



LÝÐHEILSUSTÖÐ

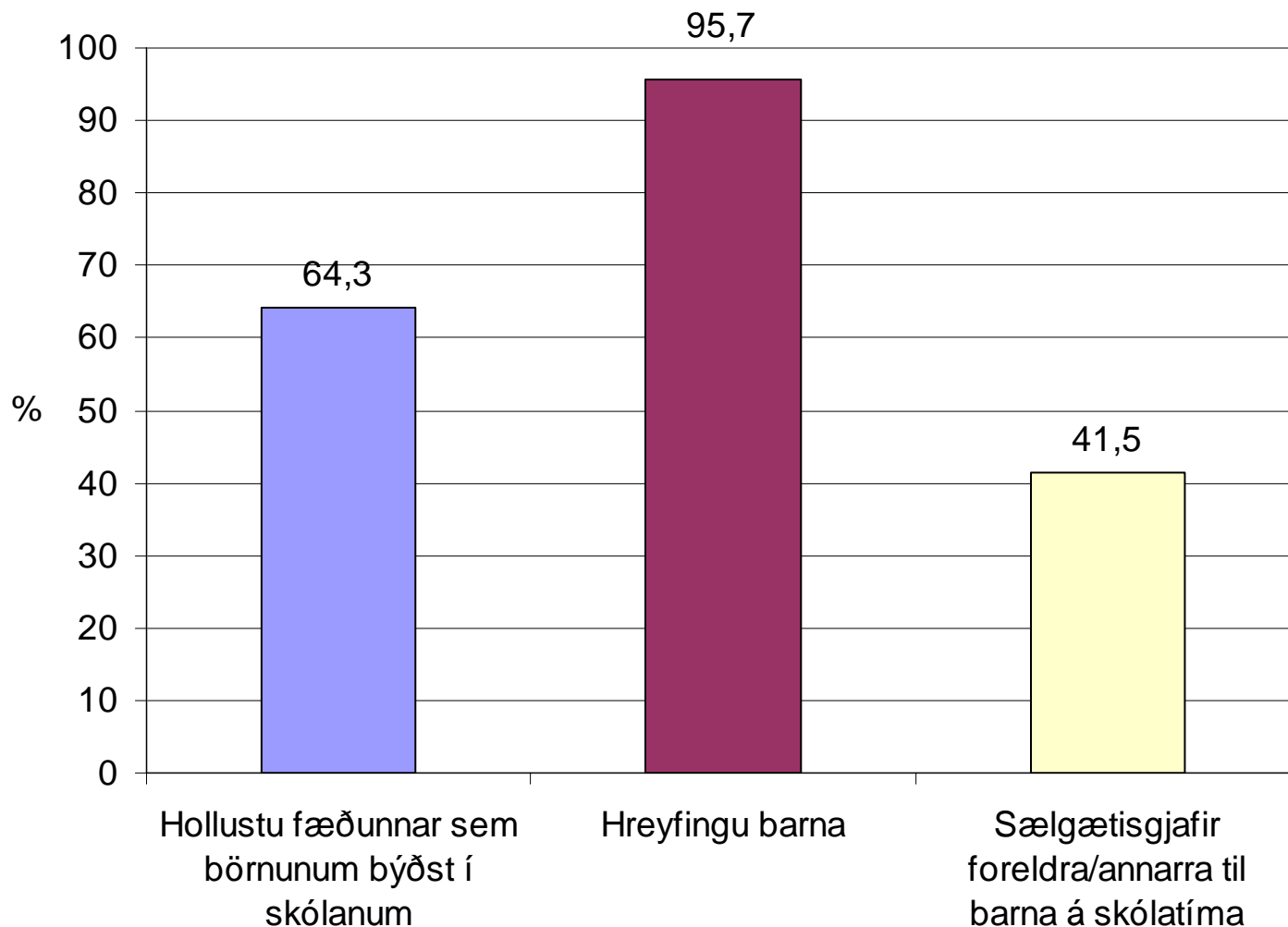
# Könnun í leikskólum og grunnskólum

**Stefán Hrafn Jónsson,**  
verkefnastjóri rannsóknasviðs  
Lýðheilsustöð

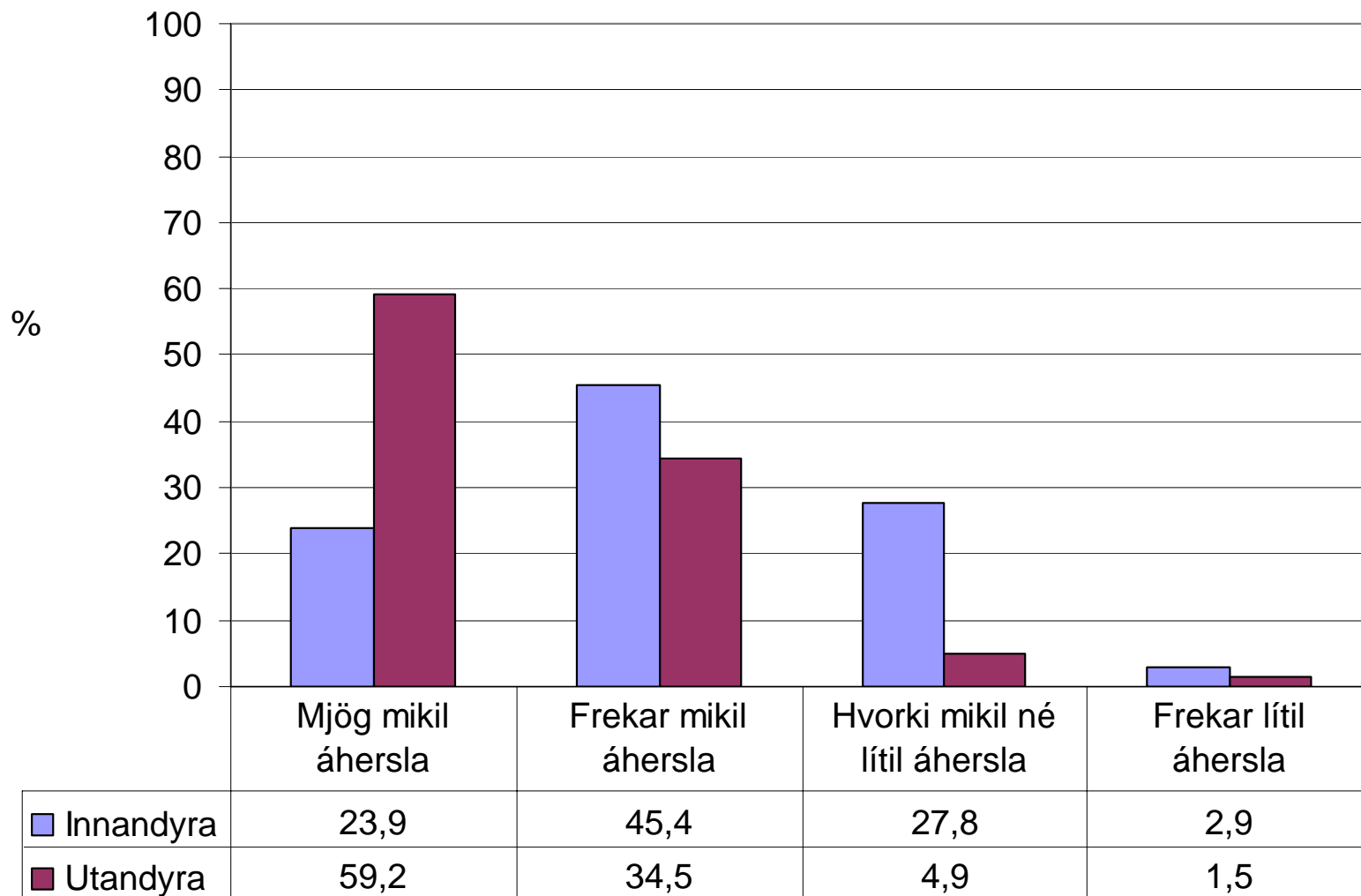
# Netkönnun í leikskólum

- Öllum (257) leikskólastjórum send beiðni um þátttöku í netkönnun með möguleika á póstkönnun þegar þess var óskað.
- Eftir ítrekanir bárust 207 svör eða 80,5% svarhlutfalli.

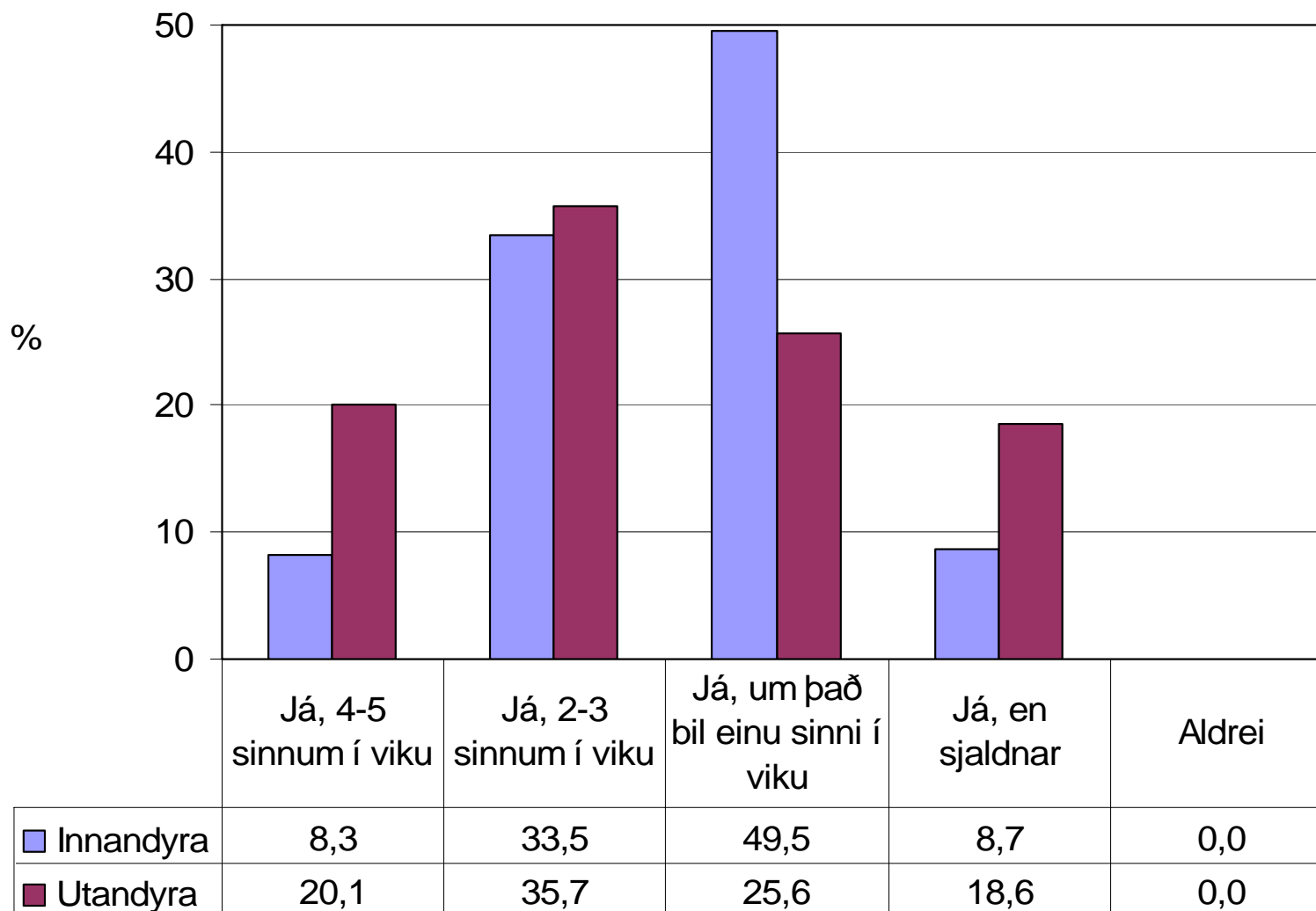
## Hlutfall leikskóla sem fjallar um hreyfingu og næringu í handbók eða námskrá skólans



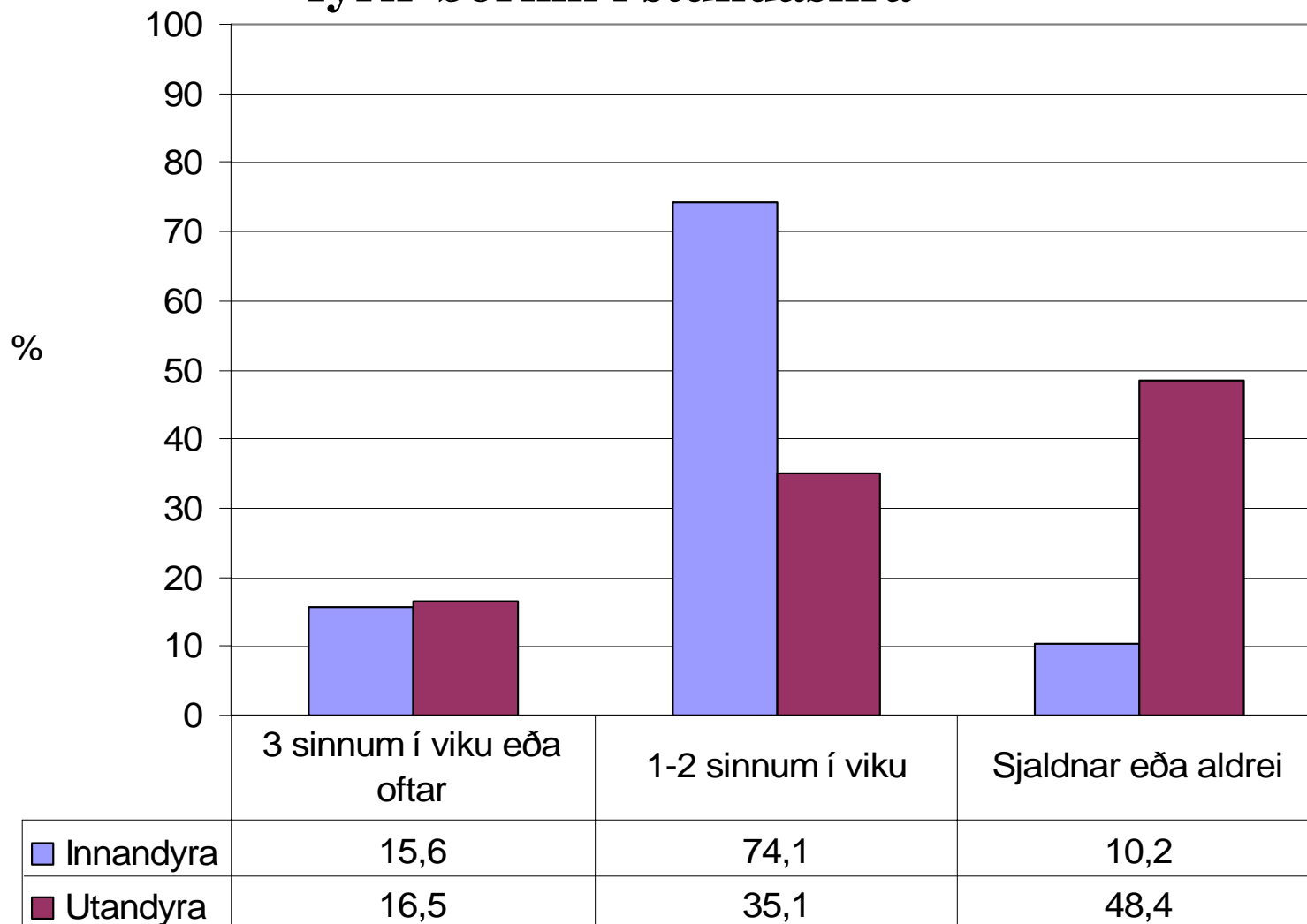
# Áhersla leikskóla á að öll börn hreyfi sig daglega



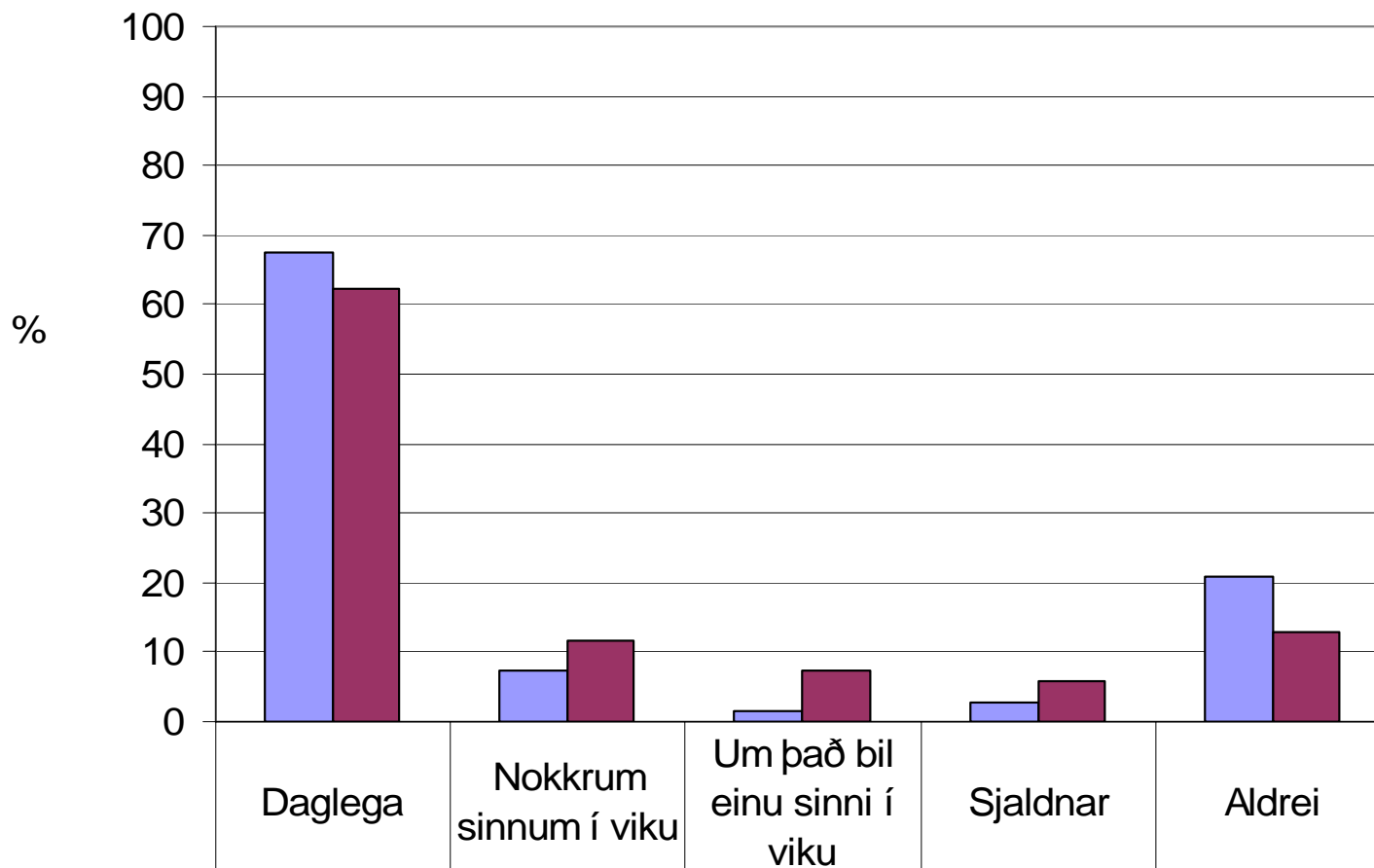
## Hlutfall leikskóla þar sem starfsfólk skólans tekur þátt í hreyfileikjum barna



## Hlutfall leiksskóla með skipulagðar hreyfistundir fyrir börnin í stundaskrá

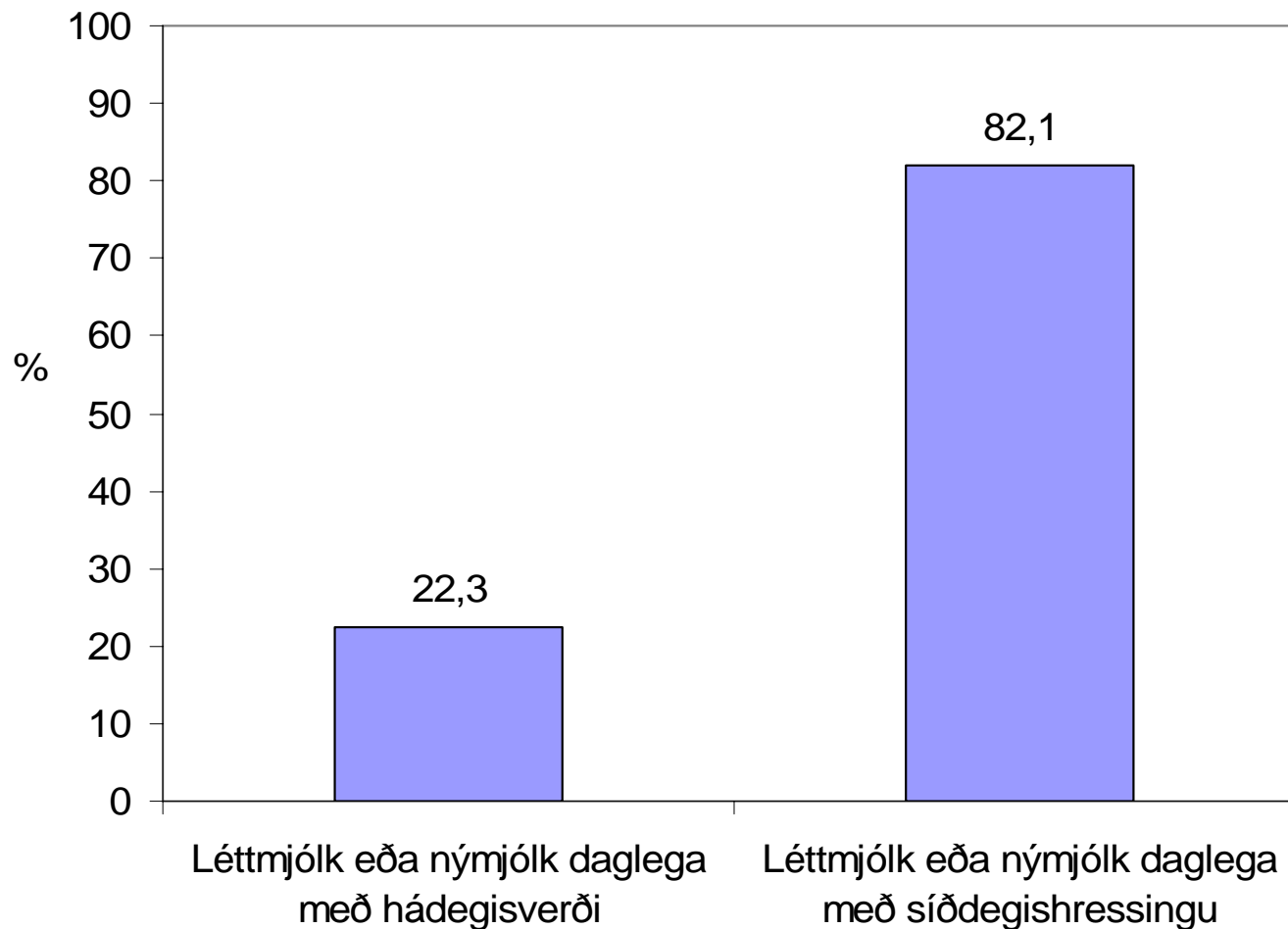


## Hlutfall leikskóla með ávaxtatíma fyrir börnin

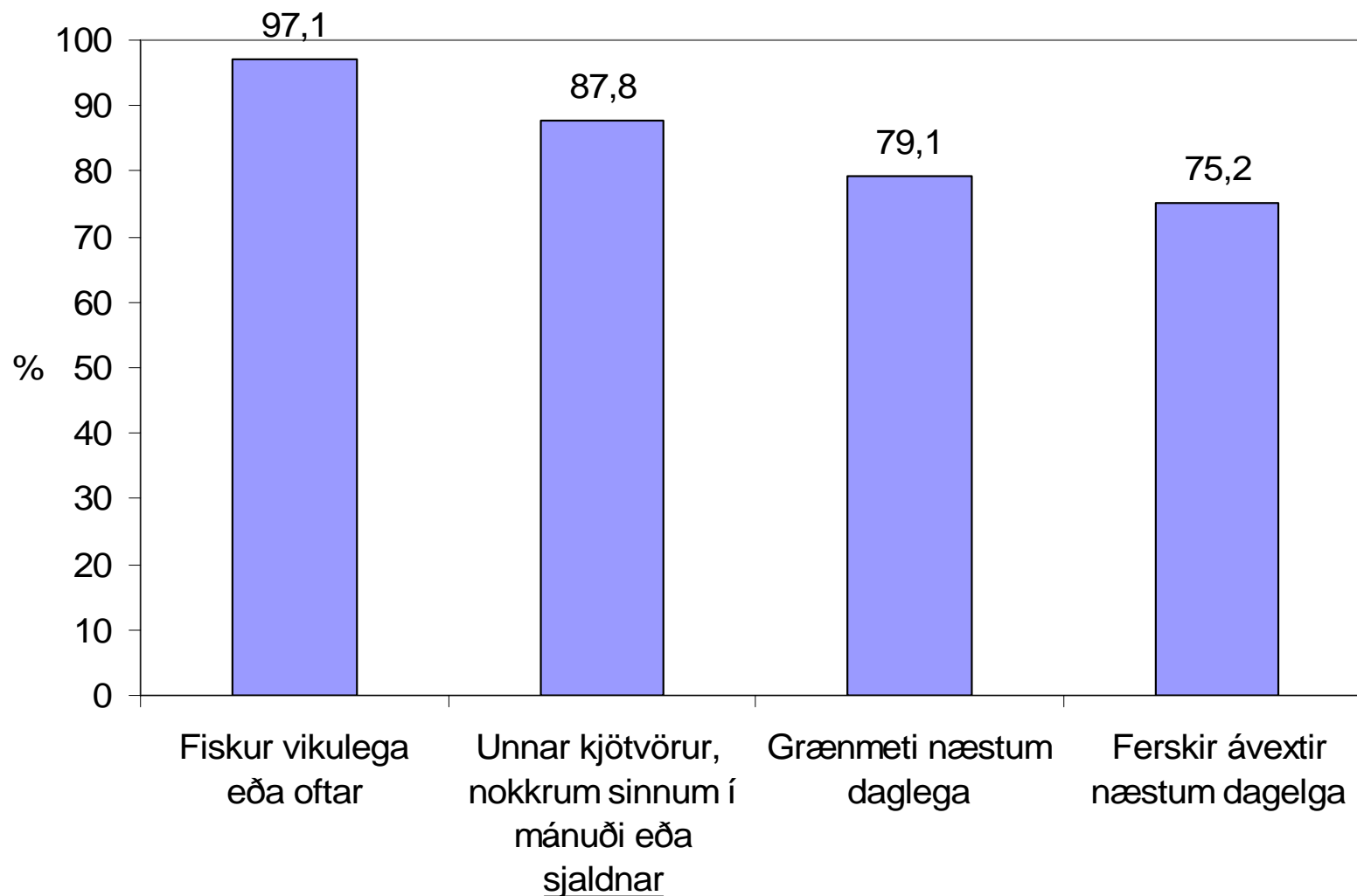


Miðjan morgun	67,4	7,3	1,7	2,8	20,8
Síðdegis	62,2	11,7	7,4	5,9	12,8

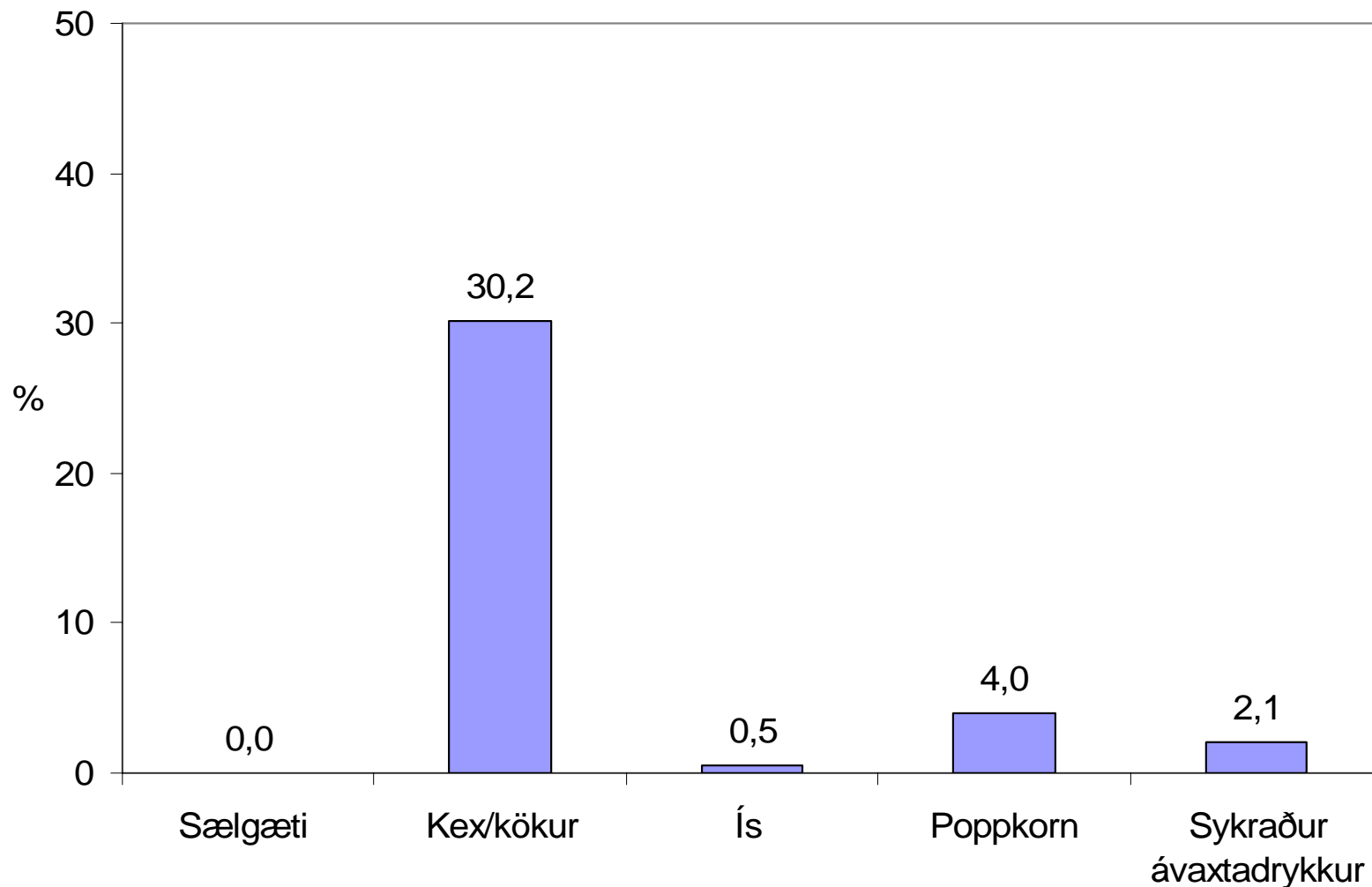
## Hlutfall leikskóla með drykkjarmjólk með hádegisverði og síðdegishressingu daglega



## Fjöldi skipta sem tiltekna fæðutegundir eru á boðstólum í leikskóla



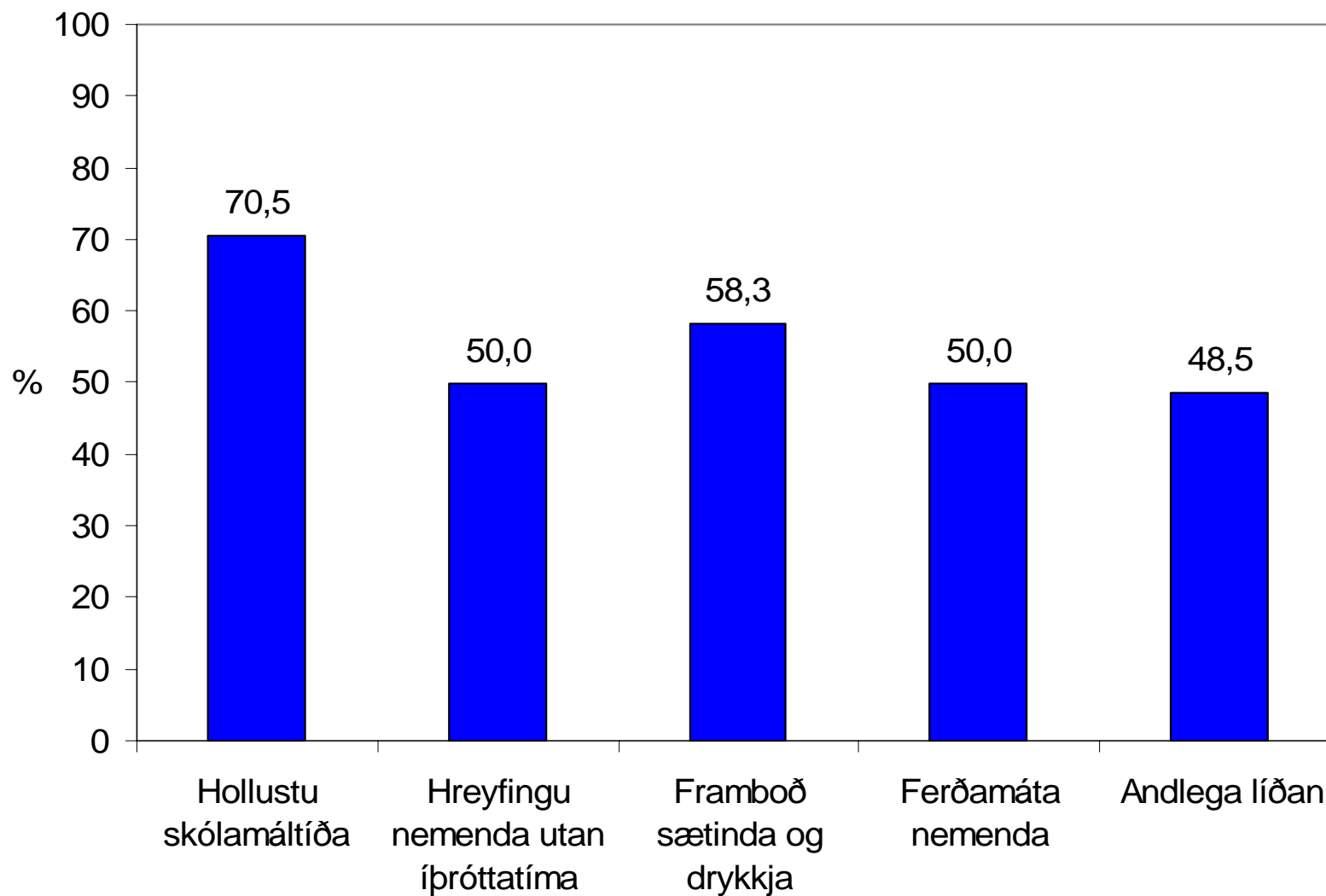
## Hlutfall leikskóla þar sem börnin fá sætindi, sætabrauð eða sykraða svaladrykki vikulega eða oftar



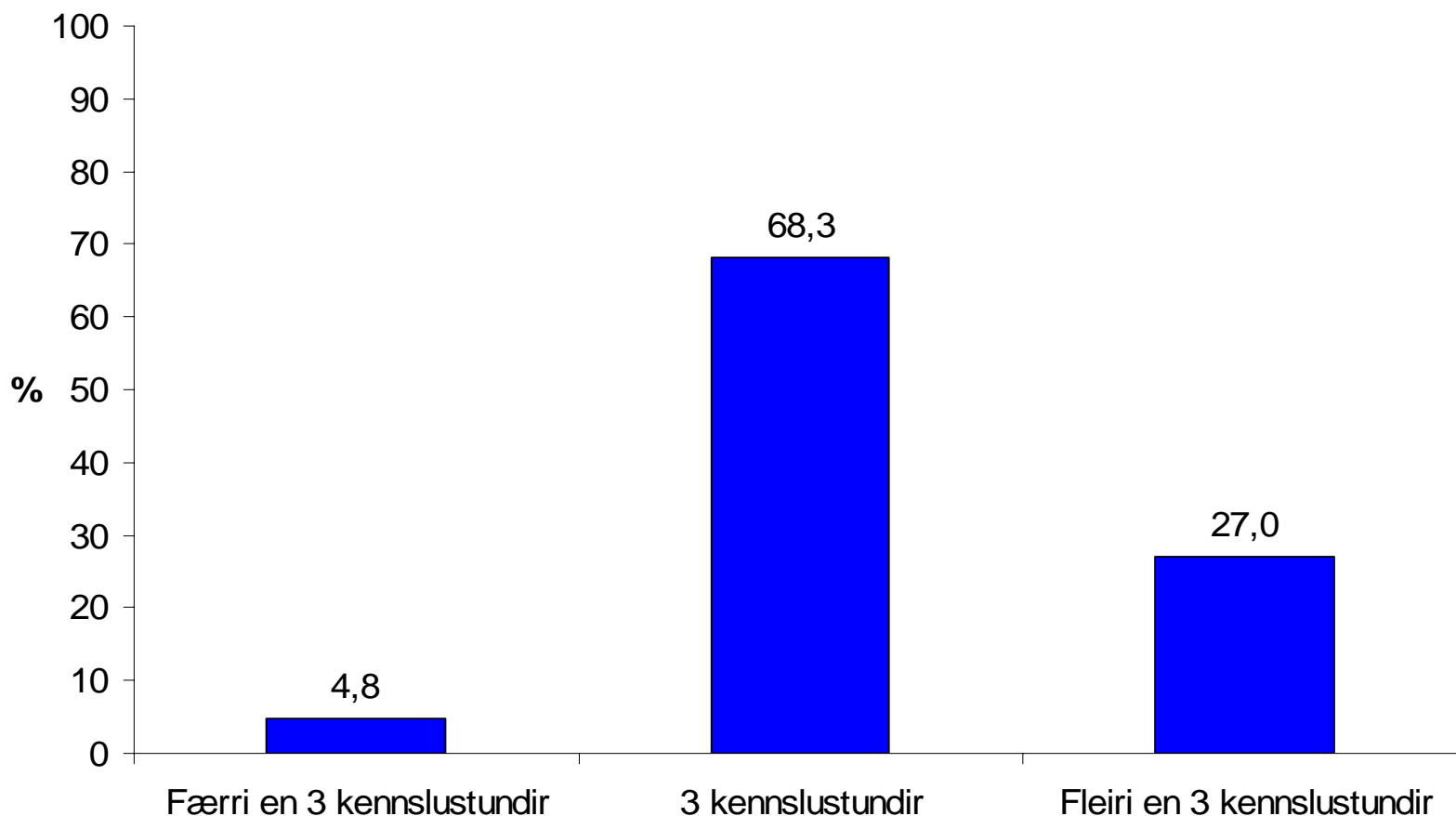
# Könnun meðal grunnskólastjóra

- Beiðnin um þátttöku í könnun send í tölvupósti.
- Spurt um stefnu skólans og skólastarf sem snerti m.a. hreyfingu, næringu, og líðan.
- Eftir ítrekanir í tölvupósti og í síma svöruðu 134 skólastjórnendur af 179 eða 74,9%

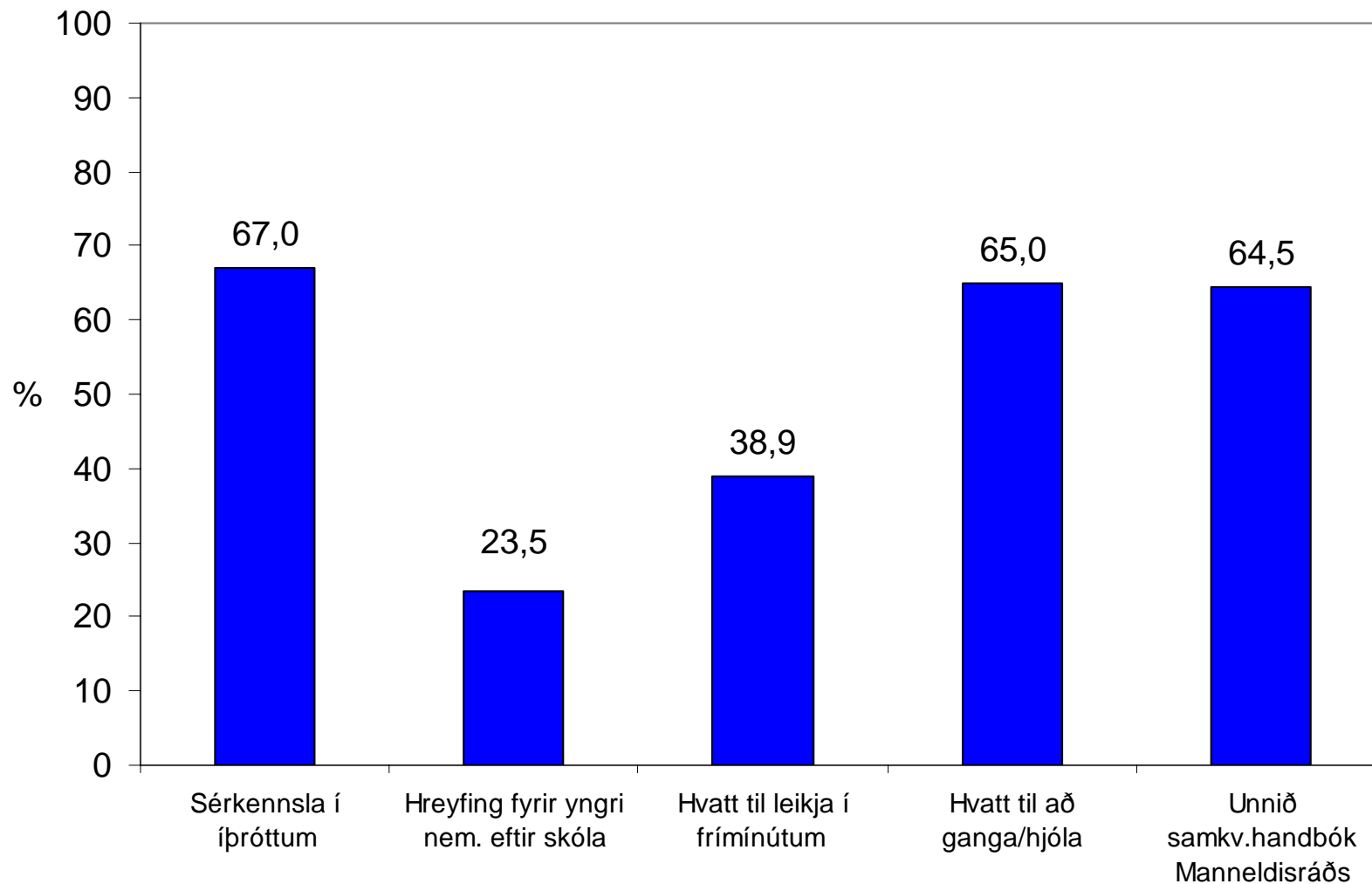
## Hlutfall grunnskóla sem fjallar um tiltekna þætti í stefnu sinni



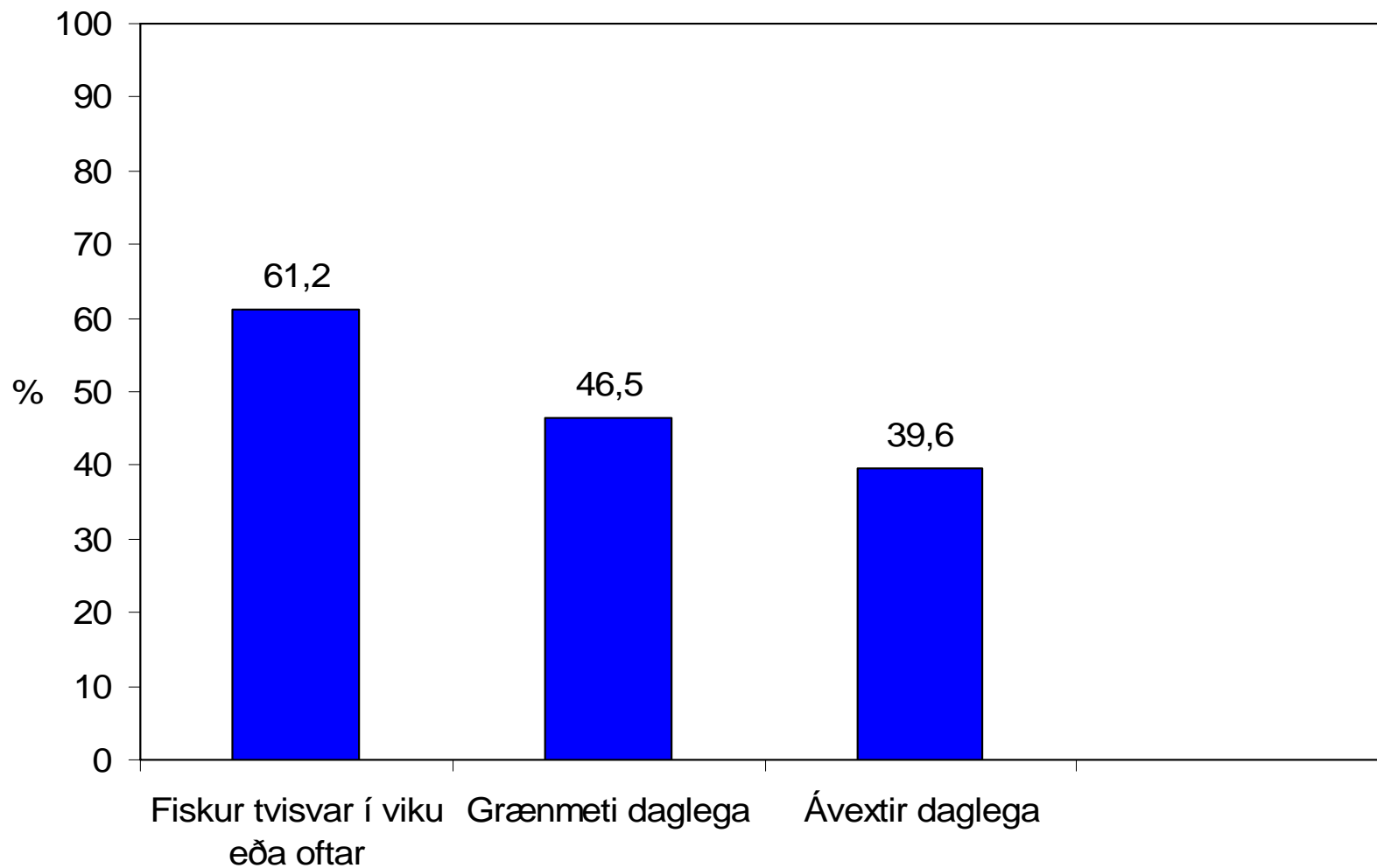
## Hlutfall skóla með færri en 3, 3, og fleiri en 3 kennslustundir í Íþróttum/dansi á viku fyrir nemendur í 5.-7. bekk



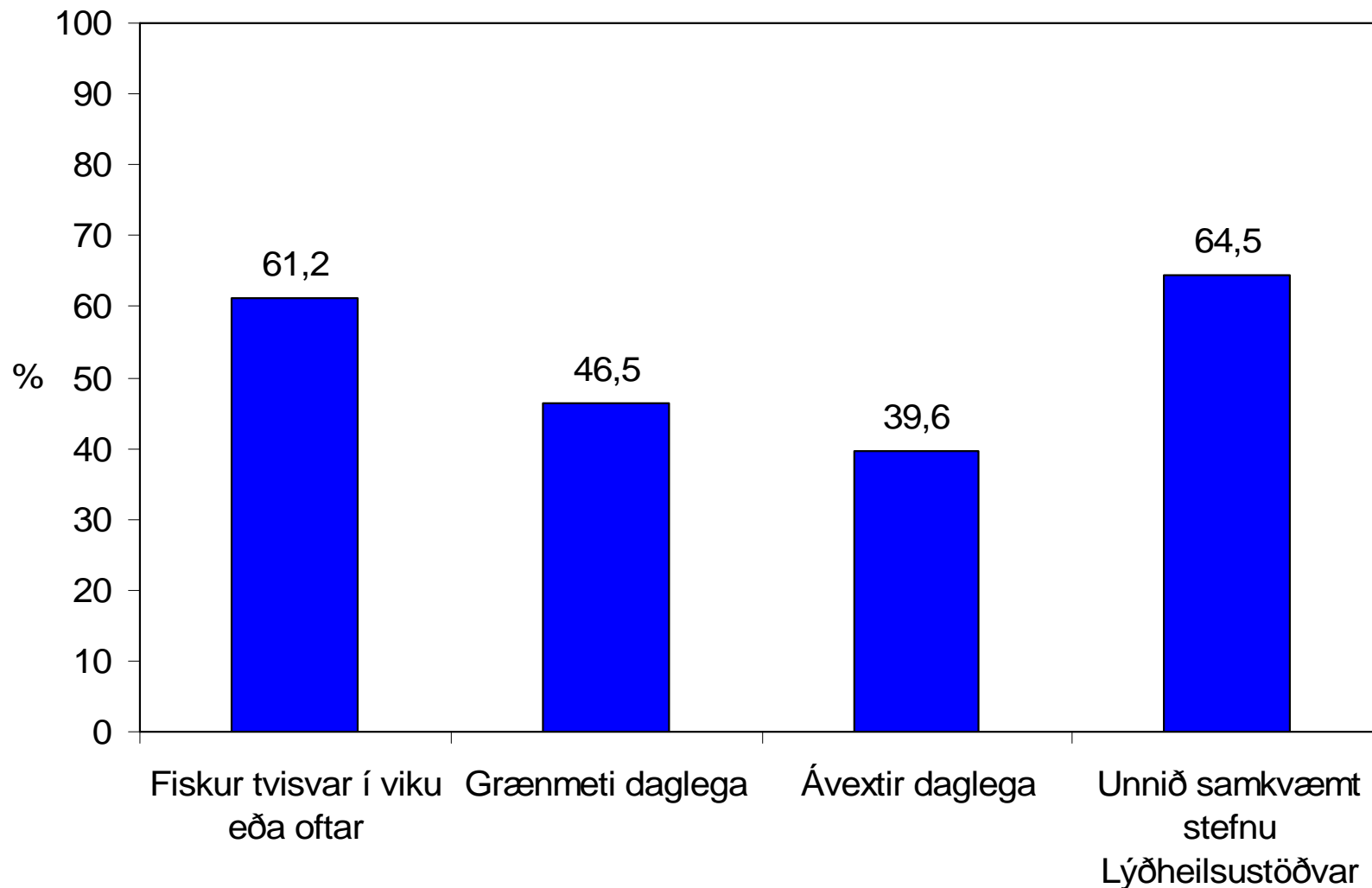
# Aðgerðir skóla



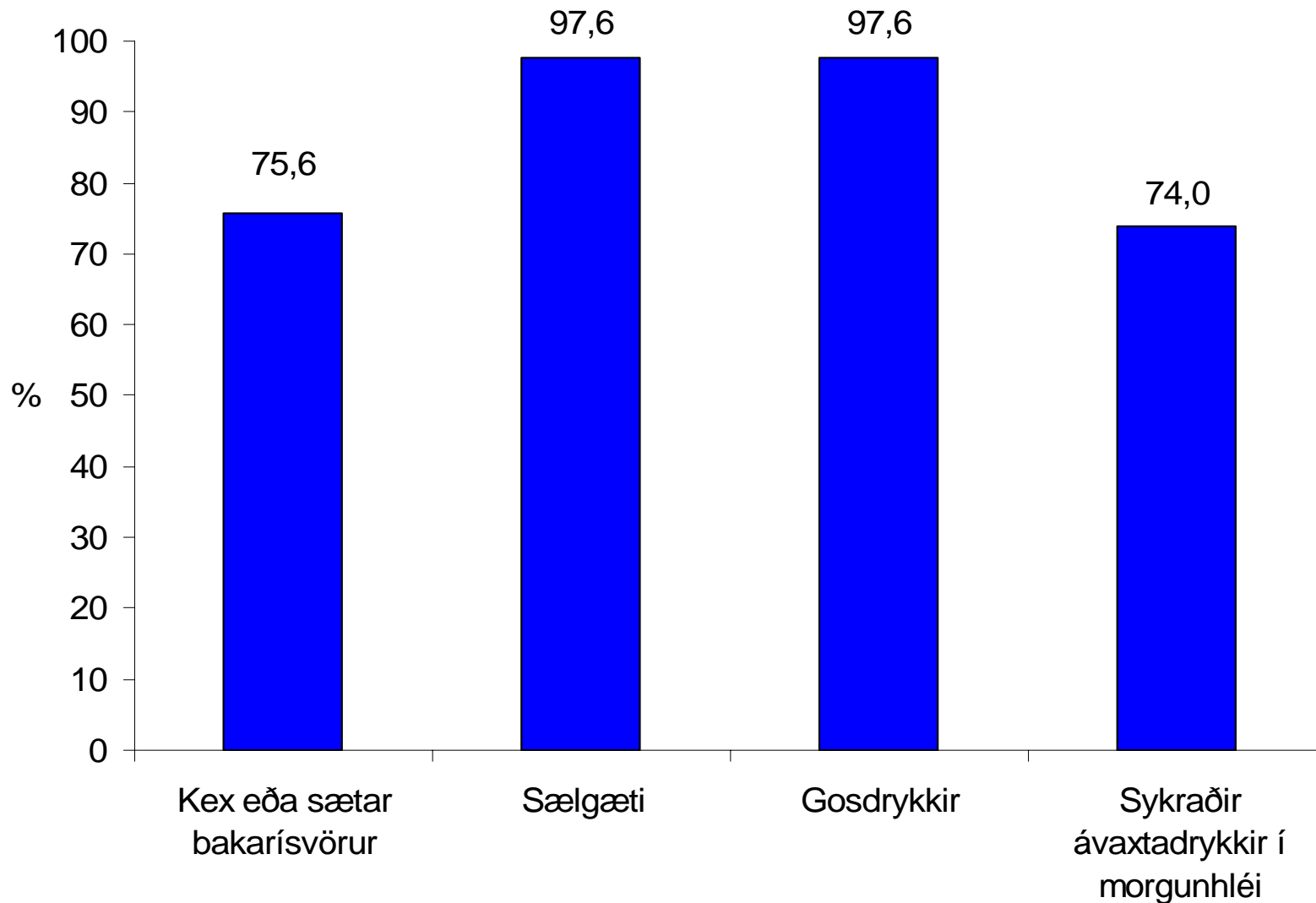
## Hlutfall skóla sem hafa fisk tvisvar í viku og grænmeti og ávexti daglega



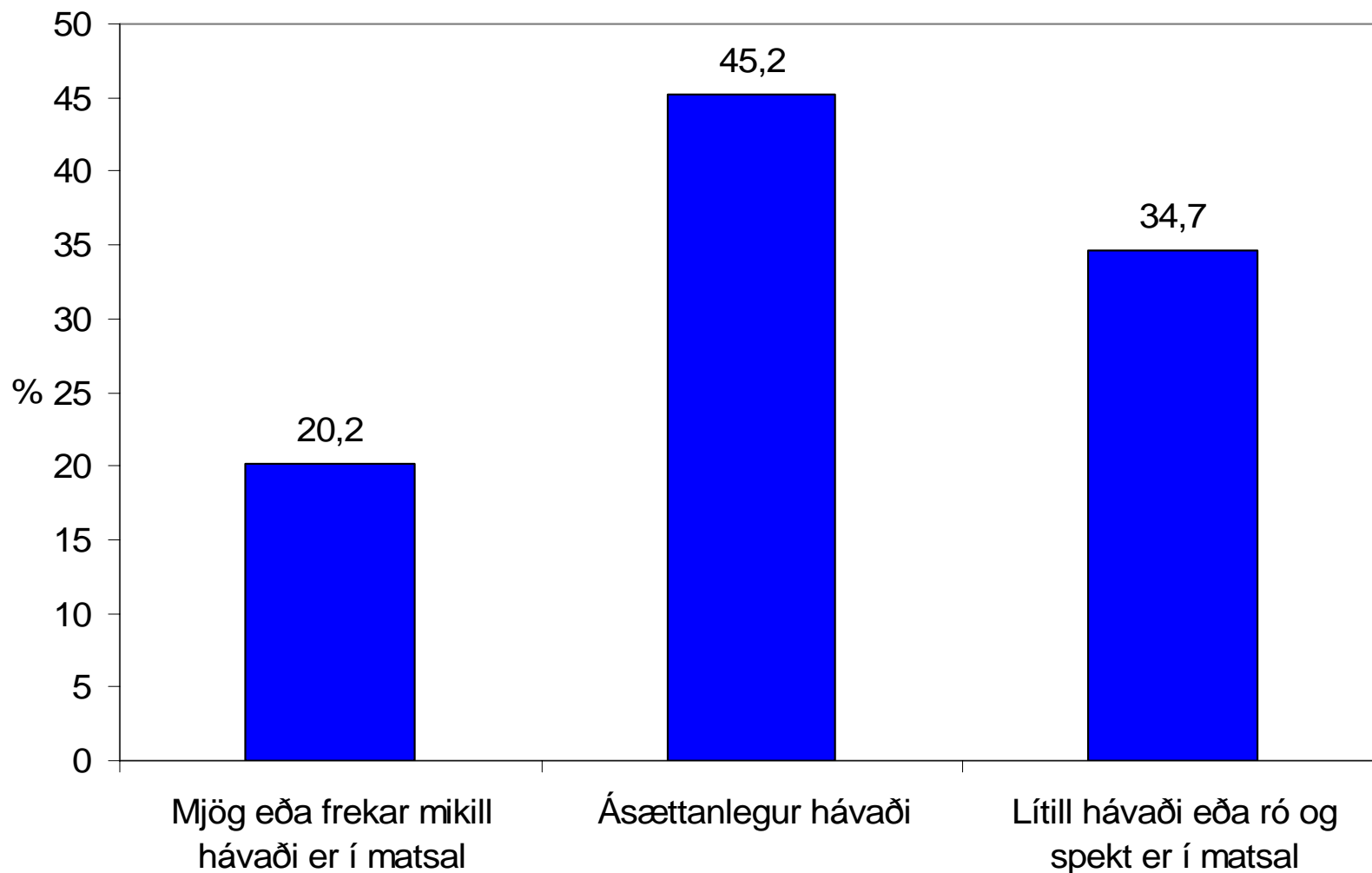
## Hlutfall skóla sem hafa fisk tvisvar í viku og grænmeti og ávexti daglega



## Hlutfall skóla sem hafa aldrei sykraða svaladrykki, sætabrauð eða sætindi á boðstólum



## Mat skólastjórnenda á hávaða í matsal/svæði nemenda á annatíma



# Samantekt I

---

- Víða er unnið gott starf í grunnskólum og leikskólum við að skapa aðstöðu til heilsusamlegra lífshátta barna, þótt greinilega megi gera betur:
  - Víða í grunnskólum má bæta aðstöðu og hvatningu til hreyfingar utan hefðbundinna íþróttatíma
  - Fjöldi íþróttatíma í viku ekki alls staðar fullnægjandi samkvæmt kröfum aðalnámsskrár
  - Í mörgum leikskólum mætti tryggja betur að **öll börn** fái hreyfingu, m.a. með þátttöku starfsfólks í hreyfileikjum barna

# Samantekt II

---

- Framboð á mat og drykk
  - Matur og drykkur í leikskólum virðist almennt vera í samræmi við ráðleggingar Lýðheilsustöðvar, en síður í grunnskóla
  - Nánast enginn grunnskóli er með sælgæti eða gosdrykki í boði fyrir nemendur
  - Tiltölulega fáir grunnskólar (25%) hafa sykraða svaladrykki í morgunhléi
  - Áberandi lítið af grænmeti og ávöxtum í grunnskólum
  - Mjög ólíkt matar- og drykkjarframboð milli skóla og hollustan mismikil