

GRØNLÆNDERNES DELTAGELSE I SPORT OG MOTION 2025

Rapport / Juli 2026



Mette Eske, Christian Gjersing
Nielsen & Peter Forsberg



Idrættens
Analyseinstitut

GRØNLÆNDERNES DELTAGELSE I SPORT OG MOTION 2025

Titel

Grønlandernes deltagelse i sport og motion 2025

Forfatter

Mette Eske, Christian Gjersing Nielsen og Peter Forsberg

Øvrige bidragydere

Kenny Fisker

Rekvirent

Grønlands Idrætsforbund

Layout

Idrættens Analyseinstitut

Forsidefoto

Grønlands Idrætsforbund

Udgave

1. udgave, Aarhus, juli 2026

Pris

Rapporten kan downloades gratis på www.idan.dk

ISBN

978-87-94468-87-9 (pdf)

Udgiver

Idrættens Analyseinstitut

Vester Allé 8B, 3.

DK-8000 Aarhus C

T: +45 3266 1030

E: idan@idan.dk

W: www.idan.dk

Gengivelse af denne rapport er tilladt med tydelig kildehenvisning.

Indhold

Indledning.....	7
Del 1: Resumé	9
Status for visionen 'Verdens mest fysisk aktive land'	10
Samlet mål for fysisk aktivitet.....	12
Del 2: Metode og datagrundlag	14
Voksne (16+ år).....	14
Børn og unge (10-15 år)	15
Del 3: Idrætsvaner blandt voksne (16+ år)	18
Overordnet deltagelse i sport og motion.....	18
Valg af aktiviteter.....	19
Hyppighed	22
Voksnes organiseringsformer	25
Har deltaget i kampe, konkurrencer og turneringer.....	26
Brug af faciliteter.....	27
Tilfredshed med faciliteter.....	28
Ønsker til sports- og motionsaktiviteter	30
Motiver og barrierer for deltagelse i sport og motion	31
Ønsker om at dyrke mere sport og motion	33
Frivillighed.....	34
Fysiske og psykiske funktionsnedsættelsers sammenhæng med at dyrke sport og motion	38
Del 4: Idrætsvaner blandt børn og unge (10-15 år)	41
Overordnet idrætsdeltagelse	41
Valg af idrætsaktiviteter.....	41
Hyppighed	44
Fysisk aktivitet i sommer- og vinterperioden	44
Anden fysisk aktivitet	45
Organisering af idrætsaktiviteter.....	46
Deltagelse i kampe, konkurrencer og turneringer	47
Facilitetsbrug	48
Holdninger til idrætsforeninger/sportsklubber.....	49
Ønsker til sports- og motionsaktiviteter	50
Motiver og barrierer for deltagelse i sport og motion	51

Årsager til at stoppe med foreningsidræt.....	52
Frivillighed.....	54
Litteraturliste	57
Bilag	58

Indledning

Grønlands Idrætsforbund (GIF) har som vision, at Grønland skal være verdens mest fysisk aktive land i 2030. Med visionen ønsker GIF at sætte gang i en større samfundsændring, som skal være med til at styrke Grønland som land, gøre grønlænderne sundere og øge deres livskvalitet.

GIF søger at realisere visionen gennem tre strategiperioder, som hver har deres eget fokus. I første strategiperiode (2020-2023) var fokus på at skabe fundamentet for visionen gennem kapacitetsopbygning, samarbejde og en række udviklingsprojekter, mens fokus i anden strategiperiode (2024-2027) er på at gå "fra tanke til handling"¹.

Et vigtigt element i arbejdet med visionen er løbende målinger af grønlændernes deltagelse i sport, motion, fysisk aktivitet og aktive fællesskaber. Grønlændernes deltagelse i sport og motion blev første gang målt i 2015 i en undersøgelse gennemført af Idrættens Analyseinstitut (Idan) for GIF (Laub Asserhøj og Forsberg, 2015). I 2019 gennemførte Idan endnu en undersøgelse på vegne af GIF (Storm et. al, 2019). Her blev der udarbejdet en konceptuel model for sport, motion og fysisk aktivitet i en grønlandsk kontekst, som dannede baggrund for undersøgelsen, der ud over deltagelse i sport og motion også inkluderede fysisk aktivitet i forbindelse med f.eks. arbejde og transport.

I 2025 bad GIF Idan om at foretage en ny måling af grønlændernes deltagelse i sport og motion. Målingen skal give en aktuel status på grønlændernes deltagelse og give input til GIFs videre arbejde med visionen om at blive verdens mest fysik aktive land i 2030. Denne rapport indeholder resultaterne fra den seneste undersøgelse samt status for arbejdet med visionen.

Rapporten udgøres af fire dele:

- Første del præsenterer et kort resumé, som giver en indføring i centrale resultater fra 2025-undersøgelsen. I gennemgangen inddrages også udvalgte hovedtendenser i grønlændernes deltagelse set over perioden fra 2015-2025. Resuméet indeholder ydermere en kort status på grønlændernes fysiske aktivitetsniveau, som giver indblik i forskellige mål for, hvor aktive grønlænderne er, som kan være relevante for GIF i det videre arbejde med visionen om at blive verdens mest fysik aktive land.
- Anden del består af en kort gennemgang af 2025-undersøgelsens metode og datagrundlag. Det er her vigtigt at være opmærksom på, at der i undersøgelsen blandt børn og unge er visse forbehold i forhold til datagrundlaget.
- Tredje og fjerde del indeholder en detaljeret afrapportering af henholdsvis voksnes (del 3) samt børn og unges (del 4) deltagelse i sport og motion.

¹ https://gif.gl/wp-content/uploads/2024/01/4273750_GIF_Visionsfolder_A5_TK_DK70.pdf

Til sidst i rapporten findes et bilag, som indeholder en række uddybende figurer og tabeller til voksendelen (del 3).



Foto: Grønlands Idrætsforbund

Del 1: Resumé

Denne undersøgelse tegner et billede af grønlandske børn, unge og voksnes deltagelse i sport og motion i 2025 baseret på to spørgeskemaundersøgelser gennemført i 2025.

Lignende undersøgelser er tidligere gennemført i 2015 og 2019. Hertil kommer to undersøgelser blandt voksne i forbindelse med 'Grønland i Bevægelse', som er gennemført i 2022 af Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund (CISC). Et samlet overblik over hovedresultaterne fra de tidligere undersøgelser kan findes i rapporten 'Grønlandernes idræts- og bevægelsesvaner – oversigt over andelen af aktive, aktivitetsvalg, organiseringsform og vurdering af faciliteter' (Ørskov Boserup et al., 2026).

Der findes således et solidt datamateriale om grønlandernes deltagelsesniveau. De forskellige undersøgelser belyser dels grønlandernes deltagelse i sport og motion og dels deres fysiske aktivitetsniveau samt øvrige bevægelsesaktiviteter mere generelt. Denne brede tilgang findes også i GIFs vision om at blive verdens mest fysisk aktive land i 2030.

Tabel 1.1 herunder viser andelen af grønlandere, som svarer 'ja' til, at de normalt deltager i sport/ motion. Ifølge den seneste undersøgelse fra 2025 angiver hvert andet barn i alderen 10-15 år (56 pct. i byer og 53 pct. i bygder) og hver tredje voksen på 16 år eller derover (33 pct.), at de normalt dyrker sport eller motion. Til sammenligning var den samlede andel af idrætsaktive børn 53 pct. i 2015 og 52 pct. i 2019., men andelen af idrætsaktive voksne var 36 pct. i 2019 og 29 pct. i 2015.

Tabel 1.1: Oversigt over andelen af grønlanderne, som normalt er aktive med sport/motion, opdelt på årstal (pct.)

	2025	2019	2015
Børn og unge* (10-15 år)	56 pct. i byer 53 pct. i bygder	52 pct.	53 pct.
Voksne (16 år+)	33 pct.	36 pct.	29 pct.

* Resultaterne er i 2025 opdelt på byer og bygder, da der ikke har været deltagelse af børn og unge fra Nuuk. Se nærmere beskrivelse af metodiske forbehold i del 2.

Når det kommer til andelen af grønlandere, der angiver, at de normalt dyrker sport og motion, synes der overvejende at være stabilitet i perioden fra 2015 til 2025.

Tabel 1.2 herunder opsummerer en række tendenser på tværs af undersøgelserne i forhold til køn, alder, bosted, aktivitetsvalg og organiseringsform. De tre undersøgelser er gennemført med ret forskellige indsamlingsmetoder og stikprøvesammensætninger, hvorfor sammenligninger på tværs af år skal fortolkes med forbehold.

Ser man på køn, er det værd at bemærke, at der er kønsforskelle i andelen af grønlandere, som normalt dyrker sport eller motion. For børn og unge gælder, at markant flere drenge end piger har været aktive i alle tre undersøgelser fra 2015, 2019 og 2025. For voksne er forskellene mellem mænd og kvinder generelt mindre og har kun været gældende i de to

seneste undersøgelser i 2019 og 2025. Der er også kønsforskelle, når det kommer til aktivitetsvalg og organiseringsform.

Tabel 1.2: Oversigt over tendenser i idrætsdeltagelse opdelt på børn og unge samt voksne

	Børn og unge	Voksne
Køn	Flere drenge end piger er aktive. Det gjaldt også i 2019 og 2015.	Lidt flere mænd end kvinder er aktive. Det gjaldt også i 2019.
Alder	Både for drenge og piger falder idrætsdeltagelsen med alderen. Inden for det seneste år har stort set alle børn og unge været aktive på et eller andet tidspunkt.	Der er ikke forskelle i andelen, der normalt dyrker sport/motion, på tværs af aldersgrupper.
Bosted	Deltagelsen er den samme på tværs af bosteder.	Lidt flere voksne i byer angiver, at de normalt dyrker sport/motion, sammenlignet med i bygderne. Forskellene er små og ikke signifikante.
Aktivitetsvalg	De største aktiviteter i 2025 er fodbold, futsal, løb, vandreture, svømning, gymnastik og jagt. Der er vis stabilitet i aktivitetsvalget – forstået som, hvilke aktiviteter der er mest populære – men udsving i andelen, der deltager i de enkelte aktiviteter i perioden fra 2015 til 2025. Der er visse forskelle i drenge og pigers aktivitetsvalg, ligesom der også er visse forskelle mellem byer og bygder.	Voksne dyrker mange forskellige former for motionsaktiviteter som vandreture/gåture, styrketræning og løb. Der er visse forskelle på tværs af alder og køn – fodbold er særligt populært blandt yngre mænd, mens flere kvinder går ture og dyrker gymnastik og yoga/afspænding.
Organiseringsform	I byerne deltager omtrent seks ud af ti børn i foreningsaktiviteter og/eller aktiviteter på egen hånd. I bygderne er aktiviteter på egen hånd markant mere udbredt end foreningsaktiviteter (79 pct. vs. 58 pct.) I 2025 dyrker flere drenge end piger foreningsaktiviteter, mens piger oftere er aktive på egen hånd.	De fleste voksne er aktive på egen hånd, mens hver fjerde er aktiv i en idrætsforening. Mænd er hyppigere med i en forening. Det mønster er stort set det samme i 2025 som i 2019. Som i 2019 er foreningsidrætten mere udbredt i bygder end i byer.

Et aspekt, som også er værd at nævne fra undersøgelserne, er, at borgernes oplevelse af mulighederne for at være aktive varierer efter, hvor man bor. Borgere i byer er generelt mere tilfredse med idrætsfaciliteterne i deres nærområde end borgere i bygderne. Det er også blandt borgerne i bygderne, at man oftest fremsætter ønsker til forbedringer i forholdene.

Status for visionen 'Verdens mest fysisk aktive land'

GIF har en vision om, at Grønland i 2030 skal være verdens mest fysisk aktive land.

GIF arbejder her med en forståelse af fysisk aktivitet, som dækker over en bred kam af aktiviteter, som inkluderer sport og motion samt forskellige former for bevægelse i hverdagen i forbindelse med leg, transport, arbejde og skole. En nærmere beskrivelse af den konceptuelle model, som tilgangen tager udgangspunkt i, er tilgængelig i rapporten 'Grønlandsk idræt i bevægelse' (Storm et al. 2019). Modellen identificerer fire felter for fysisk aktivitet, som dannes af begrebsparrene organiseret/selvorganiseret og klæde om/ikke klæde om. Centrale pointer fra modellen fremgår af boks 1 herunder.

Boks 1: Forståelse af idræt, sport, motion og fysisk aktivitet i Grønland

GIF's strategiske arbejde med at indfri visionen tager afsæt i to begrebspar: 1) 'organiseret' – 'selvorganiseret' og 2) 'klæde om' – 'ikke klæde om'.

Visse aktivitetsformer kan være vanskelige entydigt at adskille, men som begrebslig forståelsesramme giver modellen en enkel og letforståelig tilgang til at forstå, hvad der karakteriserer forskellige typer af fysiske aktivitetsformer.

'Organiseret' omfatter aktiviteter, hvor en træner, instruktør eller underviser typisk står for at afholde aktiviteten. Det kan være gennem en forening/klub, skole/uddannelsesinstitution eller på arbejdspladsen.

'Selvorganiseret' omfatter aktiviteter, som borgere i udgangspunktet selv står for. Det kan gælde aktiviteter, som dyrkes på egen hånd eller i et privat center, men kan også omfatte forskellige former for leg, aktiv transport eller fysisk arbejde i hjemmet eller på arbejdspladsen.

'Klæde om' refererer til aktiviteter, som kræver, at man klæder om for at kunne dyrke aktiviteten. Det gælder typisk de aktiviteter, der normalt defineres som sport og motion.

'Ikke klæde om' omfatter aktiviteter, som normalt klassificeres som hverdagsmotion. Det kan være leg, aktiv transport eller fysisk arbejde.

Det centrale i denne sammenhæng er målingerne af de forskellige aspekter af fysisk aktivitet. Deltagelse i sport og motion betegner her en række specifikke aktiviteter, som borgerne dyrker (primært) i deres fritid, mens 'fysisk aktivitet' er et bredere begreb, der inkluderer alle former for aktiviteter, som får hjertet til at slå hurtigere. Ud over sport og motion kan fysisk aktivitet også omfatte aktiv transport (f.eks. gang, cykling, skateboard eller løbehjul) og leg.

Med baggrund i resultaterne fra den seneste undersøgelse i 2025 opsummeres grønlændernes deltagelse inden for de fire felter herunder. For visse nøgletal er der sammenlignet med tidligere undersøgelse, men her skal det igen nævnes, at der ikke nødvendigvis er tale om signifikante forskelle, da datagrundlag og indsamlingsmetoder varierer mellem undersøgelserne.

- **Felt 1 - Klæde om til organiserede aktiviteter:** Dette felt omfatter børn, unge og voksne, som inden for det seneste år regelmæssigt har været aktive i en forening samt voksne, som har været aktive gennem deres arbejdsplads. Der er tale om aktiviteter, som typisk er organiseret af en træner, instruktør eller underviser. Seks ud af ti børn i byer og bygder har været aktive i en forening, mens det gælder hver fjerde voksen. Knap hver femte voksen er aktiv gennem sin arbejdsplads. Andelen af aktive børn og unge i foreninger er steget siden 2019. For voksne er foreningsdeltagelsen lavere end i 2019, mens deltagelse i aktiviteter på arbejdspladsen er højere.

- **Felt 2 - Klæde om til selvorganiserede aktiviteter:** Feltet indbefatter børn, unge og voksne, som inden for det seneste år regelmæssigt har dyrket selvorganiserede aktiviteter, enten på egen hånd (alene eller sammen med andre) eller i private centre. Cirka tre ud af fire børn og unge i byer og otte ud af ti i bygder er aktive på egen hånd, mens det gælder syv ud af ti voksne. Andelen af børn og unge, som er aktive i private centre, udgør 26 pct. i byer og 14 pct. bygder, mens det gælder 15 pct. af de voksne.
- **Felt 3 - Ikke klæde om til organiserede aktiviteter:** Feltet rummer de børn, unge og voksne, som er fysisk aktive i løbet af deres arbejdsdag eller skoledag minimum fem gange om ugen. Lidt flere end hvert fjerde barn i byer (27 pct.) laver aktiviteter i løbet af deres skoledag, mens det gælder 40 pct. af børnene i bygder. Det peger på forskelle mellem børn i byer og bygder. I 2019 deltog 24 pct. af alle børn unge i disse aktiviteter. Hver fjerde voksen angiver, at de har fysisk krævende arbejde mindst fem gange om ugen. I 2019 var andelen 60 pct.
- **Felt 4 - Ikke klæde om til selvorganiserede aktiviteter:** Feltet omfatter de børn, unge og voksne, som anvender fysisk krævende transportformer eller laver fysisk krævende indendørs eller udendørs aktiviteter i deres fritid. Hvert femte barn i byerne er aktive i fritiden (på legeplads eller derhjemme) mindst fem gange om ugen, mens det gælder hvert tredje barn i bygderne. I forlængelse heraf benytter halvdelen af børnene i byer (50 pct.) aktiv transport mindst fem gang om ugen, mens det er endnu mere udbredt blandt børn i bygderne (65 pct.). Blandt voksne angiver hver tredje (34 pct.), at de anvender aktiv transport mindst fem gange om ugen. Hver femte voksen angiver desuden, at de har fysisk krævende husarbejde mindst fem gange om ugen.

Ovenstående strategiske begrebsfelter viser, at der er mange måder at være fysisk aktiv på. De illustrerer samtidig, at en stor del af børn, unge og voksne er fysiske aktive med aktiviteter, som de ikke klæder om til, f.eks. aktiv transport eller fysisk krævende arbejde.

Det er dog væsentligt at pointere, at mange borgere er aktive i flere af begrebsfelterne på samme tid. F.eks. kan borgere være aktive i en idrætsforening (felt 1), tage løbeture på egen hånd (felt 2) og gå eller cykle til arbejde/fritidsaktiviteter (felt 4). På baggrund af det foreliggende datamateriale er det ikke muligt præcist at angive et fuldstændigt billede af, hvor mange borgere som hører til i de enkelte strategiske begrebsfelter, da der er overlap mellem felterne. Modellen kan dog bruges til at bringe fokus på forskellige målgrupper og sfærer for fysisk aktivitet. Det kan f.eks. være borgere, som ikke deltager i felt 1 (foreningsidrætten), eller borgere, som slet ikke er aktive, dvs. ikke indgår i nogle af begrebsfelterne.

Samlet mål for fysisk aktivitet

Afslutningsvis følger en opgørelse over børn, unge og voksnes samlede fysiske aktivitetsniveau i sommer- og vinterperioden i 2025 og 2019. Respondenterne har her selv vurderet, hvilket udsagn der passer bedst på dem. Vurderingerne for børn og unge samt voksne fremgår af tabel 1.3 og 1.4 herunder.

Udsagnene går fra ingen/begrænset aktivitet til at dyrke idræt og træne hårdt flere gange om ugen. Udsagnene dækker de fire felter i forskelligt omfang.

På grund af forskellige indsamlingsmetoder og stikprøvesammensætninger i de to undersøgelsesperioder, skal man være forsigtig med at konkludere noget om udviklingen i børn og unges aktivitetsniveau.

Tabel 1.3: Børn og unges aktivitetsniveau i sommer- og vinterperioden opdelt på årstal (pct.)

	2025				2019	
	By (uden Nuuk)		Bygd		I alt	
	Sommer	Vinter	Sommer	Vinter	Sommer	Vinter
Læser, ser fjernsyn eller har anden stillesiddende beskæftigelse	28	32	26	33	34	46
Får lettere motion mindst fire timer om ugen, f.eks. ved gåtur (på indkøb eller til og fra arbejde) eller ved lettere husarbejde	23	17	25	17	21	21
Får lejlighedsvis motion f.eks. ved idræt eller anden fysisk aktivitet	18	18	23	24	17	10
Dyrker idræt eller har andre fysisk krævende aktiviteter mindst fire timer om ugen	14	16	15	14	12	10
Dyrker idræt og træner hårdt flere gange om ugen	17	17	12	12	16	12

Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvis vi ser på det sidste år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af din fysiske aktivitet i fritiden?'. Opdelt på sommer- og vinterperioden for hhv. byer (uden Nuuk) (n=379) og bygder (n=257).

Der er lidt flere voksne, som vælger de tre kategorier, som udtrykker det højeste aktivitetsniveau, men der er ikke tale om signifikante forskelle.

Tabel 1.4: Voksnes aktivitetsniveau i sommer- og vinterperioden opdelt på årstal (pct.)

	2025		2019	
	Sommer	Vinter	Sommer	Vinter
Læser, ser fjernsyn eller har anden stillesiddende beskæftigelse	18	26	15	36
Får lettere motion mindst fire timer om ugen, f.eks. ved gåtur (på indkøb eller til og fra arbejde) eller ved lettere husarbejde	45	36	58	37
Får lejlighedsvis motion f.eks. ved idræt eller anden fysisk aktivitet	16	16	11	11
Dyrker idræt eller har andre fysisk krævende aktiviteter mindst fire timer om ugen	12	13	9	9
Dyrker idræt og træner hårdt flere gange om ugen	9	9	6	6

Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvis vi ser på det sidste år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af din fysiske aktivitet i fritiden?' og er opdelt på sommer- og vinterperioden (n=1.409).

Del 2: Metode og datagrundlag

Undersøgelsen omfatter to målgrupper: Børn og unge i alderen 10-15 år samt voksne i alderen 16 år og derover.

Dataindsamlingen for de to målgrupper er gennemført ved hjælp af to forskellige metoder, som beskrives nedenfor i to separate afsnit.

Voksne (16+ år)

Dataindsamlingen blandt voksne er gennemført som en online spørgeskemaundersøgelse af Idrættens Analyseinstitut i perioden fra 15. maj til 6. september 2025. Undersøgelsen omfatter voksne i alderen 16 år og derover. Der blev udloddet ti kontantpræmier ved lodtrækning blandt gennemførte besvarelser.

Pr. 1. januar 2025 boede der 44.195 personer i alderen 16-86 år i Grønland. Af disse blev 7.066 respondenter - svarende til 16 pct. af målgruppen - udtrukket til at deltage i undersøgelsen. Stikprøven er i udgangspunktet baseret på et tilfældigt CPR-baseret og repræsentativt udtræk. For at imødegå en forventet underrepræsentation af voksne i bygderne er der dog foretaget en stratificeret udvælgelse med oversampling af voksne i bygderne og tilsvarende undersampling af voksne i byerne.

Stratificeringen er gennemført ved at opdele stikprøven i otte strata baseret på bostedernes størrelse pr. 1. januar 2025: Nuuk, Sisimiut, Ilulissat, Qaqortoq, Aasiaat, større bosteder (700-3.000 indbyggere), bosteder (200-699 indbyggere), mindre/mindste bosteder (mindre end 200 indbyggere). Qaqortoq, Aasiaat, bosteder og mindre/mindste bosteder er oversamplet, mens Nuuk er undersamplet. Overordnet indebærer dette, at byer er undersamplet, mens bygder er oversamplet.

Spørgeskemaundersøgelsen resulterede i 1.409 fuldførte besvarelser blandt voksne (16+ år). Svarprocenten er således 20 pct. Datagrundlaget fordelt på køn og alder fremgår af tabel 2.1.

For at korrigere for skævheder i repræsentativiteten er procentfordelingerne vægtet efter køn, alder og by/bygd. Vægtningen har til formål at sikre, at stikprøven i videst muligt omfang afspejler den samlede befolkningssammensætning.

Det bør dog bemærkes, at vægtning af datagrundlaget ikke fuldt ud kan kompensere for, at personer med interesse for sport og motion generelt har større tilbøjelighed til at deltage i denne typer undersøgelser. Grupper med lavere interesse for idræt kan derfor være underrepræsenterede, hvilket kan medføre en overvurdering af idrætsdeltagelsen. Dette mønster er velkendt fra tidligere undersøgelser af sports- og motionsvaner i Grønland, Danmark og på Færøerne og bør indgå som et væsentligt forbehold ved fortolkningen af resultaterne.

Tabel 2.1: Datagrundlag blandt voksne (antal)

	Population	Stratificeret udtræk	Fuldførte besvarelser
Alle	44.129	7.066	1.409

Derudover adskiller dataindsamlingsmetoden i 2025 sig fra metoden anvendt i både 2019 og 2015. I de tidligere undersøgelser blev invitationsbrevet sendt som fysisk brev med et link til onlinebesvarelse, mens invitationsbrevet i 2025 blev udsendt via digital post. Overgangen til digital post kan have påvirket, hvilke grupper der besvarede spørgeskemaet, og kan samtidig have haft indflydelse på svarprocenten. Samlet set medfører ændringen i dataindsamlingsmetoden, at resultaterne fra 2025 ikke uden forbehold er direkte sammenlignelige med resultaterne i 2019 og 2015.

Børn og unge (10-15 år)

Undersøgelsen blandt børn og unge i 4.-10. klasse (10-15 år) er gennemført via folkeskoler i diverse kommuner i perioden fra 28. maj til 5. december 2025. Det har været frivilligt for skolerne, om de har ønsket at deltage i undersøgelsen. Besvarelsen fandt sted i en undervisningstime efter instruktion fra en voksen. Undersøgelsen er gennemført som et elektronisk spørgeskema.

Indsamlingsperioden blev relativt lang på grund af et lavt antal besvarelser i den indledende fase. De sidste rykkerrunder blev derfor gennemført efter sommerferien, hvor eleverne var rykket ét klassetrin op. I den forbindelse skal det bemærkes, at spørgeskemaet blev udsendt til 4.-10. klasse før sommerferien, mens det efter sommerferien blev udsendt til 5.-10. klasse (svarende til 4.-9. klasse før sommerferien). I undersøgelsen medtages kun elever i alderen 10-15 år.

Før at øge svarprocenten blev der i forbindelse med dataindsamlingen udloddet to præmier à 5.000 kr. blandt de deltagende klasser.

På trods af den lange indsamlingsperiode, gentagne rykkerrunder og udlodning af præmier rummer datagrundlaget nogle metodiske begrænsninger, som bør inddrages i fortolkningen af resultaterne. Før det første er Nuuk ikke repræsenteret i datamaterialet. Nuuk er Grønlands hovedstad og den mest befolkede by, der rummer cirka en tredjedel af landets samlede befolkning. Da tidligere undersøgelser fra både 2015 og 2019 viser, at idrætsdeltagelsen i Nuuk er højere end i de øvrige kommuner, har dette væsentlig betydning for resultaternes generaliserbarhed til den grønlandske befolkning.

På grund af den manglende repræsentativitet er det for usikkert at konkludere noget om grønlandske børn og unges idrætsvaner på et overordnet niveau ud fra datamaterialet. Af denne grund præsenteres alle resultater separat for byer (uden Nuuk) og bygder. Selv inden for disse opdelinger bør resultaterne fortolkes med forsigtighed.

Det samlede og endelige datagrundlag fremgår af tabel 2.2. Alle fuldførte besvarelser er medtaget i analysen, og data er ikke vægtet. Resultaterne afspejler således udelukkende

den gruppe børn og unge, der har deltaget i undersøgelsen, og ikke grønlandske børn og unge generelt. Det er således 636 børn og unge, der er medtaget i analysen, heraf 379 børn i byer (uden Nuuk) og 257 børn i bygder.

Af disse grunde sammenlignes resultaterne ikke med tidligere undersøgelser, og det er derfor ikke muligt at sige noget om udviklingen over tid. Bemærk i øvrigt, at opgørelser for byer og bygder heller ikke kan sammenlignes på tværs af undersøgelsesår, idet undersøgelsen i 2025 ikke omfatter Nuuk.

Tabel 2.2: Datagrundlag blandt børn

		Population		Stikprøve	
		Antal	Andel	Antal	Andel
Alle		4491		636	
Kujalleq	Alle	458	10	57	9
	By	413	90	48	84
	Bygd	45	10	9	16
Sermersooq	Alle	1938	43	162	25
	By	1818	94	133	82
	Bygd	120	6	29	18
Qeqqata	Alle	738	16	159	25
	By	638	86	77	48
	Bygd	100	14	82	52
Qeqertalik	Alle	485	11	62	10
	By	428	88	35	56
	Bygd	57	12	27	44
Avannaata	Alle	872	19	196	31
	By	638	73	86	44
	Bygd	234	27	110	56



Del 3: Idrætsvaner blandt voksne (16+ år)

I det følgende afrapporteres resultater for spørgeskemaundersøgelsen blandt voksne.

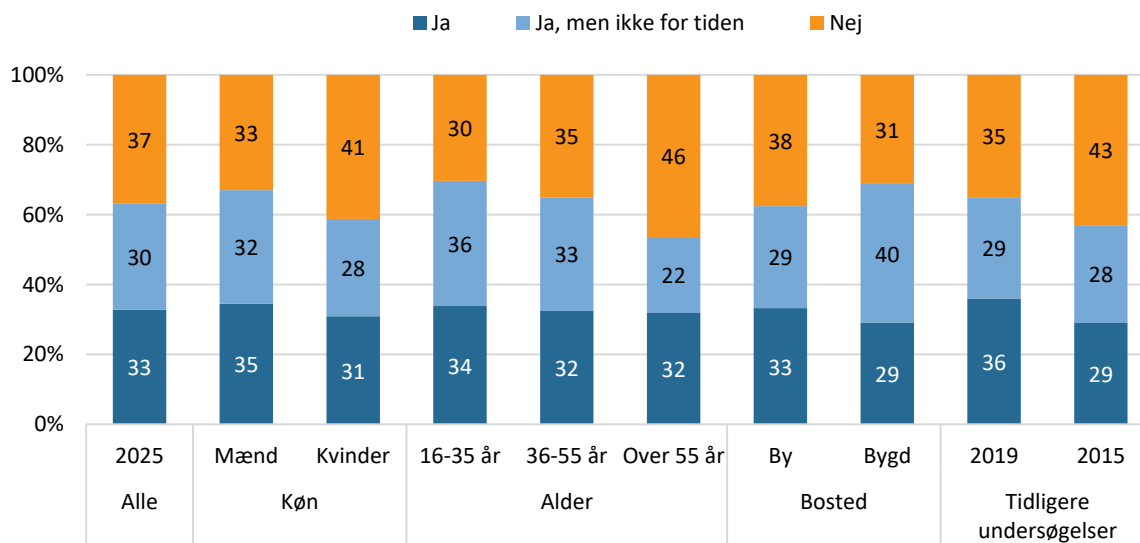
På trods af metodiske forbehold sammenlignes voksnes deltagelse med tidligere undersøgelser i 2019 og 2015 på udvalgte hovedtal.

Overordnet deltagelse i sport og motion

Samlet set svarer hver tredje voksne (33 pct.), at de normalt dyrker sport/motion (se figur 3.1). Mænd (35 pct.) er en smule mere aktive end kvinder (31 pct.), mens der ingen udtalte forskelle er på tværs af aldersgrupper – om end flere i gruppen over 55 år svarer 'nej', mens de 16-35-årige og 36-55-årige i højere grad svarer 'ja, men ikke for tiden'. Flere voksne i byerne (33 pct.) end i bygderne (29 pct.) angiver, at de normalt dyrker sport/motion.

Andelen, som angiver at dyrke sport og motion, ligger en smule lavere end i undersøgelsen fra 2019 og en smule højere end i 2015.

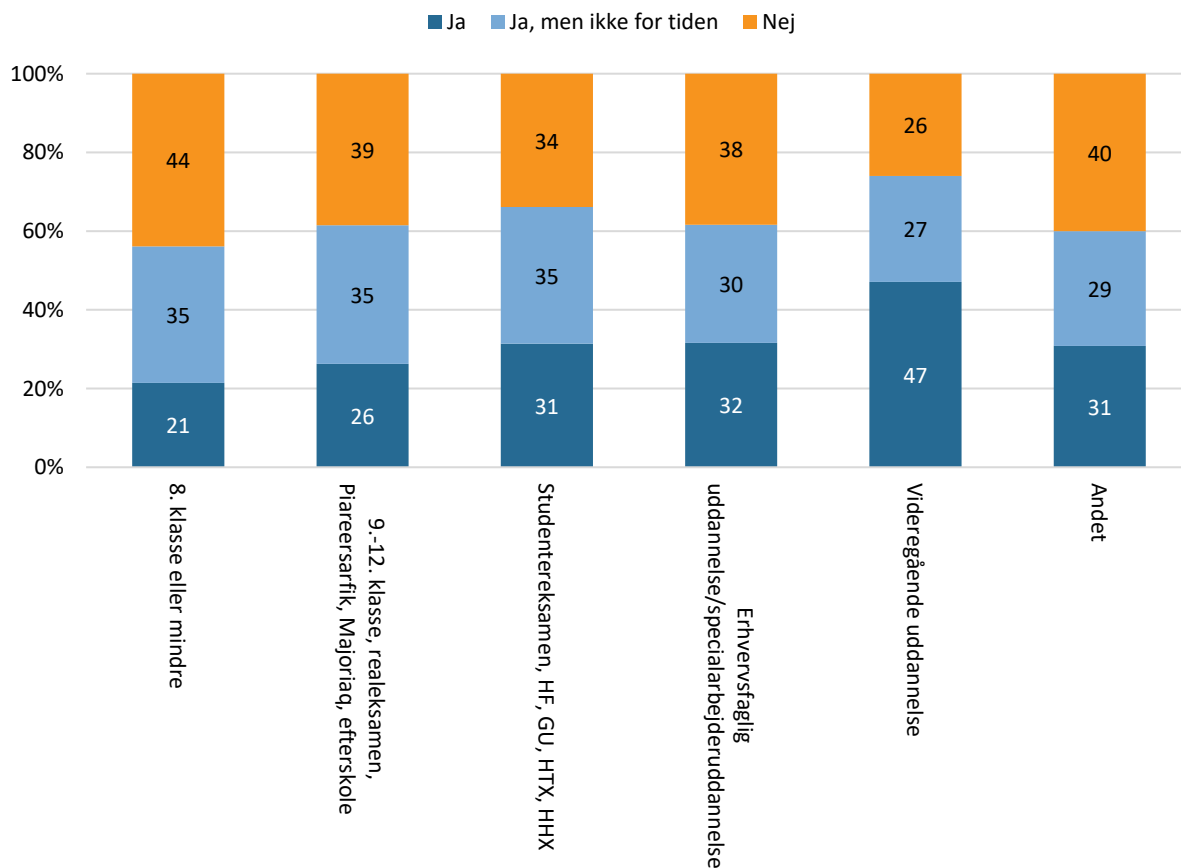
Figur 3.1: Andelen af voksne borgere, der dyrker sport/motion (pct.)



Figuren viser svarfordelinger på spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?' Fordelt på køn, alder og bostedstype (n=1.409).

Som det er velkendt i undersøgelser af sport og motion, finder man også i Grønland en sammenhæng mellem deltagelse i sport/motion og uddannelsesniveau, hvor voksne med en videregående uddannelse er betydeligt mere tilbøjelige til at dyrke sport/motion (se figur 3.2).

Figur 3.2: Andelen af voksne borgere, der dyrker sport/motion på tværs af uddannelsesniveau (pct.)



Figuren viser svarfordelinger på spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?' Fordelt på højest gennemførte uddannelse (n=1.409).

Valg af aktiviteter

Ud fra en liste med de mest almindelige idræts- og fritidsaktiviteter er borgerne blevet bedt om at vælge, hvilke sports- og motionsaktiviteter de har dyrket regelmæssigt inden for det seneste år. Her har de således haft mulighed for at angive flere forskellige aktiviteter og ikke nødvendigvis aktiviteter, som de dyrker nu og her.

Som det fremgår af figur 3.3, angiver 82 pct. af de voksne, at de har dyrket mindst én aktivitet inden for det seneste år. Dermed ligger andelen 49 procentpoint højere end andelen, der har svaret, at de normalt dyrker sport/motion.

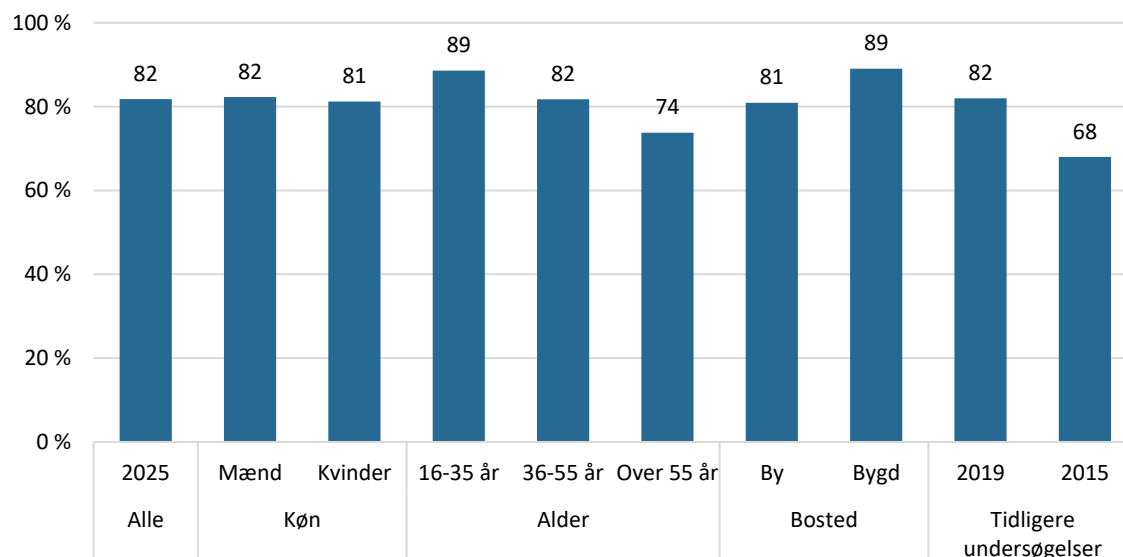
Grunden til den højere deltagelse findes i det bredere tidsperspektiv, der også kan indfange de respondenter, som sjældent er idrætsaktive, samt at der kan være en forskel på, hvad respondenter selv betragter som sport/motion.

Andelen, som har dyrket minimum én aktivitet inden for det seneste år, falder med alder, mens der ingen umiddelbare forskelle er på tværs af køn. Modsat spørgsmålet 'Dyrker du

normalt sport/motion?', er der flere i bygderne (89 pct.) end i byerne (81 pct.), som angiver at have dyrket mindst én aktivitet regelmæssigt inden for det seneste år.

Aktiviteten ligger på samme niveau som i 2019 (82 pct.) og en del højere end i 2015 (68 pct.).

Figur 3.3: Andelen, som har dyrket minimum én aktivitet det seneste år (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvilke af følgende sports-/motionsaktiviteter har du dyrket regelmæssigt inden for de seneste 12 måneder? (sæt gerne flere kryds)' blandt alle dem, som angiver at have dyrket mindst én aktivitet. Fordelt på køn, alder og bostedstype (n=1.409).

Voksnes valg af aktiviteter fremgår af tabel 3.1 opdelt på køn, alder og bostedstype. Vandreture/gåture er den aktivitet, som flest voksne i Grønland dyrker – det gælder på tværs af køn og aldersgrupper (se tabel 3.1). Dernæst følger styrketræning, løb og jagt (som fritidsaktivitet). Der ses kønsforskelle i aktivitetsvalget, hvor jagt, fodbold og futsal fortrinsvist dyrkes af mænd, mens f.eks. gymnastik, yoga/afspænding og dans i højere grad dyrkes af kvinder. For mange af aktiviteterne gælder det, at tilslutningen falder med alderen.

Der er nogle forskelle i aktivitetsvalgene mellem by og bygder, hvor jagt, fodbold, futsal, gymnastik og arctic sport i højere grad dyrkes af voksne i bygder, mens f.eks. yoga/afspænding og langrend/skiskydning er en mere populær aktivitetsform i byerne.

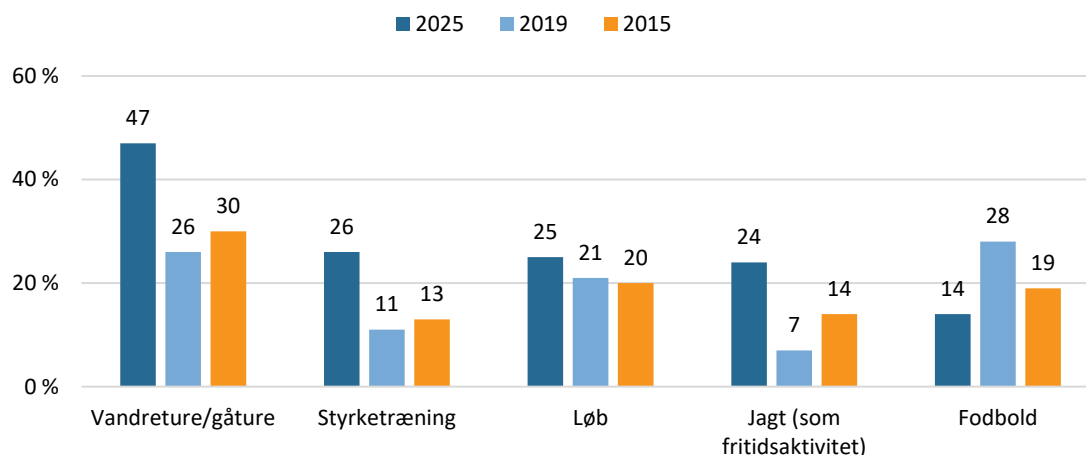
Tabel 3.1: De mest populære aktiviteter blandt voksne (pct.)

	Total	Køn		Alder			Bosted	
		Mænd	Kvinder	16-35 år	36-55 år	55 år+	By	Bygd
Vandreture/gåture	47	44	51	49	48	45	47	48
Styrketræning	26	30	21	40	24	10	26	24
Løb	25	27	24	38	25	11	24	34
Jagt (som fritidsaktivitet)	24	35	13	27	25	20	22	42
Fodbold	14	20	8	21	15	6	12	34
Gymnastik	14	10	18	18	13	11	13	23
Svømning	13	12	14	20	11	9	13	13
Futsal	13	18	6	17	14	6	12	20
Anden fitness- og motionstræning	9	8	10	11	8	7	7	6
Anden boldspilsaktivitet	7	7	7	6	8	7	7	6
Yoga/afspænding	5	2	9	6	5	4	6	2
Langrend/skiskydning	5	4	6	4	6	5	6	2
Cykling/mountainbike (som fritidsaktivitet)	5	7	3	4	7	5	5	4
Dans (alle typer, f.eks. folkedans, polka, breakdance)	5	3	8	7	4	4	5	6
Hundeslæde (som fritidsaktivitet)	5	6	4	8	5	2	4	2
Crossfit	5	5	4	5	5	3	5	4
Spinning/kondicykel	4	5	4	4	5	5	4	4
Alpint skiløb/snowboard	4	5	3	5	5	2	4	2
Badminton	4	5	4	5	4	3	4	2
Bordtennis	4	5	3	6	3	2	4	5
Håndbold	3	4	3	5	2	2	4	0
Volleyball	2	3	2	4	1	1	2	2
Fitness-holdtræning (f.eks. aerobic, Zumba)	2	1	2	3	1	1	2	1
Kajak	2	3	1	3	2	0	2	3
Arctic sports (f.eks. One foot, Stick pull)	2	2	2	3	1	0	1	7
Anden kampsport (f.eks. karate, boksning)	1	2	0	2	1	1	1	1
Taekwondo	1	1	1	1	2	1	1	0
Skateboard/parkour/BMX	1	2	0	2	1	0	1	1

Tabellen viser aktivitetsvalg ud fra spørgsmålet 'Hvilke af følgende sports-/motionsaktiviteter har du dyrket regelmæssigt inden for de seneste 12 måneder? (sæt gerne flere kryds)'. Fordelt på køn, alder og bostedstype (n=1.409).

Der er væsentlig flere, der angiver vandreture/gåture, styrketræning og jagt i 2025 end i 2019 og 2015, mens andelen, som dyrker fodbold, ligger på et noget lavere niveau end i 2019 (se figur 3.4).

Figur 3.4: Andelen, der dyrker de fem mest populære aktiviteter, i 2015, 2019 og 2025 (pct.)



Tabellen viser svarfordelingen ud fra spørgsmålet 'Hvilke af følgende sports-/motionsaktiviteter har du dyrket regelmæssigt inden for de seneste 12 måneder? (sæt gerne flere kryds)'. De fem mest populære aktiviteter i 2025. Fordelt på 2025, 2019 og 2015.

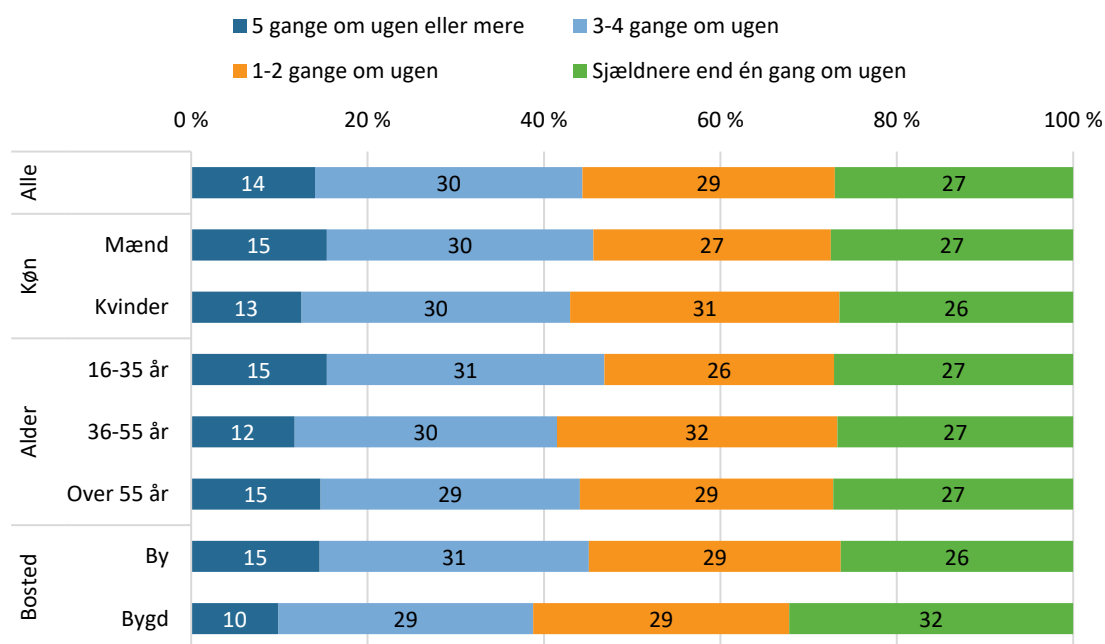
Har aldrig dyrket sport og motion

De borgere, som har svaret 'nej' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion' og ikke har angivet at dyrke nogen aktiviteter inden for det seneste år, er også blevet spurgt, om de tidligere i deres liv har dyrket sport eller motion regelmæssigt. Samlet set er der 63 af de i alt 1.409 respondenter, som svarer 'nej' til det spørgsmål, svarende til 4,5 pct. af deltagerne i undersøgelsen. Det er altså meget få voksne, som aldrig har dyrket sport/motion.

Hyppighed

Figur 3.5 viser, hvor hyppigt de idrætsaktive voksne er aktive med sport og motion. Knap halvdelen (44 pct.) angiver at dyrke idræt mindst tre gange ugentligt, mens 27 pct. svarer, at de er aktive sjældnere end én gang om ugen. Der er ingen tydelige forskelle på tværs af køn og alder. Der ses dog nogle mindre forskelle mellem byer og bygder, hvor befolkningen i byer gennemsnitligt angiver en lidt højere hyppighed.

Figur 3.5: Hyppighed blandt voksne (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor ofte dyrker du normalt sport/motion?' blandt alle dem, som angiver at have dyrket mindst én aktivitet. Fordelt på køn, alder og bostedstype (n=1.169).

Fysisk aktivitet i sommer- og vinterperioden

I Grønland er der store forskelle mellem årstiderne og dermed tilgængeligheden til naturen og udendørs idrætsfaciliteter. Derfor er respondenterne blevet spurgt ind til deres fysiske aktivitet i henholdsvis sommer- og vinterperioden.

Analysen viser dog kun mindre forskelle på tværs af året, hvor der er lidt flere i vinterperioden, som angiver, at de 'læser, ser fjernsyn eller har anden stillesiddende beskæftigelse' (se tabel 3.2). Der er kun små forskelle på tværs af køn, alder og bostedstyper (se appendiks, tabel 1.1A-1.3A).

Tabel 3.2: Voksnes fysiske aktivitet i sommer- og vinterperioden (pct.)

	Sommer	Vinter
Læser, ser fjernsyn eller har anden stillesiddende beskæftigelse	18	26
Får lettere motion mindst fire timer om ugen, f.eks. ved gåtur (på indkøb eller til og fra arbejde), eller ved lettere husarbejde	45	36
Får lejlighedsvis motion f.eks. ved idræt eller anden fysisk aktivitet	16	16
Dyrker idræt eller har andre fysisk krævende aktiviteter mindst fire timer om ugen	12	13
Dyrker idræt og træner hårdt flere gange om ugen	9	9

Tabellen viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvis vi ser på det sidste år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af din fysiske aktivitet i fritiden?' opdelt på sommer- og vinterperioden (n=1.409).

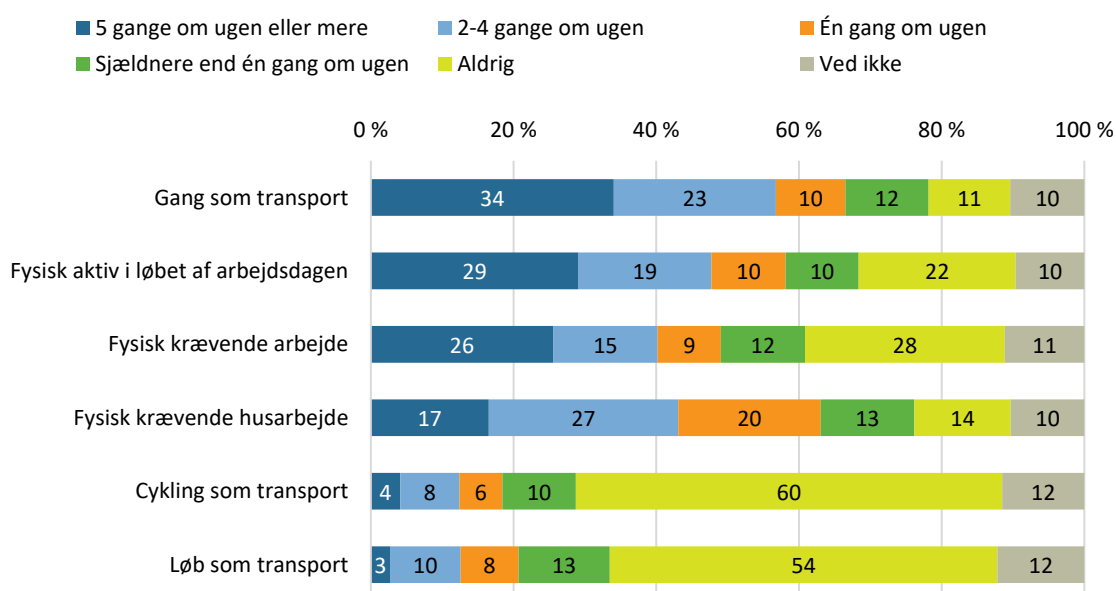
Anden fysisk aktivitet

Undersøgelsens respondenter er også blevet stillet seks spørgsmål om deres fysiske aktivitet i relation til transportvaner (cykling, gang, løb), deres arbejdsdag, og hvor ofte de har fysisk krævende arbejde og husarbejde.

Godt en tredjedel (34 pct.) af den voksne befolkning benytter gang som transport mindst fem gange om ugen, mens 29 pct. angiver, at de er fysisk aktive i løbet af arbejdsdagen mindst fem dage om ugen (se figur 3.6). Der er relativt få, som ofte benytter cykling og løb som transport.

Svarfordelingerne på de spørgsmål fordelt på køn, alder og bostedstype fremgår af figurerne 1.1A til 1.6A i bilag.

Figur 3.6: Andelen af voksne, som er fysisk aktive i andre sammenhænge (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor ofte er du typisk aktiv i nogen af disse sammenhænge i din hverdag? (Hvis det veksler meget i løbet af året, så angiv et gennemsnit)' (n=1.409).

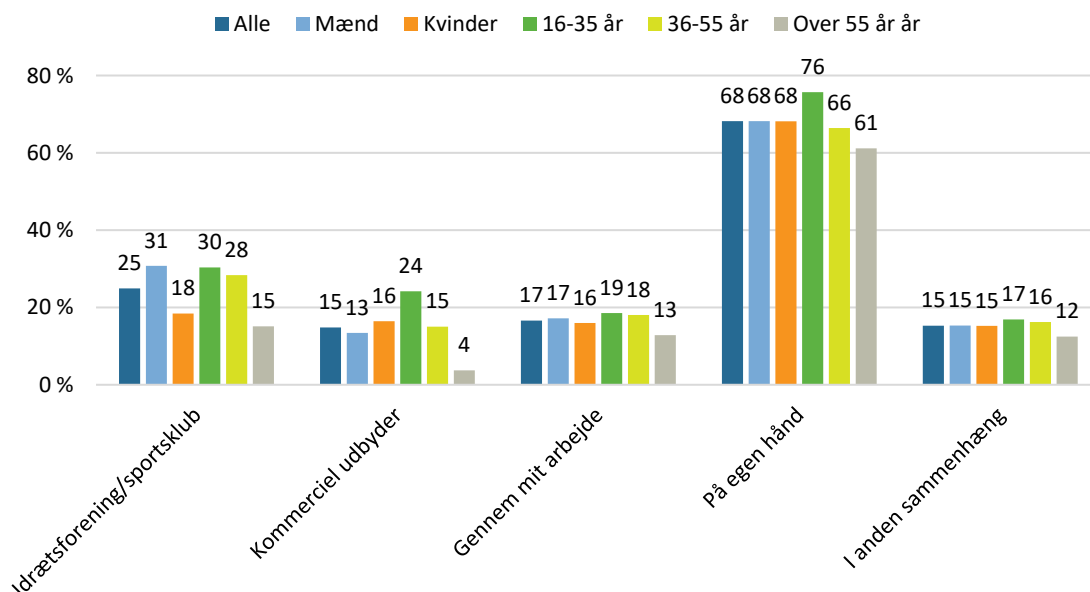
Voksnes organiseringsformer

I dette afsnit rettes blikket mod de regi, hvor voksne dyrker deres idrætsaktiviteter. Figur 3.7 viser andelen, der dyrker aktiviteter i forskellige organiseringsformer, fordelt på total, køn og alder, mens figur 3.8 viser andelen fordelt på bostedstype.

Selvorganiseret idræt ('på egen hånd') er den langt mest udbredte organiseringsform blandt voksne efterfulgt af foreningsidræt. Således angiver 68 pct. at have dyrket aktiviteter på egen hånd inden for det seneste år, mens en fjerdedel (25 pct.) angiver at have dyrket mindst én aktivitet i foreningsregi.

Foreningsrammen er mere populær blandt mænd, mens der ingen signifikante forskelle er mellem kønnene i forhold til andre organiseringsformer. Desuden falder tilslutningen til alle fem organiseringsformer med alderen. Det er dog særligt i forhold til foreningsidræt og kommercielt regi, at der er store forskelle på tværs af aldersgrupper. Således er det 30 og 25 pct. af de 16-35-årige, der henholdsvis er aktive i en forening og i et kommerciel tilbud, mens det til sammenligning er 15 pct. og 4 pct. for borgere over 55 år.

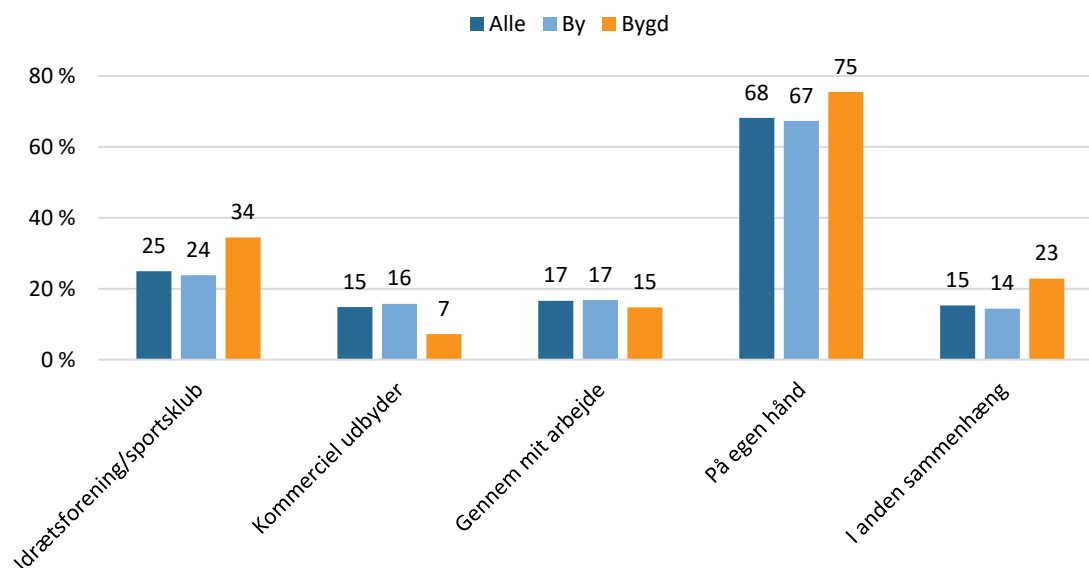
Figur 3.7: Organiseringsformer blandt voksne fordelt på køn og alder (pct.)



Figuren viser voksnes organiseringsformer. Respondenterne blev først bedt om at angive, hvilke idrætsaktiviteter de har dyrket regelmæssigt i løbet af det seneste år. Derefter blev de spurgt 'I hvilken sammenhæng har du dyrket dine aktiviteter?'. Fordelt på køn og alder (n=1.409).

Der ses også nogle tydelige forskelle mellem byer og bygder. Mens deltagelse i foreningsidrætten er mere udpræget i bygder, er der en markant større andel i byerne, som dyrker deres aktiviteter i kommercielle tilbud (se figur 3.8).

Figur 3.8: Organiseringsformer blandt voksne fordelt på bostedstyper (pct.)



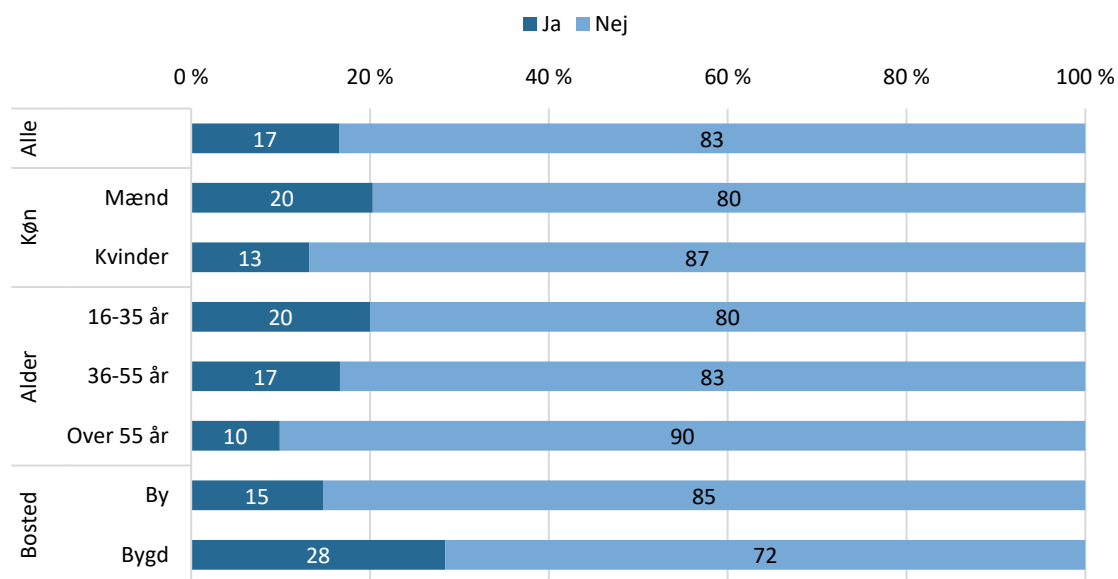
Figuren viser voksnes organiseringsformer. Respondenterne blev først bedt om at angive, hvilke idrætsaktiviteter de har dyrket regelmæssigt i løbet af det seneste år. Derefter blev de spurgt 'I hvilken sammenhæng har du dyrket dine aktiviteter?'. Fordelt på bostedstyper (n=1.409).

Har deltaget i kampe, konkurrencer og turneringer

De respondenter, som har angivet at have dyrket mindst én aktivitet inden for det seneste år, er ydermere blevet spurgt, om de har deltaget i kampe, konkurrencer og turneringer.

Det svarer 17 pct. af den grønlandske befolkning, at de har (se figur 3.9). Flere mænd (20 pct.) end kvinder (13 pct.) angiver at have deltaget i konkurrencesport, mens andelen falder med alderen. Der er ligeledes flere i bygderne (28 pct.) end i byerne (15 pct.), der har deltaget i konkurrencer, kampe og turneringer, hvilket også afspejler den større tilknytning til idrætsforeninger/sportsklubber i bygderne.

Figur 3.9: Andelen af voksne, som har deltaget i kampe, konkurrencer og turneringer (pct.)



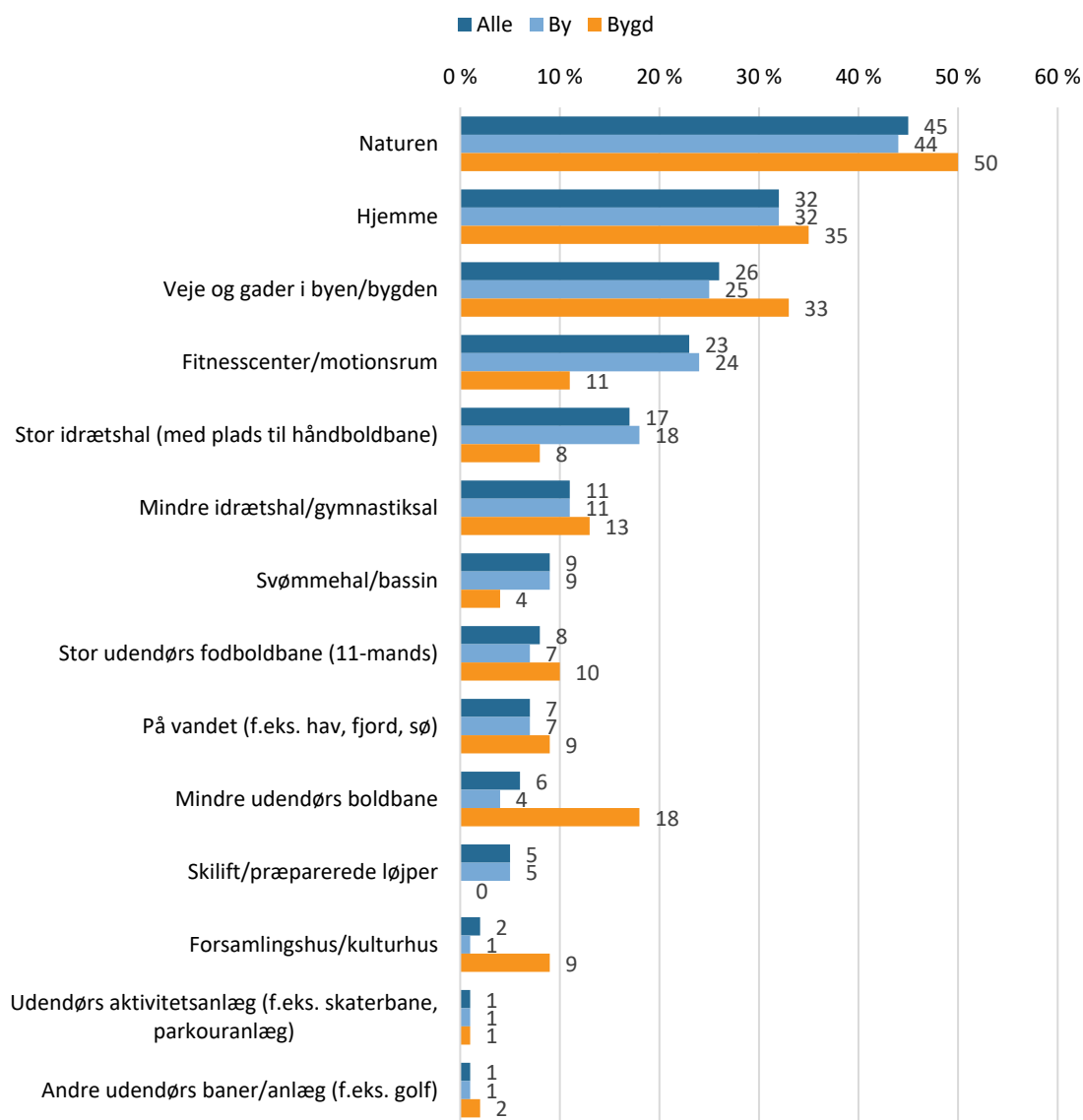
Tabellen viser aktivitetsvalg ud fra spørgsmålet 'Har du deltaget i kampe, konkurrencer eller turneringer inden for det seneste år? (F.eks. GM eller lokale stævner/kampe)'. Fordelt på køn, alder og bostedstype (n=1.409).

Brug af faciliteter

I det følgende afsnit er fokus på, hvilke faciliteter borgerne har anvendt til sport og motion (se figur 3.10). Naturen (56 pct.) er den arena, som flest anvender, efterfulgt af hjemmet (32 pct.), veje og gader i byen/bygden (26 pct.) og fitnesscentre/motionsrum (23 pct.). På femtepladsen og sjettepladsen kommer store idrætshaller (17 pct.) og mindre idrætshaller/gymnastiksale (11 pct.). Knap hver tiende (9 pct.) har benyttet en svømmehal/-bassin.

Der er nogle udprægede forskelle i facilitetsbrugen på tværs af byer og bygder. Mens andelen, der benytter fitnesscentre/motionsrum (24 pct. mod 11 pct.), svømmehaller/-bassin (9 pct. mod 4 pct.) og store idrætshaller (18 pct. mod 8 pct.) er mærkbart større i byerne, fylder mindre udendørs fodboldbaner (18 pct. mod 4 pct.) og forsamlingshuse/kulturhuse (9 pct. mod 1 pct.) noget mere i idrætsbilledet i bygderne.

Figur 3.10: Voksnes brug af faciliteter og arenaer til sport og motion (pct.)



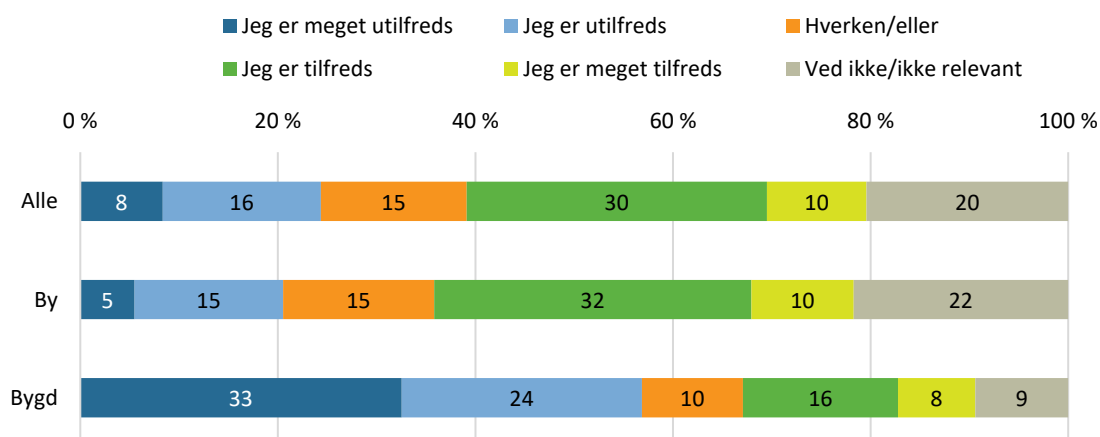
Figuren viser voksnes svar på spørgsmålet 'Hvor har du dyrket dine sports- og motionsaktiviteter? (sæt gerne flere kryds)'. Fordelt på bostedstyper (n=1.409).

Tilfredshed med faciliteter

I undersøgelsen er respondenterne også blevet bedt om at svare på, om de er tilfredse med idrætsfaciliteterne der, hvor de bor.

I alt svarer 40 pct., at de tilfredse eller meget tilfredse, mens knap en fjerdedel (24 pct.) angiver at være utilfredse eller meget utilfredse (se figur 3.11). Der er imidlertid stor forskel på tilfredsheden i byer og bygder. Således angiver mere end halvdelen (57 pct.) af respondenterne i bygderne at være utilfredse/meget utilfredse med idrætsfaciliteterne. Til sammenligning er det kun en femtedel i byerne (20 pct.).

Figur 3.11: Voksnes overordnede tilfredshed med idrætsfaciliteterne i nærområdet (pct.)



Figuren viser voksnes svar på spørgsmålet 'Er du tilfreds med idrætsfaciliteterne der, hvor du bor (uanset om du er aktiv eller ej)?'. Fordelt på bostedstyper (n=1.409).

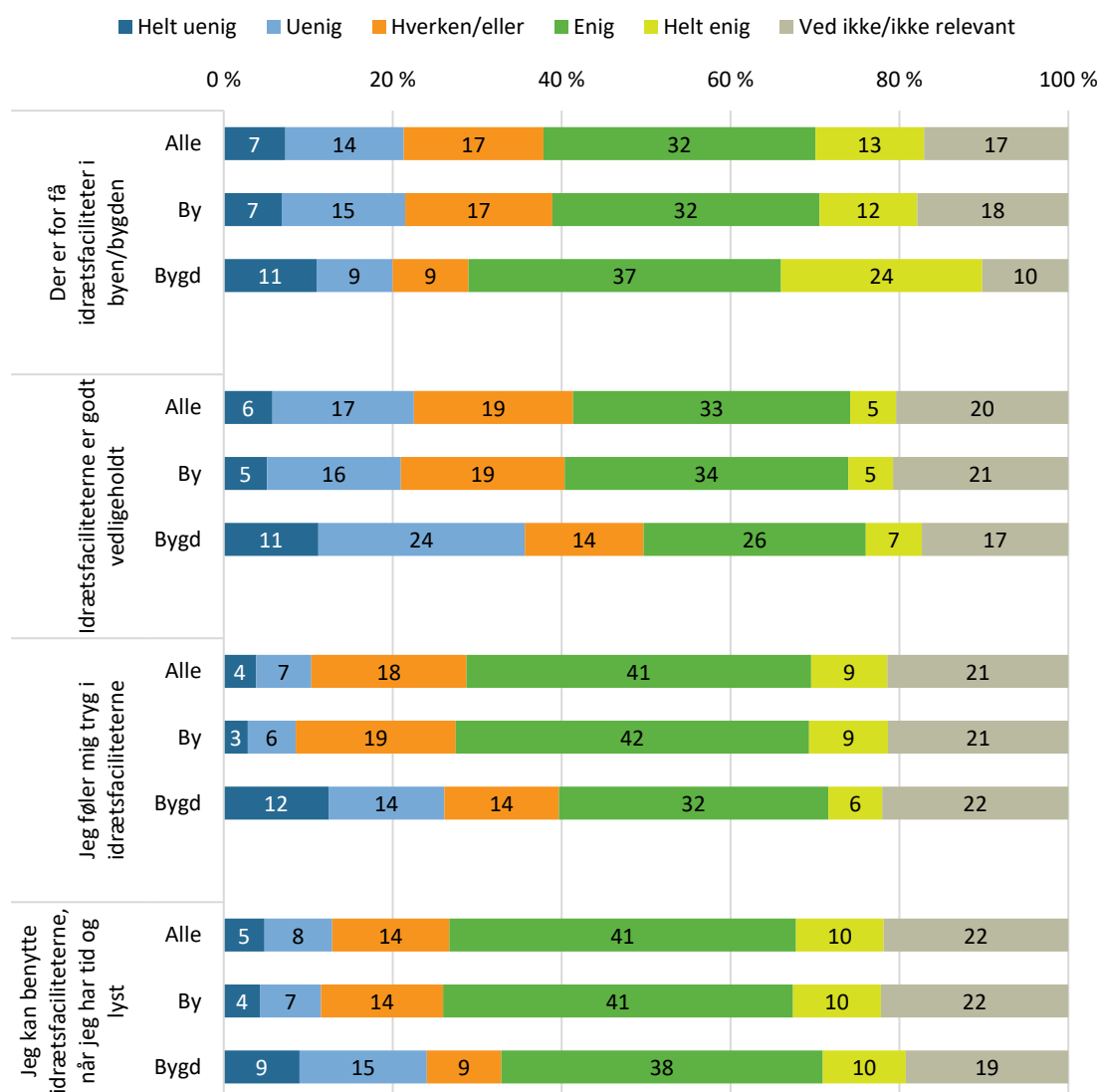
De voksne borgere er ydermere blevet spurgt ind til faciliteternes specifikke forhold. Næsten halvdelen (45 pct.) erklærer sig enige eller meget enige i, at der er for få idrætsfaciliteter i deres by/bygd, mens 38 pct. svarer, at de er enige/meget enige i, at idrætsfaciliteterne er godt vedligeholdt (se figur 3.12).

Halvdelen (50 pct.) af respondenterne angiver, at de føler sig trygge i idrætsfaciliteterne, mens 11 pct. erklærer sig uenige/meget uenige i det. Ligeledes er det halvdelen (49 pct.), som svarer, at de har mulighed for at benytte faciliteterne, når de har tid og lyst.

Ligesom for den generelle tilfredshed er der relativt store forskelle mellem byerne og bygderne på flere af spørgsmålene. F.eks. er det mere end hver fjerde (26 pct.) i bygderne, der erklærer sig uenig eller meget uenig i, at de føler sig trygge i idrætsfaciliteterne, mens det kun er 9 pct. i byerne.

Der er også flere i bygderne (61 pct. mod 44 pct. i byerne), der mener, at der er for få idrætsfaciliteter i deres nærområde, ligesom flere i bygderne angiver (35 pct. mod 21 pct.), at de er uenige/meget uenige i, at idrætsfaciliteterne er godt vedligeholdt.

Figur 3.12: Voksnes holdninger til idrætsfaciliteterne i nærområdet (pct.)



Figuren viser voksnes svar på spørgsmålet 'Hvad synes du ellers om idrætsfaciliteterne der, hvor du bor? Også selvom du måske ikke selv er aktiv (sæt ét kryds i hver række)'. Total og fordelt på bostedstyper (n=1.409).

De voksne er ligeledes blevet stillet en række spørgsmål relateret til foreningerne i deres nærområde. Svarfordelingen på tværs af bostedstyper fremgår af appendiks, tabel 1.4A.

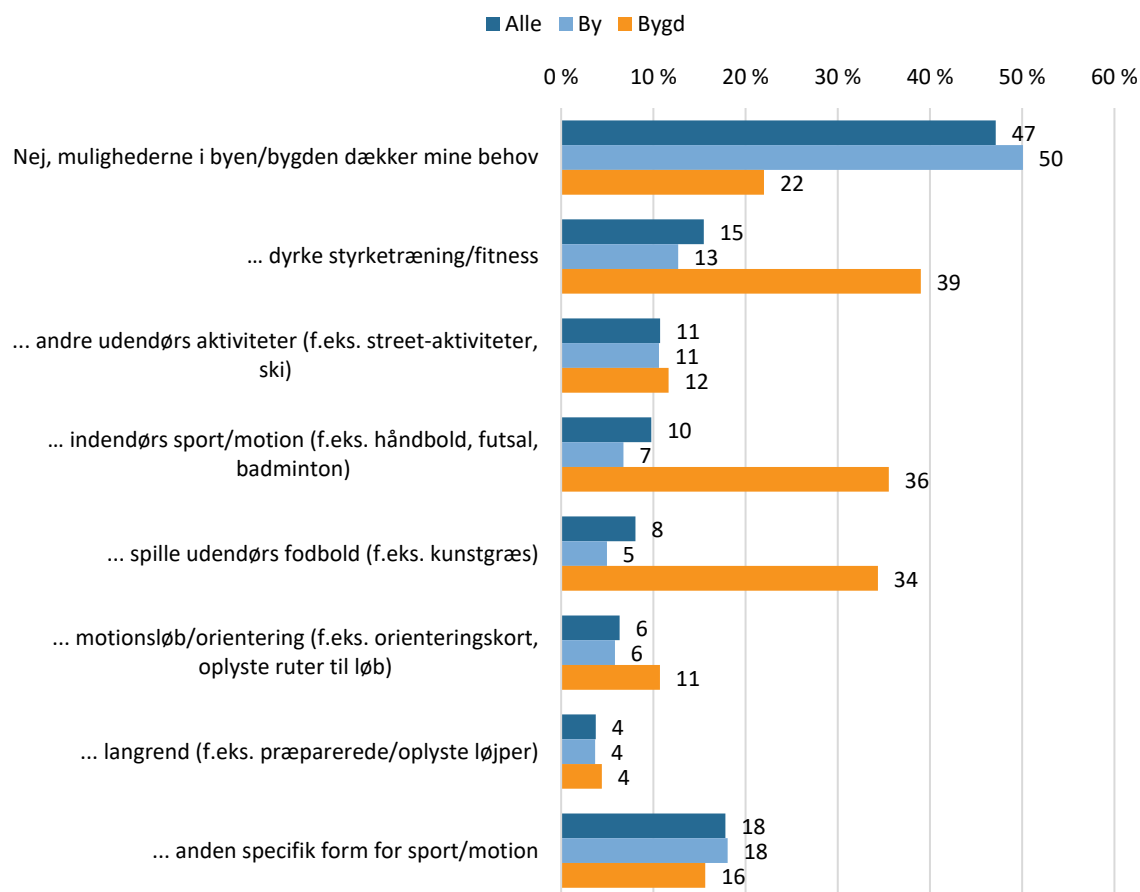
Ønsker til sports- og motionsaktiviteter

I spørgeskemaundersøgelsen er respondenterne blevet bedt om at svare på, om der er nogle aktiviteter, de gerne vil dyrke, som de ikke har mulighed for der, hvor de bor.

Det er knap halvdelen af borgerne, der svarer, at de savner muligheder – og i bygderne er det næsten fire ud af fem (78 pct.), som oplever begrænsninger i udbuddet af idrætstilbud (se figur 3.13).

Det er i særlig grad muligheder for styrketræning/fitness (39 pct.), indendørs sport/motion (f.eks. håndbold, futsal og badminton) (36 pct.) og udendørs fodbold (34 pct.), borgerne i bygderne savner.

Figur 3.13: Aktiviteter, voksne gerne vil dyrke, men som de ikke har mulighed for, fordelt på bostedstyper (pct.)



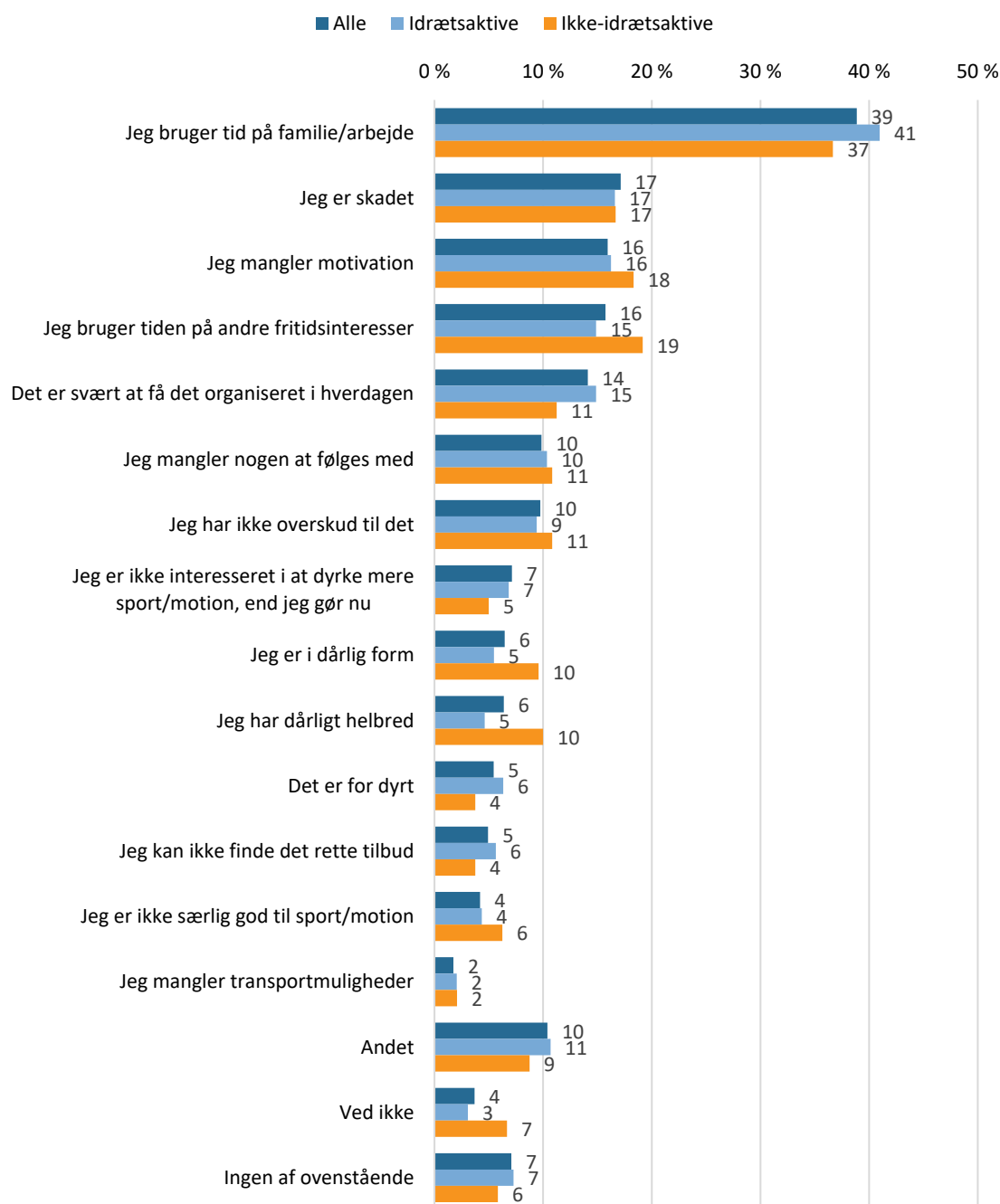
Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Er der aktiviteter, du gerne vil dyrke, men ikke har praktisk mulighed for at dyrke der, hvor du bor? (sæt gerne flere kryds)'. Fordelt på bostedstyper (n=1.409).

Motiver og barrierer for deltagelse i sport og motion

Respondenterne er blevet spurgt til, hvorfor de ikke dyrker mere sport og motion, end det er tilfældet. Her er det i særlig grad mangel på tid, der angives som årsag. Således angiver 39 pct., at de i stedet bruger tiden på familie/arbejde, mens 16 pct. angiver, at de bruger tiden på andre fritidsinteresser (se figur 3.14).

Idrætsaktive og ikke-idrætsaktive giver mange af de samme årsager til ikke at dyrke mere sport/motion, end de gør. Dobbelt så mange ikke-idrætsaktive som idrætsaktive svarer dog, at det skyldes dårligt helbred (10 pct. mod 5 pct.), eller at de er i dårlig form (10 pct. mod 5 pct.).

Figur 3.14: Årsager til ikke at dyrke mere sport/motion (pct.)



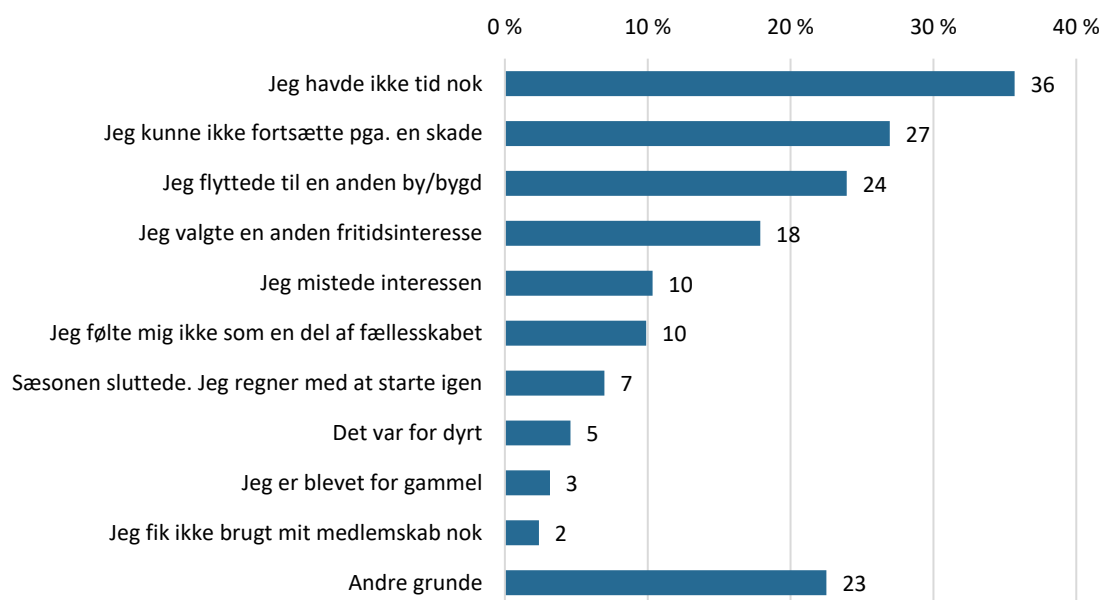
Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvad afholder dig fra at dyrke mere sport/motion, end du gør nu? (vælg op til tre grunde)'. Fordelt på idrætsaktive og ikke-idrætsaktive (n=1.409).

Årsager til at stoppe med foreningsidræt

De borgere, som har angivet, at de har dyrket foreningsidræt inden for det seneste år, er ydermere blevet bedt om at svare på, om de er stoppet i en idrætsforening inden for det seneste år. Det svarer godt en tredjedel (34 pct.), at de er.

Her peger resultaterne ligeledes på, at tid er den primære faktor. Årsagerne fremgår af figur 3.15, hvor den hyppigst angivne årsag til at stoppe er mangel på tid (36 pct.) efterfulgt af skader (27 pct.), flytning (24 pct.) og valg af andre fritidsinteresser (18 pct.).

Figur 3.15: Årsager til at voksne er stoppet i en idrætsforening/sportsklub (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvorfor stoppede du som aktiv i idrætsforeningen/sportsklubben? (sæt gerne flere kryds)? (vælg op til tre grunde)' blandt dem, der et stoppet med en foreningsaktivitet inden for det seneste år (n=128).

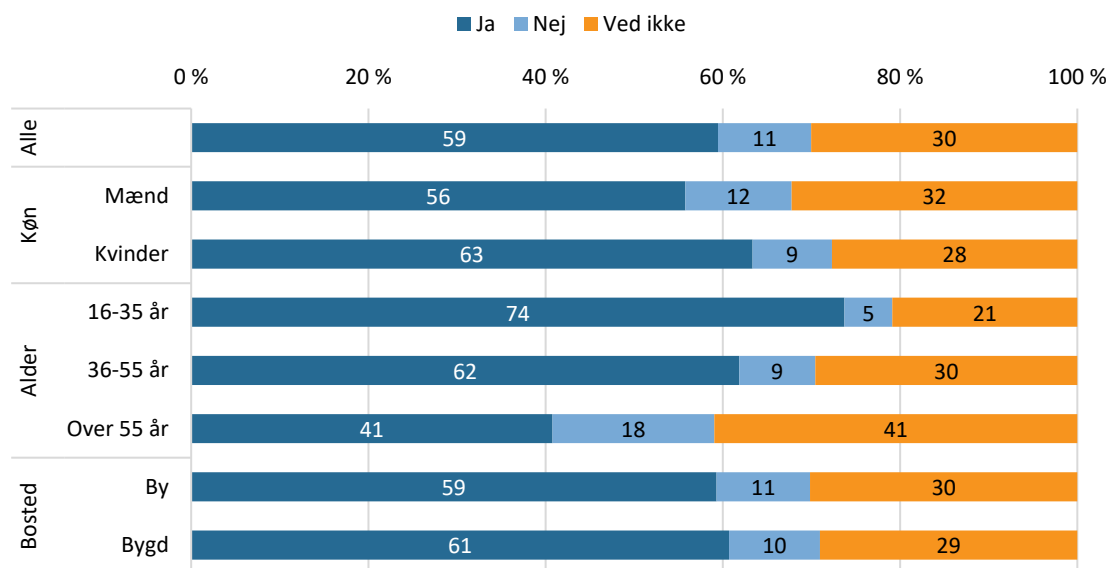
Ønsker om at dyrke mere sport og motion

Borgere, som har svaret 'nej' eller 'ja, men ikke for tiden' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion', er også blevet bedt om at tage stilling til, om de gerne vil i gang med dyrke at sport og motion.

Det svarer hele 59 pct., at de gerne vil, mens relativt få (11 pct.) svarer 'nej' til spørgsmålet (se figur 3.16). Knap en tredjedel svarer 'ved ikke'.

Andelen, der svarer 'ja', falder med alderen, mens lidt flere kvinder (63 pct.) end mænd (56 pct.) har et ønske om at komme i gang. Der er ingen forskelle mellem borgerne i byer og bygder.

Figur 3.16: Andelen af voksne, som gerne vil i gang med at dyrke sport/motion (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Vil du gerne i gang med at dyrke sport/motion?' blandt dem, som har svaret 'nej' eller 'ja, men ikke for tiden' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion' (n=946).

Frivillighed

I dette afsnit rettes blikket mod frivillighed. Først er respondenterne blevet spurgt, i hvilket omfang de udøver frivilligt arbejde i en idrætsforening/sportsklub. Tabel 3.3 viser, at en tredjedel af de adspurgte borgere er frivillige (33 pct.), hvoraf flest hjælper til ved enkeltstående arrangementer (17 pct.). De 36-55-årige påtager sig i lidt højere grad tjansen som frivillige end de unge og ældre, mens der ingen umiddelbare forskelle er på tværs af køn.

En større andel er frivillige i bygderne. Her svarer næsten halvdelen (46 pct.), at de yder frivilligt arbejde i en idrætsforening/sportsklub, mens det til sammenligning er knap hver tredje (31 pct.) i byerne, hvilket stemmer fint overens med, at foreningsidræt generelt fylder mere i bygderne.

Tabel 3.3: Andelen af voksne, der udfører frivilligt arbejde i en idrætsforening/sportsklub (pct.)

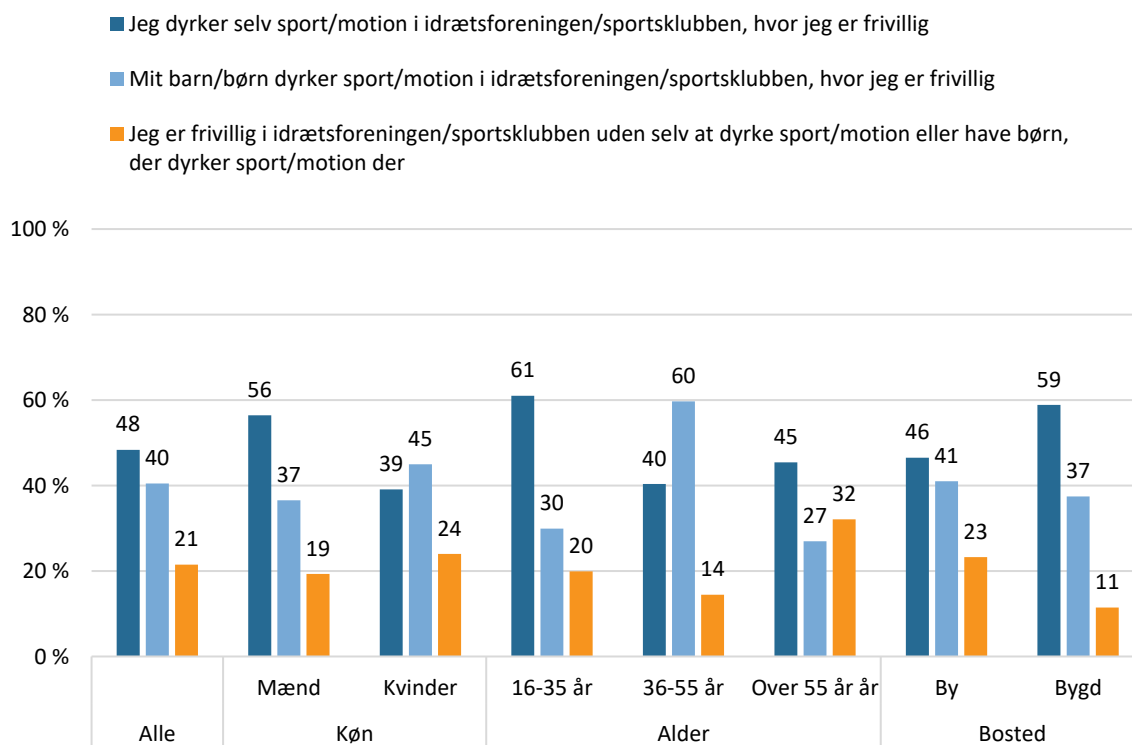
	Total	Køn		Alder			Bosted	
		Mænd	Kvinder	16-35 år	36-55 år	Over 55 år	By	Bygd
Jeg er leder/har en tillids-/bestyrelses-/udvalgspost	6	6	5	3	9	5	5	8
Jeg laver administrativt arbejde	4	4	4	1	6	4	4	1
Jeg laver praktisk arbejde	6	5	7	4	6	6	5	7
Jeg hjælper til ved enkeltstående events/arrangementer	17	17	18	17	22	14	16	27
Jeg er træner/instruktør/hjælpeinstruktør	5	6	4	4	9	4	5	7
Jeg er dommer	1	2	1	1	1	2	2	0
Jeg er med til at skaffe midler til aktiviteter ved ansøgninger, sponsoraf-taler eller pengeindsam-linger	6	6	6	2	10	6	6	6
Jeg udfører andet frivil-ligt arbejde	7	8	7	6	9	7	7	14
Nej, jeg er ikke frivillig i en idrætsforening /sportsklub	67	67	68	72	60	69	69	54

Tabellen viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Udfører du én eller flere af nedenstående former for frivilligt arbejde i en idrætsforening/sportsklub? (Sæt gerne flere kryds)'. Fordelt på køn, alder og bostedstype (n=1.409).

Størstedelen af de frivillige har tilknytning til idrætsforeningen/sportsklubben enten gennem deres eget (48 pct.) eller deres barns medlemskab (40 pct.) (se figur 3.17). Der ses også et naturligt skift i forhold til livsfaser. Den yngste gruppe (16-35 år) dyrker oftest selv sport/motion i den pågældende idrætsforening/sportsklub, hvor de er frivillige, mens de 36-55-årige i højere grad er frivillige med udgangspunkt i deres børns medlemskab. Gruppen over 55 år er oftere frivillige uden at være medlemmer eller have børn i idrætsforeningen/sportsklubben (32 pct.).

Ligeledes er befolkningen i byerne oftere frivillige uden selv at være idrætsaktive i idrætsforeningen/sportsklubben eller have børn, der er det (23 pct. mod 11 pct. i bygderne).

Figur 3.17: I hvilken forbindelse er de voksne frivillige (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'I hvilken forbindelse er du frivillig? (Sæt gerne flere kryds)' blandt dem, som har svaret, at de arbejder frivilligt i en idrætsforening/sportsklub. Fordelt på køn, alder og bostedstype (n=470).

Interesse i frivillighed blandt ikke-frivillige

De borgere, som ikke er frivillige, er blevet spurgt, om de i fremtiden kunne være interesserede i at bidrage som frivillige, hvis en idrætsforening/sportsklub spurgte om deres hjælp.

Det svarer næsten halvdelen (47 pct.), at de kunne være interesserede i, hvor flest angiver interesse i at hjælpe til ved enkeltstående arrangementer (23 pct.) (se tabel 3.4). På den måde synes der at være et potentiale i forhold til at rekruttere flere frivillige. Mens der kun er mindre forskelle mellem kønnene – primært i forhold til, hvilke opgaver de er interesserede i at varetage – falder interessen for frivilligt arbejde med alderen.

Tabel 3.4: Ikke-frivilliges interesse i at være frivillige (pct.)

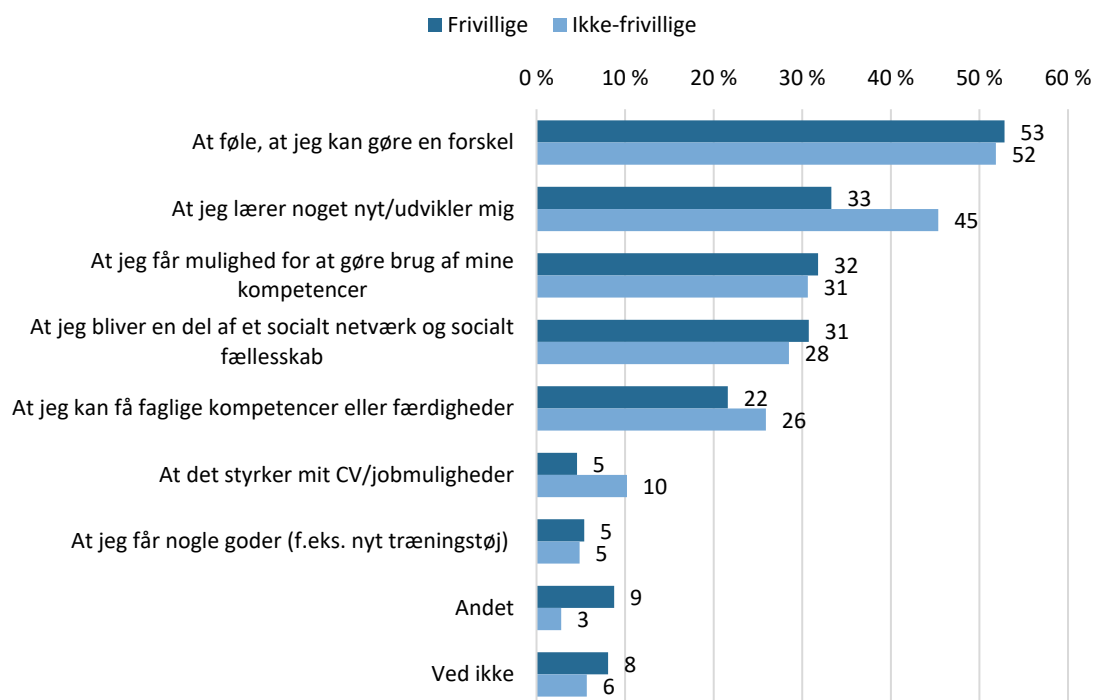
	Total	Køn		Alder			Bosted	
		Mænd	Kvinder	16-35 år	36-55 år	Over 55 år	By	Bygd
Jeg kunne godt være interesseret i at hjælpe til med leder-/bestyrelsesarbejde	10	11	9	12	12	7	10	14
... hjælpe til med administrativt arbejde	7	5	9	7	7	6	7	2
... hjælpe til med praktisk arbejde	9	7	11	13	7	7	9	11
... hjælpe til ved enkeltstående events/arrangementer	23	22	24	27	24	18	23	26
... hjælpe til som træner/instruktør/hjælpeinstruktør	7	8	5	11	8	1	7	5
... hjælpe til som dommer	2	3	1	3	3	0	2	1
... hjælpe til med at skaffe midler til aktiviteter ved ansøgninger, sponsoraftaler eller pengeindsamlinger	5	6	5	5	5	5	5	1
Jeg kunne muligvis være interesseret i andre opgaver som frivillig	9	10	9	9	10	10	9	9
Nej, jeg er ikke interesseret i frivilligt arbejde.	53	52	53	46	51	62	53	49

Tabellen viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Kunne du i fremtiden være interesseret i at bidrage som frivillig, hvis en idrætsforening/sportsklub spurgte om din hjælp? (sæt flere gerne flere kryds)' blandt dem, som har angivet, at de ikke er frivillige. Fordelt på køn, alder og bostedstype (n=470).

Motivationsfaktorer blandt frivillige og ikke-frivillige

Ser man på motivationsfaktorerne til frivilligt arbejde ud fra spørgsmålene 'Hvad er vigtigt for dig i forhold til at være frivillig?' (frivillige) og 'Hvad ville være vigtigt for dig, hvis du skulle være frivillig?' (ikke-frivillige), så er det mange af de samme forhold, der motiverer de to grupper – og i særlig grad det at føle, man gør en forskel (se figur 3.18). De ikke-frivillige har dog i højere grad fokus på, at de lærer noget nyt/udvikler sig (45 pct. mod 33 pct.), og at det styrker deres CV/jobmuligheder (10 pct. mod 5 pct.).

Figur 3.18: Voksnes holdninger til, hvad der er vigtigt, når man er/hvis man skal være frivillig (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålene 'Hvad er vigtigt for dig i forhold til at være frivillig? (Sæt flere gerne flere kryds)' og 'Hvad ville være vigtigt for dig, hvis du skulle være frivillig? (sæt gerne flere kryds)'. Fordelt på frivillige (n=470) og de ikke-frivillige, som angiver, at de kunne være interesserede i frivilligt arbejde (n=458).

Fysiske og psykiske funktionsnedsættelsers sammenhæng med at dyrke sport og motion

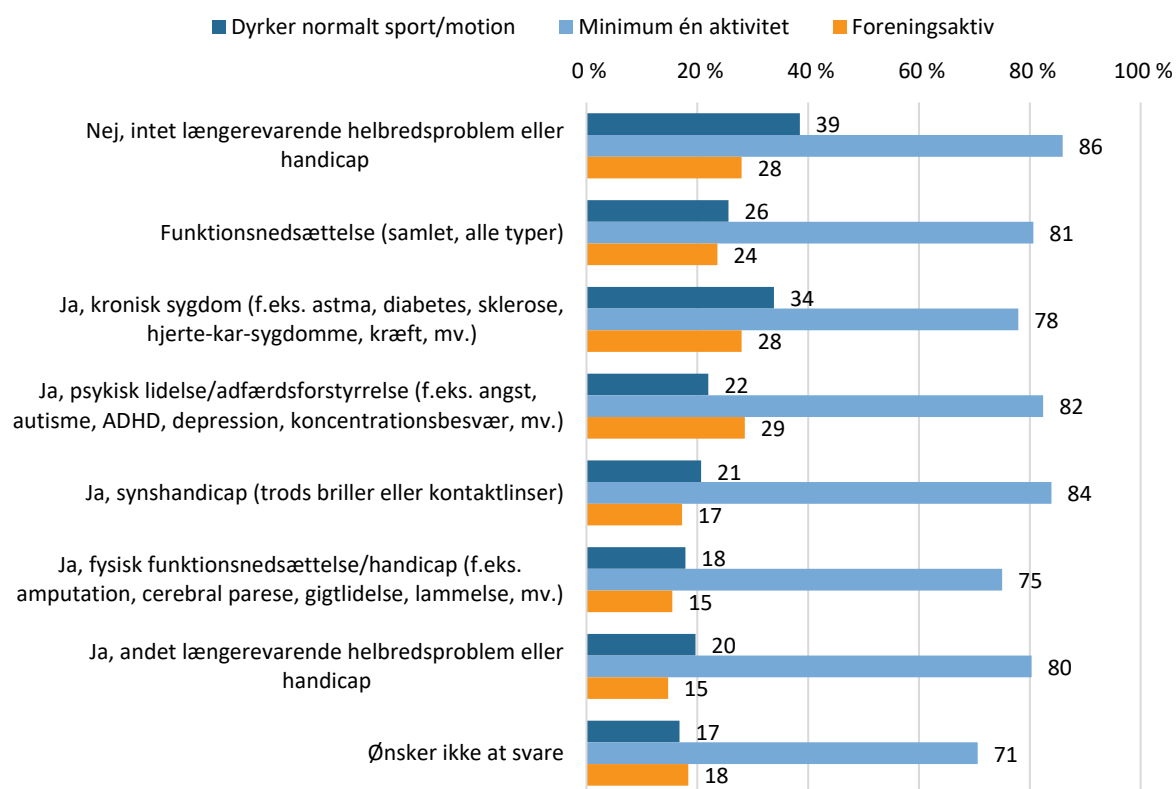
Helbredsudfordringer eller handicap kan være en barriere i forhold til at dyrke sport og motion. Derfor er respondenterne i undersøgelsen blev bedt om at svare på, om de har en fysisk eller psykisk funktionsnedsættelse.

Det svarer 28 pct. af respondenterne, at de har i en eller anden grad, mens yderligere 10 pct. ikke ønsker at besvare spørgsmålet.

Borgere, som angiver at have fysiske eller psykiske funktionsnedsættelser, er generelt mindre tilbøjelige til at svare 'ja' til normalt at dyrke sport/motion (26 pct. mod 39 pct.) (se figur 3.19). Forskellen er imidlertid ikke så stor for gruppen med kroniske sygdomme – her svarer 34 pct., at de normalt dyrker sport/motion.

Forskellen er mindre både i forhold til andelen, som dyrker minimum én idræt (81 pct. mod 86 pct.), og i relation til andelen, som er foreningsaktive (24 pct. mod 28 pct.). Der er imidlertid nogle ret store forskelle mellem de enkelte grupper. Borgere, som angiver at have en kronisk sygdom (28 pct.) eller en psykisk lidelse/adfærdsforstyrrelse (29 pct.), er i lige så høj grad foreningsaktive som gruppen uden helbredsproblemer/handicap (28 pct.), mens borgere i de andre grupper er noget mindre foreningsaktive.

Figur 3.19: Andel voksne, som dyrker sport/motion, fordelt på forskellige former for funktionsnedsættelser (pct.)



Figuren viser (1) andelen, som angiver, at de normalt dyrker sport/motion, (2) andelen, som angiver at have dyrket minimum én aktivitet det seneste år, og (3) andelen, som angiver at have dyrket minimum én foreningsaktivitet det seneste år fordelt på forskellige former for funktionsnedsættelser ud fra spørgsmålet 'Har du en fysisk eller psykisk funktionsnedsættelse? (angiv gerne flere svar)' (n=1.409).



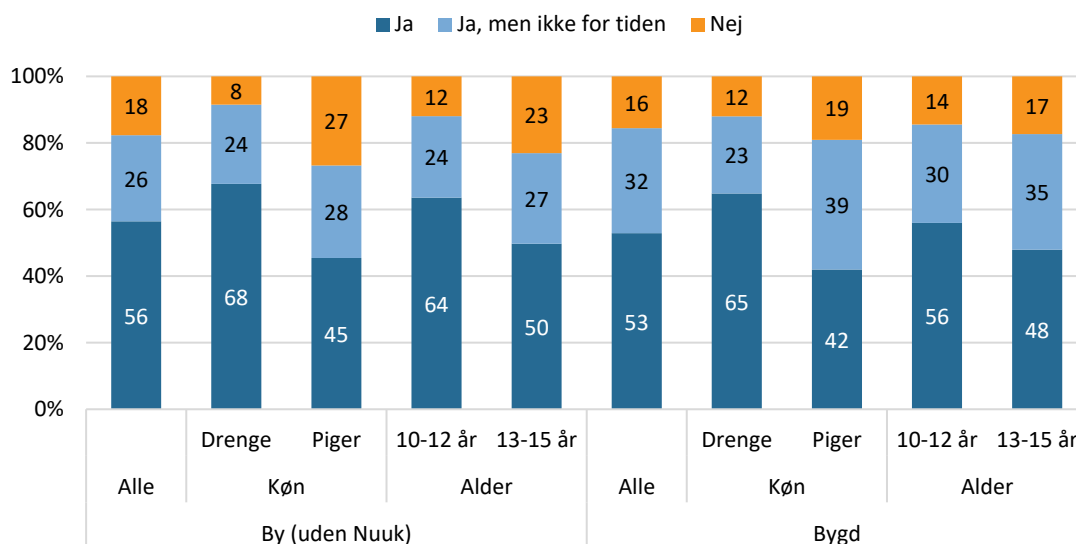
Del 4: Idrætsvaner blandt børn og unge (10-15 år)

Denne del af undersøgelsen præsenterer en detaljeret afrapportering af børn og unges deltagelse i idræt, sport og motion i 2025. Analysen er baseret på svar fra 636 børn og unge bosat i byer og bygder i Grønland. Der er ikke udarbejdet et samlet landsresultat for børn og unge, da undersøgelsen ikke omfatter besvarelser fra børn og unge i Nuuk.

Overordnet idrætsdeltagelse

Omkring halvdelen af børn i byer (56 pct.) og bygder (53 pct.) i Grønland dyrker normalt sport eller motion². Drengene er mere aktive end piger, og deltagelsen falder med alderen (se figur 4.1).

Figur 4.1: Andelen af børn, der dyrker sport/motion (pct.)



Figuren viser svarfordelinger på spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?'. Fordelt på køn og alder for hhv. byer (uden Nuuk) (n=379) og bygder (n=257).

Valg af idrætsaktiviteter

Ud fra en liste over idræts- og fritidsaktiviteter er børn blevet bedt om at angive, hvilke sports- og motionsaktiviteter de har dyrket regelmæssigt inden for det seneste år. De har således haft mulighed for at angive flere forskellige aktiviteter.

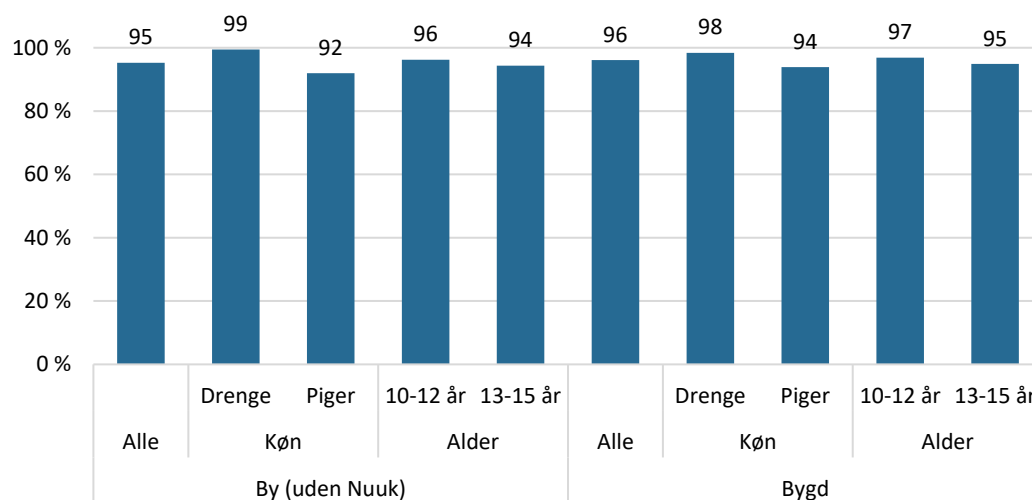
Som figur 4.2 viser, angiver tæt på alle børn i både byer (95 pct.) og bygder (96 pct.), at de har dyrket mindst én sports- og motionsaktivitet inden for det seneste år (se figur 4.2).

² Selvom der ses mindre forskelle mellem byer og bygder, er disse variationer ikke store nok til at være statistisk signifikante. Det betyder, at deltagelsen overordnet set er den samme i de to bytyper – både blandt alle børn samlet samt på tværs af køn og aldersgrupper.

Dermed ligger andelen cirka 40 procentpoint højere end andelen, der har svaret, at de normalt dyrker sport/motion.

Også for denne opgørelse gælder, at deltagelsen er højere blandt drenge end piger, om end forskellen er mindre. Til forskel fra før er der for denne opgørelse ingen forskelle på tværs af aldersgrupper.

Figur 4.2: Andelen, som har dyrket minimum én aktivitet inden for det seneste år (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvilke af følgende sports-/motionsaktiviteter har du dyrket regelmæssigt inden for de seneste 12 måneder? (sæt gerne flere kryds)'. Fordelt på køn og alder for hhv. byer (uden Nuuk) (n=379) og bygder (n=257).

Børns valg af aktiviteter fremgår af tabel 4.1 opdelt på køn og alder for henholdsvis byer og bygder. Fodbold er den mest udbredte aktivitet blandt børn – både i byer og bygder (se tabel 4.1). Dernæst følger futsal, løb, svømning, vandreture/gåture, gymnastik og jagt. Rækkefølgen varierer lidt mellem byer og bygder, men de samme aktiviteter dominerer top-7.

Selvom toplistens domineres af de samme aktiviteter, er der dog en række forskelle mellem byer og bygder.

Fodbold, løb, vandreture/gåture, hundslæde og arctic sport er mere udbredt i bygderne end i byerne. Omvendt spiller flere børn i byerne badminton. Deltagelsen i de øvrige aktiviteter ligger på omtrent samme niveau i byer og bygder, når man ser på gruppen af børn samlet.

Set på tværs af køn og alder er flere aktiviteter mere udbredt i bygderne end i byerne. Det gælder især vandreture, hundslæde og arctic sport, som både piger, drenge og begge aldersgrupper dyrker oftere i bygderne end i byerne. Blandt de 13-15-årige er flere aktiviteter desuden mere udbredt i bygderne end i byerne: Fodbold blandt piger, løb og gymnastik blandt drenge samt cykling blandt både drenge og piger.

Kun få aktiviteter er betydeligt mere udbredt i byerne: Badminton blandt piger og de 13-15-årige, håndbold blandt de 10-12-årige samt styrketræning blandt piger.

Aktivitetsmønstrene varierer desuden mellem drenge og piger. Fodbold, futsal, jagt, styrketræning, skateboard og cykling er mere udbredt blandt drenge i både byer og bygder, mens piger oftere dyrker vandreture. I bygderne er også løb, gymnastik og arctic sport mere udbredt blandt drenge, mens volleyball og dans er mere udbredt blandt piger i byerne.

Der er også forskelle mellem de yngste og de ældste børn. Svømning er mere udbredt blandt de yngste end de ældste – både i byer og bygder. I byerne er løb, gymnastik og skateboard mere udbredt blandt de yngste. I bygderne er jagt mere udbredt blandt de yngste, mens cykling er mere udbredt blandt de ældste.

Tabel 4.1: De mest populære sports- og motionsaktiviteter fordelt på køn og alder for hhv. byer (uden Nuuk) og bygder (pct.)

	By (uden Nuuk)					Bygd				
	Alle	Køn		Alder		Alle	Køn		Alder	
		Drenge	Piger	10-12 år	13-15 år		Drenge	Piger	10-12 år	13-15 år
Fodbold	41	60	23	43	39	51	61	42	50	53
Futsal	38	53	22	37	38	33	52	16	31	38
Løb	37	41	34	43	32	47	60	34	48	46
Svømning	31	31	31	37	25	31	31	31	35	26
Vandreture/gåture	31	26	36	30	31	42	31	51	43	39
Gymnastik	27	24	31	35	20	32	39	25	32	33
Jagt (som fritidsaktivitet)	23	33	12	23	23	25	41	10	28	20
Styrketræning	22	27	18	21	24	18	27	10	19	17
Cykling/mountainbike (som fritidsaktivitet)	12	16	8	14	11	13	17	9	9	18
Håndbold	11	10	12	14	8	7	6	8	6	7
Skateboard/parkour /BMX	10	14	5	15	5	8	13	4	6	12
Alpint/snowboard	10	12	7	13	7	6	9	3	6	5
Hundeslæde (som fritidsaktivitet)	10	12	8	12	8	21	23	18	23	16
Badminton	9	7	12	7	11	2	2	3	3	2
Volleyball	8	1	17	11	6	13	10	16	13	13
Kajak	8	8	7	10	6	7	9	5	8	5
Bordtennis	7	8	6	9	6	12	11	12	14	8
Dans	7	3	11	8	6	10	8	11	10	10
Fitness-holdtræning	6	6	7	6	7	4	2	6	4	4
Langrend/skiskydning	6	6	6	8	5	5	7	2	6	2
Anden boldspilsaktivitet	6	4	7	6	5	12	14	11	16	7
Anden fitness- og motionstræning	5	5	5	6	5	4	3	5	4	3

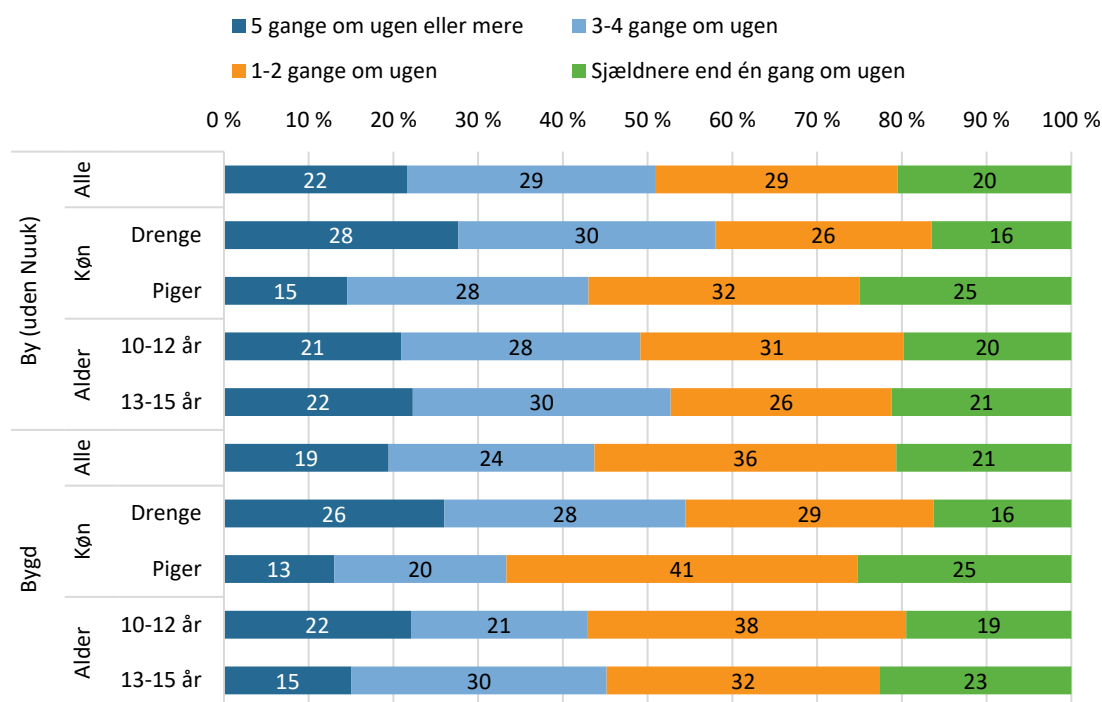
Taekwondo	5	3	7	5	5	2	3	2	3	2
Yoga/afspænding	4	2	7	4	4	2	2	2	2	2
Spinning/kondicykel	3	4	3	5	2	5	6	5	4	6
Anden kampsport (f.eks. karate, boksning)	3	5	2	4	2	2	3	2	3	1
Crossfit	3	4	2	3	3	4	4	3	1	7
Arctic sports (f.eks. One foot, Stick pull)	3	3	2	3	2	14	22	7	15	12

Tabellen viser aktivitetsvalg ud fra spørgsmålet 'Hvilke af følgende sports-/motionsaktiviteter har du dyrket regelmæssigt inden for de seneste 12 måneder? (sæt gerne flere kryds)'. Fordelt på køn og alder for hhv. byer (uden Nuuk) (n=379) og bygder (n=257).

Hyppighed

Figur 4.3 viser, hvor ofte de idrætsaktive børn dyrker sport og motion. Børn i både byer og bygder følger det samme mønster: Omtrent halvdelen af de idrætsaktive børn dyrker idræt mindst tre gange ugentligt, og omkring hver femte gør det mindre end én gang ugentligt. Drengene træner oftere end piger, mens aktivitetsniveauet er ens på tværs af alder.

Figur 4.3: Hyppighed (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor ofte dyrker du normalt sport/motion?' blandt dem, som angiver at have dyrket mindst én aktivitet. Fordelt på køn og alder for hhv. byer (uden Nuuk) (n=379) og bygder (n=257).

Fysisk aktivitet i sommer- og vinterperioden

Da adgangen til natur og udendørs faciliteter i Grønland varierer betydeligt mellem årstiderne, er børnene blevet bedt om at beskrive deres fysiske aktivitetsniveau i henholdsvis sommer- og vinterperioden.

Tabel 4.2 viser, at forskellene mellem sommer og vinter er begrænsede. Kun lidt flere børn angiver i vinterperioden, at de læser, ser tv eller har anden stillesiddende aktivitet, som repræsenterer det laveste aktivitetsniveau.

Tabel 4.2: Fysisk aktivitet i sommer- og vinterperioden (pct.)

	By (uden Nuuk)		Bygd	
	Sommer	Vinter	Sommer	Vinter
Læser, ser fjernsyn eller har anden stillesiddende beskæftigelse	28	32	26	33
Får lettere motion mindst fire timer om ugen, f.eks. ved gåtur (på indkøb eller til og fra arbejde) eller ved lettere husarbejde	23	17	25	17
Får lejlighedsvis motion f.eks. ved idræt eller anden fysisk aktivitet	18	18	23	24
Dyrker idræt eller har andre fysisk krævende aktiviteter mindst fire timer om ugen	14	16	15	14
Dyrker idræt og træner hårdt flere gange om ugen	17	17	12	12

Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvis vi ser på det sidste år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af din fysiske aktivitet i fritiden?'. Opdelt på sommer- og vinterperioden for hhv. byer (uden Nuuk) (n=379) og bygder (n=257).

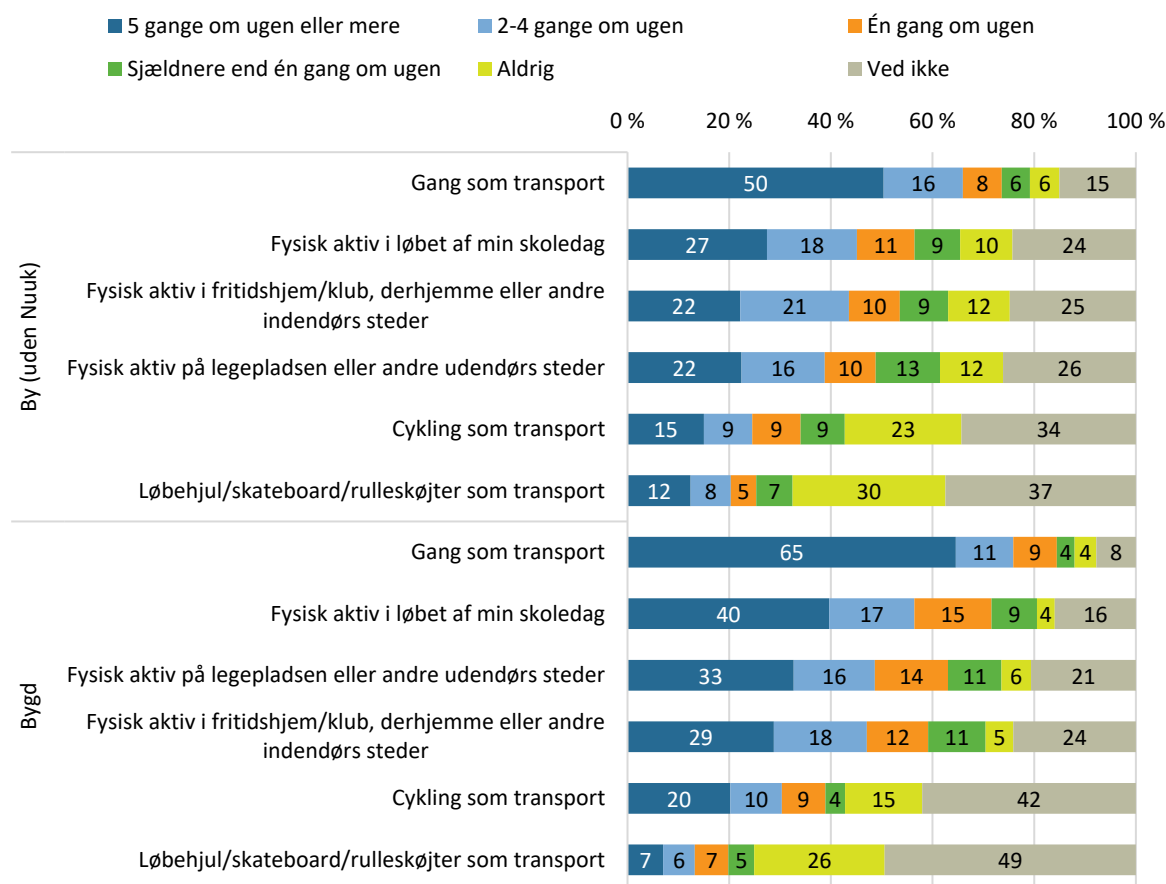
Anden fysisk aktivitet

Børnene er også blevet spurgt ind til deres fysiske aktivitet i forbindelse med transport, i skoledagen og i andre fritidssammenhænge.

Figur 4.4 viser, at gang som transport er den klart mest udbredte form for fysisk aktivitet. De fleste børn går dagligt eller flere gange om ugen både til og fra skole og i andre sammenhænge. Det gælder i både byer og bygder, men er mest udbredt i bygderne. De øvrige transportformer såsom cykling, løbehjul, skateboard, rulleskøjter anvendes derimod sjældent eller slet ikke.

Derudover er mange børn også fysisk aktive flere gange om ugen i skoletiden, i fritidshjem eller klub, derhjemme, indendørs andre steder samt på legepladsen eller andre udendørs områder. Disse former for fysisk aktivitet er generelt også mere udbredt i bygderne end i byerne.

Figur 4.4: Andelen, som er fysisk aktive i andre sammenhænge (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor ofte er du typisk aktiv i nogen af disse sammenhænge i din hverdag? (Hvis det veksler meget i løbet af året, så angiv et gennemsnit)'. Fordelt på byer (n=379) og bygder (n=257).

Organisering af idrætsaktiviteter

I undersøgelsen har børnene angivet, hvordan de idrætsaktiviteter, de har dyrket regelmæssigt det seneste år, er organiseret. Det har været muligt at vælge flere organiseringsformer for samme aktivitet, f.eks. hvis barnet både spiller fodbold i en forening og på egen hånd.

Aktiviteter på egen hånd er den mest udbredte organiseringsform i både byer og bygder (se tabel 4.3). I byerne ligger denne organiseringsform dog på niveau med foreningsaktiviteter. Generelt er foreningsaktiviteter og aktiviteter via kommercielle udbydere mere udbredt i byerne, mens aktiviteter 'på egen hånd' fylder mest i bygderne.

Der er også tydelige køns- og aldersforskelle i måden, børn organiserer deres idrætsaktiviteter på. Drengene deltager oftere end piger i foreningsaktiviteter – både i byer og bygder. I byerne benytter drenge i højere grad kommercielle tilbud, mens der ingen forskelle er på tværs af køn i bygderne. Lidt flere drenge end piger dyrker aktiviteter 'på egen hånd' i byerne, mens flest piger gør det i bygderne.

Deltagelsen i foreningsidræt falder med alderen og særligt i byerne. Forskellene i foreningsdeltagelse mellem byer og bygder er særligt tydelige blandt de yngste piger (ikke vist i tabel 4.3), mens kommercielle tilbud er markant mere udbredt i byerne på tværs af alle grupper.

Tabel 4.3: Organiseringsformer fordelt på køn og alder for hhv. byer og bygder (pct.)

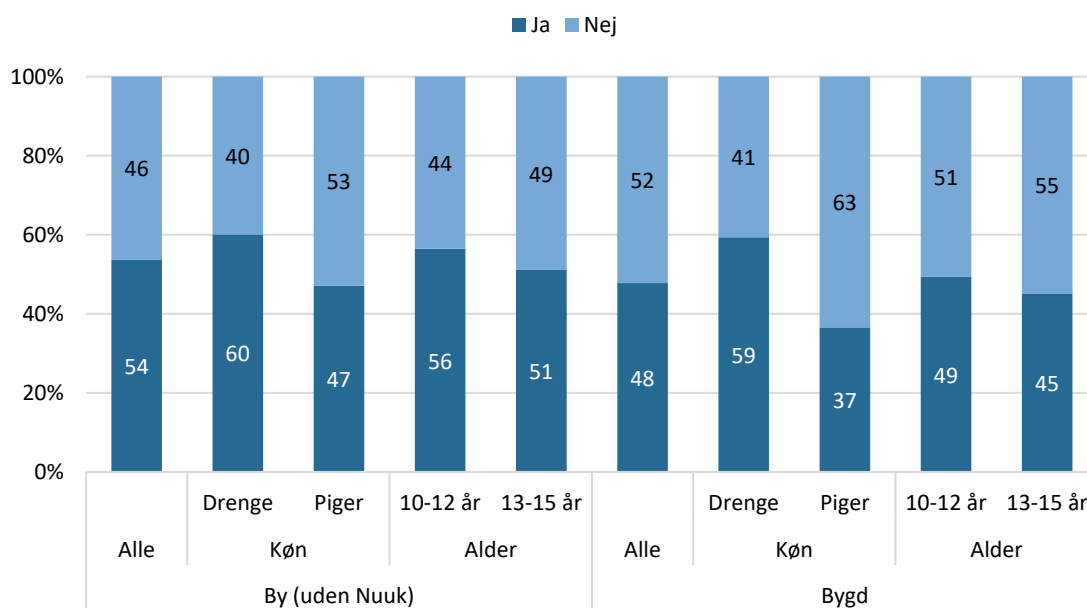
	By (uden Nuuk)					Bygd				
	Alle	Køn		Alder		Alle	Køn		Alder	
		Drenge	Piger	10-12 år	13-15 år		Drenge	Piger	10-12 år	13-15 år
Idrætsforening /sportsklub	66	75	57	73	58	58	75	41	59	55
Kommerciel udbyder	26	31	22	29	23	14	14	14	14	12
På egen hånd	67	70	65	68	66	79	73	84	79	78
I anden sammenhæng	47	50	45	48	46	45	48	41	45	45

Tabellen viser børns organiseringsformer. Respondenterne blev først bedt om at angive, hvilke idrætsaktiviteter de har dyrket regelmæssigt i løbet af det seneste år. Derefter blev de spurgt 'I hvilken sammenhæng har du dyrket dine aktiviteter?'. Fordelt på køn og alder for hhv. byer (n=379) og bygder (n=257).

Deltagelse i kampe, konkurrencer og turneringer

Blandt de børn, der har dyrket minimum én idrætsaktivitet inden for det seneste år, er der spurgt til deres deltagelse i kampe, konkurrencer og turneringer (se figur 4.5). Resultaterne viser, at drenge oftere deltager i disse aktiviteter end piger – både i byer og bygder. Der er ingen væsentlige forskelle på tværs af aldersgrupper.

Figur 4.5: Andelen af idrætsaktive, der har deltaget i kampe, konkurrencer og turneringer (pct.)



Tabellen viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Har du deltaget i kampe, konkurrencer eller turneringer inden for det seneste år? (F.eks. GM eller lokale stævner/kampe)'. Fordelt på køn og alder for hhv. byer (n=) og bygder (n=) blandt dem, der har dyrket minimum én aktivitet inden for det seneste år.

Facilitetsbrug

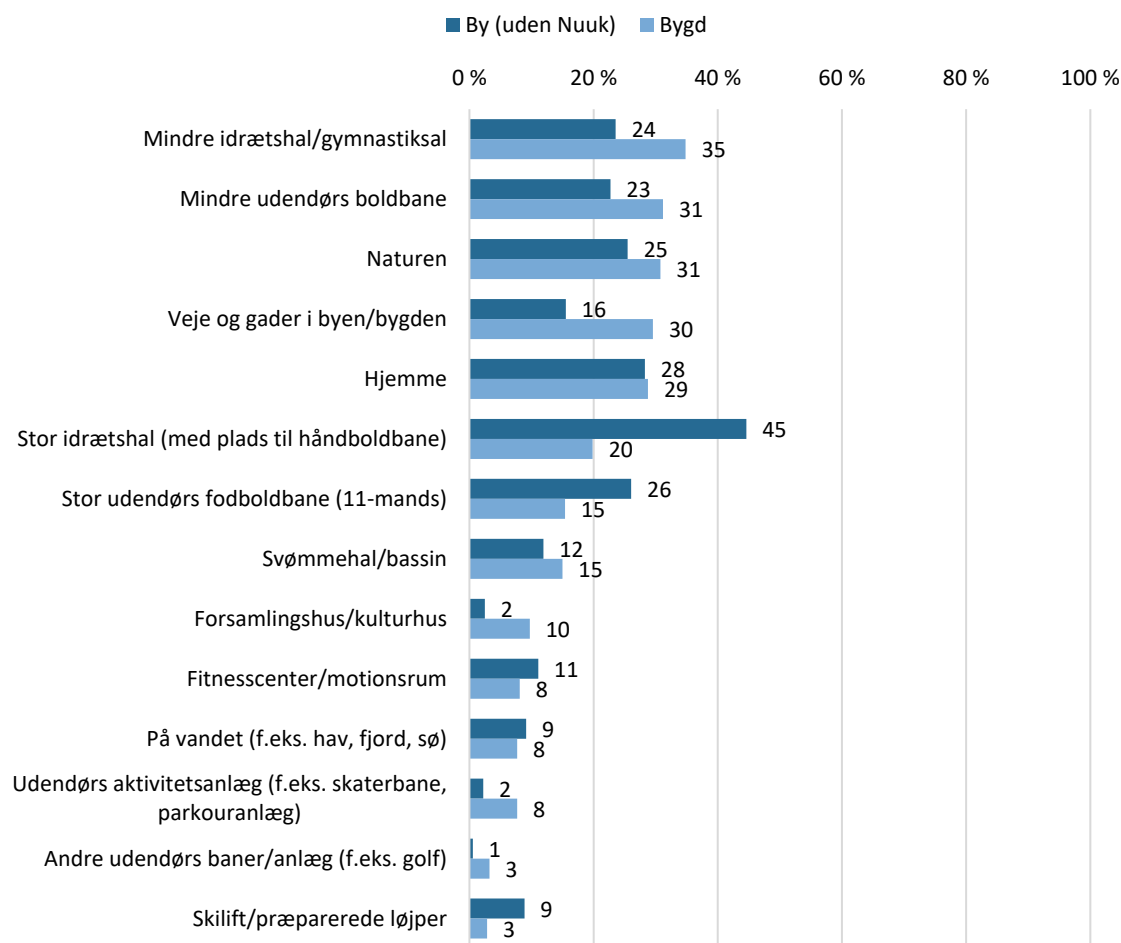
Figur 4.6 viser tydelige forskelle mellem byer og bygder i brugen af idrætsfaciliteter. I byerne er store idrætshaller klart den mest benyttede facilitet. Derudover anvendes hjemmet, store udendørs fodboldbaner (11-mands), naturen, mindre idrætshaller/gymnastiksale og mindre udendørs boldbaner relativt ofte.

I bygderne er brugen mere koncentreret omkring mindre faciliteter. Her er mindre idrætshaller/gymnastiksale den mest anvendte facilitet, efterfulgt af mindre udendørs boldbaner, naturen, veje og gader samt hjemmet. Kultur- og forsamlingshuse anvendes desuden mere i bygderne end i byerne.

Svømmehaller/bassiner benyttes i nogenlunde samme omfang i byer og bygder, mens specialiserede anlæg som skaterbaner, parkouranlæg og skispor generelt anvendes af relativt få – dog lidt oftere i byerne.

Samlet set tyder det på, at børn i byerne i høj grad anvender større og mere specialiserede faciliteter, mens børn i bygderne i større omfang benytter mindre faciliteter og de lokale omgivelser.

Figur 4.6: Børns brug af faciliteter og arenaer til sport og motion (pct.)



Figuren viser børn og unges svar på spørgsmålet 'Hvor har du dyrket dine sports- og motionsaktiviteter? (sæt gerne flere kryds)'. Fordelt byer (n=379) og bygder (n=257).

Holdninger til idrætsforeninger/sportsklubber

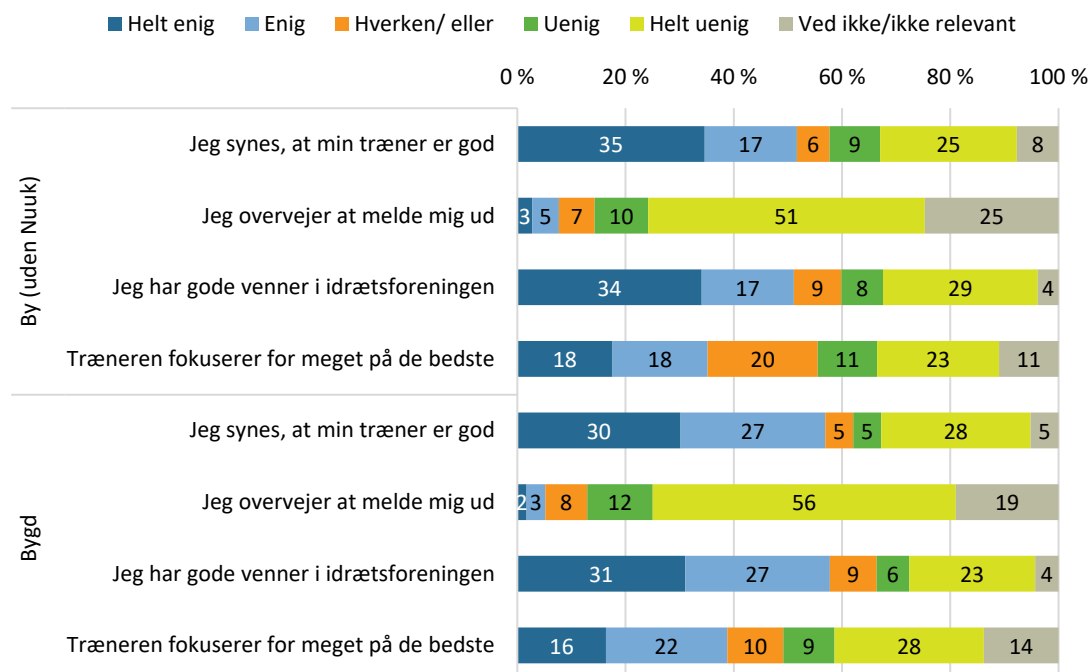
Børn, der fortsat er medlem af en idrætsforening eller sportsklub, er blevet spurgt ind til deres holdninger til klubben.

Figur 4.7 viser overordnet set, at børnene har en positiv holdning til deres idrætsforening eller sportsklub, både i byer og bygder. Et flertal er enige i, at deres træner er god, og mange oplever at have gode venner i foreningen. Når det gælder overvejelser om at melde sig ud, angiver en stor andel – særligt i bygderne – at dette ikke er relevant, hvilket peger på en høj grad af fastholdelse.

Samtidig fremgår det, at en ikke ubetydelig andel af børnene oplever, at træneren har et for stort fokus på præstation og det at være bedst.

Samlet set peger resultaterne på, at relationer til både trænere og venner er centrale for børnenes trivsel i idrætsforeningerne, men også at præstationsfokus kan være et opmærksomhedspunkt.

Figur 4.7: Børns holdninger til idrætsforeninger/sportsklubber i nærområdet (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvad synes du om den idrætsforening/sportsklub, du er medlem af? (sæt et kryds i hver række). Hvis du er medlem af flere så svar ud fra den idrætsforening/sportsklub, hvor du sidst var til træning.' Byer (n=182) og bygder (n=116).

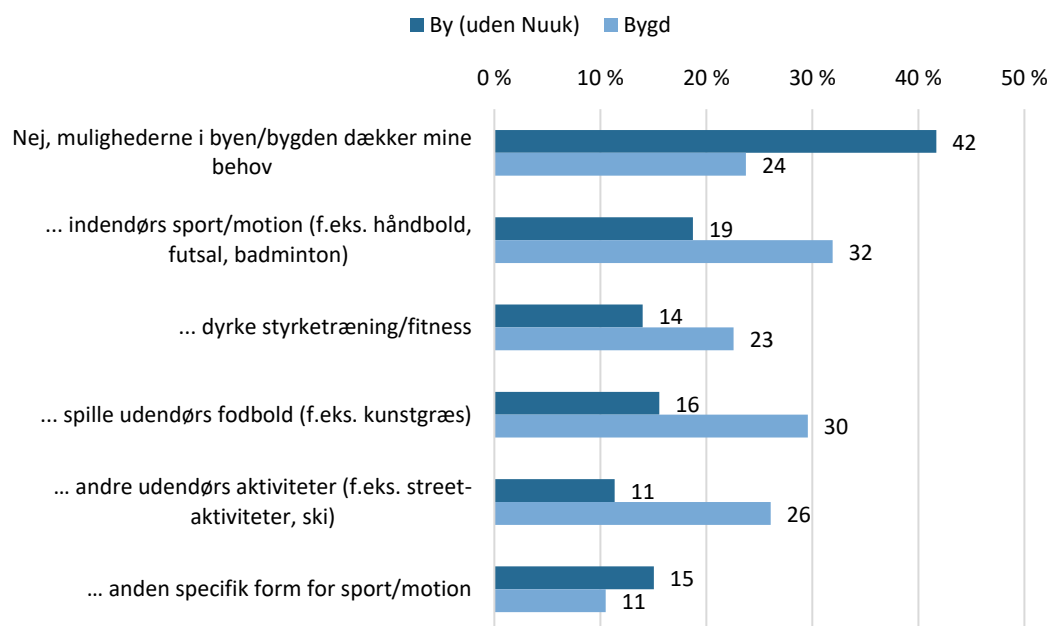
Ønsker til sports- og motionsaktiviteter

Børnene er blevet spurgt, om der er sports- og motionsaktiviteter, de gerne vil dyrke, men som de ikke har mulighed for der, hvor de bor.

Figur 4.8 viser store forskelle mellem byer og bygder. I byerne angiver 58 pct. af børnene, at de oplever begrænsninger i udbuddet af idrætsaktiviteter, mens det gør sig gældende for hele 76 pct. af børnene i bygderne.

Det er særligt indendørs idrætsaktiviteter (f.eks. håndbold, futsal og badminton) samt udendørs fodboldfaciliteter (f.eks. kunstgræs), som børn i både byer og bygder efterspørger. Derudover savner børn muligheder for styrketræning og fitness på tværs af geografiske områder, mens børn i bygderne i højere grad også peger på manglende tilbud inden for andre udendørs aktiviteter, såsom streetaktiviteter og ski.

Figur 4.8: Aktiviteter børn gerne vil dyrke, men som de ikke har mulighed for (pct.)



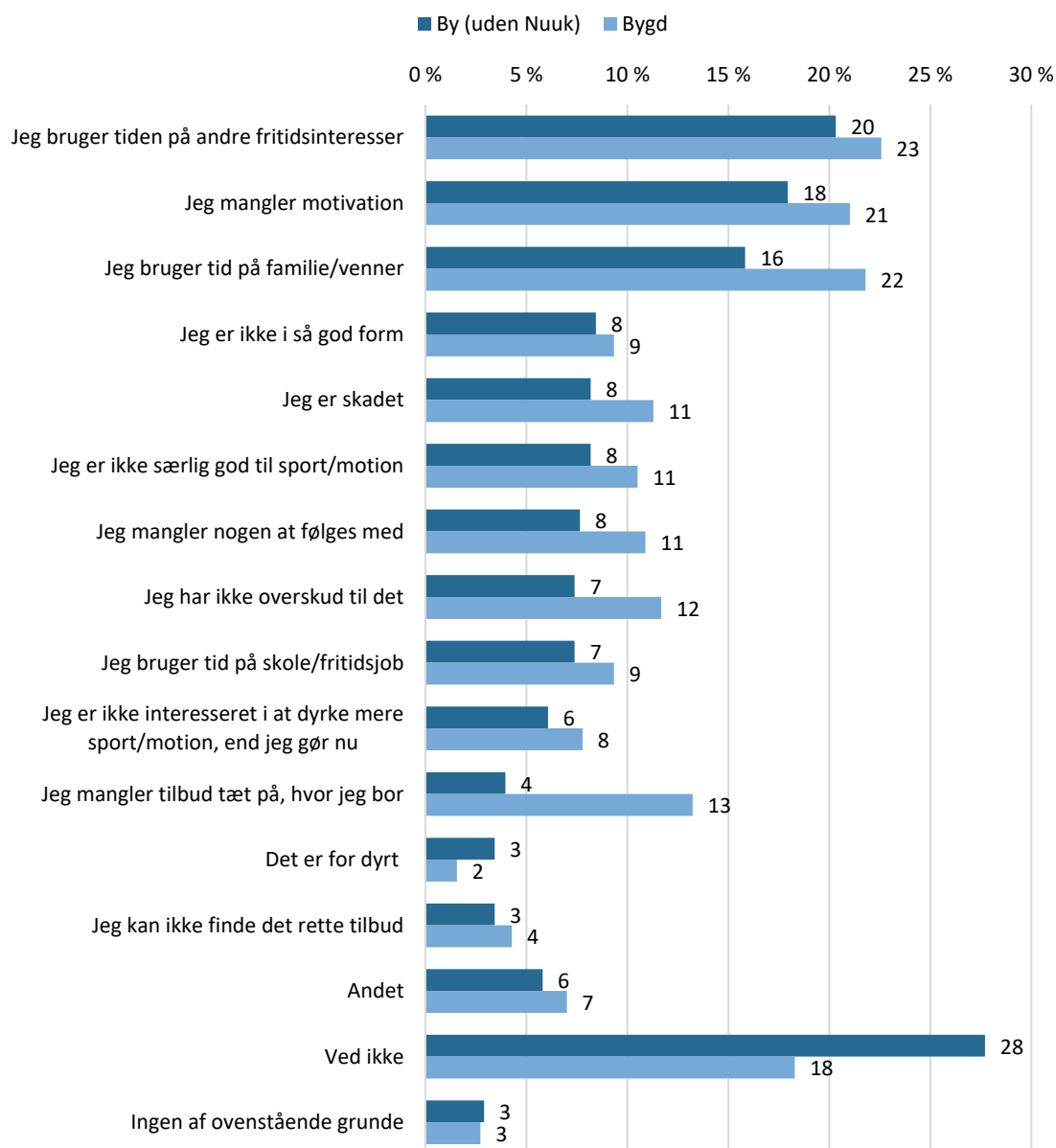
Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Er der aktiviteter, du gerne vil dyrke, men ikke har praktisk mulighed for at dyrke der, hvor du bor? (sæt gerne flere kryds)'. Byer (uden Nuuk) (n=379) og bygder (n=257).

Motiver og barrierer for deltagelse i sport og motion

Børnene er også blevet spurgt til, hvorfor de ikke dyrker mere sport og motion, end de aktuelt gør.

Det er især mangel på tid – eller prioritering af andre ting – der angives som årsag til ikke at dyrke mere sport/motion. Tiden bruges i stedet på andre fritidsinteresser og/eller på familie og venner (se figur 4.9). Derudover angiver en tilsvarende stor andel, at de mangler motivation. Disse tre årsager udgør tilsammen de mest udbredte forklaringer og ligger i top-3 blandt børn i både byer og bygder. Samtidig er det bemærkelsesværdigt, at markant flere børn i bygderne end i byerne peger på manglende tilbud i nærområdet som en væsentlig barriere.

Figur 4.9: Årsager til ikke at dyrke mere sport/motion (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvad afholder dig fra at dyrke mere sport/motion, end du gør nu? (vælg op til tre grunde)'. Byer (n=379) og bygder (n=257)

Årsager til at stoppe med foreningsidræt

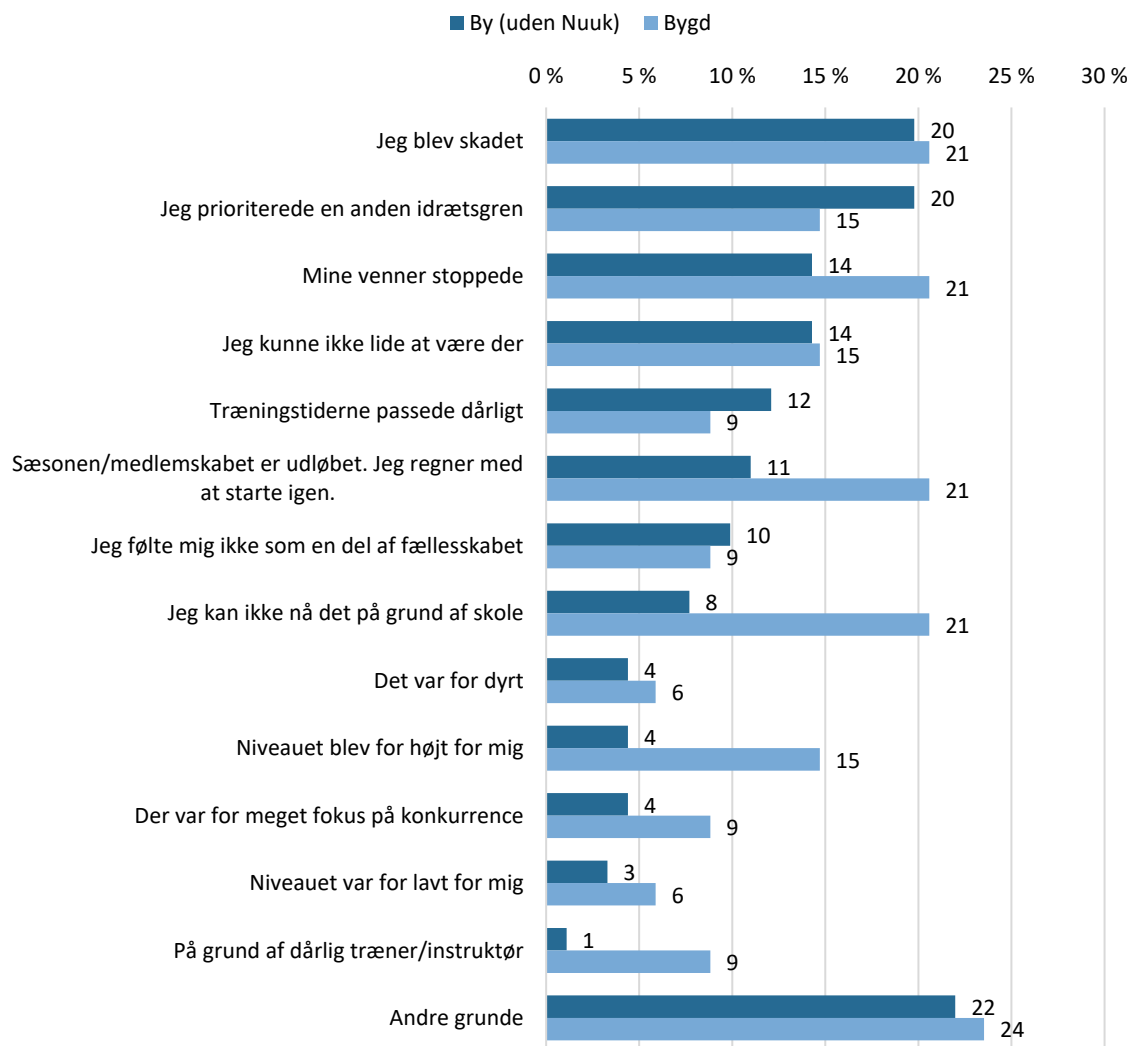
Børn, der har angivet, at de har dyrket foreningsidræt inden for det seneste år, er ydermere blevet spurgt, om de er stoppet i en idrætsforening i samme periode. Dette gælder for 37 pct. af børnene i byerne og 23 pct. i bygderne.

Figur 4.10 viser børnenes begrundelser for at være stoppet i en idrætsforening eller sportsklub. Blandt børn i byerne er den hyppigste årsag skader, efterfulgt af prioritering af andre sportsgrene, at deres venner er stoppet, samt at de ikke brød sig om at være der.

I bygderne er skader ligeledes den mest udbredte årsag, men her følger især, at vennerne er stoppet, at sæsonen eller medlemskabet er udløbet – med forventning om at starte igen – samt at skolearbejde gør det vanskeligt at deltage. Særligt hensynet til skolen fylder markant mere blandt børn i bygderne end i byerne.

Derudover peger flere børn i bygderne end i byerne på, at niveauet er for højt, og/eller at de har haft en dårlig træner eller instruktør, hvilket indikerer særlige udfordringer i forhold til både tilpasning af niveau og kvaliteten af det lokale tilbud.

Figur 4.10: Årsager til at børn er stoppet i en idrætsforening/sportsklub (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvorfor stoppede du som aktiv i idrætsforeningen/sportsklubben? (sæt gerne flere kryds)? (vælg op til tre grunde)' blandt dem, der et stoppet med en foreningsaktivitet inden for det seneste år i byer (n=91) og bygder (n=34)

Frivillighed

Afslutningsvis rettes fokus i dette afsnit mod frivillighed. Indledningsvis er børnene blevet spurgt om, i hvilket omfang de deltager i frivilligt arbejde i en idrætsforening eller sportsklub.

Tabel 4.4 viser, at omkring halvdelen af børnene i både byer og bygder er frivillige. Frivilligt arbejde udføres primært i form af praktiske opgaver eller hjælp i forbindelse med enkeltstående events og stævner. Der ses ingen udtalte forskelle på tværs af køn og aldersgrupper.

Tabel 4.4: Andelen af børn, der udfører frivilligt arbejde i en idrætsforening/sportsklub (pct.)

	By (uden Nuuk)					Bygd				
	Alle	Køn		Alder		Alle	Køn		Alder	
		Drenge	Piger	10-12 år	13-15 år		Drenge	Piger	10-12 år	13-15 år
Ja, jeg laver praktisk arbejde	25	24	26	25	25	28	27	27	27	29
Ja, jeg hjælper til ved enkeltstående events og stævner	20	23	18	22	18	25	25	25	26	23
Ja, jeg er træner /instruktør/hjælpeinstruktør	7	8	5	6	7	4	6	2	4	4
Ja, jeg er leder/med i bestyrelse/udvalg	3	4	2	2	3	2	3	2	3	2
Ja, jeg laver andet frivilligt arbejde	8	7	10	14	3	11	16	6	14	6
Nej, jeg laver ikke frivilligt arbejde i en idrætsforening/sportsklub	45	43	47	42	49	44	42	45	40	49

Tabellen viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Udfører du én eller flere af nedenstående former for frivilligt arbejde i en idrætsforening/sportsklub? (Sæt gerne flere kryds)'. Fordelt på køn og alder i hhv. byer (n=379) og bygder (n=257).

Interesse i frivillighed blandt ikke-frivillige

De børn, der ikke aktuelt er frivillige, er blevet spurgt, om de fremadrettet kunne være interesserede i at bidrage som frivillige, hvis en idrætsforening eller sportsklub bad om deres hjælp.

Omkring halvdelen af børnene tilkendegiver interesse for frivilligt arbejde (se tabel 4.5), men interessen er større i bygderne (55 pct.) end i byerne (42 pct.).

I bygderne er interessen særligt udbredt blandt de yngste piger, mens der i byerne ikke ses nævneværdige forskelle på tværs af køn og aldersgrupper.

Den største interesse retter sig mod praktiske opgaver samt hjælp i forbindelse med enkeltstående events og stævner – det er de samme typer opgaver, som varetages af børn, der allerede er frivillige. Derudover angiver omkring hver tiende barn interesse for at bidrage

som træner, instruktør eller hjælpeinstruktør. Det peger på et potentiale for at rekruttere børn og unge til mere forpligtende frivillige roller.

Tabel 4.5: Ikke-frivilliges interesse i at være frivillige (pct.)

	By (uden Nuuk)					Bygd				
	Alle	Køn		Alder		Alle	Køn		Alder	
		Drenge	Piger	10-12 år	13-15 år		Drenge	Piger	10-12 år	13-15 år
... hjælpe til med praktisk arbejde	22	11	31	26	18	25	28	22	25	25
... hjælpe til ved enkeltstående events og stævner	19	23	15	14	23	22	21	24	20	25
... hjælpe til som træner/instruktør/hjælpeinstruktør	9	11	8	10	8	14	13	15	11	19
... hjælpe til som leder/med i bestyrelse/udvalg	3	2	3	1	4	5	6	5	5	6
... hjælpe med andet frivilligt arbejde	2	2	2	4	1	1	0	2	2	0
Nej, jeg er ikke interesseret i frivilligt arbejde	58	60	57	60	57	45	40	49	52	35

Tabellen viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Kunne du i fremtiden være interesseret i at bidrage som frivillig, hvis en idrætsforening/sportsklub spurgte om din hjælp? (sæt flere gerne flere kryds)' blandt alle dem, som har angivet, at de ikke er frivillige. Fordelt på køn, alder i hhv. byer (n=172) og bygder (n=112).

Motivationsfaktorer blandt frivillige og ikke-frivillige

Ser man på motivationsfaktorerne for frivilligt arbejde baseret på spørgsmålene 'Hvad er vigtigt for dig i forhold til at være frivillig?' (frivillige) og 'Hvad ville være vigtigt for dig, hvis du skulle være frivillig?' (ikke-frivillige), fremgår det, at de to grupper i vid udstrækning motiveres af de samme forhold.

I bygderne er både frivillige og ikke-frivillige i særlig grad motiveret af muligheden for at være sammen med venner samt af at lære noget nyt og udvikle sig (se tabel 4.6). I byerne ses et tilsvarende mønster, hvor de samme motivationsfaktorer gør sig gældende på tværs af grupper. Her vægtes især læring og personlig udvikling højt, ligesom det at føle, at man gør en forskel og at være sammen med sine venner, spiller en central rolle.

Tabel 4.6: Børns holdninger til, hvad der er vigtigt, når man er/hvis man skal være frivillige (pct.)

	By (uden Nuuk)		Bygd	
	Frivillige	Ikke-frivillige	Frivillige	Ikke-frivillige
At jeg lærer noget nyt/udvikler mig	25	40	34	32
At føle, at jeg gør en forskel	22	26	23	18
At jeg kan være sammen med mine venner	21	25	36	47
At jeg kan være frivillig med andre på min alder	18	31	17	29
At jeg er en del af et socialt fællesskab	13	21	23	15
At jeg oplever, at jeg får mere ansvar	11	17	16	10
At jeg får nogle goder (f.eks. nyt træningstøj eller nedsat kontingent)	4	14	9	3
Andet	2	1	0	2
Ved ikke	21	22	31	5

Tabellen viser svarfordelingen på spørgsmålene 'Hvad er vigtigt for dig i forhold til at være frivillig? (Sæt flere gerne flere kryds)' og 'Hvad ville være vigtigt for dig, hvis du skulle være frivillig? (sæt gerne flere kryds)'. Fordelt på frivillige og ikke-frivillige i hhv. byer (n=379) og bygder (n=257).

Litteraturliste

Klarskov Storm, Forsberg og Eske (2020). Grønlandsk idræt i bevægelse: Analyse af de grønlandske idrætsvaner 2019. Aarhus: Idrættens Analyseinstitut.

Laub Asserhøj og Forsberg (2015). Idræt i Grønland. København: Idrættens Analyseinstitut.

Ørskov Boserup, Høyer-Kruse og Westerskov Dalgas (2026). Grønlandernes idræts- og bevægelsesvaner. Oversigt over andelen af aktive, aktivitetsvalg organiseringsform og vurdering af faciliteter. Aarhus: Idrættens Analyseinstitut.

Bilag

Tabel 1.1A: Voksnes fysiske aktivitet i sommer- og vinterperioden fordelt på køn (pct.)

	Sommerperioden			Vinterperioden		
	Alle	Mænd	Kvinder	Alle	Mænd	Kvinder
Læser, ser fjernsyn eller har anden stillesiddende beskæftigelse	18	20	17	26	26	26
Får lettere motion mindst fire timer om ugen, f.eks. ved gåtur (på indkøb eller til og fra arbejde), eller ved lettere husarbejde	45	39	51	36	30	43
Får lejlighedsvis motion f.eks. ved idræt eller anden fysisk aktivitet	16	18	14	16	18	13
Dyrker idræt eller har andre fysisk krævende aktiviteter mindst fire timer om ugen	12	12	11	13	14	11
Dyrker idræt og træner hårdt flere gange om ugen	9	11	7	9	12	6

Tabellen viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvis vi ser på det sidste år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af din fysiske aktivitet i fritiden?' og er opdelt på sommer- og vinterperioden og fordelt på køn (n=1.409).

Tabel 1.2A: Voksnes fysiske aktivitet i sommer- og vinterperioden fordelt på alder (pct.)

	Sommerperioden			Vinterperioden		
	16-35 år	36-55 år	Over 55 år	16-35 år	36-55 år	Over 55 år
Læser, ser fjernsyn eller har anden stillesiddende beskæftigelse	17	19	20	26	27	26
Får lettere motion mindst fire timer om ugen, f.eks. ved gåtur (på indkøb eller til og fra arbejde), eller ved lettere husarbejde	42	45	48	32	35	42
Får lejlighedsvis motion f.eks. ved idræt eller anden fysisk aktivitet	16	16	15	17	16	15
Dyrker idræt eller har andre fysisk krævende aktiviteter mindst fire timer om ugen	12	13	10	12	15	11
Dyrker idræt og træner hårdt flere gange om ugen	13	7	6	13	7	6

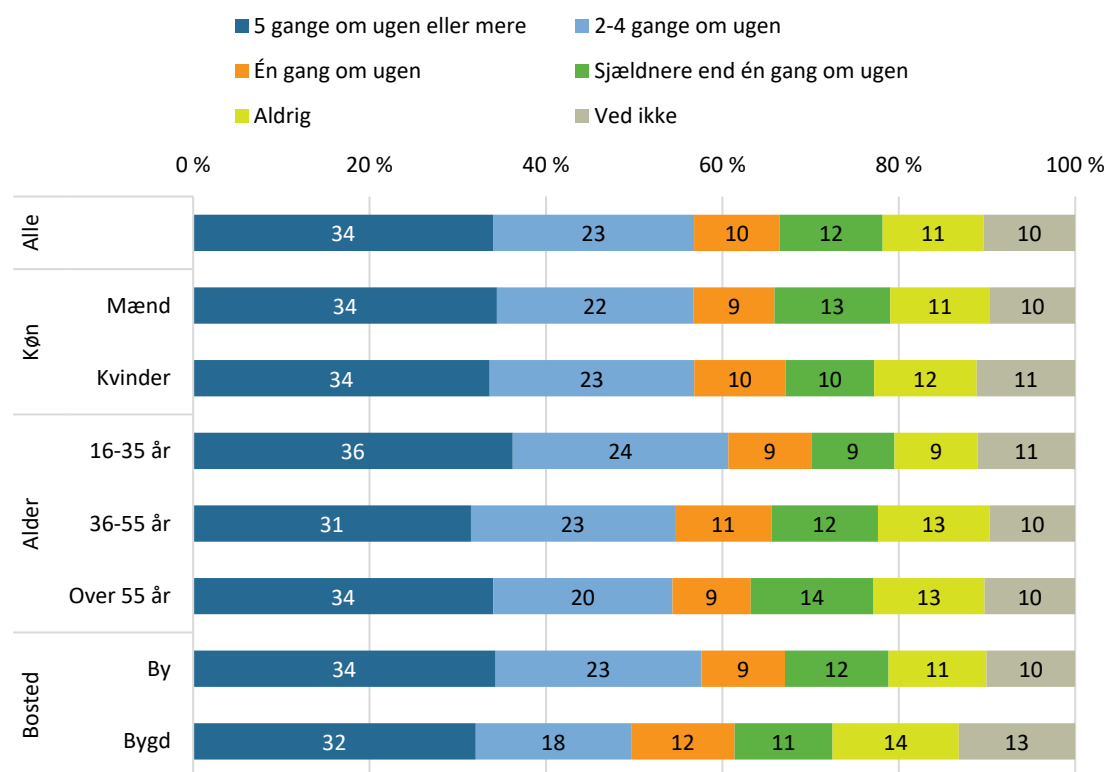
Tabellen viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvis vi ser på det sidste år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af din fysiske aktivitet i fritiden?' og er opdelt på sommer- og vinterperioden og fordelt på alder (n=1.409).

Tabel 1.3A: Voksnes fysiske aktivitet i sommer- og vinterperioden fordelt på bostedstype (pct.)

	Sommerperioden			Vinterperioden		
	Alle	By	Bygd	Alle	By	Bygd
Læser, ser fjernsyn eller har anden stillesiddende beskæftigelse	18	19	15	26	27	24
Får lettere motion mindst fire timer om ugen, f.eks. ved gåtur (på indkøb eller til og fra arbejde), eller ved lettere husarbejde	45	45	39	36	36	36
Får lejlighedsvis motion f.eks. ved idræt eller anden fysisk aktivitet	16	15	21	16	15	20
Dyrker idræt eller har andre fysisk krævende aktiviteter mindst fire timer om ugen	12	11	16	13	13	12
Dyrker idræt og træner hårdt flere gange om ugen	9	9	10	9	9	8

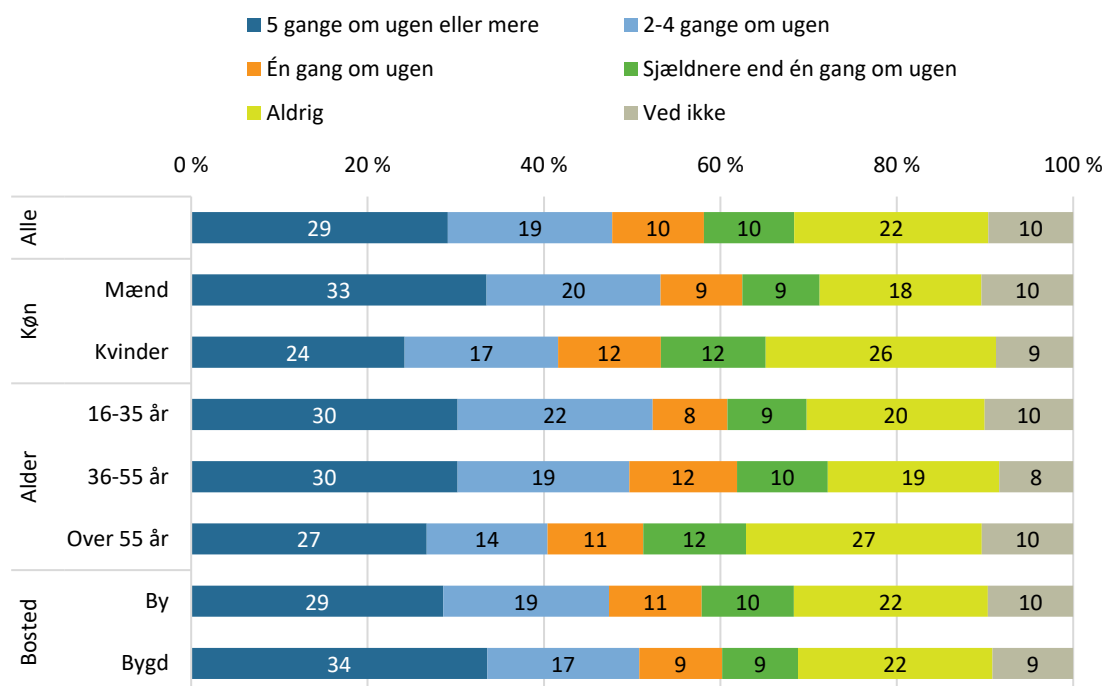
Tabellen viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvis vi ser på det sidste år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af din fysiske aktivitet i fritiden?' og er opdelt på sommer- og vinterperioden og fordelt på bostedstype (n=1.409).

Figur 1.1A: Gang som transport (pct.)



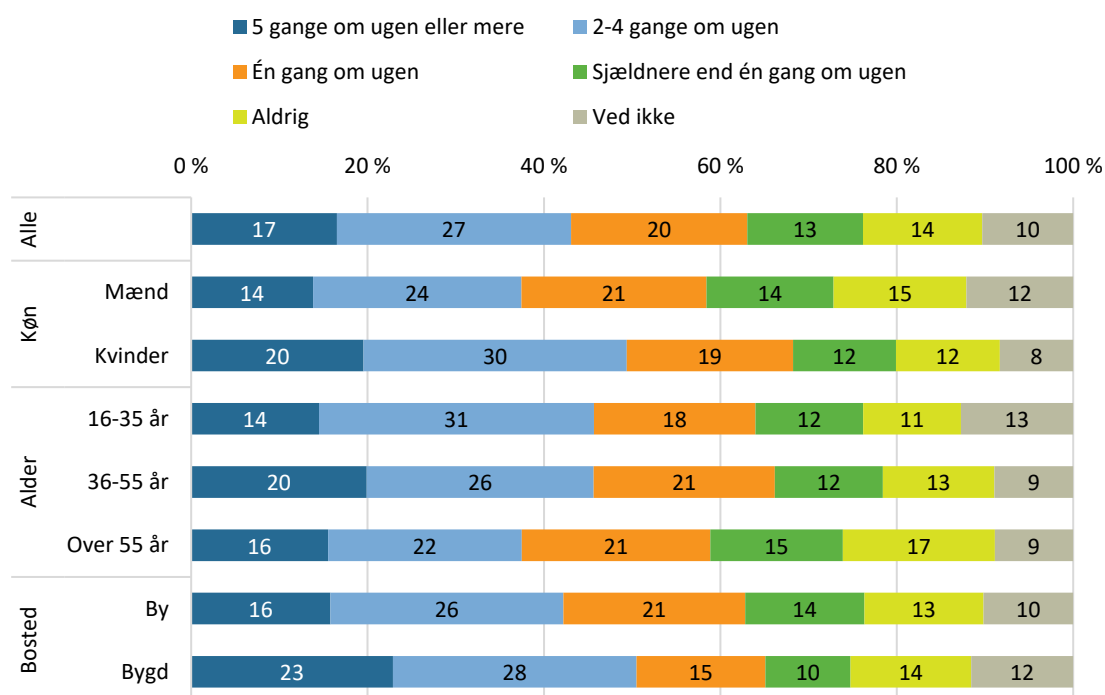
Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor ofte er du typisk aktiv i nogen af disse sammenhænge i din hverdag? (Hvis det veksler meget i løbet af året, så angiv et gennemsnit)'. Fordelt på køn, alder og bostedstype (n=1.409).

Figur 1.2A: Fysisk aktiv i løbet af arbejdsdagen (pct.)



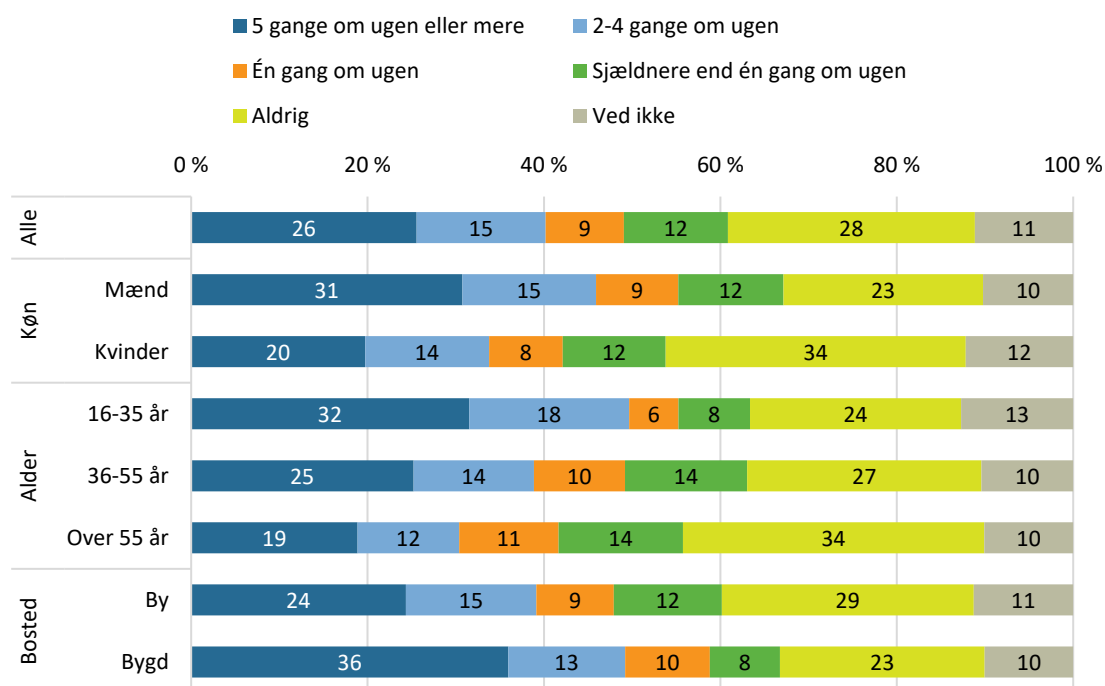
Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor ofte er du typisk aktiv i nogen af disse sammenhænge i din hverdag? (Hvis det veksler meget i løbet af året, så angiv et gennemsnit)'. Fordelt på køn, alder og bostedstype (n=1.409).

Figur 1.3A: Fysisk krævende husarbejde (pct.)



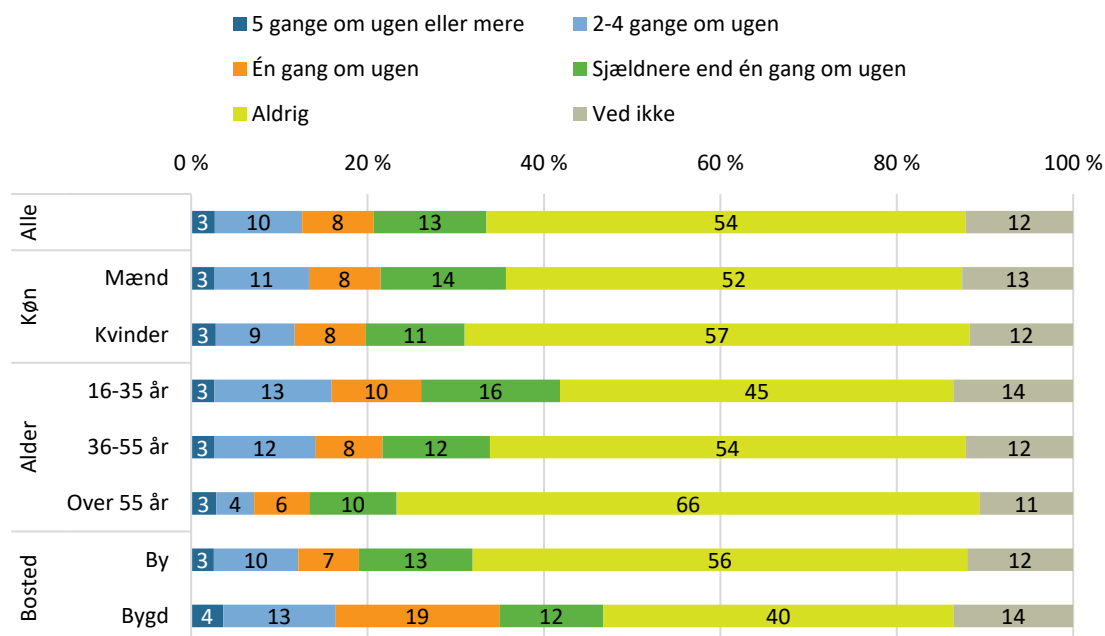
Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor ofte er du typisk aktiv i nogen af disse sammenhænge i din hverdag? (Hvis det veksler meget i løbet af året, så angiv et gennemsnit)'. Fordelt på køn, alder og bostedstype (n=1.409).

Figur 1.4A: Fysisk krævende arbejde (pct.)



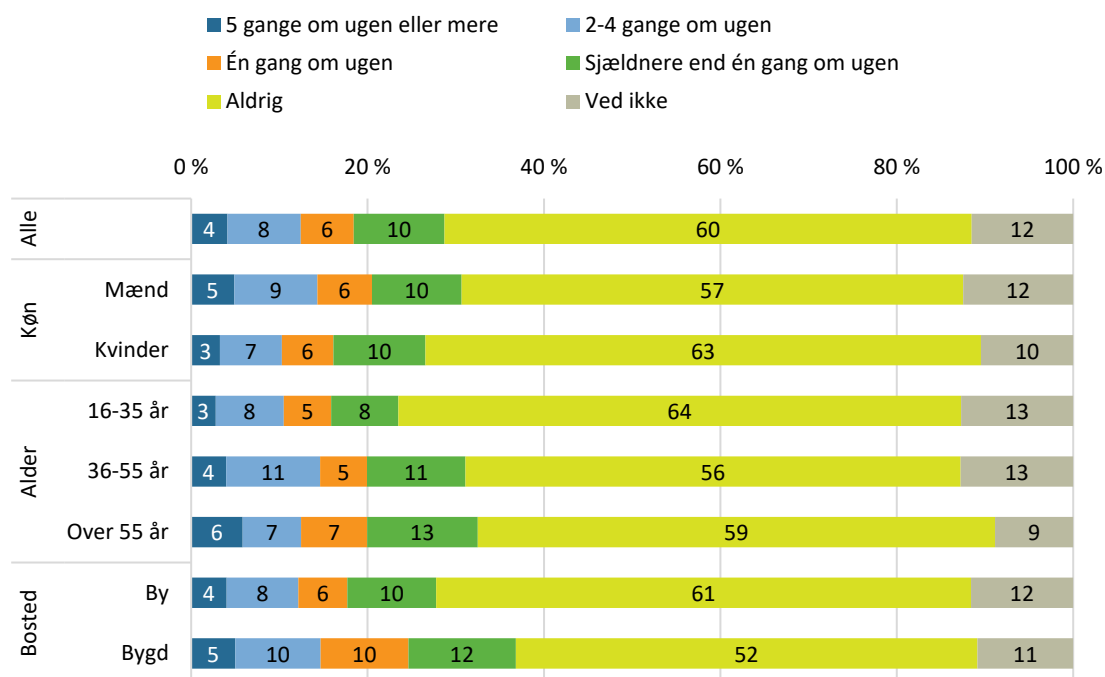
Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor ofte er du typisk aktiv i nogen af disse sammenhænge i din hverdag? (Hvis det veksler meget i løbet af året, så angiv et gennemsnit)'. Fordelt på køn, alder og bostedstype (n=1.409).

Figur 1.5A: Løb som transport (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor ofte er du typisk aktiv i nogen af disse sammenhænge i din hverdag? (Hvis det veksler meget i løbet af året, så angiv et gennemsnit)'. Fordelt på køn, alder og bostedstype (n=1.409).

Figur 1.6A: Cykling som transport (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor ofte er du typisk aktiv i nogen af disse sammenhænge i din hverdag? (Hvis det veksler meget i løbet af året, så angiv et gennemsnit)'. Fordelt på køn, alder og bostedstype (n=1.409).

Tabel 1.4A: Voksnes holdninger til idrætsforeningerne/sportsklubberne i nærområdet (pct.)

		Helt uenig	Uenig	Hverken/eller	Enig	Helt enig	Ved ikke/ikke relevant
De gør en positiv forskel for byen/bygden	Alle	4	5	10	41	25	15
	By	4	3	10	40	27	16
	Bygd	4	15	12	45	11	14
De har gode tilbud til børn og unge	Alle	4	8	8	46	20	14
	By	4	6	8	47	21	14
	Bygd	7	22	5	39	14	12
De har gode tilbud til voksne	Alle	4	8	13	46	13	16
	By	4	7	14	46	13	17
	Bygd	5	22	9	44	10	9
De har gode træ- nere	Alle	4	8	15	37	12	24
	By	3	7	15	38	12	25
	Bygd	9	24	14	28	9	16
De har en kompetent ledelse	Alle	3	6	17	36	11	27
	By	3	5	17	36	11	28
	Bygd	4	18	18	34	9	17
Det er for dyrt at være medlem	Alle	6	19	23	15	4	34
	By	6	18	22	15	4	35
	Bygd	5	25	24	11	4	30
Det er svært at blive en del af fællesskabet i idrætsforeningerne/sportsklubben	Alle	6	21	23	18	3	30
	By	6	20	23	17	3	31
	Bygd	6	29	21	23	3	19

De tænker for meget på de bedste og glemmer resten	Alle	6	17	22	18	4	33
	By	6	17	22	18	4	34
	Bygd	6	21	22	21	5	26
De er ikke relevante for mig	Alle	7	16	25	18	4	30
	By	7	15	25	18	4	31
	Bygd	8	21	25	21	2	23

Tabellen viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvad synes du overordnet om idrætsforeningerne/sportsklubberne der, hvor du bor? Også selvom du måske ikke selv er aktiv (sæt et kryds i hver række)'. Fordelt på bostedstype (n=1.409).

