



25 september

Stå upp för barns rätt till idrott och hälsa!

Fredagen 25 september arrangerar Riksidrottsförbundet Idrottens dag. För första gången gör vi det tillsammans med skolor i Norrbotten och över hela landet. Nu vill vi bjuda in föreningar att vara med på en av årets viktigaste dagar.

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 ni nå alla barn, även de som ännu inte hittat till idrotten. 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 det lokala föreningslivet.

Bakgrund

Idrottens dag i skolan är den svenska delen av European School Sport day. Målet är att aktivera skolbarn över hela Europa. Samtliga EU-länder deltar under samma dag och det är en del av EU:s stora satsning European Week of Sport.

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 % av pojkar** och

22 % 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 barns idrottande och bygga broar mellan skolan, barnen och idrottsrörelsen. Målet är att fler ska kunna och vilja idrotta hela livet. I år har vi ett ökat fokus på de minst aktiva barnen. **Vi vill att så många barn som möjligt, under samma dag, ska delta i minst 120 minuters fysisk aktivitet.**

Vilka står bakom Idrottens dag?

Riksidrottsförbundet är huvudarrangör, tillsammans med RF-SISU Norrbotten. Initiativet är en del av EU-projektet European Week of Sports, vars mål är att få hela Europa i rörelse. Sammanlagt deltar minst 28 länder med olika evenemang.

Vill din förening vara med?

Kontakta Jonas Näslund, RF-SISU Norrbottens samordnare för rörelsesatsningen i skolan för information om vilka skolor som planerar att genomföra en Idrottens dag den 25 september:

jonas.naslund@rfsisu.se, 070-272 51 08

>> Läs mer på www.idrottensdag.se

>> Info Idrottens dag i Norrbotten



#BEACTIVE