

Indledning – Handleplaner for målgruppen *Småbørnsfamilier*

Sunde vaner starter tidligt i livet. Idræt og bevægelse for familier bidrager til at skabe varige og positive forandringer for både børn og voksne. Derfor er familien en vigtig målgruppe, som der bør skabes bedre rammer for.

Målgruppen "småbørnsfamilier" skal forstås bredt og dækker over tre delmålgrupper: børn i alderen 0-6 år, deres forældre og familien som en samlet enhed. De tre grupper er tæt forbundne, og indsatser bør tilrettelægges med blik for både det individuelle og det fælles perspektiv. Små børn skal have muligheden for at udvikle motoriske færdigheder og bevægelsesglæde tidligt i livet. Forældre skal støttes i at tage aktivt del i sunde fællesskaber og fungere som rollemodeller i hverdagen. Familien som helhed skal opleve, at der findes tilbud, hvor de kan være aktive sammen, på tværs af alder, niveau og interesser.

Indsatserne vil have et særligt fokus på at nå målgrupper, som i dag er underrepræsenterede i foreningslivet, herunder kvinder og borgere med etnisk minoritetsbaggrund og ny-tilflyttere til landet.

Gennem tværgående samarbejde mellem sundhedspleje, dagtilbud, foreninger og forvaltningen, skabes rammerne for, at sunde vaner ikke bare initieres, men vedligeholdes og vokser med familien.

Med afsæt i visionsaftalen *Bevæg dig for livet – Brøndby 2026-2030*, er der derfor defineret tre centrale indsatser målrettet småbørnsfamilier:

- Idrætsleg
- Sunde vaner starter fra livets start – aktiviteter i Sundhedsplejen
- Hele familien i bevægelse

Indsats: Idrætsleg

Beskrivelse	Samarbejdspartnere	Økonomi	Evaluering og forankring	Erfaringer og evidens
<p>Nærværende handleplan om Idrætsleg bygger videre på indsatserne i Bevæg dig for livet 2021-2025 vedrørende dagtilbuddenes arbejde med pædagogisk idræt, leg og integration af bevægelse i de pædagogiske læringsmiljøer.</p> <p>Idrætsleg har tre hovedformål:</p> <p>1) Idrætsleg og koblingen mellem pædagogik og bevægelse er med til at fremme børnenes motoriske udvikling og bevægelsesglæde samt styrker børnenes sproglige og relationelle kompetencer.</p> <p>2) Idrætsleg sikrer systematisk og kontinuerlig kompetenceudvikling hos det pædagogiske personale i alle kommunens børnehuse.</p> <p>3) Idrætsleg styrker samarbejdet på tværs af både børnehuse samt mellem kommunale aktører, herunder samarbejdet om børn med behov for særlige motoriske indsatser.</p> <p>Indikatorer</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alle børn i daginstitutionerne får en hverdag med mere idræt, leg og bevægelse, som fremmer børnenes motorik, bevægelsesglæde og læring. - Andelen af børn med motoriske vanskeligheder ved indskolingsundersøgelsen skal maksimalt ligge på 5% (data fra Databasen Børns Sundhed) <p>Handlinger</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gennemførelse af Idrætsleg - Afholdelse af en kursusdag for minimum 50 personaler fra alle dagtilbud, hvor kompetencer inden for pædagogisk idræt vedligeholdes, udvikles og udbredes til nye medarbejdere - Afholdelse af forløb med foreninger for at styrke det lokale samarbejde. - Sikre dagtilbuds adgang til haller og sale. 	<p>Tovholdere</p> <p>Marie Kirstine Hvolris, Chef for Dagtilbud og Sundhedspleje</p> <p>Camilla Wessman, Souschef for Dagtilbud og Sundhedspleje</p> <p>Ulla Frausing, Centerleder, Center for Genoptræning og Forebyggelse</p> <p>Felix Petersen, afdelingsleder, Center for Genoptræning og Forebyggelse</p> <p>Lærke Lundedal Jensen, Idræts- og Fritids-konsulent</p> <p>Interessenter og bidragsydere</p> <p>Ledere og medarbejdere i kommunens dagtilbud</p>	300.000 kr.	<p>Evaluering</p> <p>Idrætsleg gennemføres årligt fra efterår og frem til vinterferien. 2025-2026 er første år med det nye koncept for samtlige børnehuse, og vi vil evaluere og foretage eventuelle justeringer frem mod efterår 2026.</p> <p>Forankring</p> <p>Potentialer for videre forankring afklares i projektperioden.</p>	<p>Det pædagogiske personale i daginstitutioner bidrager til at skabe vaner og en kultur, der fremmer bevægelse. De motiverer, støtter og stimulerer børnene i deres udvikling. En positiv holdning og motiverende tilgang til bevægelse er vigtig for at stimulere børns lyst til at bevæge sig. Pædagogisk personale har således en vigtig opgave som rollemodeller, der udviser engagement, lyst og mod til at lege og bevæge sig sammen med børnene.</p> <p><i>(Sundhedsstyrelsen 2023)</i></p> <p>Brøndby Kommune har igennem de seneste år oplevet en markant nedgang i børn med motoriske vanskeligheder, viser Sundhedsplejens årlige indskolingsundersøgelse. I skoleåret 2019-2020 var andelen af børn med motoriske vanskeligheder ca. 9%, hvor seneste opgørelse fra skoleåret 2023-2024 viser, at andelen af børn med motoriske vanskeligheder nu er nede på 4,6%.</p> <p><i>(Databasen Børns Sundhed)</i></p> <p>Sundhedsstyrelsen har følgende anbefalinger for fysisk aktivitet: 1-4-årige bør bevæge sig mest muligt og på forskellige måder i løbet af dagen, og stillesiddende tid bør begrænses</p> <p><i>(Sundhedsstyrelsen 2023)</i></p>

Indsats: Sunde vaner starter fra livets start - Aktiviteter i sundhedsplejen

Beskrivelse	Samarbejdspartnere	Økonomi	Evaluering og forankring	Erfaringer og evidens
<p>For at styrke de tidlige indsats, ønsker vi at udvikle flere bevægelsestilbud i regi af Sundhedsplejen.</p> <p>Indikatorer - Vi vil arbejde kontinuerligt på at udvikle bevægelsestiltag i regi af sundhedsplejen, der inspirerer både børn og forældre til at integrere fysisk aktivitet i hverdagen.</p> <p>Handlinger - Afdække eksisterende tilbud i foreningerne for målgruppen. - Afsøge muligheden for bevægelsestiltag i Legestuen i Brønden. - Undersøge mulighederne for at opstarte legestue i Kilden. - Drøfte mulighederne for at inddrage bevægelse som en del af Sundhedsklinikken. - Undersøge muligheder for yderligere bevægelsestiltag i regi af sundhedsplejen.</p>	<p>Tovholdere</p> <ul style="list-style-type: none"> - Katrine Stengaard Fritzen, projektleder, Bevæg dig for livet - Nanna Hjortboe Andersen, konsulent for Sundhedspleje og Dagtilbud - Laura Bielefeldt-Jakobsen, udviklingskonsulent i Kulturhuse og Biblioteker <p>Bidragydere</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sundhedsplejerskerne - Skoler i områderne - Lokale udvalgte foreninger i Brøndby 	<p>Finansiering afklares.</p>	<p>Evaluering Evalueringsmetoder besluttet under implementeringsperioden.</p> <p>Forankring Potentialer for videre forankring afklares i projektperioden.</p>	<p>Tidlig etablering har stor betydning for børns motoriske udvikling, trivsel og senere deltagelse i idrætsfællesskaber. Forskning peger på, at fysisk aktivitet i de første leveår fremmer både kognitive og sociale kompetencer (Bugge et al., 2019).</p> <p>Sundhedsplejen har fokus på at fremme sundhed og trivsel, og deltager blandt andet i et forskningsprojekt "VÆKST", der handler om at fremme sund vægtudvikling hos barnet. De er særlig relevant, da 20,7% af børnene ved indskolingsundersøgelsen 2023/2024 havde overvægt eller svær overvægt (Statens Institut for Folkesundhed (2025)). Ligeledes viser tallene, at 7,2% af børnene i Brøndby Kommune allerede i det første leveår har en bemærkning til motorisk udvikling (Statens Institut for Folkesundhed (2024)).</p>



Indsats: Hele familien i bevægelse

Beskrivelse	Samarbejdspartnere	Økonomi	Evaluering og forankring	Erfaringer og evidens
<p>Når hverdagen er travl, skal det være nemt at vælge bevægelse til. For at imødekomme de udfordringer, småbørnsfamilier oplever i forhold til at balance arbejdsliv, børnepasning og fritidsaktiviteter, vil vi, i samarbejde med det lokale foreningsliv, arbejde for at gøre idrætstilbud mere tilgængelige og attraktive for familier i Brøndby.</p> <p>Indikatorer: - Vi vil gennemføre en afdækning af eksisterende bevægelsestilbud til småbørnsfamilier samt iværksætte nye eller styrke eksisterende aktiviteter for at øge børnefamiliers deltagelse i foreningslivet.</p> <p>Handlinger - Afdækning af eksisterende bevægelsestilbud til småbørnsfamilier i foreningslivet.</p>	<p>Tovholdere</p> <ul style="list-style-type: none"> - Katrine Stengaard Fritzen, projektleder, Bevæg dig for livet - Sanne Lykkegaard Daasbjerg, kommunekonsulent, DGI Midt- og Vestsjælland <p>Bidragydere</p> <ul style="list-style-type: none"> - DGI Midt- og Vestsjælland - Lokale foreninger i Brøndby 	<p>Finansieres afklares.</p>	<p>Evaluering Evalueringsmetoder besluttet under implementeringsperioden.</p> <p>Forankring Potentialer for videre forankring afklares i projektperioden.</p>	<p>Familiedannelsesperioden er en tid med store omvæltninger, hvor mange oplever udfordringer med at balancere arbejde, børnepasning og fritidsaktiviteter. Dette kan gøre det vanskeligt at prioritere aktiviteter med idræt og bevægelse. I 2024 svarede 58 % i aldersgruppen 25-39 år, eksempelvis "ja" til spørgsmålet "Dyrker du normalt idræt eller motion?". Dette er markant lavere end andelen for den samlede befolkning i Brøndby Kommune, som ligger på 68 % (<i>Bevæg dig for livet</i>, 2024). Forskning viser, at forældres engagement i sunde fællesskaber øger sandsynligheden for, at de understøtter deres børns deltagelse i idræts- og bevægelsesaktiviteter (Ibsen et al., 2020), hvilket understreger behovet for at fokusere på hele familien. Samtidig viser tal fra Centralt Foreningsregister, at medlemstætheden blandt de 0-6 årige i idrætsforeningerne i Brøndby er på 24,4%, hvilket er markant lavere end landsgennemsnittet på 52,8% for samme målgruppe.</p>