

TEENAGERES IDRÆTSVANER

Notat på baggrund af undersøgelsen
'Danskernes motions- og sportsvaner 2016'

Steffen Rask

Notat / Maj 2017



Idrættens
Analyseinstitut

TEENAGERES IDRÆTSVANER

Titel

Teenageres idrætsvaner

Forfatter

Steffen Rask

Rekvirent

DGI

Layout

Idrættens Analyseinstitut

Udgave

1. udgave, København, maj 2017

ISBN

978-87-93375-80-2 (kun elektronisk)

Udgiver

Idrættens Analyseinstitut

Kanonbådsvej 4A

DK-1437 København K

T: +45 3266 1030

E: idan@idan.dk

W: www.idan.dk

Gengivelse af denne rapport er tilladt med tydelig kildehenvisning.

Indhold

Introduktion.....	6
Teenageres idrætsdeltagelse.....	8
Teenageres aktivitetsvalg.....	10
Teenageres organisering	13
Afrunding	16

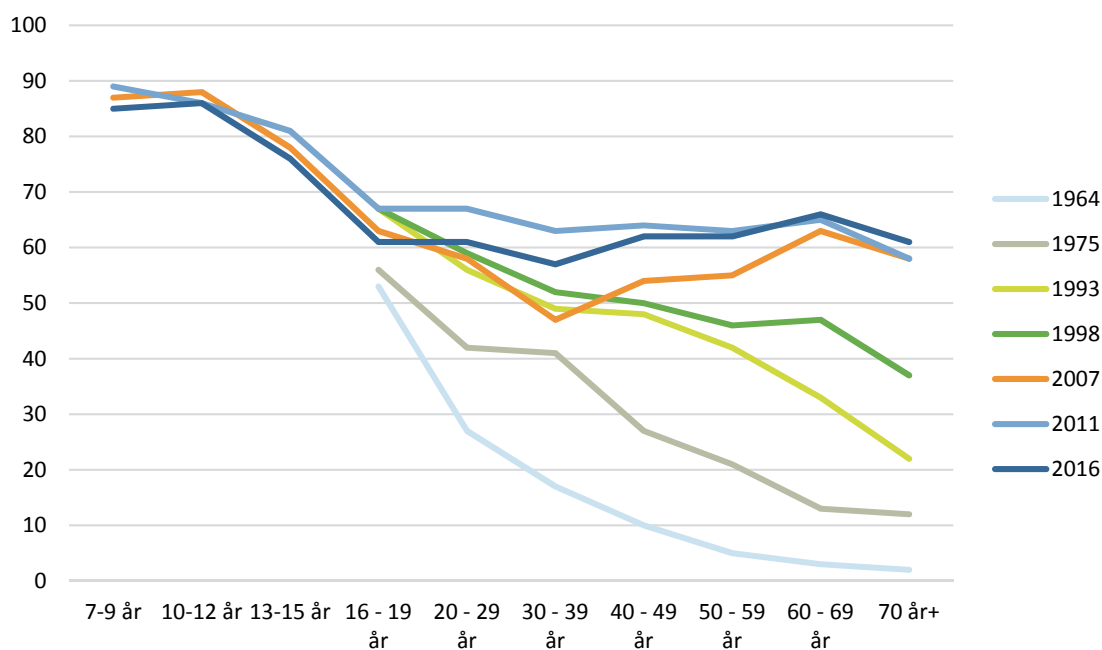
Introduktion

Sport og motion er en central del af fritids- og hverdagslivet for et flertal af danskerne gennem alle livsfaser. Siden den første måling af danskernes idrætsdeltagelse i 1964 er antallet af danskere, der dyrker sport og motion, steget støt indtil 2011, hvorefter udviklingen ser ud til at have nået et foreløbigt mætningspunkt¹.

Den primære årsag til den historiske fremgang i danskernes idrætsdeltagelse inden for de seneste godt og vel 50 år er, at den voksne befolkning er blevet mere aktiv. De unge voksne har til en vis grad altid dyrket sport og motion og har ikke oplevet samme udvikling som de ældre generationer.

Især teenagere har inden for de seneste år haft en relativt lav idrætsdeltagelse i forhold til andre aldersgrupper. I 2016 var niveauet for 16-19-årige på det laveste niveau siden 1993 og blot 5 procentpoint højere end i 1975.

Figur 1: Historisk udvikling i idrætsdeltagelse (pct.)



Figuren viser andelen i forskellige aldersgrupper, som svarer 'ja' på spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?' fordelt på undersøgelsesår. (n 1964=3.534, n1975=3.723, n 1993=1.843, n1998=1.364, n 2007=6.134, n 2011=5.992, n 2016=7.135).

I dette notat er teenagernes idrætsvaner i fokus – primært i forhold til at identificere udviklingen i teenagernes idrætsdeltagelse, aktivitetsvalg og organisering gennem de seneste ni år (2007–2016).

¹ Se Pilgaard og Rask (2016): *Danskernes motions- og sportsvaner 2016*, København: Idrættens Analyseinstitut.

De medregnede aldersgrupper er børn i alderen 10-12 år og 13-15 år samt voksne i alderen 16-19 år. Tidligere tiders idrætsvaneundersøgelser har ikke undersøgt idrætsdeltagelsen blandt børn og unge under 16 år.

I undersøgelsen 'Danskernes motions- og sportsvaner 2016' er et repræsentativt udsnit af den danske befolkning blevet spurgt om en række idrætsrelaterede aktiviteter, herunder hvilke aktiviteter de dyrker, og hvordan disse aktiviteter er organiseret. Undersøgelsens spørgeskema blev besvaret af 3.221 børn i alderen 7-15 år og 3.914 voksne (16 år +) i perioden fra januar til marts 2016². I alt deltog 2.419 teenagere (10-19 år) i undersøgelsen i 2016.

Nedenfor viser tabel 1 fordelingen af respondenter i de tre undersøgelser fra 2007, 2011 og 2016. Forholdsmæssigt deltog lidt flere 16-19-årige i undersøgelserne i 2007 og 2011, men i absolutte tal er antallet nogenlunde det samme. Til gengæld deltog et større antal børn i 2016.

Tabel 1: Respondentgrundlag

	10-12 år	13-15 år	16-19 år	I alt
2007	666	723	254	1.643
2011	686	673	252	1.611
2016	1.140	1.041	238	2.419

Tabellen viser antallet af respondenter i alderen 10-19 år i hvert af de tre undersøgelsesår fordelt på aldersgrupper.

² En grundigere beskrivelse af undersøgelsens metode, stikprøve og repræsentativitet findes i rapporten 'Danskernes motions- og sportsvaner 2016' på side 8-9.

Teenageres idrætsdeltagelse

Denne del gennemgår teenageres deltagelse i sport og motion samt udvikling over tid.

Som nævnt toppede danskernes overordnede idrætsdeltagelse foreløbigt i 2011, hvor 64 pct. af de voksne danskere svarede 'Ja' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?', mens andelen i 2016 var faldet til 61 pct. For børn var andelen faldet fra 86 pct. i 2011 til 83 pct. i 2016. For børnenes vedkommende kan tallet for idrætsudøvelse i fritiden være påvirket af skolereformen, som lægger vægt på 45 minutters daglig idræt eller bevægelse i skoletiden.

Samme mindre fald ser umiddelbart ud til at være gældende blandt teenagere, hvor andelen, der angiver at dyrke sport og motion, er faldet fra 81 pct. i 2011 til 79 pct. i 2016. Den mest markante forskel findes blandt drengene, hvor 85 pct. svarede, at de var idrætsaktive i 2011, mens andelen faldt til 79 pct. i 2016. Omvendt oplevede pigerne en mindre tilbagegang i 2011. Denne tilbagegang er udlignet i 2016.

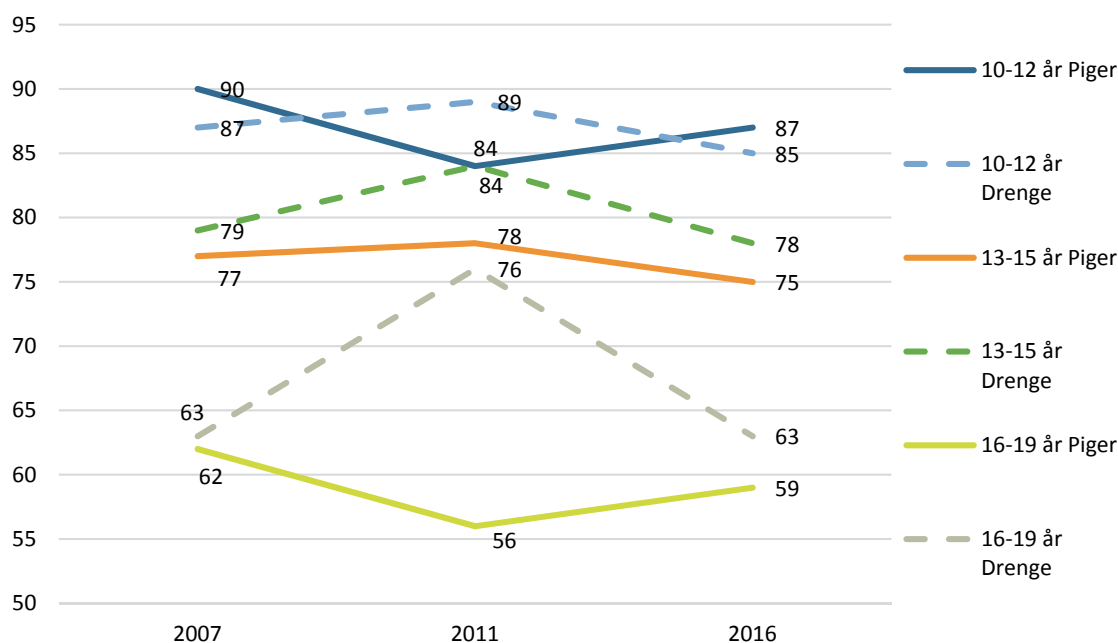
Tabel 2: Overordnet deltagelse i sport og motion (pct.)

	Total	Piger	Drenge	10-12 år	13-15 år	16-19 år	10-12 år		13-15 år		16-19 år	
							Piger	Drenge	Piger	Drenge	Piger	Drenge
2007	80	80	80	88	78	63	90	87	77	79	62	63
2011	81	77	85	87	81	67	84	89	78	84	56	76
2016	79	79	79	86	76	61	87	85	75	78	59	63

Tabellen viser andelen af teenagere, der svarer 'Ja' på spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?' fordelt på køn og aldersgrupper samt i kombination.

Figur 3 viser, hvordan tilbagegangen fra 2011 til 2016 er særligt tydelig blandt de 16-19-årige drenge, mens de 10-12 og 13-15-årige drenge viser samme tendens, om end i mindre markant grad. Det ser altså ud til, at den begyndende ulighed mellem kønnene, der blev målt i 2011, er så godt som udlignet i 2016.

Figur 2: Udvikling fordelt på kombinerede køn- og aldersgrupper (pct.)



Figuren viser andelen af teenagere, der svarer 'Ja' på spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?' fordelt på kombinerede køn og aldersgrupper. Dreng er angivet med stiplede linjer, piger med fuldt optrukne linjer.

I analyser af tværsnitsdata er det vanskeligt at adskille livsfaseforskelle fra egentlige alders- eller generationsforskelle. Frafald i ungdomsårene, som kommer til udtryk på baggrund af data fra 2007, 2011 og 2016, beror på forskelle mellem aldersgrupper på undersøgelsestidspunktet. Der er altså ingen garanti for, at yngre aldersgrupper vil overtage de ældre aldersgruppers nuværende deltagelsesmønster, når de selv bliver ældre.

Den seneste motionsvaneundersøgelse fra 2016 peger endvidere på en øget polarisering mellem aktive og inaktive målt på aktivitetsniveauet. Det kommer til udtryk ved, at den samlede tid, der bruges på idræt, er steget blandt de aktive fra 2011 til 2016, mens den overordnede idrætsdeltagelse omvendt er faldet en smule i samme periode.

Den øgede polarisering mellem aktive og inaktive øger risikoen for, at inaktive børn og unge, som ønsker at genoptage sport og motion senere i livet, vil opleve større barrierer for at komme i gang igen. Indtil videre er der ingen tegn på, at de ældre aldersgrupper bliver mindre aktive, men det er uvist, hvorvidt lavere idrætsaktivitet i teenageårene har effekt på idrætsdeltagelsen senere i livet.

Teenageres aktivitetsvalg

Denne del af notatet gennemgår teenageres motions- og sportsaktiviteter og udviklingen i de mest populære aktiviteter i forhold til tidligere undersøgelser.

Siden 2007 er antallet af valgmuligheder samt de præcise formuleringer ændret en smule, ligesom der fra 2011 til 2016 var enkelte ændringer. Eksempelvis kunne man i 2016 kun vælge aktiviteten 'Løb', mens man i de to foregående undersøgelser kunne vælge i mellem aktiviteterne 'Jogging/motionsløb' og 'Orienteringsløb'. De to kategorier er samlet i fælleskategorien 'Løb', således at det er muligt at følge udviklingen.

Derudover kan enkelte aktiviteter kun vælges af børn (i dette tilfælde de 10-15-årige), men ikke vælges i spørgeskemaet til voksne. Et eksempel på en populær børneaktivitet, der ikke var en valgmulighed for voksne, er 'Trampolin', der blev dyrket af 34 pct. af de 10-12-årige i 2007 og 20 pct. i 2016, men er udeladt i denne opgørelse.

Tabel 3 på næste side viser udviklingen i teenageres aktivitetsvalg, hvor de mest populære aktiviteter er gennemgående i perioden. Dog er andelen af teenagere, der dyrker de enkelte aktiviteter faldende, idet kun styrketræning oplever en mindre fremgang.

Tabel 3: Teenageres aktivitetsvalg (pct.)

Total	2007	2011	2016
Fodbold	43	42	36
Svømning	31	26	27
Løb ³	26	25	24
Styrketræning	17	18	20
Gymnastik	27	21	19
Håndbold	21	19	13
Dans	13	12	12
Badminton	22	16	10
Ridning	11	9	8
Rulleskøjter	17	13	7
Vandreture	17	9	6
Kampsport ⁴	8	7	6
Skateboard/waveboard	6	N/A	6
Cykling ⁵	10	4	5
Anden idrætsgren	10	10	5
Tennis	8	7	4
Parkour	N/A	3	3
Spinning/kondicykel	5	3	3
Bordtennis	10	8	3
Basketball	7	6	3
Andet boldspil for hold	5	5	3
Fiskeri	7	4	3
Volleyball/beachvolley/kidsvolley	5	5	2
Atletik	5	3	2
Aerobic/step/HIIT/pump/Zumba eller lignende træning på hold	7	6	2
Rollespil	7	N/A	2
Golf	5	3	2
Kano/kajak/roning	3	2	1
Sejlsport/windsurfing/kite	2	2	1
Andet individuelt boldspil	2	2	1
Anden vandtræning	2	1	1
Handicapidræt	1	0	0

Tabellen viser andelen af teenagere (10-19 år), der dyrker forskellige aktiviteter fordelt på undersøgelsesår.

I gennemsnit har de idrætsaktive teenagere hver især dyrket ca. tre forskellige aktivitetsformer regelmæssigt i løbet af det seneste år. Det er dog noget lavere end i 2007, hvor gennemsnittet var mere end 1,5 aktiviteter højere.

³ 'Løb' er en samlet kategori for aktiviteterne 'Jogging/motionsløb' og 'Orienteringsløb' i 2007 og 2011.

⁴ 'Kampsport' var i 2007 delt op i kategorierne 'Boksning' og 'Kampsport (karate, aikido, taekwondo, judo, brydning m.v.), men er samlet i denne opgørelse.

⁵ 'Cykling' var i 2011 og 2016 delt op i kategorierne 'Landevejscykling' og 'Mountainbike', men er samlet i denne opgørelse.

Det største fald skete mellem 2007 og 2011, hvor der inden for alle køn- og aldersgrupper skete et markant fald i antallet af aktiviteter, som hver enkelt idrætsaktiv har dyrket regelmæssigt inden for det seneste år. Siden 2011 er det gennemsnitlige antal faldet en smule, men med enkelte variationer mellem køn- og aldersgrupper.

Tabel 4: Antal forskellige idrætsaktiviteter (gennemsnit)

	Total	10-12 år		13-15 år		16-19 år	
		Piger	Drenge	Piger	Drenge	Piger	Drenge
2007	4,6	4,7	4,8	4,3	4,4	4,8	5,2
2011	3,2	3,0	3,5	3,1	3,2	3,3	3,6
2016	3,0	3,0	3,2	2,9	2,9	3,5	3,3

Tabellen viser antallet af forskellige aktiviteter, som hver enkelt idrætsaktiv har dyrket regelmæssigt inden for det seneste år i gennemsnit i hvert af de tre undersøgelsesår. Fordelt på køn og aldersgrupper.

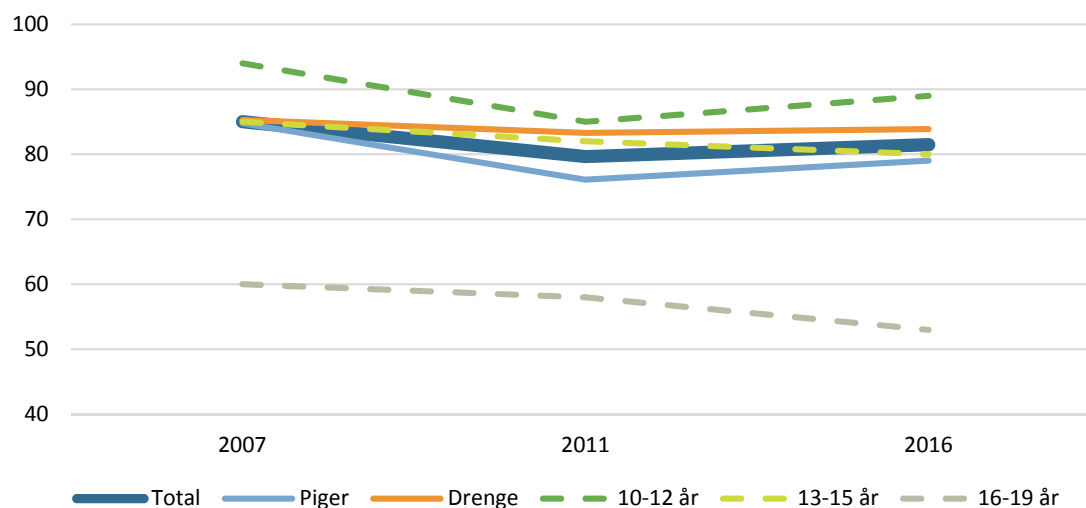
Teenageres organisering

Dette sidste afsnit gennemgår organiseringen af teenageres idrætsaktiviteter. Det er muligt at angive flere organiseringsformer til samme aktivitet, da eksempelvis fodbold kan spilles både i forening, på egen hånd og SFO eller fritidsklub.

For at kunne sammenligne mellem børn (10-15 år) og unge (16-19 år) er organiseringsformerne 'SFO', 'Firmaidræt', 'Aftenskole' og 'Andet' alle samlet under kategorien 'Anden sammenhæng'.

Andelen af foreningsaktive teenagere er relativt stabil gennem de seneste ni år, hvor det især er de ældste teenagere, der vælger foreningerne fra, når de dyrker deres aktiviteter.

Figur 3: Foreningsaktive teenagere (pct.)

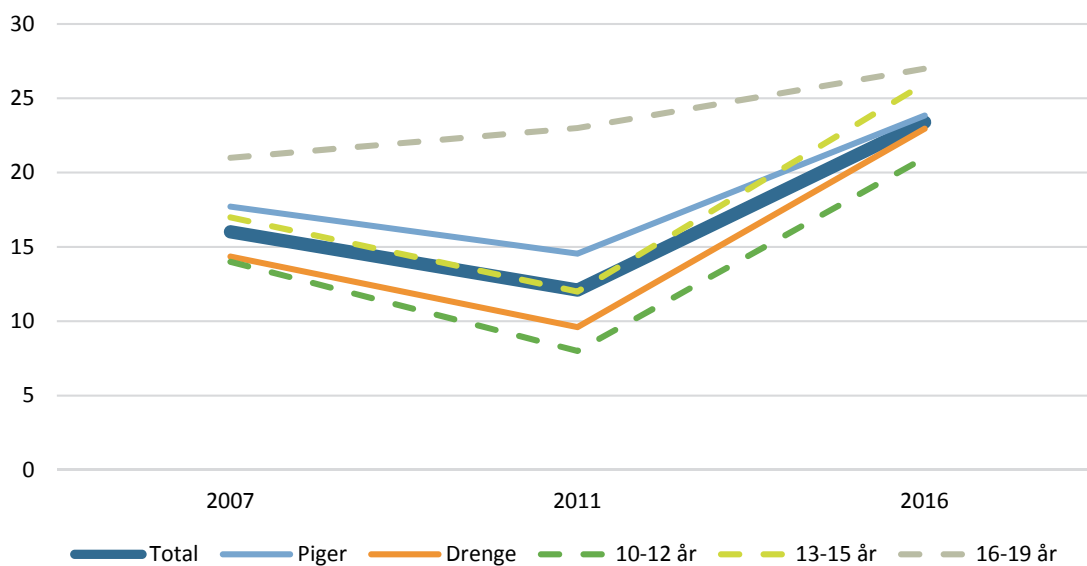


Figuren viser andelen af teenagere, der dyrker mindst én aktivitet i foreningsregi i de tre undersøgelsesår, fordelt på køn- og aldersgrupper. Tynde linjer angiver køn. Stiplede linjer angiver aldersgrupper.

Til gengæld er de private og kommercielle centre blevet mere populære i 2016, hvor kun de ældste teenagere har været særligt aktive i tidligere undersøgelsesår. Stigningen dækker hovedsageligt over en stigning i brugen af fitnesscentre, hvor styrketræning er den dominerende aktivitet⁶

⁶ Asserhøj, Trygve Laub (2017): *Danskernes fitnessvaner og brug af kommercielle idrætstilbud*. Notat. København: Idrættens Analyseinstitut.

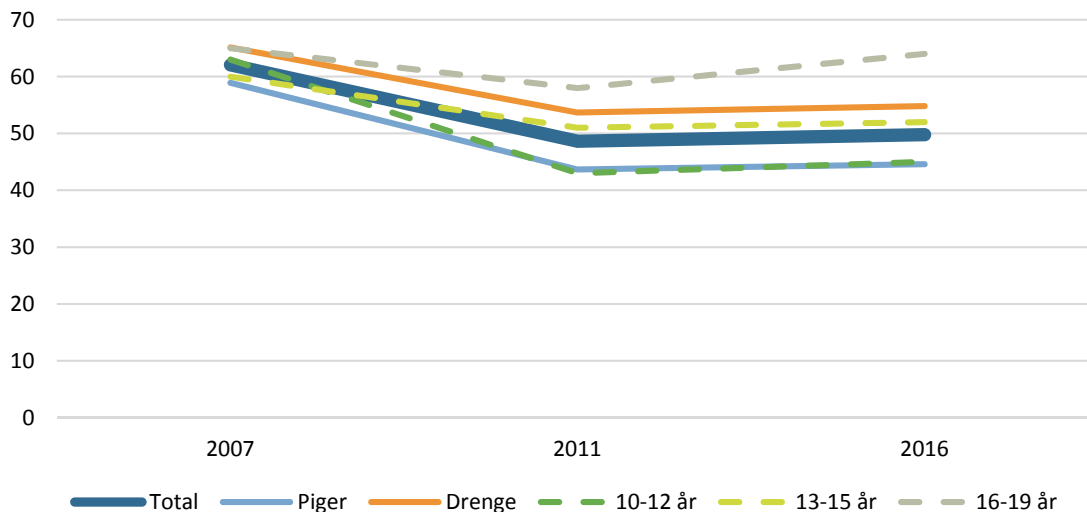
Figur 4: Teenagere i privat/kommercielt regi (pct.)



Figuren viser andelen af teenagere, der dyrker mindst én aktivitet i privat/kommercielt regi i de tre undersøgelsesår, fordelt på køn- og aldersgrupper. Tynde linjer angiver køn. Stiplede linjer angiver aldersgrupper.

Den selvorganiserede idræt har været nogenlunde stabil siden 2011, hvor andelen faldt til nuværende niveau.

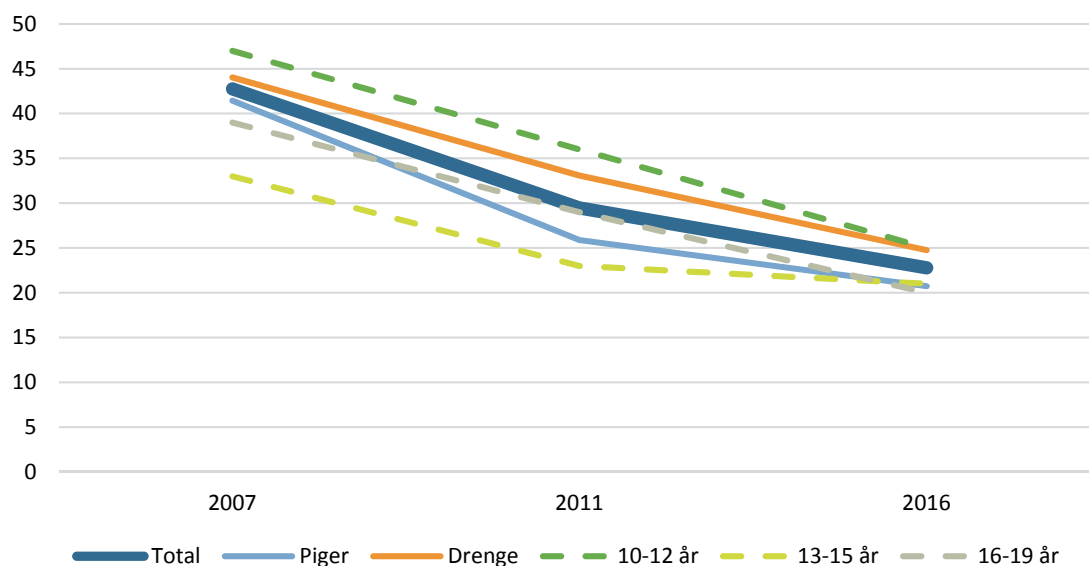
Figur 5: Aktive på egen hånd (pct.)



Figuren viser andelen af teenagere, der dyrker mindst én aktivitet på egen hånd i de tre undersøgelsesår, fordelt på køn- og aldersgrupper. Tynde linjer angiver køn. Stiplede linjer angiver aldersgrupper.

Den organiseringsform, der har oplevet størst fald siden 2007, er kategorien 'Anden sammenhæng', hvor teenagere i mindre og mindre grad dyrker deres aktiviteter.

Figur 6: Aktive i anden sammenhæng (pct.)



Figuren viser andelen af teenagere, der dyrker mindst én aktivitet i anden sammenhæng i de tre undersøgelsesår, fordelt på køn- og aldersgrupper. Tynde linjer angiver køn. Stiplede linjer angiver aldersgrupper.

Mens andelen af teenagere, der dyrker deres aktiviteter i foreninger eller på egen hånd, er nogenlunde stabil over de seneste ni år, er andelen, der er aktive i private/kommercielle centre, steget markant siden 2011. Omvendt er andelen, der er aktive i andre sammenhænge, faldet støt siden 2007.

De absolutte værdier på tilslutningen til de forskellige organisationsformer fremgår af tabellen nedenfor.

Tabel 5: Udvikling i teenageres organiseringsformer (pct.)

		Total	Køn		Alder		
			Piger	Drenge	10-12 år	13-15 år	16-19 år
Forening	2007	85	85	85	94	85	60
	2011	80	76	83	85	82	58
	2016	81	79	84	89	80	53
Privat/ kommercielt	2007	16	18	14	14	17	21
	2011	12	15	10	8	12	23
	2016	23	24	23	21	26	27
På egen hånd	2007	62	59	65	63	60	65
	2011	49	44	54	43	51	58
	2016	50	45	55	45	52	64
Anden sammenhæng	2007	43	41	44	47	33	39
	2011	29	26	33	36	23	29
	2016	23	21	25	25	21	20

Tabellen viser udviklingen i andelen af teenagere, der dyrker mindst én aktivitet i fire forskellige regi. Total og fordelt på køn og alder.

Afrunding

Dette notat viser på baggrund af undersøgelser af danskernes motions- og sportsvaner i 2007, 2011 og 2016, hvordan teenageres idrætsvaner har udviklet sig over de seneste ni år.

Helt overordnet har den generelle idrætsdeltagelse været nogenlunde stabil igennem perioden på trods af mindre variationer mellem køn og aldersgrupper.

Til gengæld er antallet af aktiviteter, som de unge dyrker på samme tid faldet betydeligt, hvilket har betydet tilbagegang i andelen af aktive inden for stort set alle aktiviteter, på nær styrketræning.

Udviklingen i teenageres aktivitetsvalg har samtidig resulteret i en mindre tilbagegang i andelen af teenagere, der er aktive i foreningsregi, selvorganiseret og i anden sammenhæng. Kun andelen af aktive i privat/kommercielt regi er steget i perioden.