

Data og vidensgrundlag for drøftelse af idrætten på KFU

INTRODUKTION

En af grundforudsætningerne udviklingen af idrætten i København er at basere drøftelser, initiativer og prioriteringer på et fælles data- og vidensgrundlag.

Udviklingen af byen med fokus på idræt, bevægelse og civilsamfund samt arbejdet med at gøre flere københavnere fysisk aktive skal således være funderet i data og viden. Dette dokument giver et overblik over vores kernedata og viden om idræt og fysisk aktivitet i København.

Hvad kendetegner en storby?

Vender man blikket mod verdens andre storbyer, der ligner København i forhold til grundstrukturer, både specifikt på idræts- og bevægelsesområdet og mere generelt i forhold til demografi, socio-økonomi mm. ses forskellige fællestræk. Det internationale netværk "Active Citizens World Wide" peger på følgende storbykendetegn:

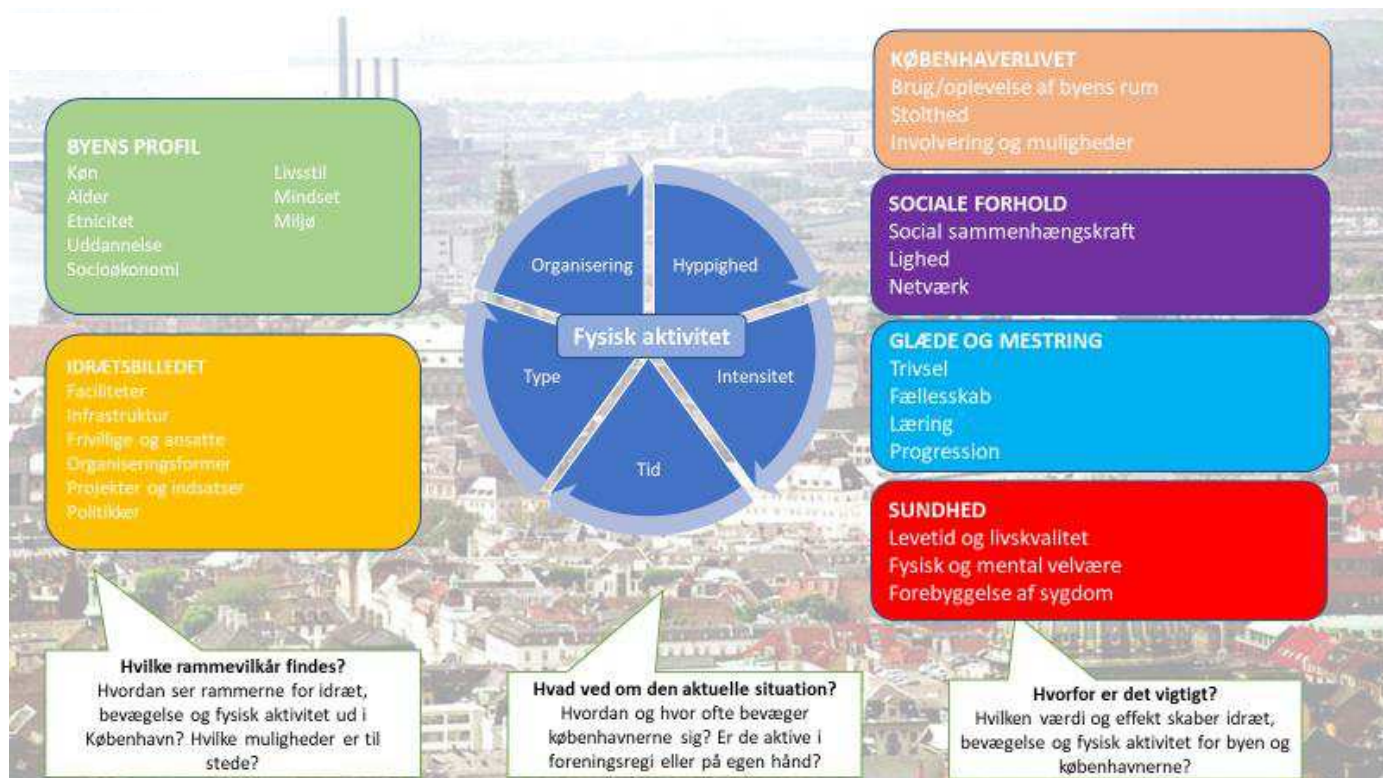
- Storbyer har en **befolkningstilvækst**, der betyder, at der konstant skal være nye muligheder og tilbud om fysisk aktivitet til flere
- I storbyer er der ofte **mangel på plads**. Derfor er der behov for aktiv stillingtagen og prioritering af idræts- og bevægelsesmuligheder
- Befolkningen i storbyer er præget af **social ulighed/heterogenitet**, hvilket betyder, at der er behov for differentierede data og løsninger
- Der er **stor forandringshastighed** i storbyer, dvs. at det er i storbyerne, der opstår nyt, og traditionelle strukturer hurtigst mister relevans
- Forandringshastigheden betyder, at **nye kommercielle tiltag** på idrætsområdet vinder hurtigt frem. Det kommercielle udvikler sig hurtigere og smidigere end det frivillige foreningsliv, hvorfor dette kan ramme negativt i forhold til tilbud til børn og udsatte målgrupper, som i mindre grad benytter kommercielle tilbud
- Fysiske og mentale **livsstilssygdomme er i vækst**. Storbyerne har en særlig rolle i at forebygge inaktivitet og social isolation
- Storbyer består af **'byer i byen'**. Det betyder, at de kan være flere 'bycentre' med forskellige forudsætninger og behov for indsatser
- Storbyer har typisk **en yngre befolkning** og mere **individualiserede familieformer**, hvilket betyder noget for karakteren og sammensætningen af motions- og idrætsmuligheder

Idræt og positive forandringer i samfundet

Inspireret af andre internationale storbyers arbejde med idræt og bevægelse har Kultur- og Fritidsforvaltningen en ambition om at åbne sig op mod andre fagområder end den klassiske idrætspolitik og idrætsudvikling normalt forholder sig til. Data og viden om, hvordan idræt, bevægelse og foreningsdeltagelse medvirker til positive sociale, sundhedsmæssige og demografiske forandringer, har således også en vigtig betydning. Disse forandringer afspejles i nedenstående model, som er inspireret af det internationale netværk "Active Citizens World Wide".

Modellen giver et overblik over de elementer, der spiller ind på udviklingen af idrætten i en storby, herunder hvilke rammevilkår, der findes i byen; hvilken form for fysisk aktivitet, som københavnere dyrker, samt hvilke effekter og værdier, som bevægelse, idræt og fysisk aktivitet har for forskellige aspekter af samfundet.

Den efterfølgende data- og vidensopsamling beskriver de enkelte elementer mere detaljeret med en københavner-vinkel. Data stammer primært fra Sundhedsprofilen for Region H og Kommuner 2021, Børnesundhedsprofilen i Københavns Kommune 2021 samt idrætsforeningernes medlemstal i CFR-systemet 2021. Nedenfor er de mest centrale tal oplistet, men ønskes der mere dybdegående viden henvises til "Idrætten i København, Faktaark, Idrætsudvikling - KFF, 2022 (2)" (e-Doc sagsnr. 2020-0180709-3).



FAKTA OM KØBENHAVNERNES FYSISKE AKTIVITETSNIVEAU

Voksne og ældre

- ✓ Antallet af fysisk aktive voksne i København er forholdsvis højt sammenlignet med resten af landet. Omkring 50% af de voksne københavnere opfylder ikke WHO's minimumsanbefaling for fysisk aktivitet - til sammenligning er tallet 58% på landsplan og ca. 54% i Region Hovedstaden. Det fysiske aktivitetsniveau i København varierer fra bydel til bydel, eksempelvis har Indre by, Østerbro samt Vesterbro/Kg. Enghave de laveste andele fysisk inaktive med henh. 46% og 48%, mens bydelene Valby og Brønshøj-Husum har de højeste med henh. 53% og 59% (Sundhedsprofil for Region H og Kommuner 2021, Region H, 2022)
- ✓ Det er i høj grad selvorganiseret idræt (f.eks. løb) og kommerciel idræt (fitness, dans og lign.), der tiltrækker de voksne og ældre københavnere. Foreningsdeltagelsen ligger lavere i København end landsgennemsnittet. København har 21% af de voksne været aktiv i en idrætsforening, 27% i den kommercielle idræt, mens 75% ugentligt har været aktive ved selvorganiseret idræt. De tilsvarende tal på landsplan er 27% deltagelse i idrætsforening, 19% kommerciel idræt og 72% selvorganiseret idræt (Københavns Kommune i Bevægelse, SDU, 2021)
- ✓ En høj andel (45%) af københavnere benytter aktiv transport til og fra arbejde eller uddannelse. Over 70 % af københavnere bruger cykling og gang som aktiv transportform i deres fritid hver eneste uge, heraf flere kvinder end mænd (Københavns Kommune i bevægelse, SDU, 2021)

- ✓ Kønsfordelingen på det fysiske aktivitetsniveau er nogenlunde ligeligt fordelt, dog er der lidt flere mænd end kvinder, der opfylder anbefalingerne for fysisk aktivitet (Københavns Kommune i bevægelse, SDU, 2021)
- ✓ Det fysiske aktivitetsniveau og foreningsdeltagelse falder med lavere socioøkonomisk status (Socialt udsatte i idrætten, IDAN, 2018)
- ✓ Størstedelen af de inaktive københavnere ønsker at blive mere fysisk aktive (76%), og over halvdelen (57%) af disse borgere angiver, at de ønsker hjælp til at blive mere aktive (Sundhedsprofil for Region H og Kommuner 2021, Region H, 2022)

Børn og unge

- ✓ Set i forhold til Sundhedsstyrelsens anbefalinger for fysisk aktivitet ligger det fysiske aktivitetsniveau forholdsvis lavt blandt de københavnske børn og unge, dette billede ses også på landsplan. Børnesundhedsprofilen viser, at 42% af de københavnske børn i 3. klasse tit bevæger sig, så de bliver forpustede, mens 25% af børnene i 6. klasse og 21% af børnene i 9. klasse har dagligt et bevægelsesniveau, der betyder, at de bliver svedige eller forpustede. (Børnesundhedsprofilen, 2021)
- ✓ Foreningsdeltagelsen er generelt lav i København sammenlignet med landsgennemsnittet. Hvis vi sætter antal foreningsmedlemskaber i forhold befolkningstallet i henholdsvis København og på landsplan finder vi følgende procenter af foreningsaktive børn: 0-6-årige: Kbh. 23%/DK 45%. 7-12-årige: Kbh. 85%/DK 107%. 13-18-årige: Kbh. 50%/DK 67% og 19-24-årige Kbh. 22%/DK 36% (Centralt ForeningsRegister og Danmarks Statistik 2021)
- ✓ Pigernes foreningsdeltagelse ligger generelt lavere end drengenes. Dette ses både i København og på landsplan. Hvis vi ser på foreningsmedlemskaber for piger og drenge i relation til befolkningstallet ligger procentsatserne tættest hos de yngste (på landsplan overstiger pigerne endda drengene i medlemskaber). Fra 7 årsalderen, og særligt i de tidlige teenageår, ser vi flere drenge end piger i foreningsidrætten (Centralt ForeningsRegister 2021)
- ✓ Der ses et generelt fald i foreningsdeltagelsen op gennem teenageårene. Fra Børnesundhedsprofilen 2021 ved vi bl.a., at 66% af børnene i 3. klasse går til sport i en forening. 71% af børnene i 6. klasse, og 44% af børnene i 9. klasse går mindst én gang om ugen til sport i en forening (Børnesundhedsprofilen, 2021).
- ✓ Generelt er piger mindre fysisk aktive end drengene. I både 3., 6. og 9. klasse gælder det, at flere drenge end piger ofte bevæger sig, så de bliver forpustede. De ældre piger er også mindre foreningsaktive. På 3. klassetrin angiver 48% af drengene at de tit bevæger sig, så de bliver forpustede – samme tal for pigerne er 36%. Hos 6. klasserne siger 68% af drengene at de hver dag eller næsten hver dag, bevæger sig så de bliver svedige eller forpustede, mens tallet for pigerne på 6. klassetrin er 49%. På 9. klassetrin er tallet for drengene 64%, og 32% for pigerne (Børnesundhedsprofilen, 2021)
- ✓ Det er stadig de mere traditionelle foreningsidrætter (fodbold, svømning, gymnastik), der topper i København, selvom selvorganiseret og kommerciel idræt også er en del af idrætsbilledet for børn og unge. Ca. 2/3 (66%) af de adspurgte børn på 3. klassetrin går til sport i en forening. Tæt på 3/4 (71%) af 6. klasserne dyrker ugentligt sport i en forening, men tallet for 9. klassetrin er knap halvdelen (44%). Derudover angiver 67% af de københavnske elever på 6. klassetrin og 49% af eleverne på 9. klassetrin angiver at de dyrker motion eller sport uden for en forening en eller flere gange ugentligt. 35% af eleverne på 9. klassetrin angiver desuden at de dyrker fitness eller styrketræning i fitnesscenter (Børnesundhedsprofilen 2021)
- ✓ Størstedelen af de københavnske børn og unge benytter aktiv transport til og fra skole (gå 45%, cykle 34%) (Børnesundhedsprofilen 2021)

- ✓ Det fysiske aktivitetsniveau og foreningsdeltagelse falder med lavere socioøkonomisk status og forældrenes idrætsdeltagelse (Socialt udsatte i idrætten, IDAN, 2018)
- ✓ Forældrenes uddannelsesmæssige baggrund og egen deltagelse i idræt og fysisk aktivitet har dog mindre betydning for idrætsdeltagelse hos børn i førskolealderen. Den "idrætslige sociale arv" ser derved ikke ud til at påvirke de 3-6-årige børn på samme måde som det er tilfældet for de ældre børn og unge. (Idræt blandt 3-6-årige børn, IDAN, 2021)
- ✓ Over halvdelen af 6. og 9. klasserne går allerede til de fritidsaktiviteter de gerne vil, men en mindre gruppe (6. kl. = 16% og 9.kl. =15%) angiver at de gerne vil gå til mere (Børnesundhedsprofilen 2021)

VIDEN OM VÆRDI OG EFFEKT

Som visualiseret i modellen på side 2 peger erfaringer, undersøgelser og forskning på, at fysisk aktivitet, bevægelse og idræt har flere positive effekter, værdier og forandringspotentiale i forhold til en række samfundsområder. Nedenfor er udvalgte pointer beskrevet.

Københavnslivet

- Hvis idræt, bevægelse og civilsamfund indtænkes i planlægningsfasen af byudviklingen, er der større chance for at der reelt gives plads til dette, når byen udvikles.
- Inddragelse af erfaringer, viden og ønsker fra foreninger/ civilsamfund/ frivillige i planlægningsfasen, øger chancen for relevans og anvendelighed af faciliteterne
- Tryghed, nærhed, tilgængelighed i faciliteterne og rum med der kan bruges på flere forskellige måder (både til aktivitet og socialt samvær), tiltrækker særligt piger (LOA, 2020)
- De københavnske børn giver, på tværs af klassetrin, udtryk for, at der gode steder for leg, sport og aktivitet i deres nærområde (tilfredshed: 3. kl. 92%, 6.kl. 88% og 9.kl. 87%) (Børnesundhedsprofilen 2021)
- 53% af eleverne i 6. klasser, og 36% af eleverne i 9. klasse bruger dagligt eller mindst en gang ugentligt lokale idrætsfaciliteter. (Børnesundhedsprofilen 2021)

Glæde og mestring

- Bevægelse, idræt og fysisk aktivitet har en egenverdi i form af glæde, velvære, fordybelse og mestring
- Der er en positiv sammenhæng mellem fysisk aktivitet og koncentration/ indlæringsevne

Sociale forhold

- Idrættens fællesskaber styrker evnen til at indgå i sociale sammenhænge, hvilket kan fremme trivsel og mental sundhed
- Der er brug for særlige tiltag for at sikre lige muligheder for deltagelse i fysisk aktivitet og foreningsliv uanset køn, alder og socioøkonomisk baggrund

Sundhed

- Regelmæssig fysisk aktivitet forbedrer den enkeltes sundhed, giver velvære og kan øge livskvaliteten for både børn og voksne
- Regelmæssig fysisk aktivitet giver bl.a. bedre kondition, forbedret blodtryksniveau, stærkere knogler, mindre fedt i blodet og derved forebygger en lang række sygdomme