, udstyr og kompetencer – så børn selv kan tage initiativ til og opleve ejerskab til aktiviteterne. Hermed forankres aktiviteterne mere solidt i børns aktive udeliv. Bliver udelivsaktiviteterne for udstyrs- eller bemandingskrævende, begrænser det børns muligheder for at udleve aktiviteterne på egen hånd og dermed den oplevede tilgængelighed af en udelivsaktivitet.

*"Det ku' være fedt at spille hjemme, men man har jo ikke lige selv en lazer gun for den koster 10.000 kr... så ... og måske har ens venner heller ikke tid eller de bor et andet sted. Så det kommer ikke lige til at ske."*

*(Dreng, 12 år, Kongelundsfortet)*

*"Man tænker ikke så meget over det [friluftsområdet], når det er derude. For det ligger sådan lidt langt væk. (...) Man glemmer, det er der. Og så er det bare sådan et sted, man ikke lige går forbi."*

*(Dreng, 5. kl, Bogense)*

*"Man bruger jo det, der er i nærheden. For hvis vi nu skal gå derud [til friluftsområdet] eller tage vores cykler, så tager det jo noget tid. Og hvis man lige er kommet hjem [fra skole], og man bare er træt, og man bare vil slappe af med sine venner. Så i stedet for at cykle helt derud, så tager man bare noget, der er tæt på. For det er nemmere."*

*(Dreng, 5. kl, Bogense)*





## Uderum kan understøtte børns aktive udeliv – men en række forhold bør tilgodeses

Indsatsen med fokus på at skabe nye uderum som rammer for børns aktive udeliv har potentiale til at understøtte, at børn kommer mere udenfor, men det kræver, at følgende fire forhold er opfyldt:

1) Uderum skal give mulighed for spontant og planlagt samvær med venner, da mødet med andre børn synes at være den væsentligste drivkraft i børns aktive udeliv (se #1). Dette understreger samtidig vigtigheden af den oplevede tilgængelighed (se #2), da samvær med venner er betinget af en høj oplevet tilgængelighed til et uderum. Derudover handler det om, at uderum skal udformes på måder, der giver mulighed for og lyst til socialt samvær. Dette kan bl.a. komme til udtryk ved at skabe mindre afgrænsede områder i et uderum, samt at opsætte faciliteter, der inviterer til socialt samvær (fx bord-bænkesæt, hængekøjer og sheltere).

*”Der er sygt mange ting, der går i stykker derude, og det bliver bare ikke lavet igen. Så gider man jo ikke bruge det.”*

*(Pige, 8. kl, Bogense)*

2) Uderum skal rumme udfordrende, sanselige og engagerede aktivitetsmuligheder med mulighed for progression og variation. Mange af de yngre børn tiltrækkes af leg og bevægelse, der er udfordrende og engagerende. Det muliggøres gennem rumlige tiltag, hvor man kan klatre op, springe ned, svinge, balancere samt cykle eller løbe i høj fart. Det er samtidig væsentligt, at de fysiske faciliteter giver mulighed for progression og variation, så børn kan føle sig udfordrede på flere niveauer, samt kan opleve en fleksibilitet i brugen. Det skal være muligt for børnene at tage faciliteterne i brug på nye ofte ikke-intenderede måder og være kreative i deres lege og aktiviteter. Muligheden for progression og variation gælder ikke mindst set i et tidsperspektiv, hvor børn kan opleve, at aktivitetsmulighederne bliver kedelige i længden.

*”Folk på vores alder er jo nok ikke så interesseret i legepladsen og sådan noget. Det er nok mere for de mindre børn. Det er ikke så meget derude, som man ville køre derud for.”*

*(Dreng, 8. kl, Bogense)*

3) Uderum skal tilgodeses forskelle i alders- og kønsrelaterede motiver, præferencer og behov. Selvom billedet ikke er fuldstændig entydigt, er der på et overordnet niveau at være visse forskelle. Aldersmæssigt synes uderum med omfattende legemuligheder i højere grad at tilgodeses de yngste børn i målgruppen, hvilket også dokumenteres i tidligere undersøgelser (Andkjær et al., 2016). Yderligere virker det til, at det er den yngste del af målgruppen, der er mest fysisk aktive i uderummene. Kønsmæssigt er drenge generelt mere fysisk aktive end piger og foretrækker i højere grad udfordrende faciliteter, mens piger har et større fokus på sociale aktiviteter og foretrækker faciliteter, der giver mulighed for socialt samvær. Denne forskel bekræftes også af andre undersøgelser (Andkjær & Hadberg, 2017; Ibsen, Pilgaard, Høyer-Kruse, & Støckel, 2015; Laub & Pilgaard, 2012).

4) Uderum skal vedligeholdes og indeholde basisfaciliteter. Det er vigtigt, at uderum løbende vedligeholdes, da det begrænser børns ophold på et område, hvis faciliteter er ødelagte eller dårligt vedligeholdte. Samtidig er det en stor fordel, hvis der findes basale faciliteter, bl.a. toilet og skraldespande, så børnene kan opholde sig der i længere tid og føle sig hjemme på området.

*”Vi er jo nok nået til den alder, hvor vi gerne vil lave noget vildt. Fx den der svævebane. Da man gik i 1. klasse og sådan, der var den jo vild nok. Men nu er den langsom og ikke så vild. [...] Det er jo ikke sjovt, hvis den bare går ligeud. [...] Det er også grunden til, at vi rutsjer ned af taget på shelteret. Det er fordi, det er noget vildt, man kan gøre derude.”*

*(Pige, 5. kl, Bogense)*

## Organiserede udelivsaktiviteter kan understøtte børns aktive udeliv – men en række forhold bør tilgodeses

Indsatser med fokus på at skabe organiserede udelivsaktiviteter som rammer for børns aktive udeliv har potentiale til at understøtte og fremme, at børn kommer mere udenfor, men det kræver, at fire forhold tilgodeses:

*"[Det] at møde nye venner. Det var ret nervepirrende, at man ikke kender nogen, når man kommer. Men allerede om aftenen, da vi lå og snakkede i teltene, lærte jeg nogen at kende. Og nu snakker jeg bare med alle og har det sjovt."*

*(Dreng, 11 år, Strynø)*

1) Udelivsaktiviteter skal skabe sociale møder mellem børn, da mødet med andre børn er den væsentligste drivkraft i børns aktive udeliv (se #1). Udelivsaktiviteter kan organiseres på mange måder, men det centrale er, at de bør skabe gode rammer for sociale oplevelser og samspil blandt børn, hvor de kan være sammen med venner og eventuelt få nye venner. Dette kan bl.a. tilgodeses med kropslige aktiviteter og leg, samt i form af en lejr, hvor også daglige rutiner indgår (fx fælles madlavning, spisning og overnatning). Det er væsentligt at overveje, hvor meget mobiltelefoner skal fylde i denne sammenhæng. Af evalueringen fremgår det, at børn

*"Det er lidt ligesom at være inde i spillet. Altså som at være inden i det spil, man spiller. Det er dig, der løber. Du skal ikke bare sidde og holde en finger nede på W [knap på controller]. Man bliver forpustet. Det gør det sjovere og federe."*

*(Dreng, 11 år, Kongelundsfortet)*

sætter pris på at være fri for mobiltelefoner i udelivsaktiviteterne, da de oplever, at det er lettere at snakke sammen og lære hinanden at kende uden forstyrrelser fra mobiltelefonerne.

2) Udelivsaktiviteter skal rumme udfordrende, sanselige og engagerende aktivitetsmuligheder. Aktiviteterne kan med fordel involvere hele kroppen og et tæt samspil med landskabet, og kendte aktiviteter som computerspil kan bruges som inspiration og til at skabe motivation. Aktiviteter, der involverer interaktion med vand, rummer en særlig mulighed for sanselige og udfordrende kropslige aktiviteter.

*"Normalt når jeg er sammen med mine venner, så plejer man at have mobilen ... at sidde med mobilen, mens man sidder og snakker. Og så få man et lille 'bling', og så skal man lige kigge. Så man er ikke rigtigt fokuseret. Så går man lidt død i samtalen. Men her, der sidder man bare og snakker og dør af grin. Der er meget god humor herovre. [Så] man gider ikke engang bruge sin telefon herovre, fordi det er så hyggeligt."*

*(Pige, 12 år, Strynø)*

3) Udelivsaktiviteter skal rumme forskellige og varierede aktivitetstilbud. Det virker motiverende for børn at blive præsenteret for nye og forskellige aktivitetstilbud med forskelligt indhold og varierende grader af udfordring. Det giver dem lyst til at prøve anderledes aktiviteter igen, samt giver dem nye ideer til, hvad de kan lave udenfor.

4) Udelivsaktiviteter skal udgøre et frirum for voksne. Børn sætter pris på at have et frirum fra forældre, lærere m.fl., hvor de kan være dem selv og være sammen vennerne. Frirummet udnyttes blandt andet til at gøre nogle af de ting, de ikke normalt får lov til hjemme.



## Børn kan med fordel inddrages i udviklingsprocesser af nye indsatser

Børn kan med fordel inddrages både indirekte og direkte i udviklingsprocessen af nye uderum og organiserede udelivsaktiviteter.

Den indirekte inddragelse af børn handler om at opnå generel viden om børns motiver for udeliv og deres udelivsafærd, samt deres præferencer for sociale, fysiske og organisatoriske rammer. Den generelle viden kan dog ikke stå alene, men må suppleres af et specifikt indblik i lokale børns udelivsafærd, facilitetsbrug og – ikke mindst – de sociale rammer for deres udeliv.

Den direkte inddragelse af børn handler om, at lokale børn involveres aktivt i udviklingsprocessen af et uderum eller en udelivsaktivitet. Den direkte inddragelse kan bidrage til, at både nye uderum og organiserede udelivsaktiviteter i højere grad imødekommer lokale børns ønsker, behov og ideer, og samtidigt, at de oplever ejerskab til et område eller

en aktivitet. Direkte inddragelse af børn kan dermed ses som en måde at skabe motivation, deltagelse og sikre forankring af en indsats. Yderligere kan den direkte inddragelse medvirke til et uderums eller en udelivsaktivitets legitimitet både blandt børn og voksne – herunder planlæggere, initiativtagere og pædagogisk personale – idet børnene har haft indflydelse på deres lokalområde og deres fritidsliv.

*”Børnene var vildt engagerede, de synes virkelig, det var et fedt projekt. og de føler stadigvæk, at det derude det er deres legeplads, for de har været med til at bestemme, hvordan den skulle se ud. Det var et par rigtigt dygtige arkitekter – de var gode til at inddrage børnene – det var supergodt!”*

*(Lærer, Bogense)*

Fotograf: Jan Arvidsen



## Andre brugergrupper og børns bevægelseskultur bør medtænkes i udviklingen af nye indsatser

Ved anlæggelse af nye uderum og organisering af udelivsaktiviteter for børn er det væsentlig at medtænke andre brugergrupper og børns eksisterende bevægelseskultur, da begge dele har betydning for den måde børn bruger et uderum og deltager i en udelivsaktivitet.

Andre brugergruppers anvendelse af et uderum kan komme til udtryk på mange forskellige måder og rummer flere perspektiver. Et perspektiv handler om det problematiske i, at brugergruppers ophold og brug af et uderum kan skabe dårlig stemning (fx på grund af en oplevelse af upassende opførsel) og gøre nogle børn utrygge ved at anvende samme uderum. Helt konkret er det børnenes oplevelse i Bogense, hvor unge bruger friluftsområdet til at hænge ud i, hvilket er med til at skabe en utryk stemning på området for nogle af de mindre børn.

Et andet perspektiv handler om, at det kan være nødvendigt at medtænke andre brugergrupper, specielt når det drejer sig om mindre børn. Børnene kan være afhængige af forældrenes transport og deltagelse, som det er tilfældet i Bagenkop og med Nature Gaming på Kongelundsfortet. Det er her relevant at indtænke faciliteter og aktiviteter, som inkluderer forældrene, så det dels bliver muligt og dels bliver attraktivt at bruge området og deltage i aktiviteterne for både børn og voksne.

Det kan være en stor fordel at have kendskab til og tage udgangspunkt i børns eksisterende fritids- og bevægelseskultur, når man vil udvikle nye uderum eller udelivsaktiviteter til børn. Ved at tage udgangspunkt i de udeområder, som allerede anvendes af børnene, kan indsatser på en relativt enkel men samtidig vellykket måde facilitere, styrke og videreudvikle det eksisterende sociale og aktive udeliv i disse uderum. Bademiljøet i Bagenkop er et godt eksempel herpå, hvor relativt simple og billige fysiske faciliteter på en enkel måde har gjort uderummet mere indbydende, sjovt og attraktivt. På samme måde kan man se Nature Gaming på Kongelundsfortet som et eksempel på, hvordan man med udgangspunkt i eksisterende aktiviteter kan udvikle engagerende og motiverende kropslige aktiviteter i uderummet.

*”Så fandt vi ud af, at når efterskolen var nede og lege, så stillede de sig op på de her betonpullerter... Dem kunne man – hvis man var lidt behændig – kravle op på og lave udspring fra ned i bassinet som er 8-9 m. dybt. Det inspirerede os så til – hvis børn og unge gør det – så skal vi måske gøre det en lille smule mere brugervenligt og sikkert – så derfor fik vi sat en platform op og en stige, så man også kan komme op, når man er nede i det der bassin.”*

*(Projektleder, Bagenkop)*

*”På et tidspunkt da mig og min bror var deroppe, der sad de [unge] også bare deroppe og tog snus og røg og sådan noget. (...) Så cykler man bare hjem igen. Så er det ikke så hyggeligt.”*

*(Dreng, 5. kl, Bogense)*

*”Jeg synes, der mangler steder, man kan sidde. Så imens børnene leger i vandet og sådan noget, så kunne der godt være nogle solstole til de voksne måske, sådan så de hellere vil være dernede.”*

*(Dreng, 5. kl, Bagenkop)*



Fotograf: Shores

## Nye rammer for børns aktive udeliv skal aktiveres og vedligeholdes

For at rumlige og organisatoriske indsats kan bidrage til blivende forandringer i børns aktive udeliv, kan det være nødvendigt, at der gøres en indsats for at aktivere og vedligeholde indsatserne. Resultaterne fra evalueringen tyder på, at dette er et svagt og ofte overset element i arbejdet med at udvikle og implementere indsats til fremme af børns aktive udeliv.

En indsats kan med fordel aktiveres ved at bruge sociale medier til at informere og kommunikere om indsatsen. Særlige arrangementer eller events er ligeledes gode måder hvorpå, der kan skabes opmærksomhed om indsats. For at aktivere og vedligeholde en indsats kan man med fordel involvere og samarbejde med kommuner, institutioner, foreninger og forældre i lokalområderne. I projektet Nature Gaming på Kongelundsfortet har man erfaringer med at oprette en selvstændig forening, der står for at forankre og sikre videreførelsen af de nye udelivsaktiviteter. Direkte inddragelse af børn i udviklingen af en indsats (se #5) kan endvidere ses som en måde at forsøge at skabe ejerskab til og aktivere indsatsen, hvilket på sigt kan medvirke til at vedligeholde og sikre forankring af indsatsen.

Aktivering og vedligeholdelse af en indsats kan involvere brug af flere af de ovenfor nævnte metoder og strategier. Eksempelvis fremgår det, at aktiveringen af friluftsområdet i Bogense primært er sket gennem skolen, hvilket kan betyde, at området primært sættes i sammenhæng med skolen og med pædagogiske aktiviteter. Dette kan have betydning for børnenes brug af området i uorganiseret fritidssammenhæng, hvor en bredere og flerstrengt strategi til aktivering og vedligeholdelse muligvis kunne have gjort en forskel.

Noget tyder på, at indsats, som dels har høj grad af oplevet tilgængelighed og dels rummer attraktive elementer og eventuelt bygger på lokale traditioner, har mindre brug for aktivering og vedligeholdelse for at blive en succes.

*Fotograf: Nordfyns Kommune*



## Videnbaserede indsatser kræver stram styring samt solid økonomisk og politisk opbakning

Resultaterne fra evalueringen viser, at det er vanskeligt at implementere og fastholde fokuserede indsatser, som bygger på forskningsmæssige resultater og viden om børns udeliv. Når indsatser skal virkeliggøres i fx en kommune eller organisation spiller rigtig mange forhold ind: fx lovgivning, økonomiske ressourcer, politiske interesser, lokalplaner, samspil med naboer og lokalsamfundet. Det betyder, at indsatserne ofte ændrer sig i processen både i indhold og form, og enkelte bliver ikke realiseret.

Det store tidsforløb fra planlægning til realisering kombineret med de mange ændringer undervejs i processen gør det vanskeligt at vurdere betydningen af den forskningsmæssige komponent i indsatsen. Problematikken udfordrer den grundlæggende logik i NatureMoves-projektet og kalder på større satsninger, hvor man med politisk opbakning og solid økonomisk støtte iværksætter stramt styrede videnbaserede indsatser, som bygger på forskningsmæssige resultater og viden om børns udeliv.

*Fotograf: Jan Arvidsen*



## Nye indsatser skal være helhedsorienterede med fokus på særlige målgrupper

Det er karakteristisk for børnene på tværs af de fire indsatser, at næsten alle er idrætsaktive og udendørs i fritiden på ugentlig basis. Derudover kommer mange fra hjem, hvor mindst én forælder har en mellemlang eller lang videregående uddannelse. Dette tyder på, at indsatserne primært rammer de børn, der allerede er fysisk aktive, ofte er udendørs i forvejen og kommer fra socioøkonomisk stærke rammer.

Mekanismerne bag dette er sandsynligvis mange, men resultaterne peger på, at det handler om både individuelle, sociale og økonomiske forhold. Konkret kan det være et spørgsmål om særlige målgruppers manglende interesse eller færdigheder for aktivt udeliv, som gør, at de ikke bliver motiveret af ellers gode tilbud om nye uderum eller organiserede udelivsaktiviteter. Det kan endvidere handle om manglende opbakning fra venner eller økonomiske muligheder, som skaber barrierer i forhold til deltagelse i aktivt udeliv. Hvis ambitionen er at aktivere den gruppe af børn, som har størst behov for det, kræves en særlig indsats rettet mod de mindst aktive og de mindst privilegerede børn.

Ovenstående skal ses i lyset af, at udvikling af nye uderum og organiserede udelivsaktiviteter kun berører en begrænset rumlig og tidslig del af børns udeliv. Således udfolder børns liv sig i mange forskellige rumlige og tidslige rammer, og kun en begrænset del handler om aktivt udeliv i fritiden.

Resultaterne peger på, at indsatser formentlig skal vedligeholdes og være kontinuerlige, hvis de skal føre til reelle adfærds- og kulturændringer relateret til børns aktive udeliv. Det vil ikke mindst være nødvendigt med en mere helhedsorienteret tilgang, som også involverer andre arenaer i børns hverdagsliv, fx skoler, institutioner og foreninger m.m. (se #7) for at opnå varige adfærdsændringer. Længerevarende helhedsorienterede indsatser for særlige målgrupper er med andre ord nødvendige, hvis man skal sikre, at indsatserne får betydning for de grupper af børn, som har størst behov for at komme mere ud.

Fotograf: Nordfjens Kommune



## Undersøgelsen

Evalueringen af de fire indsatser i NatureMoves-projektet er gennemført i perioden 2018 – 2021. Der er i evalueringen anvendt både kvalitative og kvantitative metoder, og evalueringsdesignet er inspireret af evalueringsmodellen RE-AIM (King, Glasgow, & Leeman-Castillo, 2010) og fokuserer på fem evalueringsdimensioner: rækkevidde, virkning, adoption, implementering og vedligeholdelse.

Nedenfor følger en meget kort beskrivelse af design og metoder. For en dybere og mere nuanceret forståelse henvises til den samlede rapport for evalueringen (se Arvidsen et al., 2022).

## Design og empirisk grundlag

Det empiriske grundlag for evalueringen af de enkelte indsatser er genereret på fire forskellige måder:

- 1) Interviews med voksne nøglepersoner,
- 2) Dokumentstudier,
- 3) Spørgeskemaundersøgelser med børn,
- 4) Interviews med børn (Tabel a).

	Indsats 1 Friluftsområde i Bogense	Indsats 2a Bademiljø i Bagenkop Havn	Indsats 2b Vandsportslejr på Strynø	Indsats 3a Nature Gaming på Kongelundsfortet
Interviews med voksne nøglepersoner	N=4	N=4	N=4	N=2
Dokumentstudier	☑	☑	☑	☑
Spørgeskemaundersøgelser med børn	N=144	N=232	N=22	N=13
Interviews med børn	N=23	N=6	N=15	N=6

Tabel a. Oversigt over det empiriske grundlag for evalueringen

## Datagenerering og analyse

De kvalitative interviews med voksne nøglepersoner har haft til formål på at opnå viden om baggrunden for og processen med udvikling af de respektive indsatser, samt hvordan indsatserne er gennemført og tænkt videreført. Interviewene er gennemført med centrale nøglepersoner i de enkelte indsatser og er søgt gennemført, der hvor indsatserne er foregået. Interviewene er gennemført som semistrukturerede enkelt-, par- eller gruppeinterviews med interviewguide. Alle interviews er delvist transskriberet og er blevet analyseret tematisk med udgangspunkt i evalueringsdimensionerne implementering og vedligeholdelse fra RE-AIM.

Der er gennemført dokumentstudier af centrale dokumenter for de respektive indsatser. De centrale dokumenter udgør et udvalg af projektejernes egne ansøgninger og planer for indsatserne, samt programteorier udviklet og relateret til NatureMoves-projektet.

De kvantitative spørgeskemaundersøgelser med børn måler børnenes brug, motiver, oplevelser og præferencer af de fire indsatser. Derudover er der spurgt til en række baggrundsplysninger. Spørgeskemaerne er gennemført med nogle af de 10-15-årige børn (5.-8. kl.), der bruger uderummene eller har deltaget i de organisatoriske udelivsaktiviteter. Spørgeskemaerne er distribueret elektronisk, og børnene har udfyldt disse i skoletiden (de rumlige indsatser) med hjælp fra en lærer eller under indsatserne (de organisatoriske indsatser) med hjælp fra en af forskerne fra evalueringen. Der er gennemført deskriptive analyser af alle variable, og alle afhængige variable er blevet krydset med de uafhængige variable klassetrin og køn. Efterfølgende er de deskriptive analyser og tilhørende tabeller samlet tematisk med udgangspunkt i evalueringsdimensionerne rækkevidde, virkning og adoption fra RE-AIM.



De kvalitative interviews med børn har haft til formål at opnå viden om børnenes oplevelser og erfaringer med at anvende og deltage i de respektive indsatser, samt indsatsernes betydning for børnene. Interviewene er gennemført med udvalgte børn med tilstræbt ligelig køns- og aldersmæssig fordeling i forhold til målgruppen og har foregået på lokale

skoler eller i forbindelse med indsatserne. Interviewene er gennemført som semistrukturerede enkelt-, par-, gruppe- eller fokusgruppeinterviews med interviewguide. Alle interviews er delvist transskriberet og er blevet analyseret tematisk med udgangspunkt i evalueringsdimensionerne rækkevidde, virkning og adoption fra RE-AIM.

*Fotograf: Shores*





## Litteratur

Andkjær, S., Høyer-Kruse, J., & Arvidsen, J. (2016): Børn og unges hverdagsfriluftsliv. NatureMoves spørgeskemaundersøgelse om børn og unges aktiviteter og oplevelser i naturen. *Movements* 2016:2, Odense: Syddansk Universitet, 121 s.

Andkjær, S., & Hadberg, A. (2017): Sociale mødesteder i naturen. Kvalitative casestudier af udendørs steder for børn og unge. *Movements* 2017:3, Odense: Syddansk Universitet, 82 s.

Arvidsen, J. (2019): Steder der bevæger. En humangeografisk udforskning af børns udendørssteder. Ph.d.-afhandling, Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet, Syddansk Universitet.

Arvidsen, J., Ishøi, A., & Andkjær, A. (2022): Nye rammer for børns aktive udeliv. Evaluering af indsatserne fra NatureMoves-projektet. *Movements* 2022:1, Odense: Syddansk Universitet, 120 s.

Ibsen, B., Pilgaard, M., Høyer-Kruse, J., & Støckel, J. T. (2015). Pigers idrætsdeltagelse. Hvorfor er der så mange piger, der ikke går til idræt? *Movements* 2015:1, Odense: Syddansk Universitet, 97 s.

King, D. K., Glasgow, R. E., & Leeman-Castillo, B. (2010). Reaiming RE-AIM: using the model to plan, implement, and evaluate the effects of environmental change approaches to enhancing population health. *American journal of public health*, 100(11), 2076-2084. doi:10.2105/AJPH.2009.190959

Laub, T., & Pilgaard, M. (2012). Hvor dyrker danskerne idræt? Notat om brug af faciliteter på baggrund af undersøgelsen 'Danskernes motions- og sportsvaner 2011'. København: Idrættens Analyseinstitut, 19 s.

Sallis, J. F., Cervero, R. B., Ascher, W., Henderson, K. A., Kraft, M. K., & Kerr, J. (2006). An ecological approach to creating active living communities. *Annu Rev Public Health*, 27, 297-322. doi:10.1146/annurev.publhealth.27.021405.102100

**SDU** 

Syddansk Universitet

**NORDEA  
FONDEN**



Støttet med udlodningsmidler til friluftsliv