



**En undersøgelse
af mad og måltider i skolen**
blandt elever i 5. og 6. klasse
i Region Midtjylland

Tak til MAPP Centeret ved Aarhus Universitet, som har stillet data til rådighed for en reanalyse af surveydata bag rapporten "Mad og måltider i skolen – Inspiration og erfaringer". En særlig stor tak til skoleledelse, lærere og elever på de skoler i Region Midtjylland, som har deltaget i elevundersøgelsen.

Indhold

Introduktion.....	4
Rapportens opbygning.....	5

Del 1 - En kortlægning på skoleniveau

1. Hovedresultater af skoleundersøgelse.....	6
2. Mad og måltidspolitik på skolerne.....	7
3. Fokusområder i arbejdet med mad og måltider på skolerne.....	8
4. Tiltag til fremme af sund mad og madglæde	10
5. Madordninger og ernæringskrav på skolerne.....	13
6. Data og metode for skoleundersøgelse.....	16

Del 2 -Resultater fra elevsurvey

1. Hovedresultater af elevundersøgelse.....	17
2. Hvad spiser og drikker 5.-6. klasses elever i skolen?.....	20
3. Elevernes vurdering af mad og måltider i skolen	28
4. Muligheder for at købe mad på skolen.....	36
5. Rammer for mad og måltider i skolerne.....	39
6. Regler for spisning i skolen.....	45
7. Data og metode for elevundersøgelse.....	52

Introduktion

I forbindelse med Aarhus som Europæisk Kulturbby 2017 med temaet 'rethink' indgår Arla i projekter, som er i tråd med Arlas strategi 'Sundere fødevarer til næste generation'. Under overskriften 'Rethink madkulturen for den næste generation' sætter Arla fokus på maden for skolebørn i regionen.

Denne rapport er udarbejdet på baggrund af et ønske fra Arla Activation om at opnå større indsigt i og viden om de madtilbud, der er til børn i skoler i Region Midtjylland. Disse indsigter og den viden skal danne baggrund for Arla Activation og Arla Fondens videre arbejde med temaet 'rethink'.

Rapporten er en undersøgelse af mad og måltider i skolen med fokus på madkulturen blandt elever i 5. og 6. klasse i Region Midtjylland. Den bygger på en re-analyse af resultater fra en survey med 238 skoler i Region Midtjylland og en ny spørgeskemaundersøgelse med 896 elever i 5. og 6. klasse i Region Midtjylland. Undersøgelsen fokuserer på børn i 5.-6. klasse ud fra en forventning om, at en indsats på disse klassetrin vil kunne styrke børnenes mad og måltidsvaner, inden de tager en drejning i udskolingen; en drejning, som undersøgelser viser, ofte er i en mere usund retning.

Tidligere undersøgelser viser, at 86 % af alle skolebørn mellem 12 og 15 år har madpakker med i skolen. 40 % bestemmer altid selv, hvad der skal være i deres madpakke, og 62 % glæder sig som regel til deres madpakke. Det gør bl.a., at skolebørn generelt er glade for deres madpakker. Kun 1 ud af 100 kan ikke lide sin madpakke.¹

Andre undersøgelser af børns spisevaner viser, at der dog kan være sundhedsmæssige problemer ved skolebørns madpakker. De 4-14-årige drenge har f.eks. et højt indtag af forarbejdet kød. De spiser i gennemsnit 47 gram forarbejdet kød om dagen (især kødpålæg), mens piger i samme aldersgruppe dagligt spiser 36 gram forarbejdet kød. En stor del af dette indgår sandsynligvis i madpakken.² Samtidig konkluderer en udredning for Fødevarestyrelsen foretaget af Det Biovidenskabelige Institut ved Københavns Universitet, at "usund kost kan have en negativ indvirkning [på børns indlæring]. Med en usund kost forstås en kost, der afviger væsentligt fra de officielle kostråd og næringsstofanbefalinger".³

Resultater fra Skolebørnsundersøgelsen fra 2014 viser en generel tendens til, at børn får dårligere spisevaner i takt med, at de bliver ældre. Blandt 11-årige springer 11 % morgenmaden over mindst tre gange om ugen. Der er ligeledes 11 %, der dropper frokosten tre gange om ugen. Men blandt 15-årige er det hele 20 %, der springer morgenmaden over mindst tre gange om ugen. Dog er det blandt de 15-årige ligeledes 11 %, der dropper frokosten tre gange om ugen. Andelen er nogenlunde uændrede siden 2002.⁴

En anden undersøgelse viser, at et år efter folkeskolereformens ikrafttræden og dermed skoledagens forlængelse oplever 75 % af eleverne i 8. klasse at føle sig sultne i løbet af dagen.⁵ Skolelederne lægger i denne undersøgelse i høj grad op til, at skolemad er forældrenes ansvar. Forældrenes opgave vanskeliggøres dog af, at børnene er på skolen det meste af dagen.

¹ FDB Analyse (2012). Børn og deres Madpakker, <https://coopanalyse.dk/analyse/b%C3%B8rn-og-deres-madpakker>

² Anja Biloft-Jensen, m. fl. (2016). Køds rolle i kosten, s. 51-52, DTU Fødevareinstituttet, Afdeling for risikovurdering og ernæring.

³ Institut for Human Ernæring og Institut for Folkesundhedsvidenskab (2009). Kostens betydning for læring og adfærd hos børn - En gennemgang af den videnskabelige litteratur. Institut for Human Ernæring, Det Biovidenskabelige Fakultet, Københavns Universitet.

⁴ Mette Rasmussen, m. fl. (2015). Skolebørnsundersøgelsen 2014, s. 81-82, Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.

⁵ Trine Bentzen (2015). Mad og måltider efter Folkeskolereformen 2014. En temperaturmåling af Skolereformens betydning for mad- og måltidsområdet i folkeskolen et år efter reformen trådte i kraft. KOSMOS - Nationalt Videnscenter for Kost, Motion og Sundhed, UC Syd og UCSJ.

Sammenhængen mellem skolebørns alder og deres måltidsvaner afspejles også i hyppigheden af fælles måltider i hjemmet. Mens 38 % af de 11-årige spiser morgenmad sammen med en forælder hver dag, gælder det kun for 24 % af de 13-årige og 13 % af de 15-årige. Mens 73 % af de 11-årige spiser aftensmad med en forælder hver dag, gælder det kun 49 % af de 15-årige.⁶

Ifølge Skolebørnsundersøgelsen har der dog også været en positiv udvikling i perioden 2002 til 2014, hvor der er sket en markant forbedring af børns spisevaner på flere områder. Således er antallet, der spiser frugt og grøntsager dagligt, steget for alle aldersgrupper. Endnu mere markant er faldet i dagligt forbrug af slik og sukker. Mens 22 % af de 13-årige og 25 % af de 15-årige dagligt drak sodavand i 2002, er tallene i 2014 nede på henholdsvis 9 % og 16 %.⁷

Det tyder således på, at der er grobund for Arla Activations antagelse om, at der er brug for at *rethænke* mad og måltider i skolen for at sikre, at eleverne får sund, nærende og mættende mad, som de har lyst til at spise, og at det foregår i nogle rammer, de har lyst til at være i.

Rapportens opbygning

Denne rapport er bygget op af to dele. **Den første del** præsenterer resultater fra en survey med skoler i Region Midtjylland. Denne del er baseret på en spørgeskemaundersøgelse lavet af MAPP Centret ved Aarhus Universitet. De samlede resultater på landsplan for MAPPs undersøgelse er udgivet i rapporten "Mad og måltider i skolen – Inspiration og erfaringer".⁸ I nærværende rapport præsenteres resultater for skoler i Region Midtjylland. **Den anden del** præsenterer resultater fra en survey med skoleelever i 5. og 6. klasse i Region Midtjylland, som Madkulturen har fået gennemført for Arla i juni 2016 af Epinion. I hver del præsenteres først kort den respektive undersøgelse, og hovedresultater gennemgås. Derefter følger selve analysen, der består af kommenterede figurer, der viser frekvensfordelinger af variablene og tovejstabeller, der viser sammenhænge mellem udvalgte variable. Hver del afsluttes med en uddybende forklaring af undersøgelsens metode og dataindsamling.

Første del af rapporten tegner et overordnet billede af, hvilket arbejde skolerne i Region Midtjylland har igangsat på mad- og måltidsområdet, og vil således også blive anvendt til at perspektivere anden del af rapporten, elevsurveyen. Anden del giver et indblik i, hvordan eleverne selv oplever deres madpakker, skolemad og spisning i skolen. Her sættes fokus på, hvordan de eksisterende forhold matcher elevernes egne ønsker og behov. Samtidig vurderer eleverne selv, hvor sund maden er⁹, og hvor godt de kan lide den.

⁶ Skolebørnsundersøgelsen 2014. Statens Institut for Folkesundhed (2015), s. 82-83

⁷ Skolebørnsundersøgelsen 2014. Statens Institut for Folkesundhed (2015), s. 80

⁸ Mad og Måltider i skolen, DCA (2015).

⁹ Undersøgelsesmetoden giver ikke mulighed for en egentlig vurdering af madpakkens sundhed. For næringsberegning af forskellige gængse skolemåltider, se Lene Møller Christensen, m. fl. (2009). Kvalitet af skolefrokost – undersøgelse af skoleelevers frokostmåltider, DTU Fødevareinstituttet, Afdeling for Ernæring.

Del 1

Mad og måltid i skoler i Region Midtjylland: En kortlægning på skoleniveau

1. Hovedresultater af skoleundersøgelse

Denne første del af rapporten giver et overblik over det arbejde, skolerne i Region Midtjylland har igangsat på mad- og måltidsområdet. Resultaterne stammer fra en survey med 238 skoler i Region Midtjylland (svarende til 53 % af alle skoler i regionen).

Mad- og måltidspolitik

60 % af skolerne i Region Midtjylland har en nedskrevet politik for mad og måltider.

- De oftest forekommende fokusområder i skolernes mad og måltidspolitikker er 'Dialog med forældrene', 'Madordninger' og 'Ernæringsstandarder'.
- Kun få skoler har fokus på økologi, etik og råvarer i deres mad og måltidspolitik.

Tiltag for sund mad og madglæde

Der er stor bevågenhed på mad og måltidsområdet, idet 91 % af skolerne i Region Midtjylland har igangsat minimum et tiltag på skolen med det formål at fremme sund mad og madglæde hos eleverne.

- De mest udbredte tiltag omhandler madtilbud og miljøet omkring måltiderne såsom etablering af madordning (50 %), fokus på socialt samvær ved måltiderne (41 %) og øget udbud og tilgængelighed af sund mad (29 %).
- Skolerne har også lavet tiltag for at fremme sund mad og madglæde gennem information såsom undervisning (39 %) og medinddragelse af eleverne i madordningen (34 %).
- 32 % af skolerne har indført et fast punkt om mad og måltider på skolebestyrelsesmøderne.

Ernæringskrav

61 % af skolerne i Region Midtjylland har en madordning, hvor eleverne kan få et frokostmåltid som erstatning for madpakken. Det er signifikant højere end landsgennemsnittet, hvor 51 % har en sådan madordning.

- 81 % af de skoler i Region Midtjylland, der har en madordning, stiller ernæringskrav til den mad, der serveres.
- 27 % af skolerne i Region Midtjylland har en ernæringspolitik eller anbefalinger i forhold til elevernes medbragte mad.

Skolerne i Region Midtjylland afviger generelt kun få steder fra landsgennemsnittet, som f.eks. på andelen der har madordning. Analysen tegner et billede af, at der er stor bevågenhed på området, men

at langt flere skoler kunne lave politikker og tiltag, der direkte involverer elever, og at langt fra alle skoler har fokus på og tiltag i forhold til madens andre kvaliteter end sundhed. Både på det ernæringsmæssige, kulinariske og miljømæssige plan er der således plads til udvikling af initiativer på skolerne.

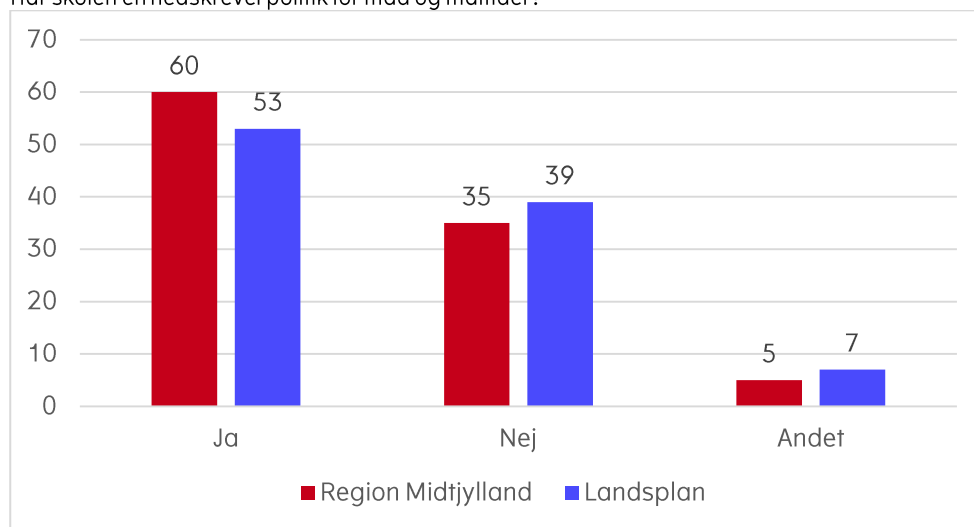
2. Mad og måltidspolitik på skolerne

Figur 1 viser, at 60 % af skolerne i Region Midtjylland har en nedskrevet politik for mad og måltider. Dette er lidt højere end landsgennemsnittet på 53 %. En nedskrevet politik forstås som skolens officielle holdninger til madens indhold og til, hvordan den skal serveres og indtages. I undersøgelsen defineres det således: *"Med en politik for mad og måltider forstås formelle og erklærede beslutninger vedr. mad og måltider, som er vedtaget for institutionen/skolen. Politikken kan indeholde målsætninger/retningslinjer for den mad, der serveres/medbringes (fx ernæringsmæssig kvalitet) og regler for måltider (fx fysiske rammer, tidsforbrug og samværsformer). Politikken kan f.eks. være nedskrevet i virksomhedsplanen, i en pjece om skolen, på skolens hjemmeside eller et andet sted".*¹⁰

5 % af skolerne i Region Midtjylland svarer 'andet' til spørgsmålet, om de har en nedskrevet mad- og måltidspolitik. Det dækker primært over diverse politikker om, hvad der sælges i skolernes kantiner, nogle gange i kombination med en bevægelsespolitik.

Figur 1

Har skolen en nedskrevet politik for mad og måltider?



Note: Baseret på svar fra 216 skoler i Region Midtjylland og svar fra 705 skoler på landsplan.

¹⁰ Trine Mørk, m. fl. (2015). Mad og Måltider i skolen – inspiration og erfaringer, MAPP Centeret ved Aarhus Universitet, DCA - Nationalt Center for Fødevarer og Jordbrug.

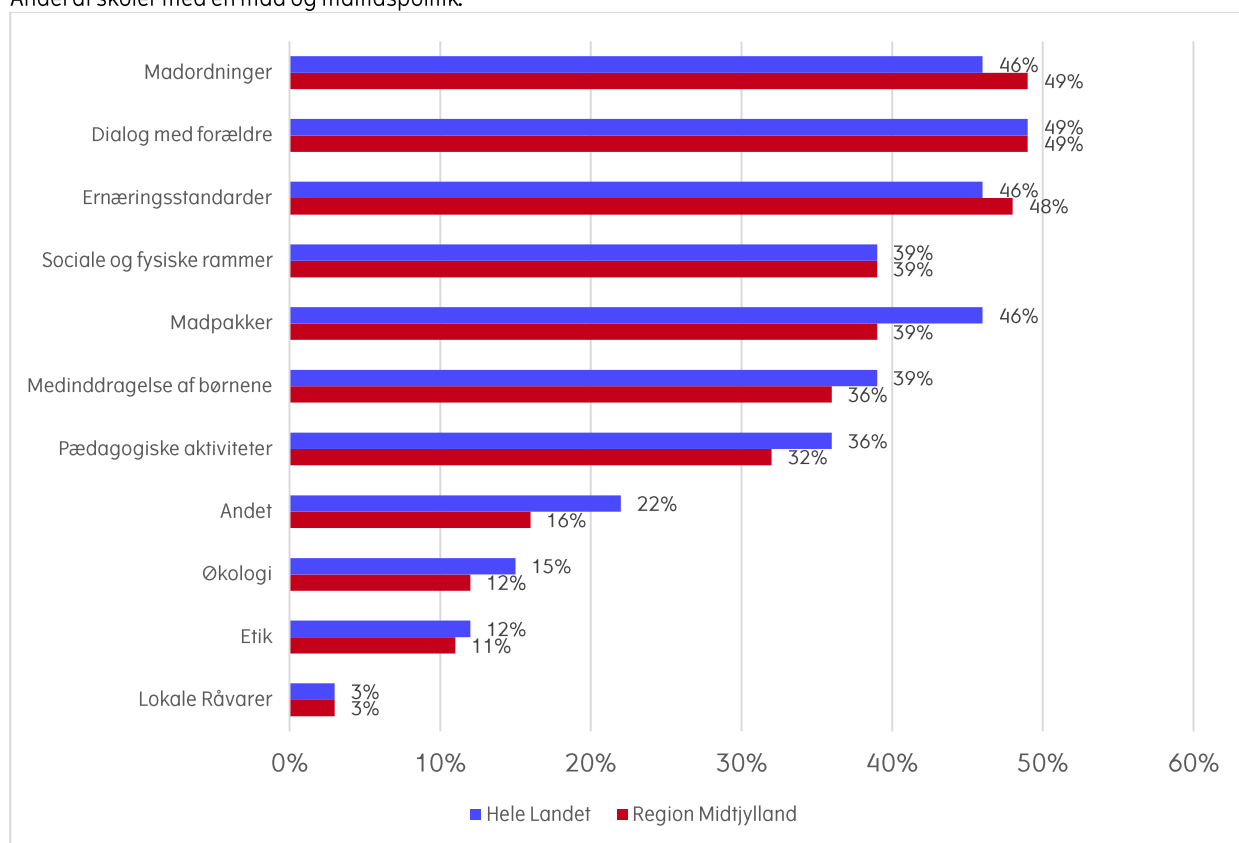
3. Fokusområder i arbejdet med mad og måltider på skolerne

Alle de skoler, der enten havde en nedskrevet mad- og måltidspolitik eller 'andet', blev spurgt om, hvilke områder denne politik især fokuserede på. De fokusområder, som flest skoler har med i deres mad- og måltidspolitik, handler om de helt overordnede rammer for elevernes mad. Det er først og fremmest dialog med forældrene, madordninger, ernæringsstandarder og indhold af madpakker. Derefter kommer fokus på mad og måltiders integration i skoledagen, hvilket inkluderer fokus på sociale og fysiske rammer, medinddragelse af børnene og pædagogiske aktiviteter. Kun få skoler har fokus på selve madens kvalitet, herunder økologi, etik og råvarer i deres mad- og måltidspolitik. Fordelingen af fokusområderne i Region Midtjylland lægger sig nogenlunde op af landsgennemsnittet. Generelt har skoler i Region Midtjylland dog i højere grad fokus på maden, f.eks. gennem madordninger, ernæringsstandarder og madpakker.

Figur 2

Hvilke elementer er der fokus på i den overordnede politik for mad og måltider på skolen?

Andel af skoler med en mad og måltidspolitik.

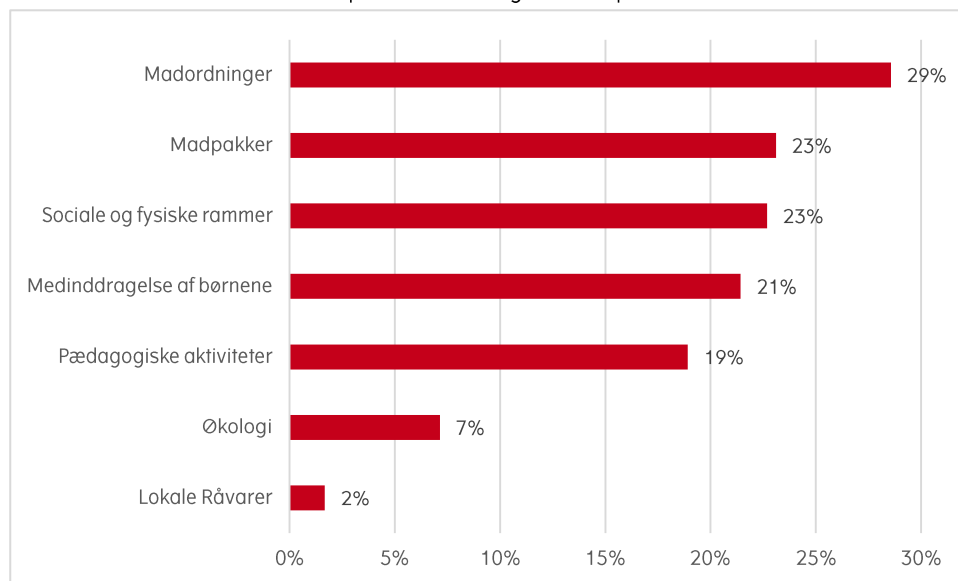


Note: Beregnet ud fra de skoler, der har en nedskrevet mad- og måltidspolitik eller 'andet': 140 skoler i Region Midtjylland og 429 skoler på landsplan.

Figur 3 viser andelen af skoler i Region Midtjylland, der har en mad- og måltids politik på udvalgte områder, beregnet ud fra alle deltagende skoler i regionen. Disse giver således et samlet billede af alle skolerne i Region Midtjylland, og dermed ikke kun dem der har nedskrevet mad- og måltidspolitikker. Det ses tydeligt, at det kun er på få skoler i regionen, at der er en politik for brugen af økologiske (7 %) og lokale (2 %) råvarer i skolens madtilbud. Ligeledes er der næsten 80 % af skolerne i Region Midtjylland, der ikke har en politik om at medinddrage børnene i mad og måltider på skolen. Der er således tydeligvis rum til at arbejde med, at flere skoler får en officiel politik på disse centrale områder.

Figur 3

Fokusområder i den overordnede politik for mad og måltider på skolen? Andel af alle skoler. Udvalgte områder.



Note: Beregnet på baggrund af 238 skoler i Region Midtjylland.

4. Tiltag til fremme af sund mad og madglæde

Skolerne blev i undersøgelsen bedt om at angive de tiltag, de har igangsat for at fremme sund mad og madglæde i skolen i de senere år. Nogle tiltag kan være igangsat og derefter afsluttet af forskellige grunde. Andre kan have kørt i så lang tid, at de er en del af skolens hverdag og derfor ikke er noget, der er igangsat for nyligt. En skole kan f.eks. godt have haft en madpolitik i mange år, og derfor ser de det ikke som et tiltag, de har lavet, men som en integreret del af skolens profil. Der kan således godt være flere tiltag end beskrevet her, som er af ældre dato.

91 % af skolerne i Region Midtjylland har lavet minimum et tiltag på skolen med det formål at fremme sund mad og madglæden hos eleverne. Det er meget lig fordelingen på landsplan, hvor 89 % af skolerne har lavet minimum et af sådanne tiltag. Det viser, at der er udbredt fokus på og aktivitet på mad- og måltidsområdet på de danske grundskoler. Der kan dog være meget forskel på, hvilken slags tiltag skolerne laver, og hvor gennemgribende de er.

Typen af tiltag er delt ind i tre områder:

- Figur 4 viser tiltag indenfor miljø og rammer
- Figur 5 viser tiltag indenfor information og oplysning
- Figur 6 viser andre former for tiltag

Ser man på tværs af de forskellige områder, er de tre oftest forekommende tiltag på skolerne: Etablering af madordning (50 %)¹¹; Fokus på socialt samvær ved måltiderne (41 %) og Undervisning (børn, lærere og forældre) (39 %). Der er således stor bredde i tiltagene, da de både inkluderer madtilbuddene, miljøet omkring spisningen og information omkring mad og måltider.

Andre populære tiltag, som cirka en tredjedel af skolerne i Region Midtjylland har iværksat, er: Lavet mad- og måltidspolitik (35 %); indføring af et fast punkt om mad og måltider på skolebestyrelsesmøderne (32 %); og øget udbud og tilgængelighed af sund mad (29 %). En mindre andel af skolerne på ca. en fjerdedel har lavet involverende undervisningsaktiviteter (23 %) og udleveret inspirationsmateriale (22 %).

Der er kun få skoler, der benytter netværk eller konsulenter i arbejdet med at fremme sund mad og madglæde blandt eleverne. Det indikerer, at udvikling af mad- og måltidsområdet tilsyneladende er en proces, hvor hver skole søger at finde sin egen unikke løsning og ikke i udpræget grad drager nytte af andre skolers erfaringer eller eksterne konsulents faglige kompetencer. Dette kan have ressourcemæssige årsager, men kan muligvis også hænge sammen med skoleledernes tilbageholdenhed med at inkludere mad og måltider i skolens ansvarsområde¹².

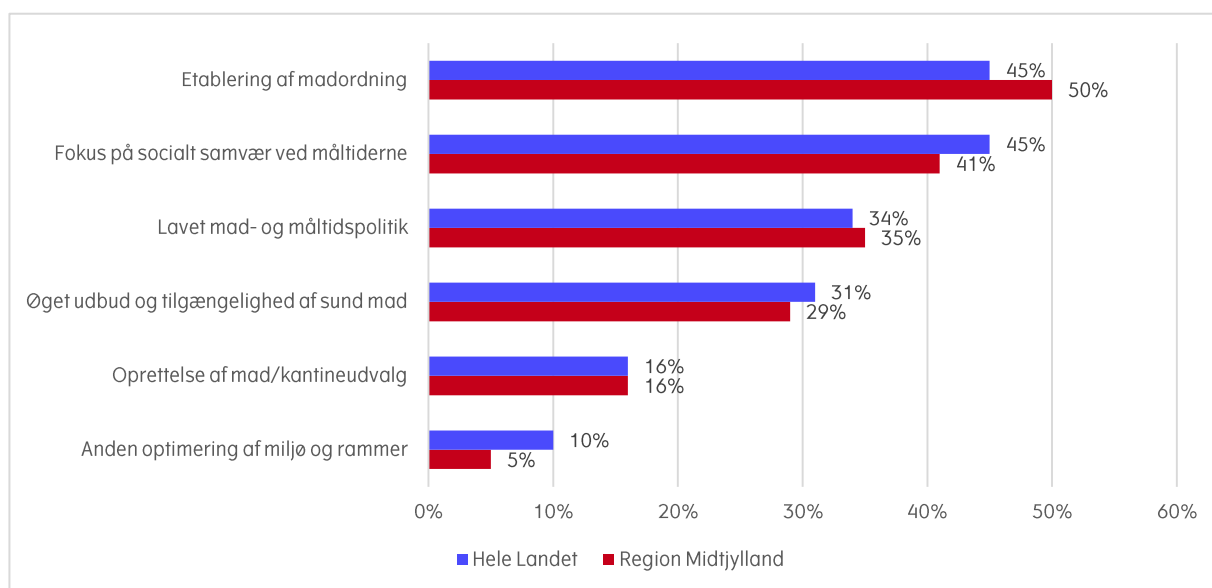
Skolerne i Region Midtjylland adskiller sig i det store hele ikke væsentligt fra landsgennemsnittet. Dog indikerer resultaterne, at der i Region Midtjylland er lidt flere skoler, der har etableret madordning og inddraget eleverne i denne madordning end på landsplan.

¹¹ At 50 % af skolerne svarer, at de har etableret madordning som et tiltag, der skal fremme sund mad og madglæde betyder ikke, at det kun er disse skoler, der har en mad eller frokostordning på skolen – dette spørgsmål behandles i næste afsnit. Det er den andel af skoler, der har igangsat et sådan tiltag for nyligt.

¹² KOSMOS 2015

Figur 4

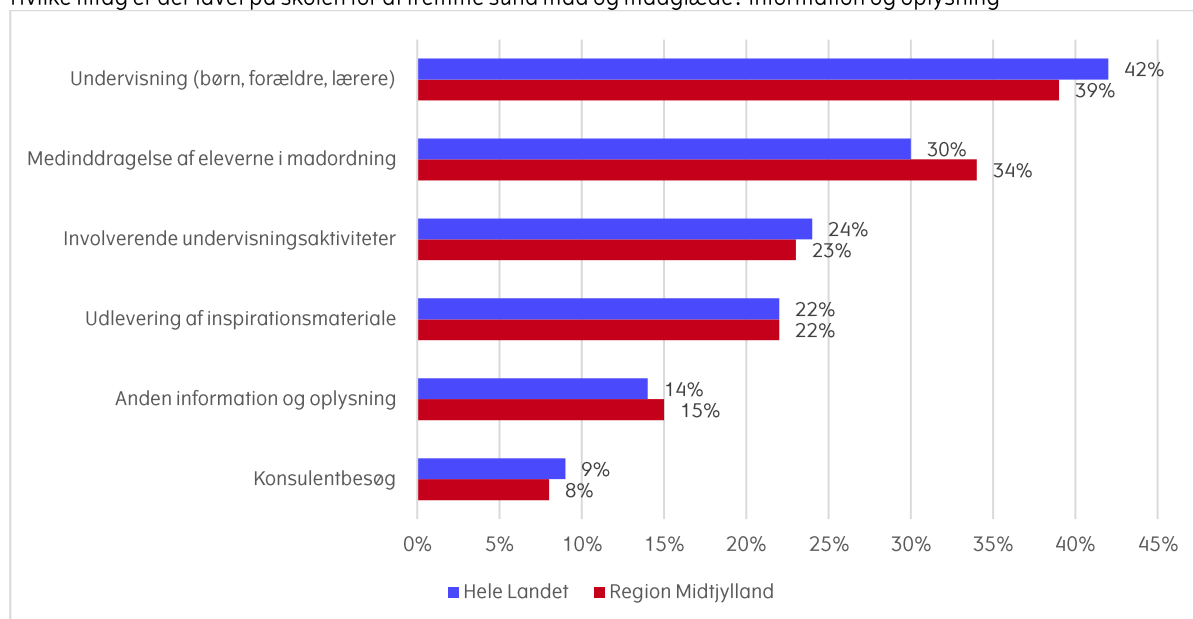
Hvilke tiltag er der lavet på skolen for at fremme sund mad og madglæde? Miljø og rammer.



Note: Beregnet ud fra de skoler, der har svaret på spørgsmålet, om de havde nogle tiltag: 193 skoler i Region Midtjylland og 648 skoler på landsplan.

Figur 5

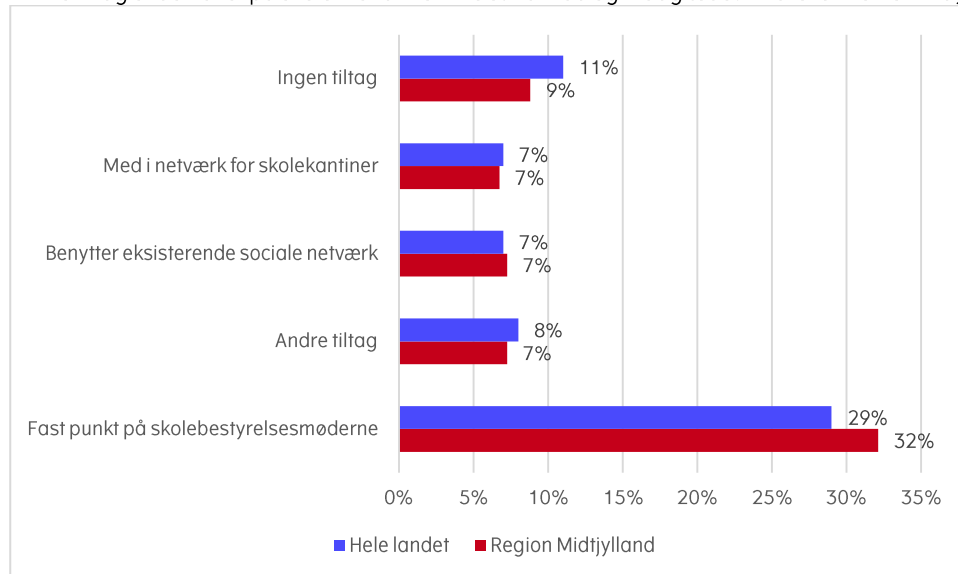
Hvilke tiltag er der lavet på skolen for at fremme sund mad og madglæde? Information og oplysning



Note: Beregnet ud fra de skoler, der har svaret på spørgsmålet, om de havde nogle tiltag: 193 skoler i Region Midtjylland og 648 skoler på landsplan.

Figur 6

Hvilke tiltag er der lavet på skolen for at fremme sund mad og madglæde? Andre former for tiltag.



Note: Beregnet ud fra de skoler, der har svaret på spørgsmålet, om de havde nogle tiltag: 193 skoler i Region Midtjylland og 648 skoler på landsplan.

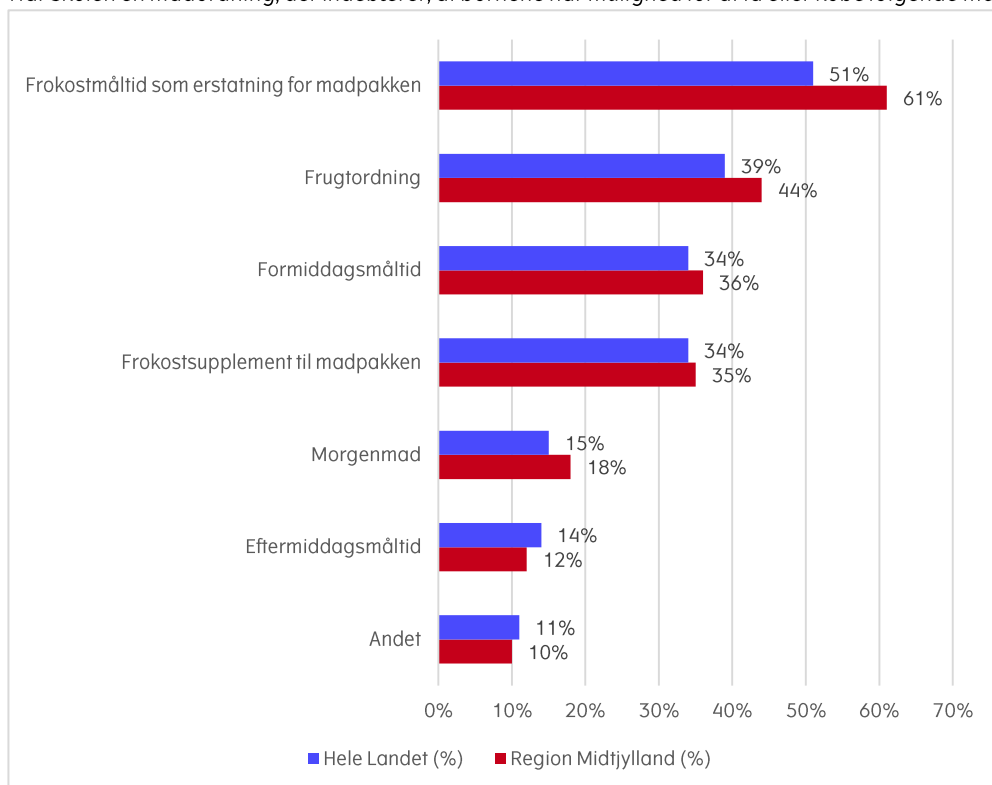
5. Madordninger og ernæringskrav på skolerne

Figur 7 viser, at 61 % af skolerne i Region Midtjylland har en madordning, hvor eleverne kan få et frokostmåltid som erstatning for madpakken. Dette er en signifikant større andel end landsgennemsnittet, hvor kun 51 % af skolerne har en madordning, hvor eleverne kan få frokost. Et frokostmåltid er i undersøgelsen et bredt og varieret sammensat måltid. Det er defineret som: "Et komplet måltid, som indeholder en proteindel (kød/fjerkræ/æg/ost), en stivelsesdel (kartofler/ris/pasta/brød) og en grøntdel (grøntsager/frugt). Proteindelen kan udskiftes med en af de to andre dele ved en vegetarisk ret".

Cirka en tredjedel af skolerne har også madordninger, hvor der sælges frugt, et formiddagsmåltid, og/eller et supplement til madpakken. Af skolerne i Region Midtjylland, der har en madordning, svarer 94 %, at madordningen er permanent.

Figur 7

Har skolen en madordning, der indebærer, at børnene har mulighed for at få eller købe følgende måltider?

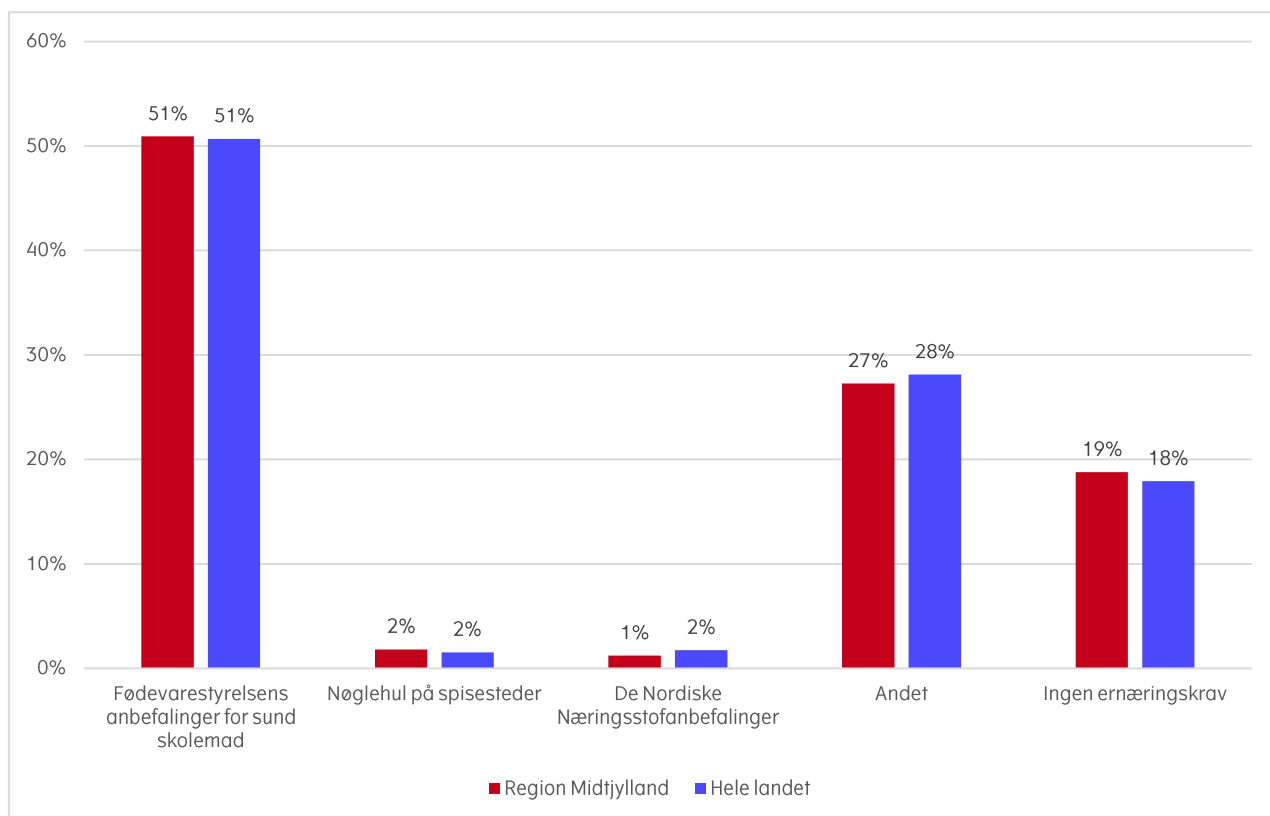


Note: Beregnet ud fra de skoler, der har svaret på spørgsmålet, om hvorvidt de havde en madordning: 205 skoler i Region Midtjylland og 675 skoler på landsplan.

Det fremgår af Figur 8, at 19 % af skolerne med madordning i Region Midtjylland ikke stiller ernæringskrav til den mad, der serveres. Cirka halvdelen af skolerne læner sig op ad Fødevarestyrelsens anbefalinger for sund skolemad, idet 51 % af skolerne i Region Midtjylland følger dette. En meget lille andel følger Nøglehullet på spisesteder eller de Nordiske Næringsstofanbefalinger. Lidt over en fjerdedel har andre ernæringskrav til madordningen end de her opstillede. Det omfatter primært krav om at bruge grove, sunde ingredienser. Generelt er resultaterne for Region Midtjylland meget lig fordelingen for hele landet.

Figur 8

Stiller skolen ernæringskrav til madordningen? Hvilke ernæringskrav stilles der?

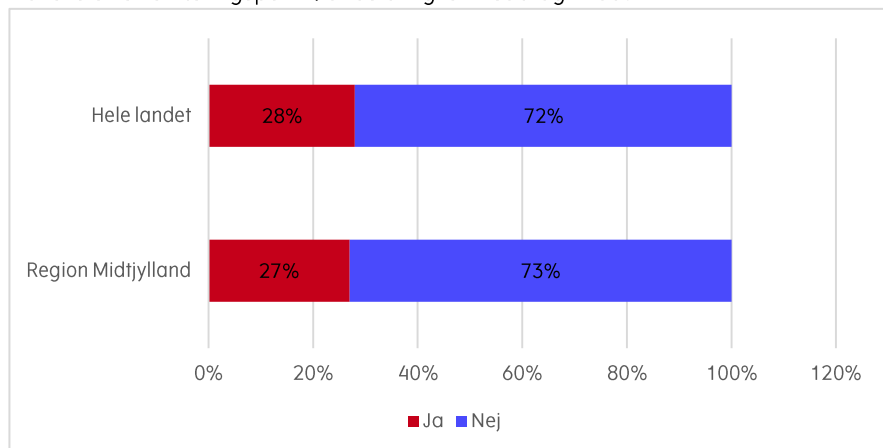


Note: Beregnet ud fra skoler, der har besvaret spørgsmålet om ernæringskrav til madordningen: 165 skoler i Region Midtjylland og 519 skoler på landsplan.

Skolerne blev også spurgt, om de har en ernæringspolitik eller anbefalinger til den mad, eleverne tager med i madpakken. 27 % af skolerne i Region Midtjylland har ernæringsmæssige anbefalinger for medbragt mad. På tre ud af fire af skolerne i Region Midtjylland er det således op til forældrene at afgøre, hvilken slags mad, deres børn skal have med, og hvor sund de ønsker, den skal være.

Figur 9

Har skolen en ernæringspolitik/anbefaling for medbragt mad?



Note: Beregnet ud fra skoler, der har besvaret spørgsmålet: 199 skoler i Region Midtjylland og 660 skoler på landsplan.

6. Data og metode for skoleundersøgelse

Denne afdækning af arbejdet med mad og måltider i skolerne i Region Midtjylland baserer sig på data indsamlet af forskere ved Århus Universitet i foråret 2013. Den oprindelige undersøgelse afdækker mad og måltider i skolen på landsplan og er præsenteret i rapporten "Mad og måltider i skolen – Inspiration og erfaringer".¹³ Den kortlægger skoler og kommuners mad- og måltidspolitikker, tiltag og tilbud i grundskolen. Madkulturen har på baggrund af dette datamateriale lavet selvstændige analyser af forholdene i Region Midtjylland. Disse er holdt op mod data for hele landet, hvor det er muligt.

Analyserne bygger på data fra et webbaseret spørgeskema udsendt til alle grundskoler i Danmark i foråret 2013. De fleste skoler blev ringet op forud for undersøgelsen for at få kontaktoplysninger på en ansat, der havde indsigt i skolens arbejde med mad- og måltidsområdet. I alt har 810 skoler besvaret spørgeskemaet (svarende til 48,3 % af landets grundskoler). I Region Midtjylland har 238 skoler svaret, hvilket udgør 53 % af alle skoler i regionen. Trods stikprøvens begrænsede størrelse er der således en relativ stor sikkerhed i analyserne, da den udgør over halvdelen af alle skoler i Region Midtjylland.

Tabel 1 viser, at der i undersøgelsen er en fordeling mellem folkeskoler og fri-/privatskoler, der ligger tæt på den egentlige fordeling i Region Midtjylland. Spørgsmålet om størrelsen af skolen er kun besvaret af 124 skoler (85 folkeskoler, 39 fri-/privatskoler). Disse skoler har en størrelse på mellem ni og 1400 elever med et gennemsnit på 350 elever. Officielle tal viser, at samlet havde alle skolerne i Region Midtjylland i gennemsnit 347 elever i 2013. At fordelingen af skoler i undersøgelsen afspejler fordelingen af skoler i regionen, både hvad angår størrelse og type, understøtter ligeledes undersøgelsens validitet.

Ikke alle skoler har svaret på alle spørgsmål, hvorfor antallet af skoler, der indgår i de forskellige analyser, varierer. Det fremgår derfor ved hver figur, hvor stor en gruppe af skoler, der tages udgangspunkt i, når svarprocenterne for de forskellige spørgsmål udregnes.

Tabel 1
Skoler i Region Midtjylland

	I undersøgelsen		I hele Region Midtjylland		Andel af skoler der har deltaget
	Antal	%	Antal	%	
Folkeskoler	186	78	339	75	55
Fri-/privatskoler	52	22	111	25	47
I alt	238	100	450	100	53

¹³ Mad og Måltider i skolen, DCA (2015).

Del 2

Mad og måltider i skolen hos 5.-6. klasser i Region Midtjylland: Resultater fra elev-survey

1. Hovedresultater af elevundersøgelse

Denne del af rapporten giver et overblik over, hvad børn i 5.-6. klasse spiser i skoletiden. Hvor de spiser? Hvordan? Og om de er tilfredse med maden og måltiderne? Undersøgelsen bygger på en spørgeskema undersøgelse med 896 skoleelever, der i foråret 2016 gik i 5. eller 6. klasse i Region Midtjylland. De er fordelt på 25 skoler. Analysen tager udgangspunkt i det, eleverne spiste, mens de var i skole - enten dagen før eller sidst de var i skole.

Rugbrød, sandwich og frugt hitter

Den mad som eleverne spiser i skolen, er overvejende sund. Næsten halvdelen spiser rugbrød til frokost (48 %); men sandwich, en bolle eller andet brød er også udbredt (42 %). Herudover er det mest populære frugt (39 %). Meget få elever spiser direkte usunde sager som mellemmåltider, såsom fastfood eller kage og slik. Langt de fleste elever drikker vand til frokost.

Hver elev spiser 1,9 gange pr. skoledag. De fleste spiser i spisepausen og i en formiddagspause. Kun 2 % af eleverne siger, at de ikke har spist noget til frokost. Det er dog ikke alle, der spiser deres frokost i selve spisepausen, da hver 10. elev spiser frokost på et andet tidspunkt.

Sunde madpakker

I alt har 89 % af alle eleverne madpakke med til frokost og/eller til mellemmåltider, og kun 12 % køber mad i enten skolebod, kantine eller gennem skolemadsordning til frokost eller på et andet tidspunkt i løbet af dagen. Mange af dem, der har købt mad på skolen, har dog også samtidig haft madpakke med.

Det er primært forældrene, der står for at smøre madpakken, men, en tredjedel af eleverne har været med til at smøre deres egen madpakke til frokost eller mellemmåltider.

Der er en tendens til, at de elever, der har madpakke med, spiser sundere end dem, der ikke har. Elever med madpakke spiser mere rugbrød, frugt og grøntsager, og de spiser mindre pizza og pølsehorn. Det viser, at skolebod, kantine og lignende i højere grad fungerer som et sted, hvor man kan få noget lækkert som et supplement til madpakken.

Generelt vurderer eleverne selv, at maden, de spiser i løbet af en skoledag, er sund eller overvejende sund. Der er dog færre af dem, der køber mad på skolen, der vurderer den som sund.

Udbredt tilfredshed med maden

Eleverne kan generelt godt lide den mad, de spiser i skolen. Fire ud af 5 elever angiver, at de kan lide den, og kun 1 % af eleverne kunne ikke lide deres frokost eller deres mellemmåltider. Størst er tilfredsheden blandt dem, der både havde madpakke med og samtidig købte mad på skolen, der således har frihed til at sammensætte måltidet af flere forskellige dele.

Generelt er der også tilfredshed med tidspunktet for frokostpausen, som tre ud af fire oplever som passende. Dog oplever hver tiende elev at have været sulten længe, når det er tid til frokost.

Sultne elever

Eleverne bliver generelt ikke helt mætte af den mad, de spiser til frokost og i løbet af dagen på skolen. Kun ca. halvdelen af eleverne oplever at være helt mætte efter frokostpausen. 60% af eleverne er lidt sultne, og hver 10. elev er meget sulten ved slutningen af skoledagen.

Der er flere elever, der er mætte efter frokosten blandt dem, der godt kunne lide deres mad samt blandt de elever, der ikke var alt for sultne inden frokost. Der er også flere mætte elever blandt dem, der har spist i rolige omgivelser uden for meget larm.

Mange har mulighed for at købe mad

I alt angiver 80 % af eleverne, at der er mulighed for at købe mad på skolen i form af enten skolemad, der bestilles på forhånd, kantine hvor man kan købe varm mad eller skolebod, hvor man kan købe et supplement til madpakken. Dog er det kun 12 % af eleverne, der gør brug af denne mulighed på en given skoledag i ugen.

Kun få af de elever, der har købt mad på skolen, bruger lang tid (over 15 min.) på dette. Tre fjerdedele af de elever, der har købt mad, mener også, at de havde tid nok til dette.

Frokost i klasselokalet, hvor der er larm

Langt de fleste elever (92 %) spiser hele eller dele af deres frokost i klasselokalet. Eleverne er ikke entydigt tilfredse med at spise i klasselokalet. 61 % kan lide at spise der, hvor de spiste, mens 32 % kun syntes, det var ok.

Det kan hænge sammen med, at frokosten generelt er plaget af larm. Kun 16% af eleverne angiver, at der var roligt under frokosten. Mere end hver 10. elev oplevede, at der var meget larm. Det afspejler sig i elevernes vurdering af lydniveauet. Ca. halvdelen syntes godt om lydniveauet under frokosten, dog er andelen lavere, hvis der var lidt larm eller meget larm.

Frokosten overstås hurtigt

De fleste elever har spist deres frokost på under et kvarter. Kun 16 % bruger mere end 15 minutter. Næsten tre fjerdedele af eleverne (71 %) mener, at der er tid nok til at spise frokost. Blandt de, der brugte lang tid på at spise frokost, er der dog lidt flere, som ikke mente, der var tid nok, hvilket sandsynligvis hænger sammen med, at disse elever bruger noget af det efterfølgende frikvarter på at spise, og derved går glip af lege/fritid.

Lydniveauet påvirker, om eleverne følte, at der var tid nok til at spise frokost. Hele 82 % af de elever, der godt kunne lide lydniveauet, følte, at der var tid nok til at spise frokost, mod kun 45 % blandt dem, der ikke syntes godt om lydniveauet.

Brug af mobiltelefon under frokosten

En tredjedel af eleverne har mobiltelefon, tablet eller computer fremme under frokosten, enten lidt af tiden eller hele tiden. Der er forskel på klassetrinene, idet brug af mobiltelefon er mest udbredt i 6. klasse.

Der er en større andel af elever, der har brugt mobiltelefon eller andet elektronik, der samtidig ikke følte, at der var tid nok til at spise. Ligeledes er der en større andel, der brugte mobil blandt elever, der ikke blev helt mætte af frokosten.

Blandt de elever, der angiver, at klassen har en regel om at man slet ikke må bruge mobiltelefon under frokosten, er det langt færre (8 %), der bruger mobiltelefon. Eleverne følger således reglerne, hvis de er klart og tydeligt kommunikeret ud.

Brug for forbedring af miljø og rammer omkring spisning i skolen

Generelt viser analyserne i denne rapport både positive og negative tendenser i mad- og måltidskulturen i skolen for 5.-6. klasser. På den positive side står f.eks., at maden generelt er sund, både hvis man kigger på indhold og på elevernes subjektive vurdering heraf. Det er ligeledes positivt, at eleverne generelt er tilfredse med maden, samt med hvor og hvornår den spises.

På den mere negative side står udbredte problemer med larm under frokosten og brug af elektronik såsom mobiltelefon, der har sammenhæng med, om eleverne bliver mætte efter frokosten, om de kan lide deres mad, og om de føler, der er tid nok til at spise den. Ligeledes er der brug for forbedring af de madtilbud, der er på skolerne og elevernes valg i forhold til den købte mad, hvis den skal være et reelt sundt alternativ til madpakken og ikke kun et lækkert (men mindre lødigt) supplement.

2. Hvad spiser og drikker 5.-6. klasses elever i skolen?

Dette afsnit handler om, hvad eleverne spiser til frokost, hvad de ellers spiser i løbet af dagen, hvornår de spiser, og hvor maden kommer fra.

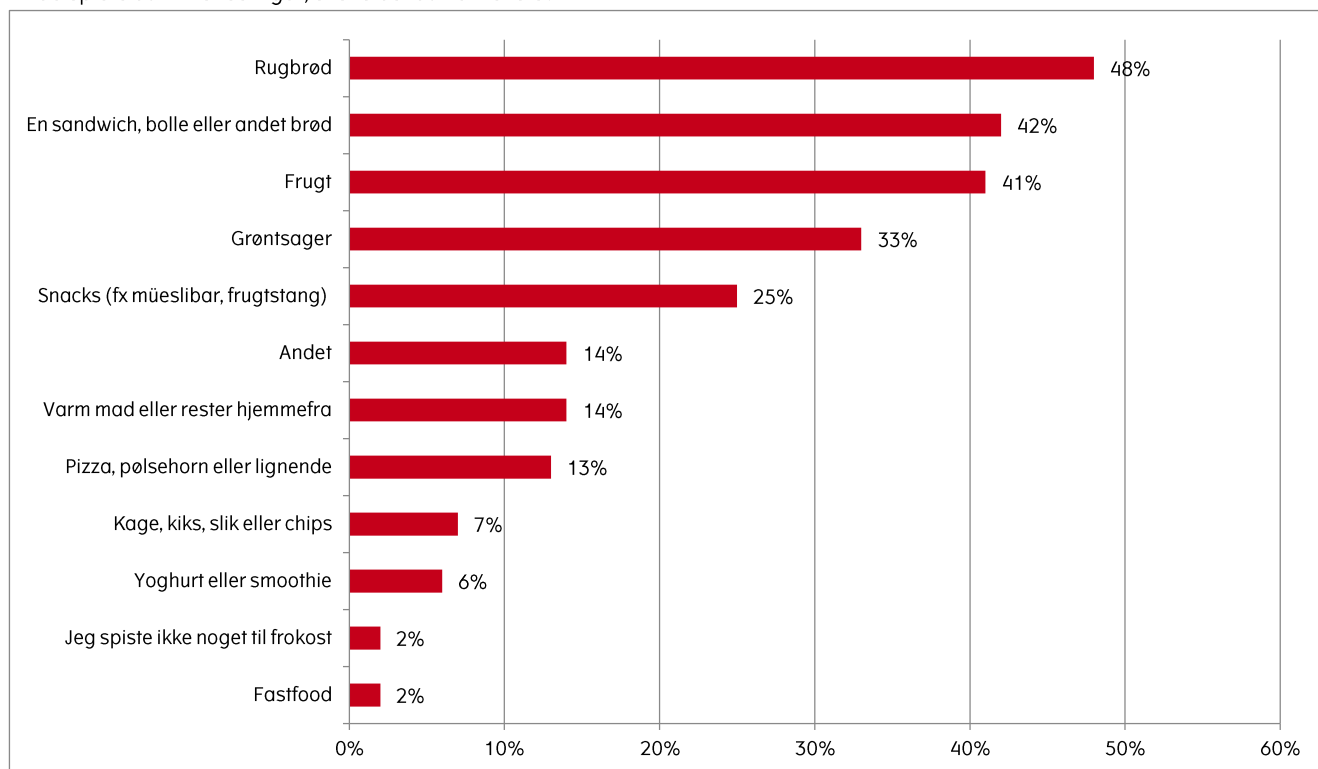
2.1 Mad og drikke i skolen

Figur 10 viser, at næsten halvdelen af alle eleverne spiser rugbrød til frokost (48 %); men sandwich, en bolle eller andet brød er også udbredt (42 %). En rimelig stor del af eleverne spiser også frugt (41 %) og/eller grøntsager (33 %) i forbindelse med frokosten. Det skal dog understreges her, at grøntsager primært er beskrevet som gnavegrønt såsom agurk eller tomat, og at der også kan indgå grøntsager i flere af de andre kategorier, som f.eks. i varm mad/rester hjemmefra, på rugbrødsmaden eller i 'andet'-kategorien. Det vil sige, at der sandsynligvis er flere end 33 %, der har spist grøntsager til frokost. Meget få spiser det mere usunde mad såsom fastfood (2 %), yoghurt eller smoothie (6 %) eller kage og andre søde sager (7 %).

Tallene siger ikke noget om, hvor meget der er spist af hver ting; men analysen viser, at eleverne i gennemsnit har spist frokost fra 2,4 af kategorierne. Det vidner om en vis bredde og variation i elevernes frokost; dog spiser 31 % af eleverne kun frokost med ingredienser fra en af kategorierne.

Figur 10

Hvad spiste du til frokost i går, eller sidst du var i skole?

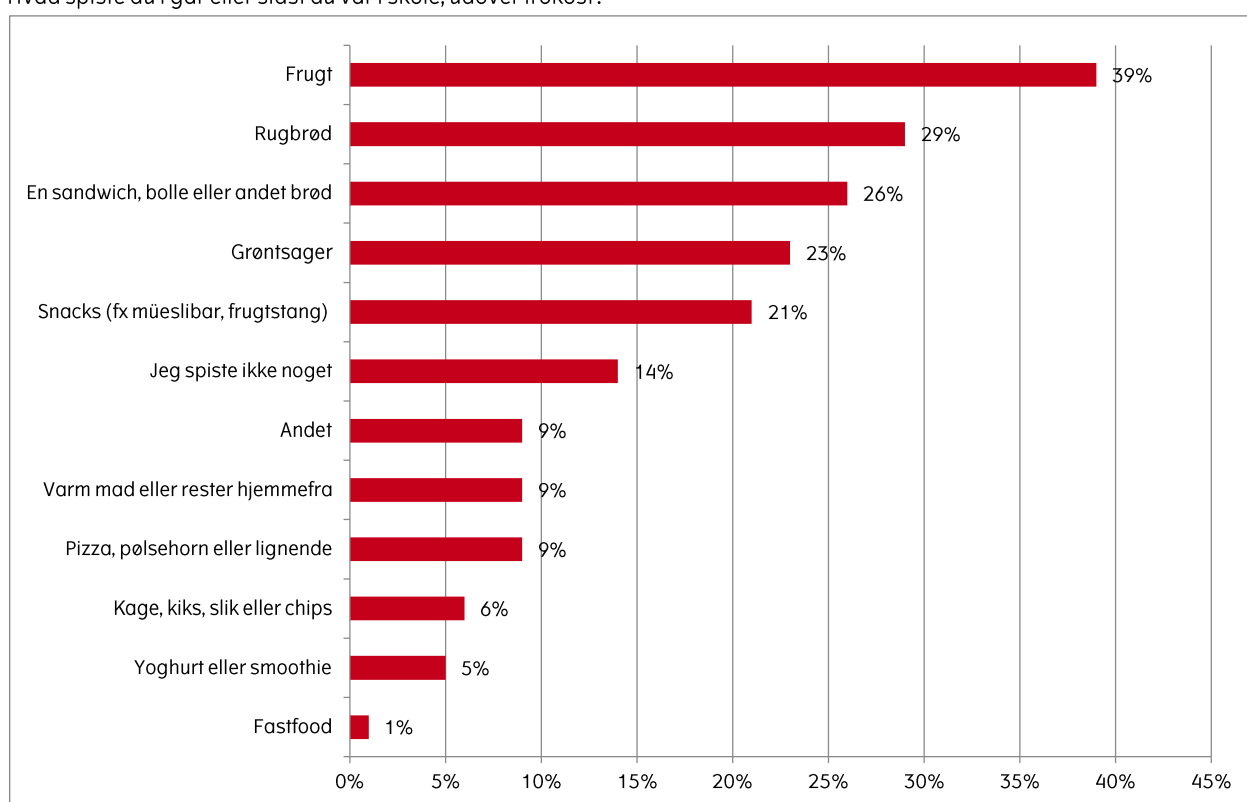


Figur 11 viser, hvad eleverne spiser i løbet af dagen udover spisepausen. Det mest populære er frugt (39 %), hvilket hænger godt sammen med, at mange af eleverne (60 %) spiser noget i 10-frikvarteret (se Figur 13). 29 % spiser rugbrød og 26 % spiser sandwich eller en bolle i løbet af dagen. Det tyder på, at ikke alle elever nødvendigvis spiser den madpakke, de har med til frokost i selve spisepausen. Det hænger ligeledes godt sammen med, at 14 % af eleverne ikke angiver at have spist noget i spisepausen (se Figur 13), mens det samtidig kun er 2 %, der angiver, at de ikke har spist frokost. De resterende elever må formodes at spise frokost på andre tidspunkter, f.eks. i madkundskabstimen, eller de spiser deres medbragte frokost-madpakke allerede i 10-frikvarteret.

Gnavegrønt og snacks såsom myslibarer og frugtstænger er også rimeligt udbredte som mellemmåltider, idet cirka en femtedel af eleverne spiser dette. Meget få elever spiser direkte usunde sager som mellemmåltider, såsom fastfood eller kage og slik.

Figur 11

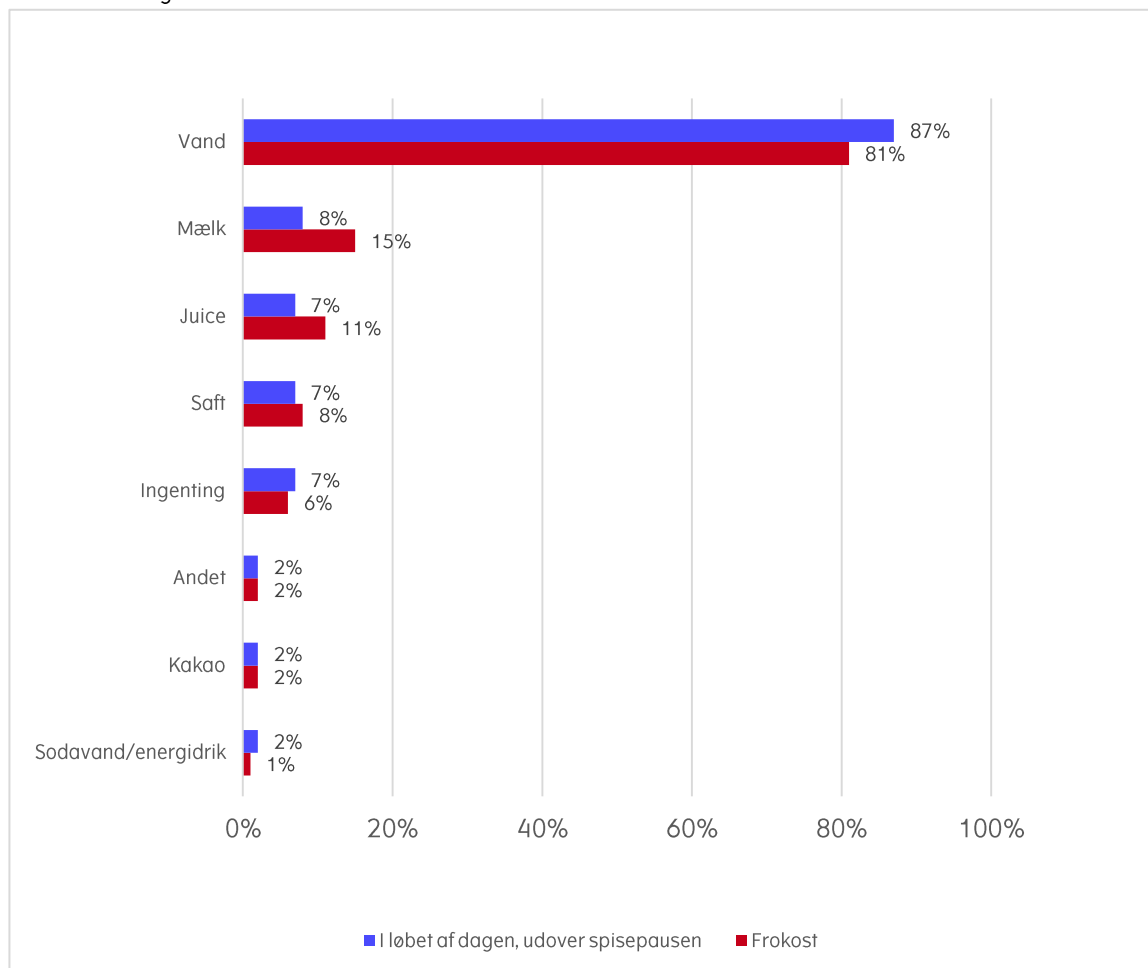
Hvad spiste du i går eller sidst du var i skole, udover frokost?



Langt de fleste elever drak vand til frokost, som det ses af Figur 12. Det er en relativt lille del på 15 %, der drikker mælk til frokost, og endnu færre drikker mælk i forbindelse med mellemmåltider. Meget få elever drikker sukkerholdige drikke såsom saft, kakao eller sodavand i skoletiden.

Figur 12

Hvad drak du i går eller sidst du var i skole?



2.2 Hvornår og hvor mange gange spiser eleverne

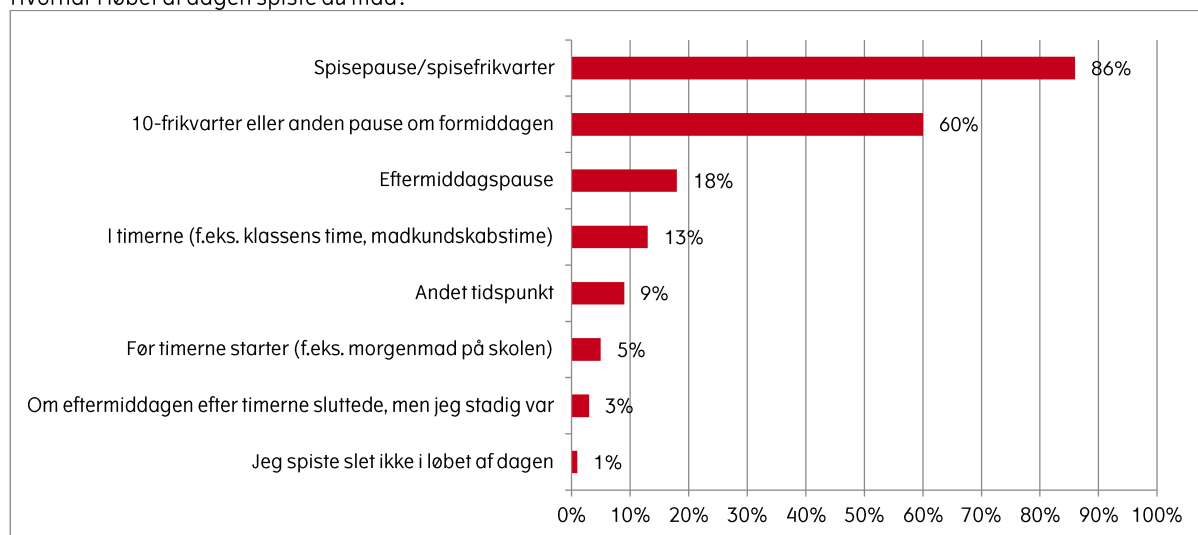
Af Figur 13 og Figur 14 fremgår det, at de fleste elever spiser flere gange i løbet af en skoledag. I gennemsnit spiser hver elev 1,9 gange pr. skoledag, og næsten to ud tre spiser mere end én gang om dagen. De fleste spiser i spisepausen og i en formiddagspause.

Tallene viser, at 60 % af alle elever spiser noget i 10-frikvarteret. Det understreger vigtigheden af rammer, der giver tid og mulighed for, at eleverne kan indtage mad i dette frikvarter. I del 1 af denne rapport angav kun 36 % af skolerne i skoleundersøgelsen at have en madordning med et formiddagsmåltid. Det er derved bemærkelsesværdigt lavt, idet der potentielt er stor efterspørgsel efter et formiddagsmåltid. Der kunne muligvis være brug for et tilbud om et sundt og nærende formiddagsmåltid på flere skoler.

Kun meget få elever spiser i ydertimerne, såsom morgenmad før skolen starter og efter timerne er slut. Tallene fra skoleundersøgelsen viste, at 18 % af skolerne har en madordning, der tilbyder morgenmad. Kun 5 % af eleverne angiver dog at spise morgenmad på skolen, hvilket tyder på, at disse ordninger ikke er særligt benyttede.

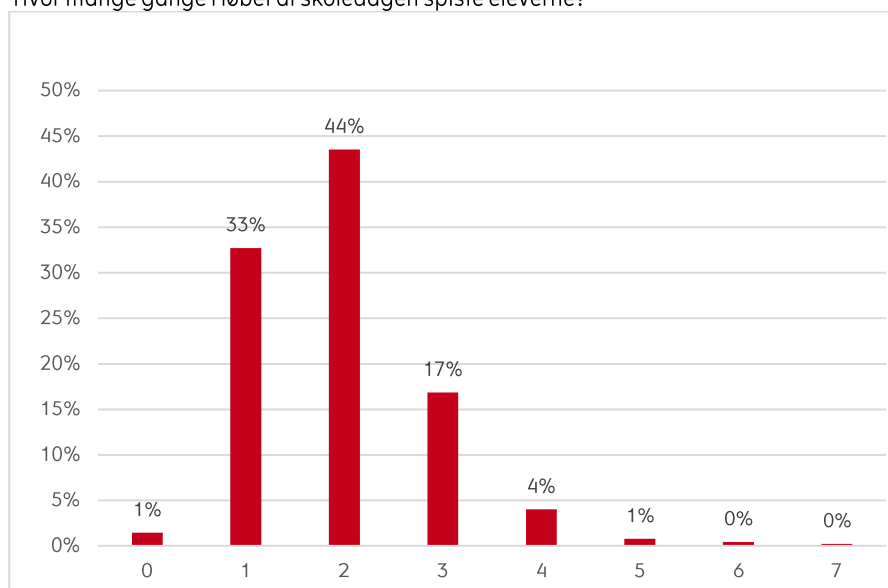
Figur 13

Hvornår i løbet af dagen spiste du mad?



Figur 14

Hvor mange gange i løbet af skoledagen spiste eleverne?



2.3 Hvor har eleverne maden fra?

Figur 15 viser fordelingen af, hvor elevernes frokost kommer fra, og figur 16 viser fordelingen af den mad, eleverne spiser i løbet af dagen udover frokost. En elev kan godt have fået mad flere forskellige steder fra og således både have madpakke, som en voksen har smurt, madpakke de selv har smurt og have købt mad på skolen på den samme dag.

Det er tydeligt, at madpakken som enten mor eller far har smurt, eller eleverne selv har smurt, er dominerende både inden for frokostmaden og mellemmåltiderne. I alt har 89 % af alle elever madpakke med til frokost og/eller til mellemmåltider. Kun 11 % af eleverne i 5.-6. klasse har altså slet ikke madpakke med i skole. Dem, der ikke har madpakke, får f.eks. mad fra madkundskab eller køber på skolen. 65 % af eleverne har udelukkende madpakke med, og 24 % supplerer madpakke med enten købt mad, delt mad med andre eller fået mad i madkundskabstimen.

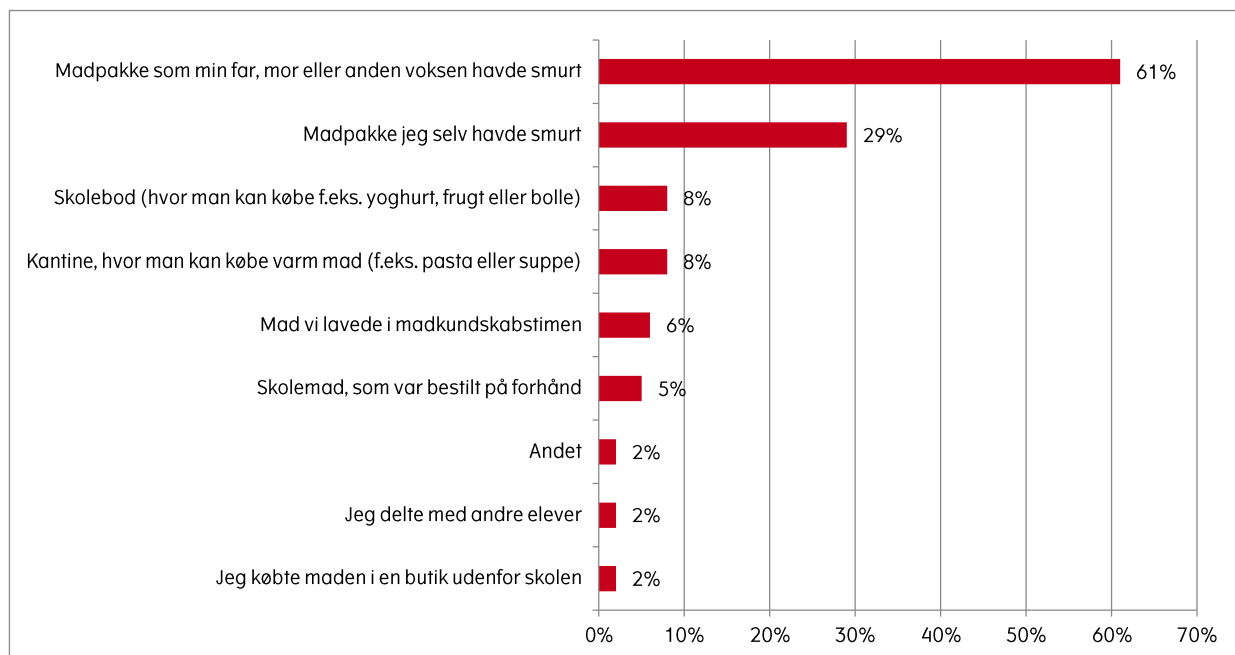
I alt har 12 % af eleverne købt mad på skolen (i skolebod, kantine eller gennem skolemadsordning) enten til frokost eller på et andet tidspunkt i løbet af dagen. Del 1 af rapporten viste, at 61 % af skolerne i Region Midtjylland har en madordning, der tilbyder et frokostmåltid. Tallene her viser således, at det er få elever, der benytter sig af disse tilbud på en given skoledag. Samtidig er det tydeligt, at selvom eleverne køber mad på skolen, har de fleste også madpakke med hjemmefra.

I alt er 33 % af eleverne med til at smøre deres egen madpakke til frokost eller mellemmåltider. Det bekræfter tidligere undersøgelser (se introduktionen), der viste, at 40 % af 12-15-årige er med til at bestemme indholdet i madpakken.¹⁴ Tallene her viser dog, at det er udbredt at kombinere selvsmurte madpakker og madpakke, en voksen har smurt. Det tyder på, at forældrene til elever i 5.-6. klasse stadig i høj grad er med til at bestemme, hvad børnene spiser til frokost, men at dette gøres i fællesskab med børnene.

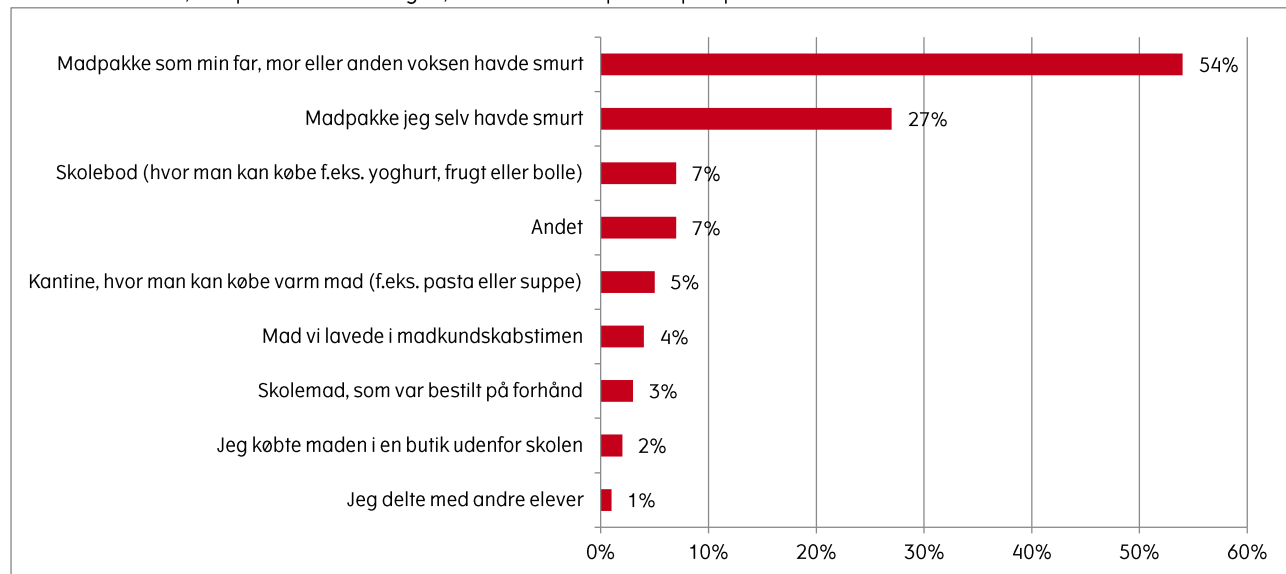
¹⁴ Børn og deres madpakker, FDB Analyse (2012)

Figur 15

Hvor fik du frokost fra?

**Figur 16**

Hvor fik du det fra, du spiste i løbet af dagen, udover det du spiste i spisepausen?

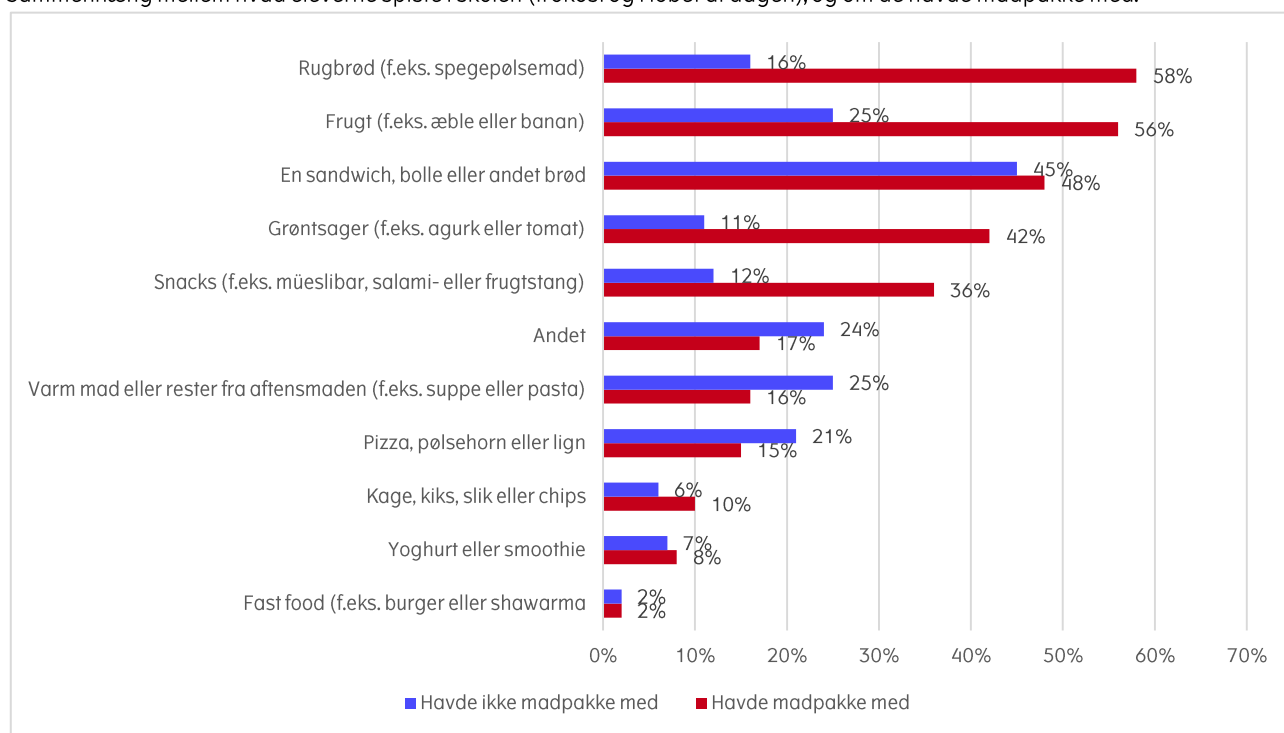


2.4 Sammenhængen mellem indhold og hvor maden kommer fra

I Figur 17 ses sammenhængen mellem, hvorvidt eleverne havde madpakke med eller ej, og hvad eleverne har spist i løbet af den dag (enten frokost eller som mellemmåltid). Der er en tendens til, at de elever, der har madpakke med, spiser sundere end dem, der ikke har. Elever med madpakke spiser mere rugbrød, frugt og grøntsager, og de spiser mindre pizza og pølsehorn. Dog spiser elever med madpakke flere snacks og lidt mere kage og slik. Som forventet er der lidt flere af de elever, der ikke har madpakke med, der spiser et varmt måltid mad.

Figur 17

Sammenhæng mellem hvad eleverne spiste i skolen (frokost og i løbet af dagen), og om de havde madpakke med.



Denne analyse kan ikke sige noget om ernæringsprofilen på maden. Både rugbrødsmadder og varme måltider kan være ernæringsmæssigt meget forskellige alt efter indhold, ligesom kvaliteten af sandwichbrød og boller kan variere betydeligt. Som nævnt i introduktionen, indeholder madpakker sandsynligvis et højere niveau af forarbejdet kød, i form af f.eks. leverpostej, spegepølse og kødpålæg. Samtidig optræder grøntsager og frugt oftere i madpakken.

I del 1 af rapporten viste analysen, at 81 % af de skoler, der har madordning, stiller ernæringskrav til maden. Resultaterne her giver dog anledning til at overveje, om det så betyder, at elever, der benytter madtilbuddene, får et sundt måltid. Det tyder tallene i denne analyse ikke på. En forklaring kan være, at elevernes valg og fravalg af mad og delelementer af måltidet trækker måltidet i en mindre sund retning. En anden forklaring kan være, at skoleboder og madordninger ikke lever op til ernæringskravene. Det konkluderede en undersøgelse af danske skoler foretaget af DTU i 2009. Her foretog man en næringsberegning af knap 500 elevers skolemadsmåltider og konstaterede bl.a. et for lavt indhold af både frugt, grønt og fiber.¹⁵

¹⁵ Kvalitet af skolefrokost, DTU Fødevareinstituttet (2009)

2.5 Opsamling

Det generelle billede af elevernes mad i skolen er således, at den overvejende består af sunde ingredienser. De allerfleste har madpakke med, som de enten spiser til frokost eller i løbet af dagen. Den består oftest af rugbrød eller andet brød samt frugt og/eller grønt. En fjerdedel supplerer madpakken med mad købt på skolen eller mad, de har fået andet steds fra. Den medbragte mad adskiller sig fra maden købt på skolen ved at være sundere, selvom der også er plads til forbedring – f.eks. i forhold til snacks, kage og slik og det potentielle indhold af forarbejdet kød.

Resultaterne indikerer, at skolebod, kantine og lignende i højere grad fungerer som et sted, hvor man kan få noget lækkert. Det giver stof til eftertanke i forhold til, hvilken rolle skoler ønsker, at deres madtilbud skal have. Analysen tydeliggør ligeledes, at processen omkring madpakker og køb af skolemad eller mad i skolebod adskiller sig fra hinanden, velvidende at der findes et utal af variationer, både hvad angår madpakker og ikke mindst madtilbud på skoler.

Når det gælder madpakker, har både forældre og elever indflydelse på hvilken mad, der medbringes hjemmefra. Det kan være, at forældre og elever diskuterer, hvad der skal købes ind til madpakken, men det kan også være, når madpakken skal smøres, at forhandlingen foregår. Beslutningen om hvilken mad, der skal spises eller i det mindste hvilken mad, der er tilgængelig, er allerede truffet forud for spisesituationen.

Der findes flere interessante studier af madpakken både af ældre¹⁶ og nyere dato¹⁷, og de peger gennemgående på, at madpakken ikke bare indeholder mad men også en lille smule 'hjem'. Det handler både om hjemmets værdier, som afspejles i den mad, som bringes med, men også den relation barnet har til sin forælder. Når man spiser sin madpakke, styrker man samtidig båndet til familien. Springer barnet f.eks. madpakken over, kan det handle om at markere et skridt væk fra familien og henimod sin egen selvstændighed. Samtidig kan eleverne dele og iagttage hinandens madpakker og danne relationer på den baggrund.

Køb af mad i kantine eller skolebod adskiller sig fra madpakken ved bl.a., at selve købet af maden er en mere integreret del af spiseoplevelsen. Valget af maden træffes ofte umiddelbart før spisningen og involverer brug af penge. Af den grund kunne det være interessant at forstå mere om, hvilke erfaringer elever i målgruppen har med købssituationer. Det er sandsynligt, at elever i denne aldersgruppe primært er vant til at foretage meget lystbetonede køb, når de har penge til rådighed f.eks. til slik efter fodboldtræning eller fredagsguf. På skolen træffes valget af mad omgivet af kammerater uden dialog med en voksen/forælder og er selvsagt begrænset til det udvalg, skoleboden eller kanten har. Forældre og hjemmet spiller her indirekte ind; Har familien råd til at give penge med? Er der dialog om, hvilken mad der bestilles eller hvilken mad, der må købes? Osv.

Køb i skolebod, kantine og lignende kunne potentielt være gode øvelser i at forvalte penge og træffe gode valg omkring køb af mad – et vigtigt aspekt af elevernes gradvise selvstændiggørelse. Tallene i denne rapport, f.eks. fra næste afsnit, lægger dog op til, at der kunne være potentiale i at arbejde med elevernes kompetencer til at skabe balance imellem sundt og usundt samt forholde sig til madens kvalitet, når de køber mad på skolen.

¹⁶ Beth Elverdam (2011). "Velbekomme: Familien i madkassen - om madpakker, kultur, historie og forbundethed." Tidsskrift for Forskning i Sygdom og Samfund Nr. 14.

¹⁷ Sidse Schoubye Andersen (2015). School Meals in Children's Social Life. A study of Contrasting Meal Arrangements. Institut for Fødevarer- og Ressourceøkonomi, Københavns Universitet.

3. Elevernes vurdering af mad og måltider i skolen

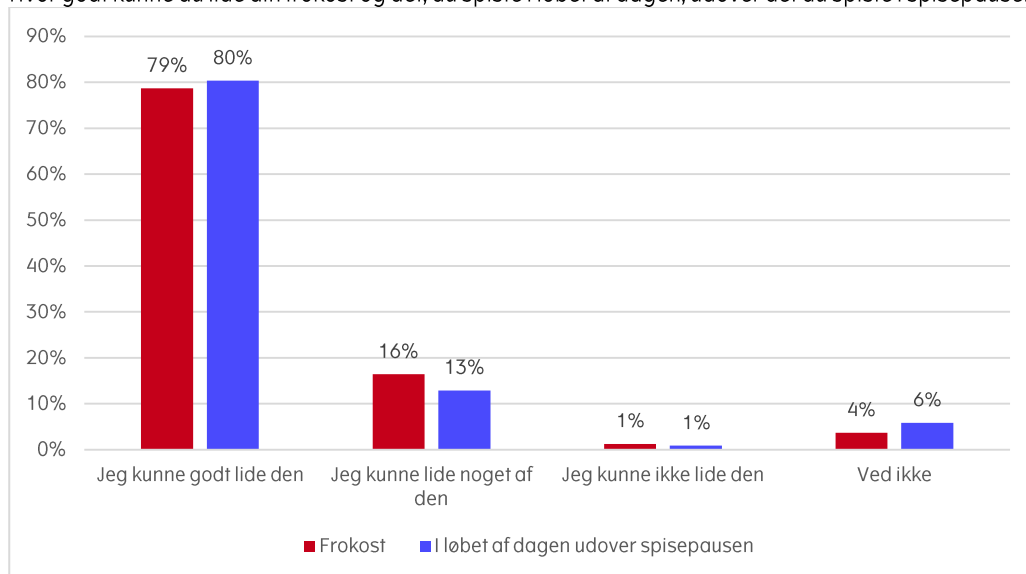
Dette afsnit handler om, hvordan eleverne vurderer den mad, de spiser i skolen i forhold til smag og sundhed. Desuden ses på hvor sultne og mætte eleverne var i løbet af dagen, og hvad de syntes om tiden for spisepausen.

3.1 Kunne eleverne lide maden?

Eleverne blev i spørgeskemaet bedt om at vurdere, hvor godt de kunne lide den mad, de havde spist til frokost og den mad, de havde spist i løbet af dagen som mellemmåltider. Figur 18 viser, at der generelt er stor tilfredshed med maden, eleverne spiser i skolen. Fire ud af fem elever angiver, at de godt kunne lide den. I forhold til frokosten er der dog 16 %, der angiver, at de kun kunne lide noget af den. Meget få (1 %) kunne ikke lide den mad, de spiste i skolen.

Figur 18

Hvor godt kunne du lide din frokost og det, du spiste i løbet af dagen, udover det du spiste i spisepausen?



Note: Beregnet ud fra de elever der spiste frokost/spiste noget udover i spisepausen.

Frokost: N= 876. I løbet af dagen: N=774

Figur 19 viser sammenhængen mellem, hvor den mad, eleverne spiser i skolen, kommer fra, og hvor godt de kan lide deres frokost. Det er tydeligt, at der er størst tilfredshed blandt de elever, der både havde madpakke med, og som samtidig køber eller får mad på skolen, idet 84 % her godt kunne lide deres frokost. Lavest tilfredshed er der blandt elever, der ikke havde madpakke men kun købte/fik mad på skolen. Det er dog stadig 69 % i denne gruppe, der kunne lide deres frokost, og kun 2 % kunne ikke lide den, mens 21 % kun kunne lide noget af den.

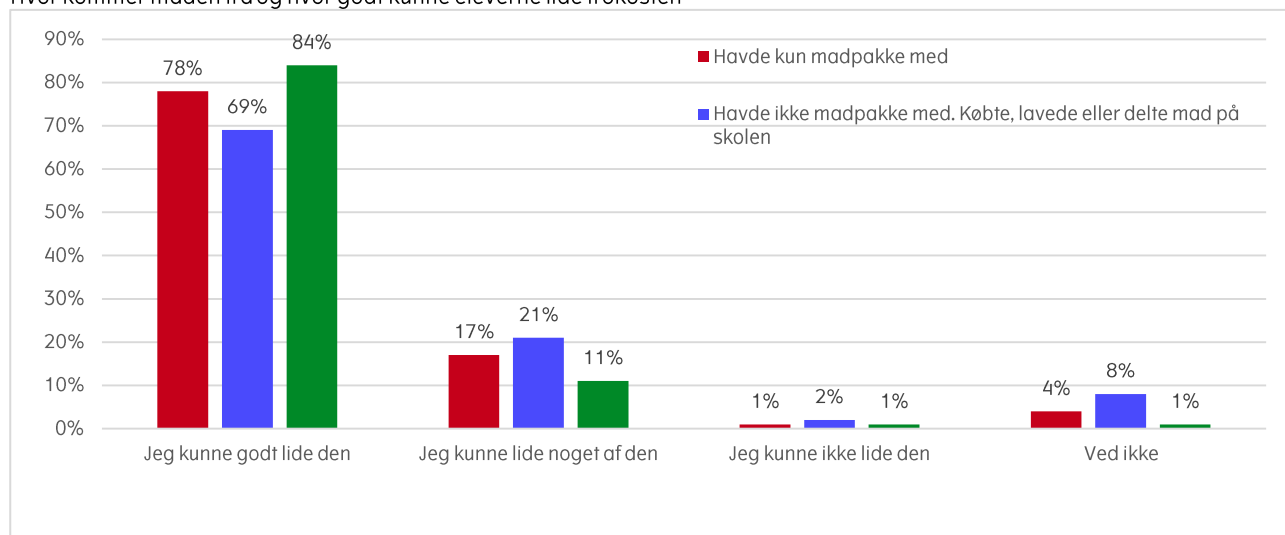
Disse resultater er sandsynligvis relateret til, at eleverne godt kan lide den valgfrihed, de får, når de kan sammensætte frokosten af mad flere forskellige steder fra. De får det bedste fra begge verdener; madpakken som er tilpasset deres behov og ønsker sammen med forældrene - og muligheden for at købe noget lækker, de selv vælger.

Om eleverne kan lide maden i madpakkerne bedst, fordi de altid får de samme velkendte madder med og skolemaden mindre, fordi de her får udfordret deres madmod, er svært at afgøre. Man må dog forvente at skolemad, der erstatter et frokostmåltid i højere grad end mad, der købes som supplement

til madpakken, er et komplet måltid. Derfor er der også større sandsynlighed for, at der her er elementer, som børnene i mindre grad kan lide, eller måske slet ikke kender. F.eks. har EAT skolemad i København et princip om, at "Maden skal være en kombination af kendte retter og retter, der udvider børnenes horisont i forhold til madkultur".¹⁸ Det ukendte kan ligeledes forklare, at der er hele 8 % blandt dem, der kun har fået mad på skolen, der ikke ved, om de kunne lide eller ikke lide den.

Figur 19

Hvor kommer maden fra og hvor godt kunne eleverne lide frokosten



¹⁸ Hvad ville vi - Hvad gjorde vi - Hvad blev det til? Skolemadssatsningen i KBH. EAT 2007 - 2012 (2013): s. 37.

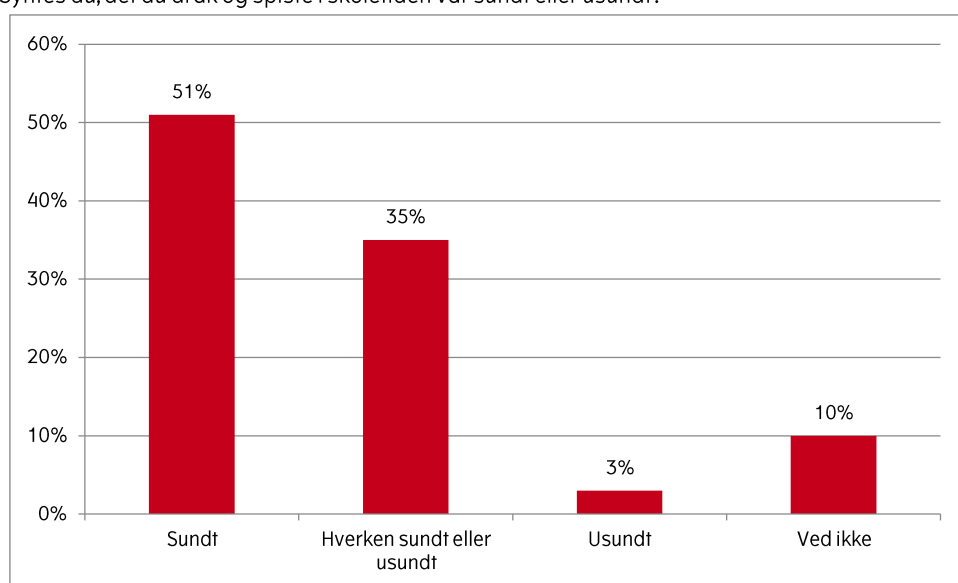
3.2 Var maden sund?

Eleverne blev bedt om at vurdere hvor sund, de mente, al den mad, de havde spist på skolen den dag, var. Figur 20 viser, at halvdelen af eleverne mener, at de har fået sund mad. Kun meget få (3 %) mener, at de har fået usund mad, og en relativt stor del lægger sig i midterkategorien og mener, at de hverken fik sund eller usund mad.

Det er interessant, at hver tiende elev i 5.-6. klasse har svært ved at vurdere sundheden af deres mad og derfor svarer 'ved ikke'. Analyser viser, at andelen, der svarer 'ved ikke', er størst blandt elever, der har spist kage, kiks eller slik og dem, der har spist pizza, pølsehorn eller lignende i skolen. De fleste elever spiser disse ting sammen med andre mere sunde madvarer, og derfor kan eleverne have svært ved at vurdere sundheden af den mad, de har spist, når den er et mix af sunde og usunde madvarer.

Figur 20

Syntes du, det du drak og spiste i skoletiden var sundt eller usundt?



Analyser viser også, at der til dels er sammenhæng mellem den mad, eleverne spiser i skolen, og hvorvidt de syntes, at deres mad var sund (tal ikke vist her).

- En højere andel af eleverne angiver, at deres mad var sund, hvis de havde spist rugbrød, frugt eller grønt.
- En lavere andel af eleverne angiver deres mad som sund hvis de havde spist sandwich eller andet brød, pizza eller pølsehorn, fastfood, kage eller slik eller andet mad.
- Der er ikke sammenhæng mellem, om eleverne ser maden som sund, og om de har spist snacks, yoghurt eller smoothie eller varm mad eller rester hjemmefra.

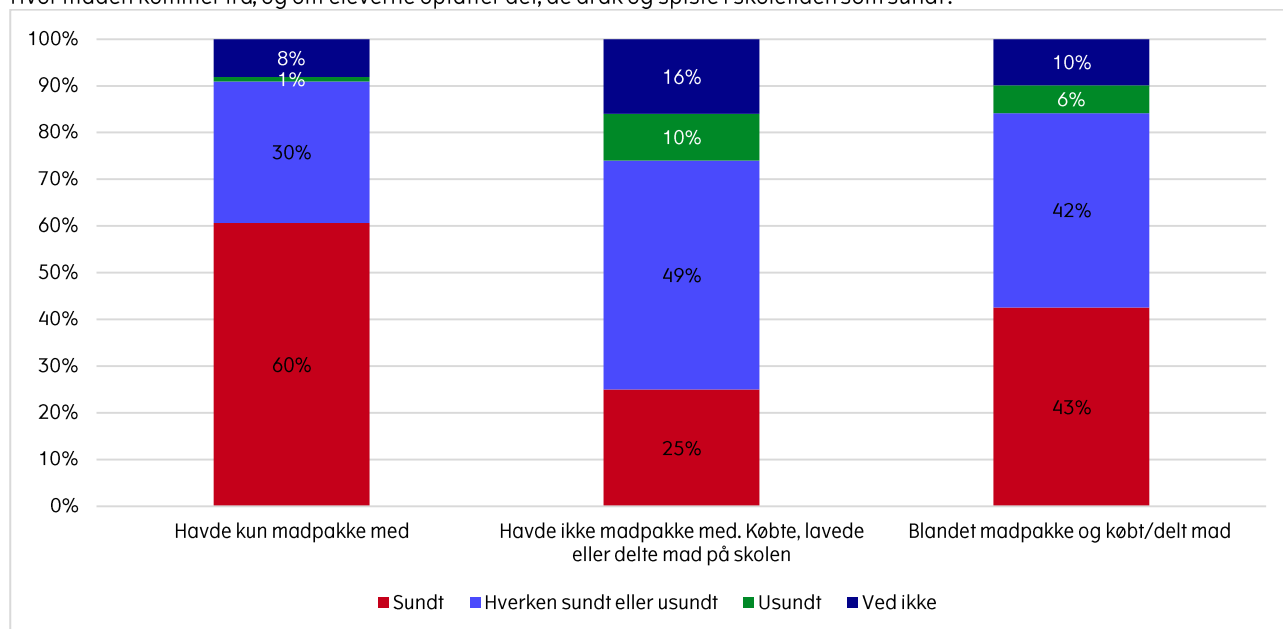
Elever, der har spist nogle af de mere usunde madvarer, markerer stort set ikke, at deres mad var usund, men i stedet at den hverken var sund eller usund. Disse resultater indikerer, at eleverne i 5.-6. klasse generelt har viden om, hvad der er mere eller mindre sund mad, men at kun meget få opfatter eller har lyst til at betegne deres mad som decideret usund.

Der er en markant sammenhæng mellem elevernes opfattelse af madens sundhed, og hvor maden kommer fra, hvilket er præsenteret i Figur 21. Den største andel af elever, der syntes, deres mad var sund, findes blandt elever, der kun havde madpakke med. Her er det 60 %, der angiver, at deres mad var sund. Blandt elever, der ikke havde madpakke med og altså købte eller fik mad på skolen, er det kun 25 %, der syntes, den var sund. Blandt elever uden madpakke er der hele 10 %, der siger, at deres mad var usund. Dog er der også 16 %, der svarer 'ved ikke'. Også blandt dem, der har blandet madpakke med mad købt eller fået på skolen, er der en højere andel af usundt og 'ved ikke' sammenlignet med dem, der udelukkende har madpakke med.

Disse resultater viser, at de elever, der får eller køber mad på skolen, dels har sværere ved at vurdere sundheden af den, og dels også synes, den er mindre sund. Det hænger godt sammen med analyserne i sidste afsnit, der viste en tendens til, at maden, eleverne køber eller får på skolen, er noget mere usund end madpakkerne. Samtidig opfattes rugbrød generelt som sundt, og da rugbrød sjældent indgår i den købte mad, kan det spille ind på elevernes vurdering af sundheden.

Figur 21

Hvor maden kommer fra, og om eleverne opfatter det, de drak og spiste i skoletiden som sundt?

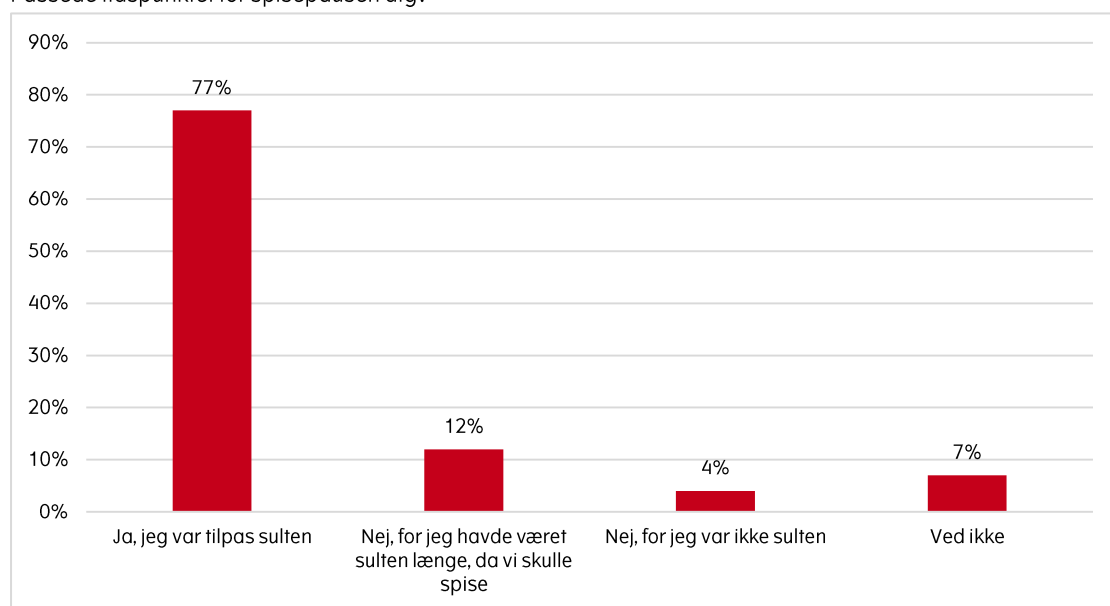


3.3 Passede spisetiderne eleverne?

Tallene i figur 22 viser, at de fleste af eleverne (77 %) er tilfredse med tidspunktet for spisepausen. Der er dog også en gruppe på 12 %, der havde været sultne længe inden pausen. Analyser viser (ikke vist i figur), at der ikke er sammenhæng mellem, hvor sultne de var inden frokost, og om eleverne havde spist i formiddagspausen, hvilket er overraskende. Det tyder på, at selvom mange af eleverne spiser i 10-frikvarteret, så er de alligevel blevet sultne, når de når til spisepausen. Det understreger den tidligere pointe om, at det er vigtigt, at der er de rigtige rammer for, at eleverne kan få et formiddagsmåltid, f.eks. tid og et madtilbud, så de ikke bliver for sultne i timerne og får svært ved at koncentrere sig.

Figur 22

Passede tidspunktet for spisepausen dig?



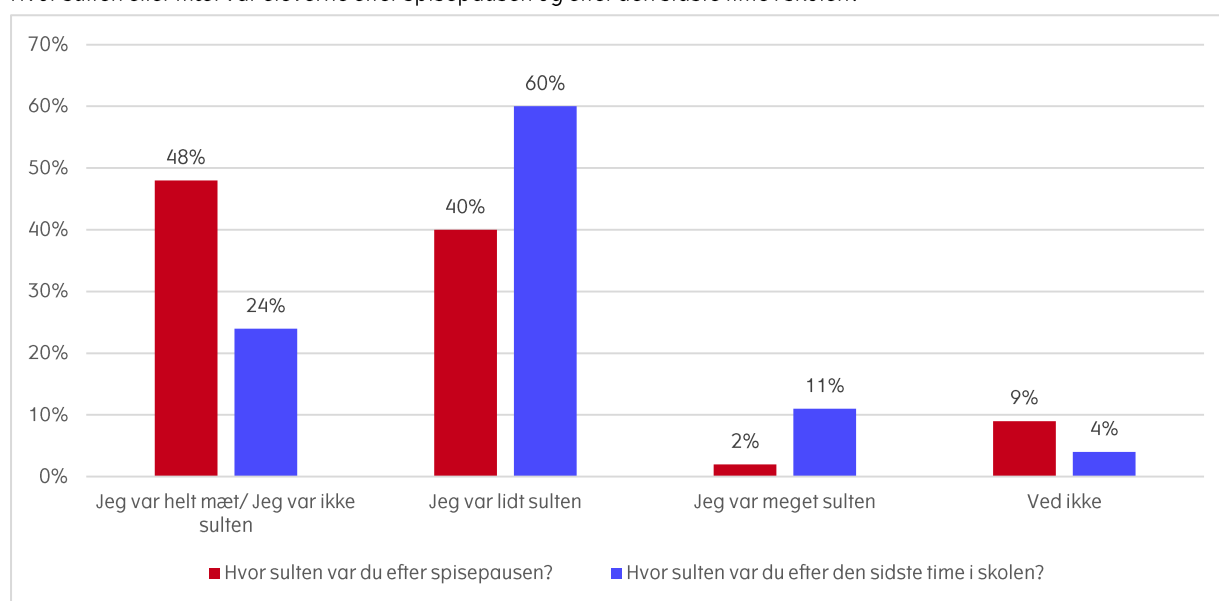
3.4 Hvor mætte og sultne var eleverne?

Eleverne blev i undersøgelsen bedt om at vurdere, hvor sultne de var efter spisepausen, og efter den sidste time af skoledagen var slut. Figur 23 viser elevernes vurdering af sult og mæthed. Tallene viser, at de fleste bliver nogenlunde mætte af deres frokost, idet meget få elever (2 %) er meget sultne efter spisepausen. Det er dog bemærkelsesværdigt, at hele 40 % stadig er lidt sultne efter spisepausen. Det tyder på, at eleverne enten ikke får nok mad med, eller ikke har ordentlige rammer om måltidet, f.eks. tid og ro.

Mindre overraskende er det, at der er en stor andel af eleverne (60 %), der er sultne efter den sidste time, da eleverne efter skolereformen har fået lange dage i skolen. Som det fremgik af Figur 13, er der samtidig langt færre elever (18 %), der spiser noget om eftermiddagen i skolen, sammenlignet med i 10-frikvarteret (60 %). Resultatet peger på, at der kan være udfordringer med elever, der er sultne i de sidste timer i skolen, og derfor f.eks. har svært ved at koncentrere sig.

Figur 23

Hvor sulten eller mæt var eleverne efter spisepausen og efter den sidste time i skolen?



Analysen (ikke vist i figur) af sammenhængen mellem om eleverne er mætte efter spisepausen og mulige forklarende variable giver nogle interessante resultater. Der er sammenhæng mellem, om eleverne følte, de havde tid nok til at spise frokost, og om de var helt mætte. Blandt elever, der følte, at de havde tid nok til at spise frokost, er der en større andel, der var helt mætte (52 %) sammenlignet med dem, der ikke mente, de havde tid nok (42 % var helt mætte).

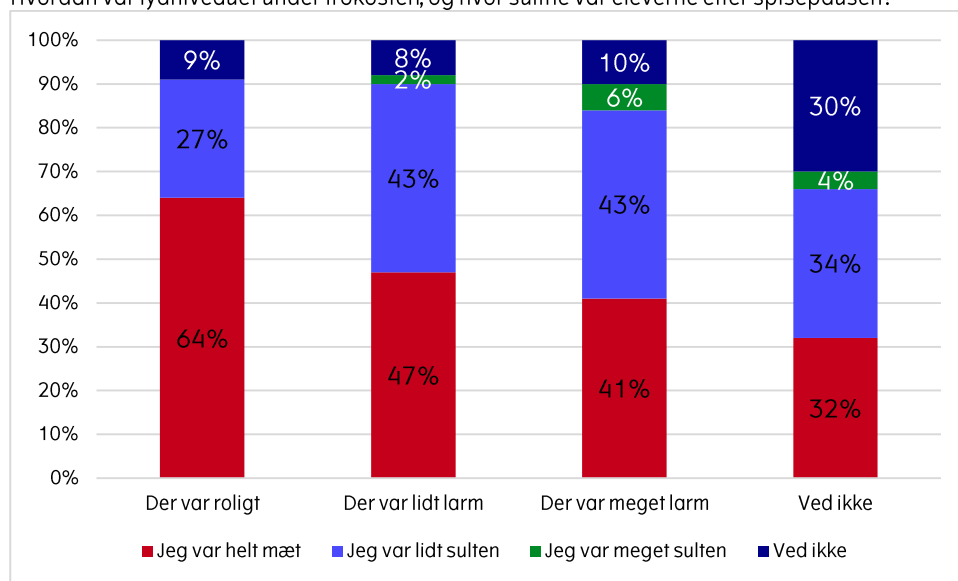
Også tidspunktet for spisepausen hænger sammen med mæthed. Blandt elever, der havde været sultne længe inden spisepausen, var der 24 %, der var helt mætte efter spisepausen. Blandt elever, for hvem tidspunktet for spisepausen passede fint, var der 54 %, der var helt mætte. Dette kan muligvis forklares med, at eleverne ikke havde fået nok morgenmad, eller at de havde for lidt med til frokost.

Om eleverne kunne lide frokosten, og hvor deres madpakke kommer fra, hænger også sammen med, om eleverne var mætte efter frokost. Det er ikke overraskende, da de to variable, som vist i Figur 19, hænger sammen. Elever, der kunne lide deres mad og elever, der både havde madpakke med og fik/købte mad på skolen, er generelt mere mætte efter spisepausen.

Et interessant og overraskende resultat er, at lydniveauet under frokosten hænger tæt sammen med, hvor mætte eleverne er efter spisepausen. Det ses af Figur 24. Hvis der var roligt under frokosten, angiver helt op til 63 % af eleverne, at de var helt mætte efter spisepausen. Derimod er det kun 47 % af de elever, hvor der var lidt larm under frokosten, og 41 % af de elever, hvor der var meget larm, der angiver, at de var helt mætte efter spisepausen. Andelen, der var lidt sultne efter frokost, er også markant lavere blandt de elever, der har spist, hvor der var roligt (27 %) i forhold til dem, hvor der var lidt eller meget larm (43 %). Sammenhængen kan selvfølgelig gå begge veje, således at de elever, der er meget sultne eller ikke har mad nok med, larmer mere end andre. Det viser samlet set, at kulturen omkring frokosten påvirker elevernes frokostvaner, og om de får spist nok til frokost.

Figur 24

Hvordan var lydniveauet under frokosten, og hvor sultne var eleverne efter spisepausen?



3.5 Opsamling

Overordnet er der en udbredt tilfredshed blandt 5.-6.klasses elever med den mad, de spiser i løbet af en skoledag. Tilfredsheden med maden er størst blandt de, der både har spist medbragt mad og købt/fået mad på skolen. Hvad angår sundhed, så vurderer eleverne selv, at madpakken er sundere end den mad, de køber på skolen. Eleverne har relativt sværere ved at vurdere, hvorvidt maden, de køber på skolen, er sund eller usund – enten fordi den er sværere at afkode, eller fordi eleverne ikke ønsker at angive, at de har spist usund mad.

Generelt er der også tilfredshed med tidspunktet for frokostpausen, som tre ud af fire oplever som passende. Omkring hver tiende elev oplever dog at have været sulten længe, når det er tid til frokost. Som vi så, har en del elever også allerede spist i løbet af formiddagen. Det tyder på, at der kan være behov for at forbedre mulighed og rammer for et morgen- eller formiddagsmåltid i skolen. Især i lyset af, at kun knap halvdelen af eleverne (48 %) følte sig helt mætte efter frokosten. Hele 60 % oplever at være meget sulten efter sidste time. Der er altså en stor andel af eleverne, hvis behov for mad ikke er opfyldt i løbet af skoledagen, hvilket er i overensstemmelse med KOSMOS' undersøgelse fra 2015.¹⁹

Da DTU i 2009 undersøgte næringsværdien af skolemåltider i Danmark, blev det bl.a. påpeget, at indholdet af energi i elevernes frokost var for lavt. Over to tredjedele af elevernes måltider i DTU's undersøgelse indeholdt mindre energi end det anbefalede.²⁰ Det tyder på, at der ikke bare er for få, men også for små måltider i løbet af skoledagen.

Analyserne her peger på, at omgivelserne – f.eks. støjniveauet under måltidet – hænger sammen med, om eleverne får spist nok til frokost og bliver mætte af frokosten. Der er langt flere elever, der har spist i rolige omgivelser, der angiver at være helt mætte efter frokosten, sammenlignet med de elever, der har spist et sted, hvor der var meget larm. Det peger på et behov for at arbejde med måltidskulturen på disse klassetrin, der kan skabe mere ro omkring frokostmåltidet.

¹⁹ Mad og måltider efter Folkeskolereformen 2014. KOSMOS (2015)

²⁰ Kvalitet af skolefrokost, DTU Fødevareinstituttet (2009)

4. Muligheder for at købe mad på skolen

Dette afsnit handler om elevernes muligheder for at købe mad på skolen samt praktiske forhold omkring tidsforbruget med at købe frokost.

4.1 Muligheder for at købe mad

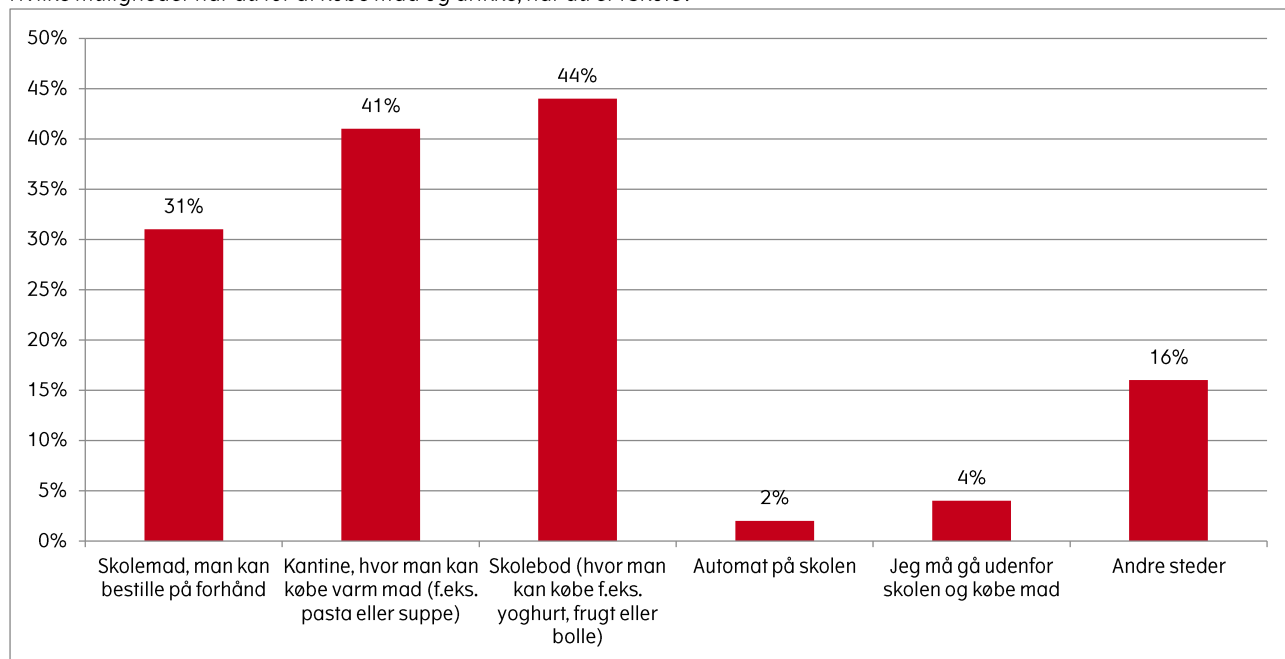
Som det fremgår af Figur 25, er både skolemad, der kan bestilles på forhånd (31 %), kantine (41 %) og skolebod udbredt. I alt har 80 % mulighed for at købe mad på skolen (enten skolemad bestilt på forhånd, kantine med varmt mad og/eller skolebod).

Der er ikke altid enighed blandt elever på den samme skole, om hvorvidt der er skolemad, kantine eller skolebod på skolen. Det hænger sandsynligvis sammen med, at børnene opfatter de forskellige kategorier forskelligt. Ser man samlet på, om der er mulighed for at købe mad, er der ret stor overensstemmelse blandt svarene fra elever på samme skole. Det vil sige, at man skal være varsom med at tolke på forskellen mellem de forskellige typer tilbud.

62 % af eleverne har enten mulighed for at bestille skolemad eller har en kantine, hvor man kan købe varm mad. Dette stemmer godt overens med tallene fra første del af rapporten, der viser, at 61 % af skolerne i Region Midtjylland angiver at have madordning, hvor eleverne kan få et frokostmåltid som erstatning for madpakken.

Figur 25

Hvilke muligheder har du for at købe mad og drikke, når du er i skole?



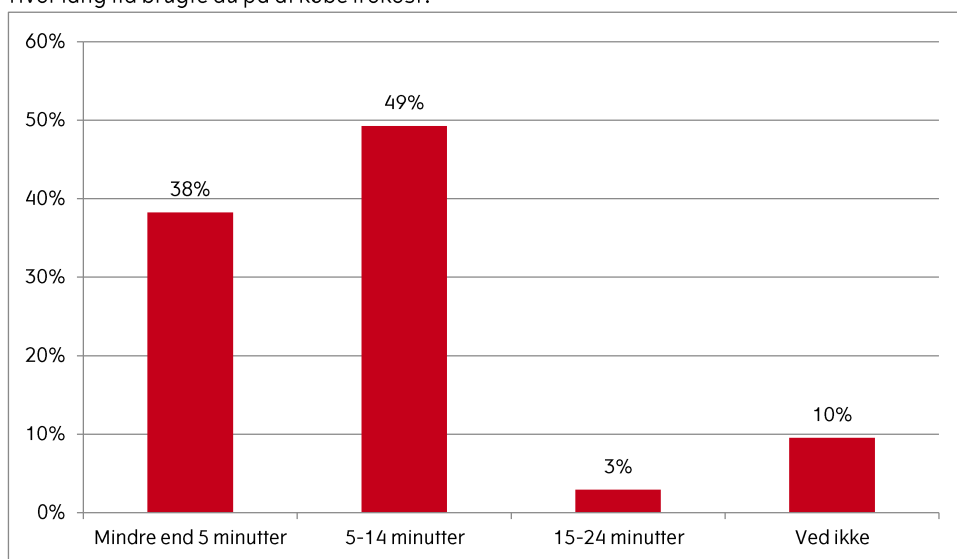
4.2 Tidsforbrug på at købe mad

15 % af eleverne har enten købt frokost på skolen (i kantine eller skolebod) eller uden for skolen. Disse elever er blevet spurgt om, hvor lang tid de brugte på at købe mad, og om de følte, de havde tid nok til at købe mad. Da skolemad bestilles på forhånd, er elever, der har fået skolemad, ikke blevet spurgt om dette.

Af figur 26 fremgår det, at 38 % af de elever, der købte frokost, brugte under 5 minutter på at købe frokost, mens næsten halvdelen brugte 5-14 minutter. Kun ganske få (3 %) brugte et kvarter eller mere, mens 10 % ikke vidste/kunne huske, hvor lang tid de havde brugt.

Figur 26

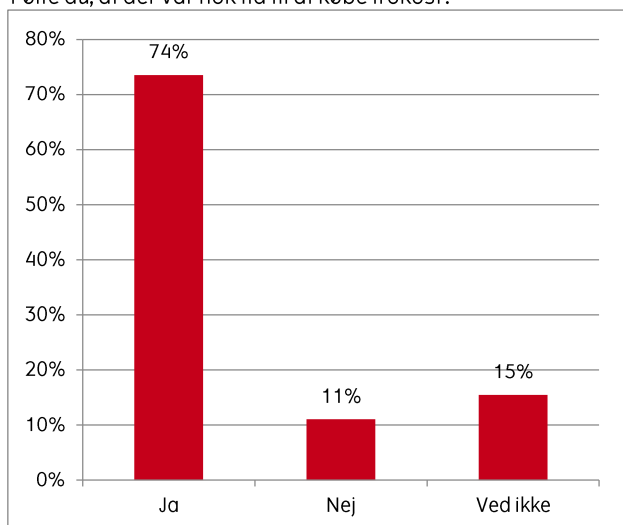
Hvor lang tid brugte du på at købe frokost?



Figur 27 viser, at der generelt er lang nok tid til at købe frokost ifølge eleverne, idet tre ud af fire (74 %) angiver, at der var nok tid til at købe frokost. Lidt mere end hver tiende (11 %) følte ikke, der var nok tid, mens 15 % svarede 'ved ikke'. Det er altså kun få, der er utilfredse med tidsforbruget på at købe mad, selvom det tager mere end 5 minutter. Blandt de, der brugte under 5 minutter, er der dog naturligvis en lidt større andel, der synes, de havde nok tid, (tal ikke vist i figur). Der er altså ikke umiddelbart noget, der peger på, at tidsforbruget er en vigtig årsag til, hvorfor kun 15 % køber deres frokost på skolen.

Figur 27

Følte du, at der var nok tid til at købe frokost?



4.3 Opsamling

Blandt de 15 %, der køber mad på skolen i løbet af dagen, angiver ni ud af ti at bruge under 15 minutter, hvilket langt de fleste er tilfredse med. Som diskuteret ovenfor er køb af mad i skolen forbundet med en vis frigørelsen fra forældrene, ligesom det afskiller sig ved at foregå omgivet af kammeraterne. Køen i kantinen eller skoleboden, kan for nogle elever opleves som et frirum i skoledagen eller spille en vigtig social rolle, ligesom det gælder for det mere frie samvær i frokostpausen på visse skoler, hvor der blandt andet byttes mad.²¹

²¹ School Meals in Children's Social Life, Institut for Fødevarer- og Ressourceøkonomi (2015)

5. Rammer for mad og måltider i skolerne

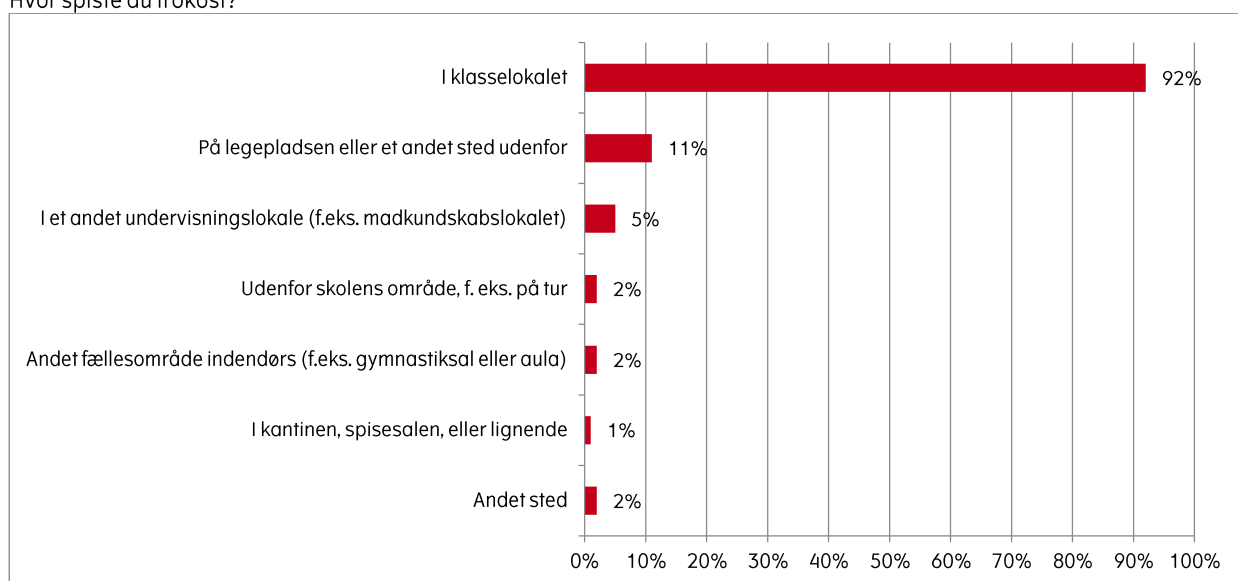
Dette afsnit undersøger rammerne for frokosten nærmere. Altså hvor eleverne spiser den, om de kunne lide at spise der, hvordan lydniveauet var, og om de syntes, der var for meget larm. Derudover vil det stille skarpt på elevernes tidsforbrug på at spise, om de følte, de havde nok tid, og hvilke ting der påvirkede denne opfattelse.

5.1 Hvor spiser eleverne?

Figur 28 viser, at langt størstedelen af eleverne spiser deres frokost i klasselokalet, idet 92 % spiser hele eller dele af deres frokost i klasselokalet. Kun 8 % spiser hele deres frokost uden for klasselokalet. Det mest hyppige sted, udover klasselokalet, er på legepladsen eller andet sted udenfor, hvor 11 % havde spist hele eller dele af deres frokost.

Figur 28

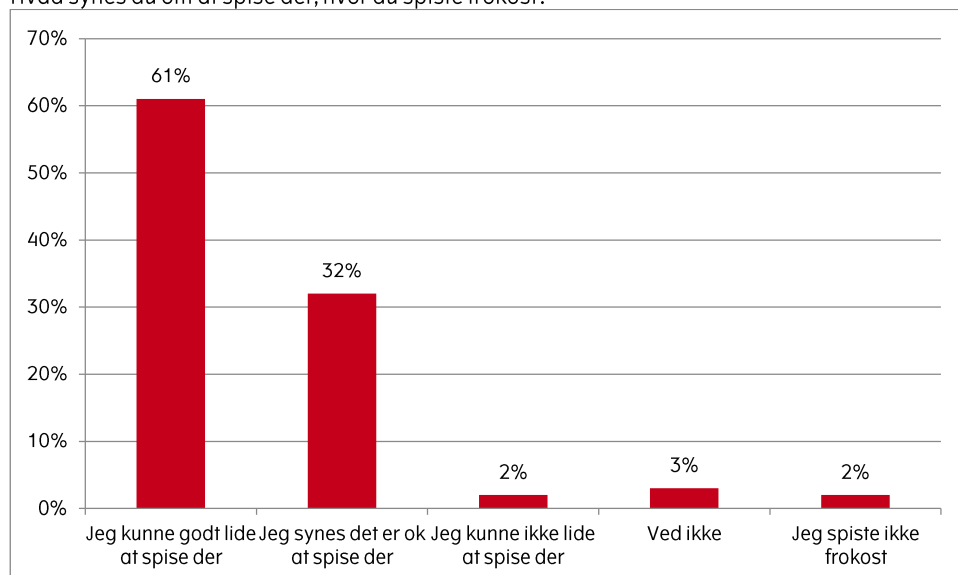
Hvor spiste du frokost?



Af figur 29 fremgår det, at andelen af elever, der godt kunne lide rammerne for deres frokost, var 61 %, mens 32 % syntes, det var ok. Kun 2 % kunne ikke lide at spise der, mens de resterende 5 % enten ikke spiste frokost eller svarede 'ved ikke'. Det resultat tyder på, at klasselokalet ikke altid er det bedste sted at spise, og at der er potentiale for at højne tilfredsheden med rammerne for måltidet, da næsten alle elever har spist i hvert fald dele af deres frokost i klasselokalet.

Figur 29

Hvad synes du om at spise der, hvor du spiste frokost?

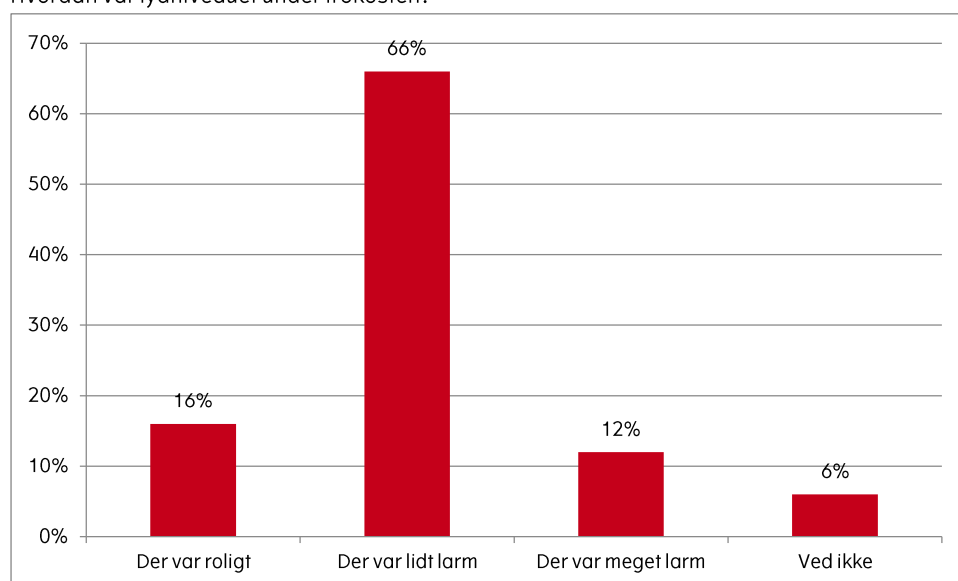


5.2 Lydniveau under frokosten

Figur 30 omhandler elevernes vurdering af lydniveauet under frokosten. Ved langt størstedelen af frokosterne var der lidt eller meget larm. Kun 16 % af eleverne svarede, at der var roligt under frokosten. Mere end hver tiende elev svarer, at der var meget larm.

Figur 30

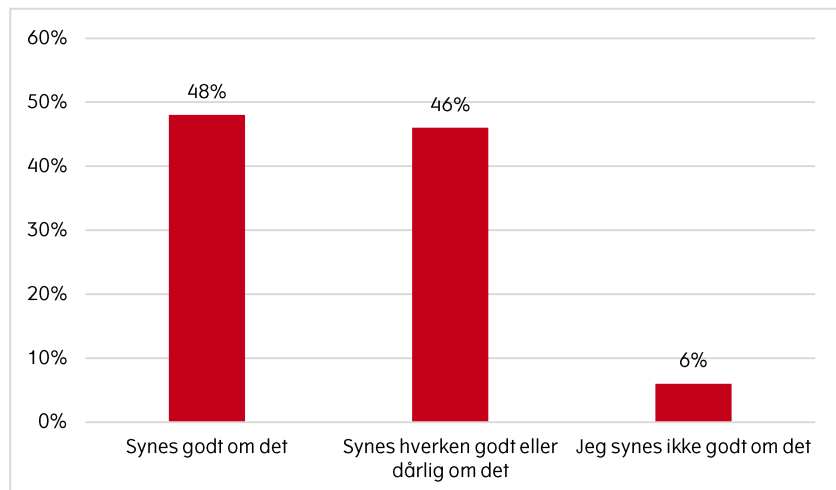
Hvordan var lydniveauet under frokosten?



Af Figur 31 fremgår det, at næsten lige mange elever svarer, at de syntes godt om lydniveauet under frokosten (48 %), som at de, der hverken syntes godt eller dårligt om det (46 %). 6 % syntes ikke godt om det.

Figur 31

Hvad syntes du om lydniveauet under frokosten?

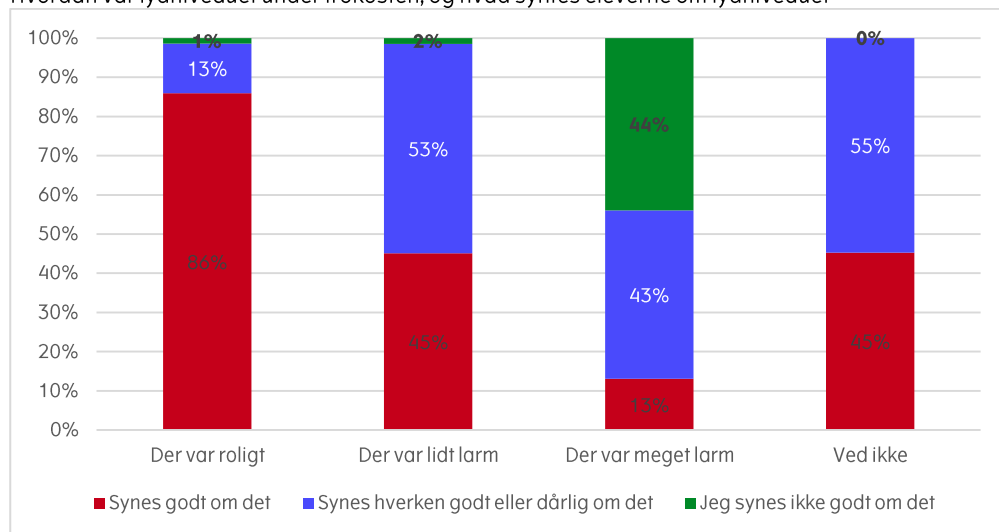


Når man kigger videre på figur 32, fremgår det, at næsten alle, der ikke syntes godt om lydniveauet, var de samme, der svarede, at der var meget larm. Samtidig syntes næsten alle de elever, der svarede, at der var roligt (86 %), at det var et godt lydniveau. Det peger altså i retning af, at eleverne generelt ønsker et roligt miljø at spise frokost i – både blandt de, der oplever meget larm, og de der synes, det er roligt.

Resultaterne viser dog også, at det kun er en lille del af eleverne i 5.-6. klasse (16 %), der oplever, at der er madro. Det er bekymrende, især set i lyset af, at der også er en sammenhæng mellem rolige omgivelser, og om eleverne oplever at være mætte efter frokosten, som vi så i Figur 24. Her er der således plads til forbedring af kulturen og rammerne omkring måltidet.

Figur 32

Hvordan var lydniveauet under frokosten, og hvad syntes eleverne om lydniveauet

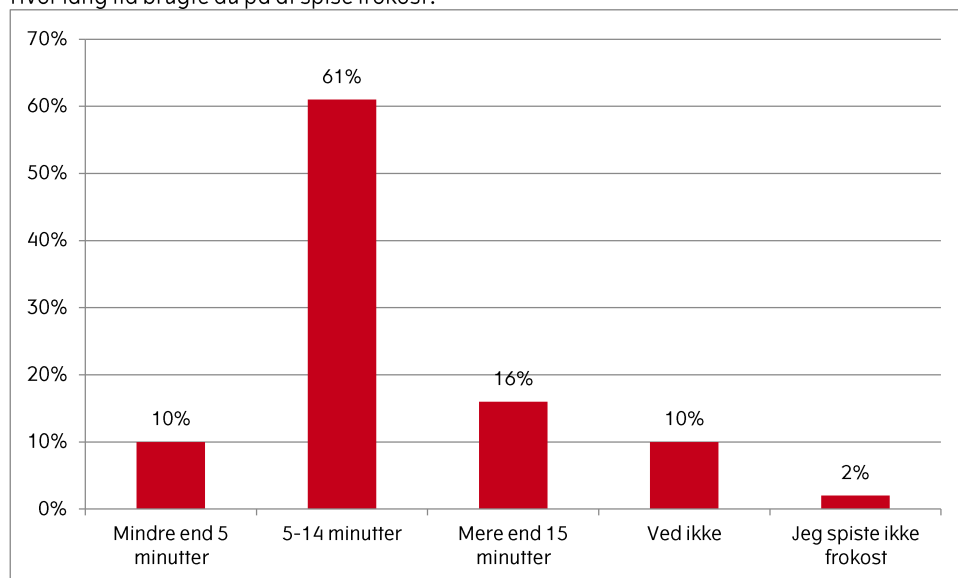


5.3 Tid til at spise frokost

Figur 33 viser, at de fleste elever spiste deres frokost på under et kvarter. 71 % af eleverne brugte højst 14 minutter – hver tiende mindre end 5 minutter. De fleste af de danske grundskoler har afsat 10 minutter til spisepause, hvilket afspejles godt i elevernes vurdering af, hvor lang tid de brugte på at spise frokost.

Figur 33

Hvor lang tid brugte du på at spise frokost?

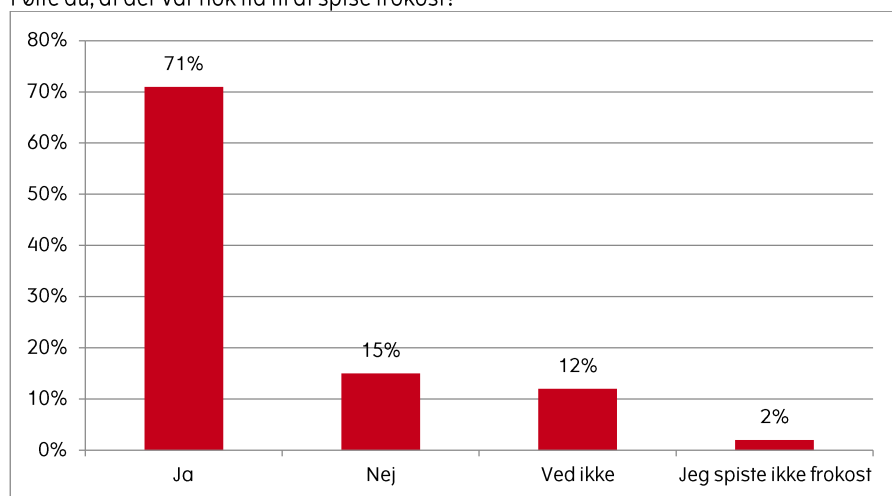


Affigur 34 fremgår det, at 71 % syntes, der var tid nok til at spise frokost, mens 15 % ikke syntes, der var nok tid. Der er således en udbredt tilfredshed med længden af frokosten. Figur 35 viser sammenhængen mellem, hvor lang tid elever brugte på at spise, og hvorvidt de følte, at der var tid nok til at spise. Det viser, at de, der har brugt længst tid på at spise, også i højere grad er de samme, som ikke følte, der var nok tid til at spise. Det er kun 13 % af de elever, der bruger under 15 minutter, der føler, de har for lidt tid til at spise, mens det gælder for 26 % af de elever, der bruger over 15 minutter.

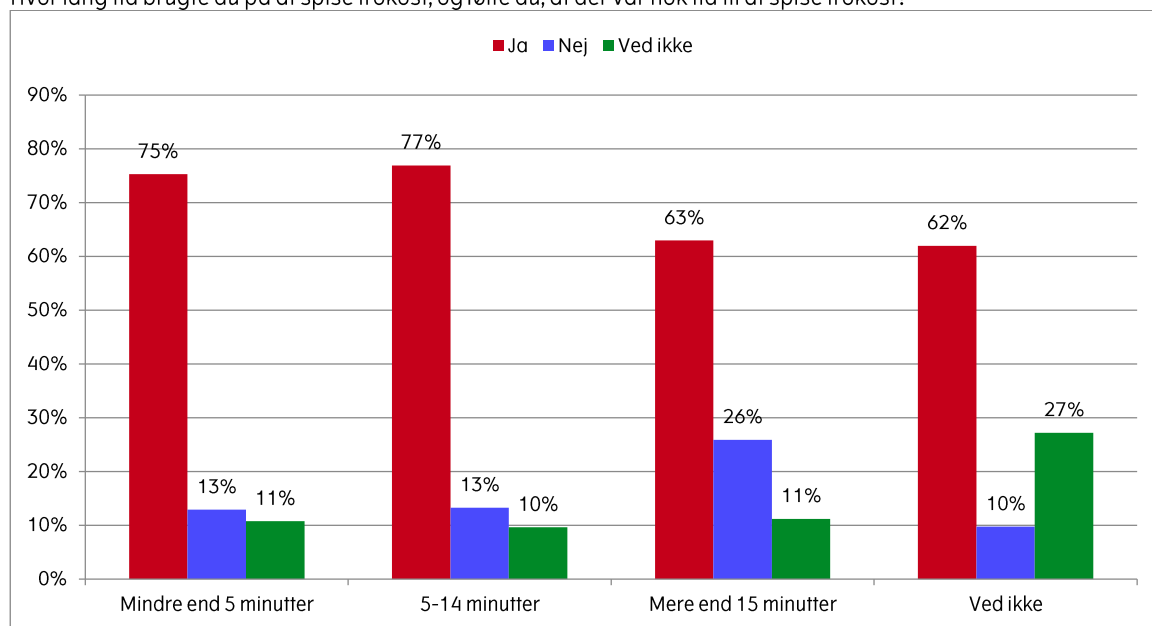
Det er et overraskende resultat, da man kunne forestille sig, at hvis man bruger kort tid på at spise frokost, så føler man sig forhastet og føler, man mangler tid. At det ikke hænger sådan sammen, skyldes muligvis, at eleverne ikke selv vælger, hvor længe de spiser. Noget kunne tyde på, at de elever, som har brug for lang tid til at spise, føler sig pressede, når de efter det obligatoriske tidsrum til spisning bruger af deres efterfølgende frikvarter, og derfor føler de, at der ikke var tid nok til at spise.

Figur 34

Følte du, at der var nok tid til at spise frokost?

**Figur 35**

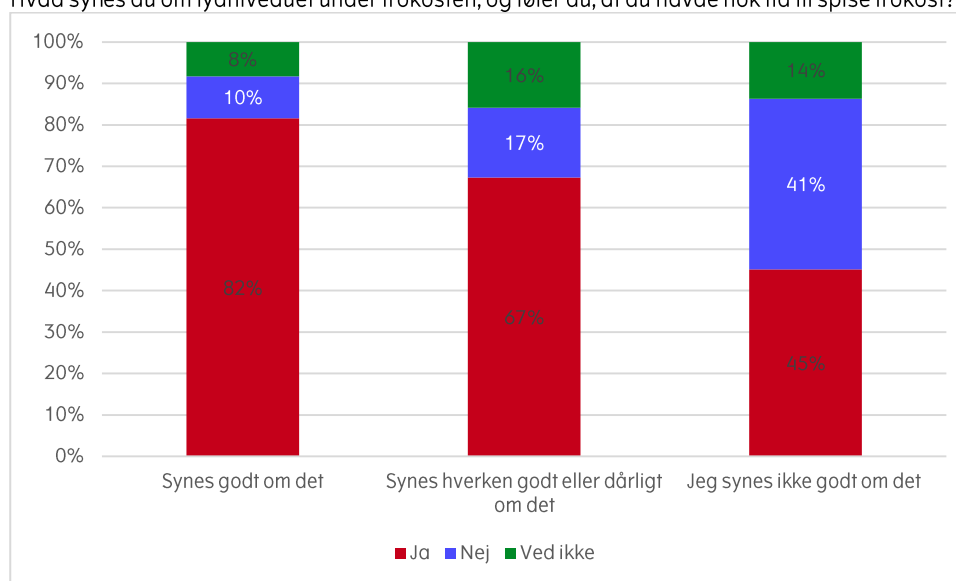
Hvor lang tid brugte du på at spise frokost, og følte du, at der var nok tid til at spise frokost?



Figur 36 viser sammenhæng mellem, hvordan eleverne oplever lydniveauet, og om de følte, at de havde nok tid til at spise. Der ses en tydelig sammenhæng. 82 % af de elever, der syntes godt om lydniveauet, følte, at de havde nok tid til at spise. Dette gælder for 67 % af de elever, der hverken syntes godt eller dårligt om lydniveauet, mens kun 45 % de elever, der ikke syntes godt om lydniveauet, følte de havde nok tid. Det tyder altså på, at en afgørende faktor for, om eleverne føler, de har nok tid til at spise frokost, er, hvor meget larm og uro der er i klassen. Det kan være, at eleverne selv larmer og derfor ikke har tid til at spise deres frokost, eller at andre elever larmer så meget, at de resterende ikke kan koncentrere sig om deres frokost.

Figur 36

Hvad synes du om lydniveauet under frokosten, og føler du, at du havde nok tid til spise frokost?



5.4 Opsamling

Disse analyser tyder på, at der er behov for at arbejde med miljøet og rammerne for elevernes frokost i skolen. Ni ud af ti elever i 5. og 6. klasse spiser deres frokost i klasselokalet. Det er de overvejende tilfredse med, men der er dog også en stor gruppe, der hverken syntes godt eller dårligt om dette. Elevernes lunkne vurdering af der, hvor de spiser frokost, hænger højst sandsynligvis sammen med, at klasselokalet ofte er præget af larm og manglende madro.

Eleverne giver udtryk for en utilfredshed med lydniveauet, især hvis der er lidt eller meget larm. Den manglende madro påvirker også oplevelsen af at have tid nok til at spise. Ligesom vi så tidligere, er der sammenhæng med oplevelsen af mæthed. Tallene tyder også på, at der er en mindre gruppe af elever, der har brug for længere tid til at spise end de oftest afsatte ti minutter og som derfor føler sig pressede på tid.

Det er således oplagt at undersøge videre, om f.eks. andre omgivelser, længere tid til at spise i eller en ændring af måltidskulturen f.eks. med tydelige regler, om hvad man må eller ikke må under frokosten, kunne påvirke frokostene i en mere positiv retning. Det tyder på, at det er vigtigt, at lydniveauet under frokostmåltidet bliver lavere, så eleverne får madro og tid nok til at spise tilstrækkeligt med frokost til, at de rent faktisk bliver mætte.

6. Regler for spisning i skolen

Dette afsnit vil se nærmere på reglerne for frokost i skolen, hvorvidt eleverne selv mener, reglerne bliver overholdt. Her er lagt ekstra fokus på brug af mobiltelefon, tablet eller computer under frokosten samt betydningen for måltidet ved brug af disse.

6.1 Regler for frokosten

I undersøgelsen blev eleverne præsenteret for fire forskellige aktiviteter, hvor der muligvis kunne være regler for, hvad man må og ikke må under frokosten. De blev bedt om at vurdere, hvad reglerne for disse aktiviteter var i deres klasse. Resultater fremgår af Figur 37.

Langt de fleste elever må tale sammen under frokosten. 77 % svarer, at man altid må tale sammen, mens 21 % svarer 'nogle gange'. Det afspejler godt resultatet i sidste kapitel, der viste, at der er rimelig meget larm under frokosten.

Lidt over halvdelen af eleverne (54 %) svarer, at der ikke er nogle regler mod at bytte eller dele deres mad. Dog er 'ved ikke'-andelen meget høj, da hver femte har svaret således. Det er altså noget, som en stor del af klasserne ikke har diskuteret.

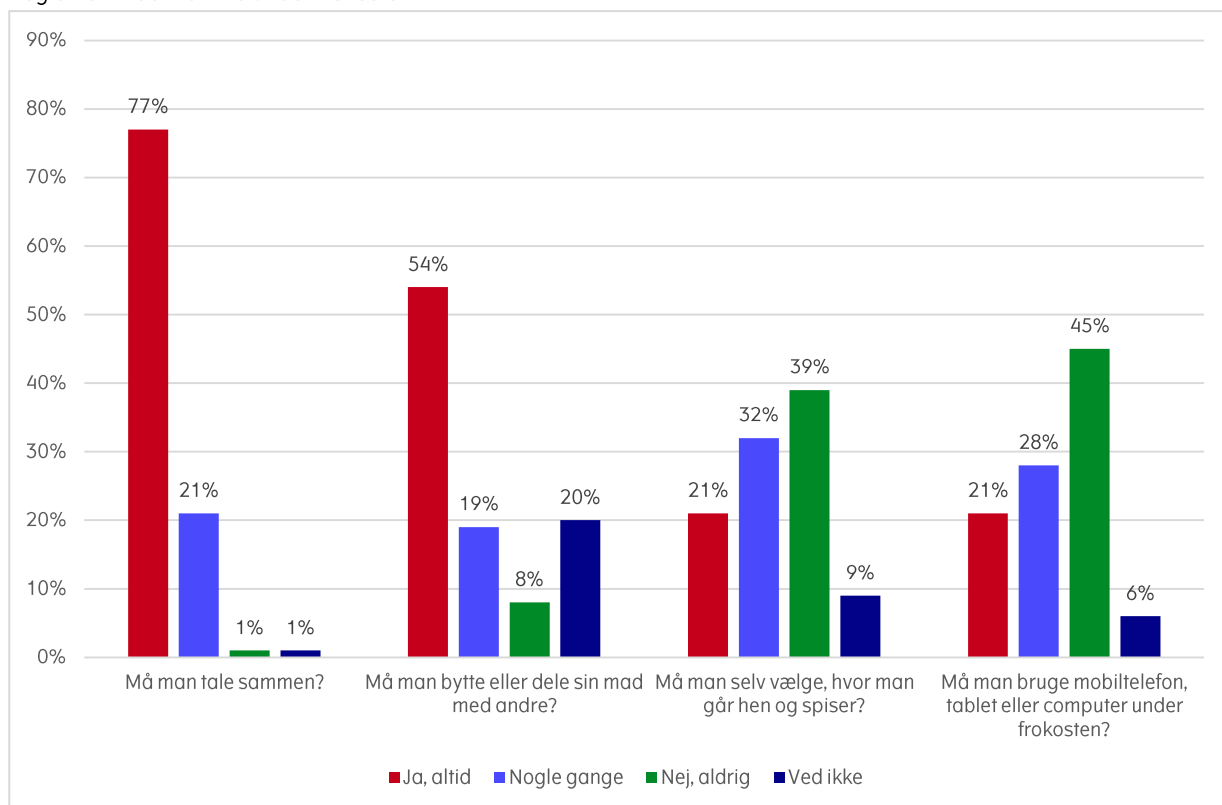
Kun hver femte elev (21 %) svarer, at de altid må vælge, hvor de vil gå hen og spise, mens 39 % aldrig må vælge, hvor de spiser deres frokost. Det hænger godt sammen med, at langt de fleste frokoster indtages i klasselokalet.

Det mest udbredte forbud er, at man ikke må bruge sin mobiltelefon, tablet eller computer under frokosten, hvilket gælder 45 % af alle eleverne. Hver femte elev siger dog, at de altid må bruge deres mobil eller lignende under frokosten. Det tyder på, at der er meget stor forskel på, om skolerne og klasserne har en mobilpolitik.

Der er ikke fuldstændig overensstemmelse mellem elevernes opfattelse af regler og den skole, de kommer fra. Dette kan muligvis forklares ved, at der på flere af skolerne er elever fra forskellige klasser, der har deltaget i undersøgelsen. Der findes muligvis forskellige regler i forskellige klasser på den samme skole. En anden forklaring er, at regler ikke altid er helt klare og nedskrevne, hvorfor der kan opstå forvirring blandt børnene omkring disse.

Figur 37

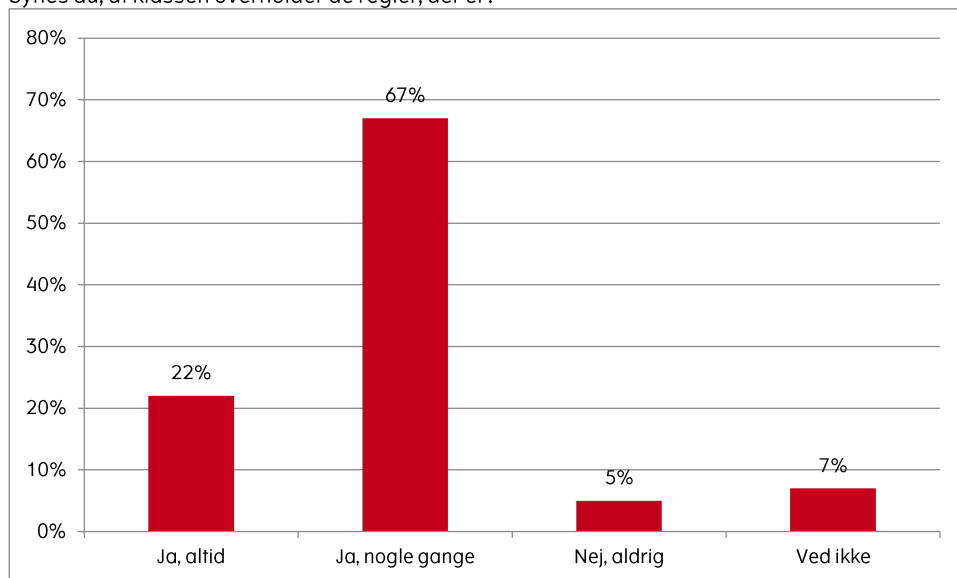
Regler for hvad man må under frokosten



Som det fremgår af Figur 38, er det ikke altid, at reglerne i klassen bliver overholdt, idet 67% svarer, at de nogle gange bliver overholdt. Dog er det kun i 5 % af tilfældene, at eleverne oplever, at reglerne aldrig bliver overholdt. 22 % svarer, at de altid bliver overholdt. Det indikerer, at der ift. regler ved frokosten, ligesom ved mange andre regler – både uskrevne og nedskrevne – er rum til forhandling og rum til afvigelse.

Figur 38

Synes du, at klassen overholder de regler, der er?

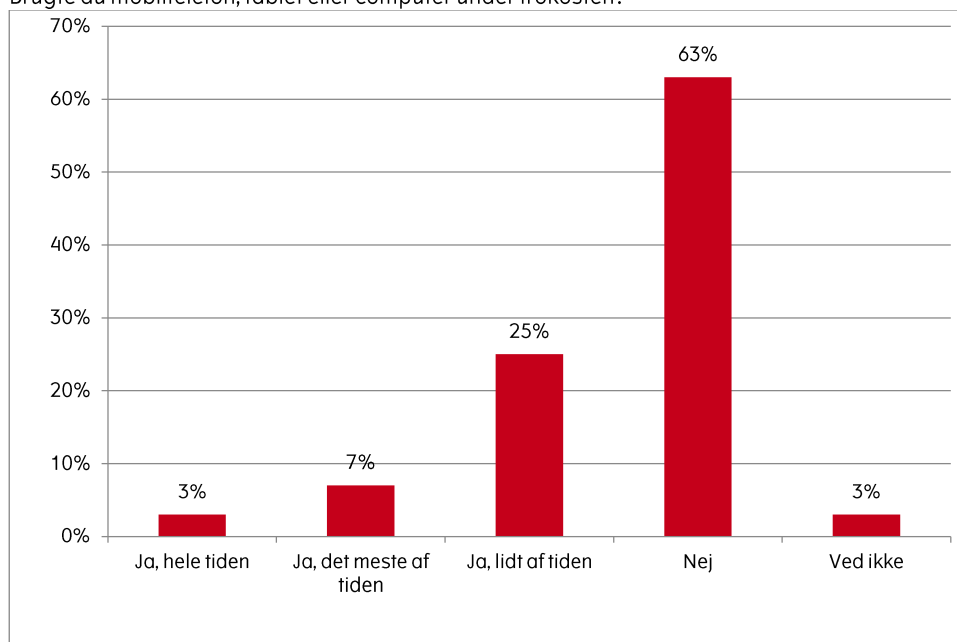


6.2 Brug af mobiltelefon under frokosten

Figur 39 viser, om eleven selv brugte sin mobiltelefon, tablet eller computer under frokosten. Den største andel (63 %) har ikke brugt mobilen, men mere end hver tredje af eleverne (34 %) har brugt deres mobiltelefon, tablet eller computer på et tidspunkt under frokosten. De fleste af dem, der har brugt den, har kun gjort det lidt af tiden. Dog har hver tiende af eleverne brugt den/dem hele tiden eller det meste af tiden.

Figur 39

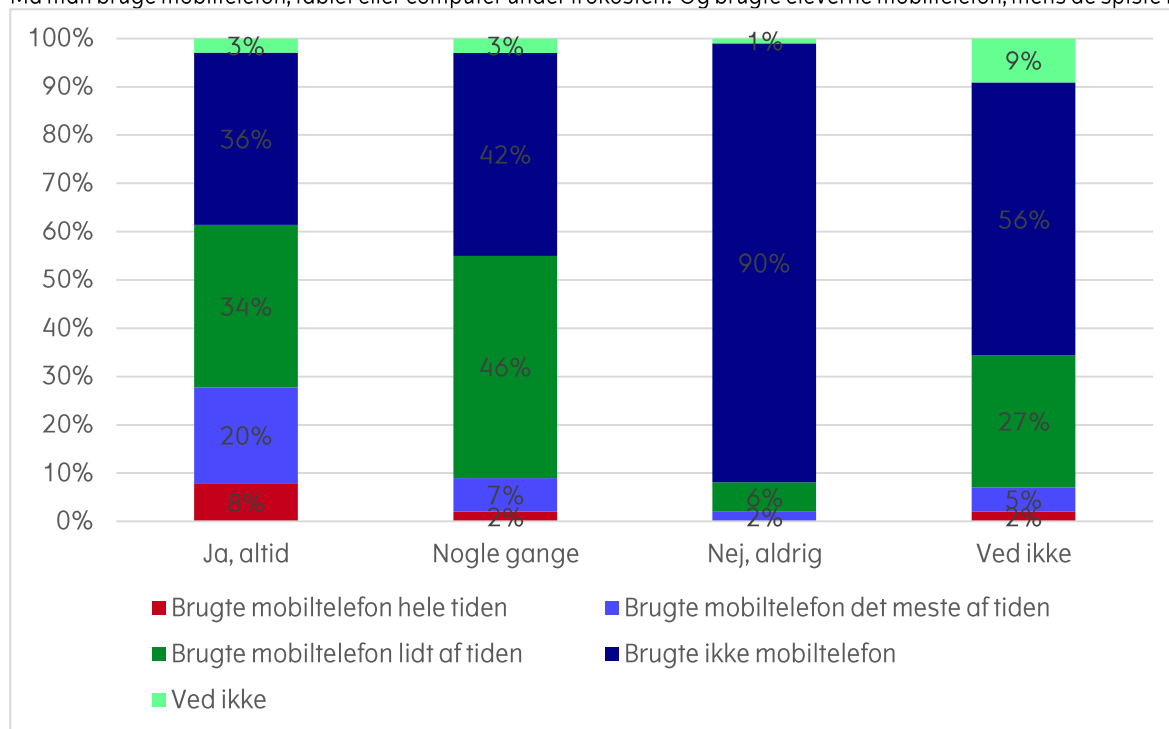
Brugte du mobiltelefon, tablet eller computer under frokosten?



Af Figur 40 fremgår sammenhængen mellem regler om brug af mobiltelefoner og lignende og elevernes faktiske brug af dem. Hvis man altid må bruge mobiltelefonen under frokosten, bruger 28 % af eleverne mobiltelefonen eller andet elektronik hele tiden eller det meste af tiden. 90 % af de elever, der går i en klasse, hvor der er en klar regel om, at man ikke må bruge mobiltelefon under frokost, bruger den heller ikke. Det vidner om, at eleverne i høj grad mener, at de efterlever regler, hvis de er klart kommunikeret ud.

Figur 40

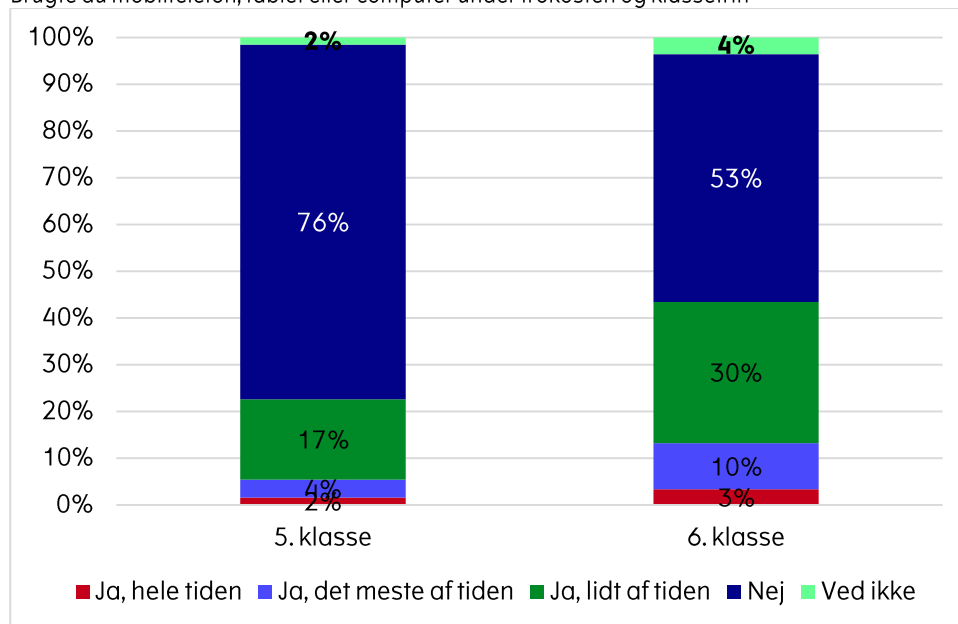
Må man bruge mobiltelefon, tablet eller computer under frokosten? Og brugte eleverne mobiltelefon, mens de spiste frokost?



Der er en stor forskel på klassetrinnene i forhold til brug af mobiltelefon. Som det fremgår af Figur 41, brugte 23 % af eleverne i 5. klasse mobiltelefon, tablet eller computer i løbet af frokosten, mens andelen for 6. klasserne er 43 %. Der er altså en meget stor stigning i brugen af mobiltelefonen, når eleverne bliver ældre. Som nævnt i introduktionen viser tidligere undersøgelser, at elevernes madvaner ændrer sig i 13-15 års alderen, og det derfor kan være relevant at sætte ind tidligere, hvis man ønsker at fastholde eller fremme bestemte vaner og rutiner. Tallene her tyder på, at ift. brugen af mobiltelefon og andet elektronisk udstyr der kan forstyrre madroen, er det relevant allerede at se på udviklingen fra 5.- 6. klassetrin.

Figur 41

Brugte du mobiltelefon, tablet eller computer under frokosten og klassetrin



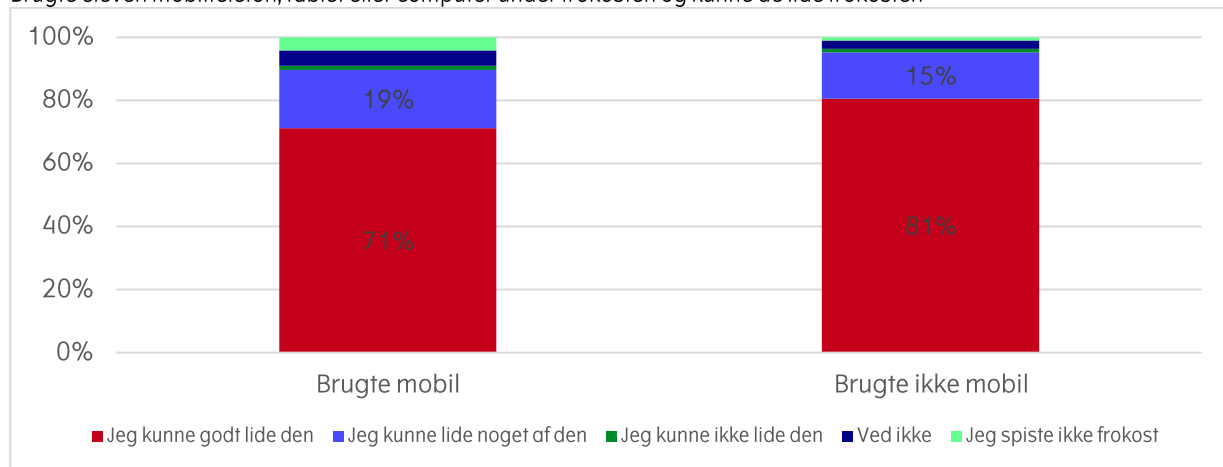
I Figur 42 og Figur 43 vises sammenhængen mellem brug af mobiltelefon eller lignende under frokosten og henholdsvis om eleverne kunne lide frokosten og om de følte, der var tid nok til at spise frokosten. Tallene viser, at der er negativ sammenhæng mellem brug af mobiltelefon og elevernes vurdering af frokostmåltidet.

Der er en større andel af elever, der ikke brugte deres telefon under frokosten, der godt kunne lide deres mad. 81 % af de, der ikke brugte den, kunne godt lide deres mad, mens 71 % af de elever, der brugte mobil, godt kunne lide deres mad. Sammenhængen kan gå begge veje. På den ene side kan elever, der bruger deres mobil være ukoncentrerede om maden, og derved ikke lægge mærke til hvad de spiser. De kan derfor have svært ved at vurdere den bagefter. På den anden side kan de elever, der ikke er vilde med deres frokost, være mere tilbøjelige til at tage mobiltelefonen frem, da de er uinteresserede i maden.

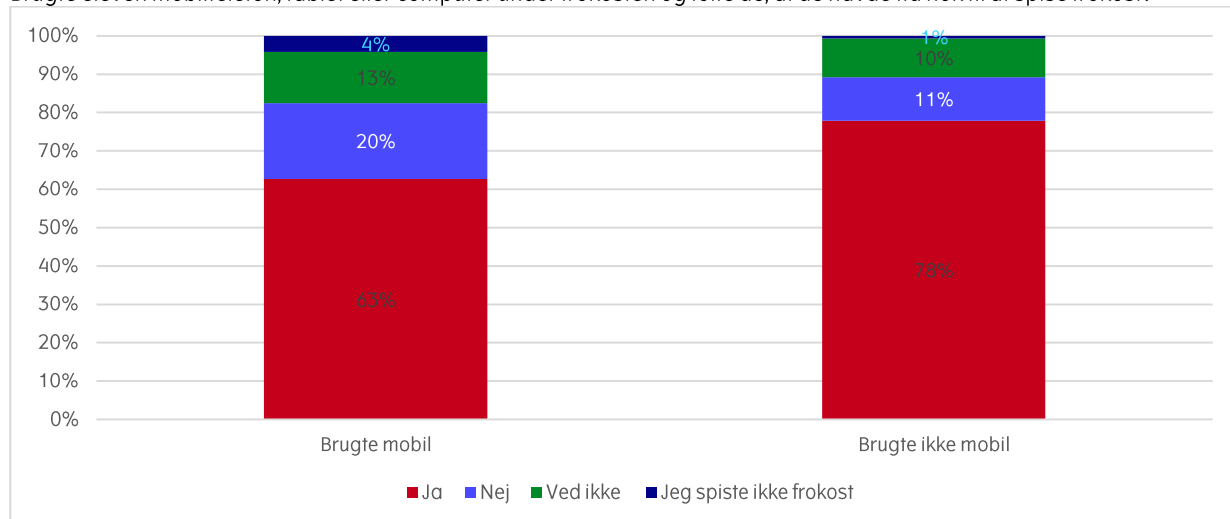
Samtidig er der også en klar sammenhæng mellem brug af mobiltelefon og oplevelsen af at have tid til at spise frokost. 78 % af de elever, der ikke brugte mobil, følte de havde tid nok, i modsætning til 63 % af de elever, der brugte deres mobil. Det viser, at eleverne tilsyneladende ikke bruger deres mobil, tablet eller computer under frokosten, fordi de er hurtigt færdige med frokosten. Derimod tyder det på, at brugen af mobiltelefon, tablet og computer er en medvirkende årsag til, at eleverne ikke har tid nok til at spise.

Figur 42

Brugte eleven mobiltelefon, tablet eller computer under frokosten og kunne de lide frokosten


Figur 43

Brugte eleven mobiltelefon, tablet eller computer under frokosten og følte de, at de havde tid nok til at spise frokost?



6.3 Opsamling

Analyserne her viser at der kan være brug for mere dialog i klasserne om, hvordan lærer, elever og forældre ønsker at kulturen omkring frokosten skal være. I de fleste klasser må man gerne tale sammen. Dog er der en femtedel af eleverne, som angiver, at man ikke altid må tale sammen under frokosten i skolen. Det kan skyldes, at lærerne er opmærksomme på, at larm har en negativ betydning for måltidet, hvilket analyserne i kapitel 3 viste. At forbyde at tale sammen er ikke nødvendigvis en løsning, så her kan der være behov for at udtænke nye initiativer, der kan afhjælpe, at en stor del af eleverne oplever lidt eller meget larm under frokosten.

Ifølge eleverne er der et udbredt forbud mod brug af mobiltelefon og andet elektronik under frokosten. Analyserne viser, at det kan der være god ræson i. Tallene indikerer, at brugen af elektronik under måltidet stjæler opmærksomheden fra frokosten eller bliver brugt som afledning, hvis eleverne ikke er vilde med deres frokost. Stadig er der over en tredjedel af eleverne i 5. – 6. klasse, der har mobiltelefon eller andet elektronik fremme i løbet af frokosten. Brugen af mobiltelefon er mest udbredt i 6. klasse. Tallene tyder dog også på, at de klasser, hvor der er forbud mod at bruge mobiltelefon, bliver dette forbud i høj grad efterfulgt. Der er således brug for klare regler omkring, hvordan skolerne og klasserne ønsker kulturen omkring frokosten skal være, især ift. brug af elektronik.

7. Data og metode for elevundersøgelse

Data til denne del af undersøgelsen er indsamlet af analysefirmaet Epinion via et online spørgeskema til elever i 5. og 6. klasser i Region Midtjylland. Madkulturen har udviklet spørgeskemaet på baggrund af viden og litteratur på skolebørnsområdet og ud fra Madkulturens erfaringer med aktiviteter og projekter på mad- og måltidsområdet i grundskolen. Epinion har bistået med kvalitetssikring af spørgeskemaet. Madkulturen og Epinion har arbejdet tæt sammen om udarbejdelsen af en brugbar dataindsamlingsmetode og udformningen af informationsmateriale til skoler, lærere og forældre. Epinion har stået for selve dataindsamlingen med opsætning af spørgeskema, kontakt til skoler og lærere.

Dataindsamlingen foregik fra 13. maj til 20. juni 2016. I alt har 896 elever fra 25 forskellige skoler svaret på undersøgelsen. 15 ud af 19 kommuner i Region Midtjylland er repræsenteret i undersøgelsen. 87 % af de deltagende elever kommer fra 21 forskellige folkeskoler, mens de resterende 13 % kommer fra 4 friskoler.

7.1 Dataindsamlingen

I første runde blev 56 skoler fra Region Midtjylland udvalgt til at deltage i undersøgelsen. I gennemsnit viser et udtræk fra Undervisningsministeriet over elevtal i 2013/2014, at der i gennemsnit var lidt flere end 30 elever i 5. klasse og i 6. klasse på skolerne i Region Midtjylland. Med rekruttering af 30-35 skoler var det derfor forventeligt, at der kunne indsamles omkring 1.000 besvarelser fra elever.

Skolerne blev udvalgt på baggrund af stratificeret tilfældig udvælgelse i forhold til parametrene: kommune, elevtal og skoletype (folkeskole og friskoler/private grundskoler). De 56 udvalgte skoler har efterfølgende fået tilsendt en e-mail med information omkring undersøgelsen, link til undersøgelsen samt guide til lærerne (se appendiks).

Dataindsamlingen blev igangsat den 13. maj 2016, og der blev løbende fulgt op på denne med henblik på at sikre valide data, både via en feedbackmailboks og telefonisk opfølgning.

Den 20. maj 2016 blev basen udvidet med ti skoler for at sikre et solidt datagrundlag. Den 13.-15. juni 2016 blev basen udvidet yderligere med 20 skoler for at øge repræsentativiteten og få besvarelser fra samtlige kommuner.

Efter dataindsamlingen er data rensat, så skoler med mindre end tre besvarelser ikke indgår i data. Det sker af hensyn til at sikre højest mulig datakvalitet og validitet. Undersøgelsens resultater bør ses som et validt, repræsentativt udsnit af 5.-6. klasses elever på grundskoler i Region Midtjylland. Da alle kommuner ikke er repræsenteret i undersøgelsen, bør man dog tage visse forbehold i generaliserbarheden af de indsamlede data. Kommunerne Skanderborg, Skive, Lemvig, Struer og Samsø er ikke repræsenteret. Det skal dog fremhæves, at samtlige skoler i disse kommuner er blevet kontaktet, uden at nogen af disse har haft tid/lyst til at deltage i undersøgelsen.

7.2 Analyser af data

Madkulturen har foretaget de statistiske analyser af data, der ligger til grund for figurer og analyser i denne rapport. Analysen består primært af figurer lavet på baggrund af frekvenstabeller, der viser fordelingen af de enkelte variable, og krydstabeller der viser sammenhængen mellem to variable. Der er generelt foretaget statistiske test (chi i anden-test) for at undersøge, hvorvidt sammenhængen mellem to variable er statistisk signifikante.

Indledende analyser viser, at kønsfordelingen i besvarelserne er næsten helt ligeligt fordelt med 52 % drenge og 48 % piger. Børnene er i alderen 10-14 år, hvor langt størstedelen er 11 år (19 %), 12 år (47 %) eller 13 år (32 %) – i alt 99 % er mellem 11 og 13 år. 43 % af børnene går i 5. klasse, mens 57 % går i 6. klasse.

En del af spørgsmålene tager udgangspunkt i, hvad børnene spiste i skolen i går, eller sidst de var i skole. 69 % af børnene tager udgangspunkt i dagen før, mens 31 % tager udgangspunkt i en anden dag. Dette kan være pga. weekend, sygdom, ferie, osv. Resultaterne giver således et gennemsnitligt billede af elevernes mad og måltider på en dag i skolen.

