



**Stå upp för barns rätt till
idrott och hälsa!**

Idrottens dag
Torsdag 26 september 2024

Sista veckan i september arrangerar Riksidrottsförbundet (RF) Idrottens dag tillsammans med skolor inom Rörelsesatsningen i skolan, över hela landet. Nu vill RF-SISU Uppland bjuda in föreningar att vara med på Idrottens dag i Uppland.

RF har arrangerat Idrottens dag runt om i Sverige sedan 2017. Det har gjorts både genom publika evenemang och evenemang för skolan. I skolan kan föreningar nå alla barn, även de som ännu inte hittat till idrotten. Nu kan er förening ta chansen att representera idrottsrörelsen och bidra med rörelseglädje och kunskap om er idrott samt visa vilka möjligheter som finns i er förening. Varje deltagande skola planerar sin egen dag och blir en del av den stora helheten. Men alla skolor uppmanas att i möjligaste mån göra det i samverkan med idrottsrörelsen.

Bakgrund

Vi vet idag att fysisk aktivitet är bra för barns välmående, skolresultat och hälsa. Samtidigt visar forskning att barn och unga rör sig alldeles för lite. I dag når bara 44 procent av pojkarna och 22 procent av flickorna den rekommenderade nivån av 60 minuters fysisk aktivitet om dagen. Idrottsrörelsen vill, med skolans hjälp, förändra det.

Varför en Idrottens dag?

Idrottens dag i skolan är en kul dag med aktiviteter för att höja kunskapen om barn och ungas idrottande och bygga broar mellan skolan, barnen och idrottsrörelsen. Målet är att fler ska kunna och vilja idrotta hela livet. Liksom tidigare år har vi ett ökat fokus på de minst aktiva barnen.

Vilka står bakom Idrottens dag?

Idrottens dag i skolan är den svenska delen av European School Sport Day som har målet att aktivera så många skolbarn som möjligt över hela Europa med 120 minuters fysisk aktivitet. Samtliga EU-länder deltar under samma dag. Idrottens dag är också en del av EU:s stora satsning European Week of Sports, vars mål är att få hela Europa i rörelse.

RF är huvudarrangör, tillsammans med RF-SISU-distrikten, som på respektive ort samordnar Idrottens dag i skolor som deltar i Rörelsesatsning i skolan.

Visst vill er förening stå upp för barn och ungas rätt till rörelse och idrott? Genom att delta på Idrottens dag kan er förening erbjuda barn och unga möjlighet att prova på er idrott.

För att delta på Idrottens dag ska er förening:

- Ta kontakt med en skola i närområdet och berätta att ni vill samverka med skolan på Idrottens dag. Om skolan inte har anmält sig till Idrottens dag, be skolan att ta kontakt med RF-SISU Uppland.
- Planera er medverkan på Idrottens dag tillsammans med skolan.
- Delta med en eller flera representanter vid RF-SISU Upplands digitala informationsträff i september.

På Idrottens dag ska er förening:

Erbjuda eleverna att prova på en eller flera aktiviteter tillsammans med engagerade och inspirerande ledare.

Sök ekonomiskt stöd:

För ert deltagande på Idrottens dag finns möjlighet att söka ekonomiskt stöd på 2000 kronor via projektstöd IF barn och ungdom. Kontakta RF-SISU Uppland för att söka.

Välkomna till Idrottens dag!

Vad händer nu?

- ✓ Boka in Idrottens dag, torsdag den 26 september.
- ✓ Ta kontakt med en skola i närområdet.
- ✓ Läs mer om Idrottens dag på rfsisu.se/uppland
- ✓ För mer information eller om ni vill ha tips och råd, kontakta Wilhelm Widerholm, 018-277017 eller wilhelm.widerholm@rfsisu.se.



Uppland



Medfinansierat av
EU-programmet
Erasmus+

#BEACTIVE