



Unge, uddannelse og bevægelsesvaner

Bjarne Ibsen, Jens Høyer-Kruse, Karsten Elmoose-Østerlund
Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund
Syddansk Universitet

<p>Analyse og redaktion: Bjarne Ibsen Jens Høyer-Kruse Karsten Elmoose-Østerlund CISC, Syddansk Universitet Campusvej 55 5230 Odense M</p> <p>Analysegrundlag: Alle figurer og tabeller bygger på data fra spørgeskemaundersøgelsen af danskernes bevægelsesvaner i forsknings- og formidlingsprojektet Danmark i Bevægelse.</p> <p>Udgiver: CISC, Institut for Idræt og Biomekanik, SDU</p> <p>Udgivet i 2022</p> <p>ISBN: 978-87-94233-87-3 (fysiske udgave)</p> <p>978-87-94233-88-0 (digitale udgave)</p> <p>Økonomisk støtte: Danmark i Bevægelse er støttet af Nordea-fonden</p> <p>Analyserne i denne rapport er støttet økonomisk af Dansk Firmaidræt</p>	<p>Baggrund</p> <p>Analyserne i denne rapport bygger på data fra den hidtil største kortlægning af danskernes bevægelsesvaner, som blev gennemført fra midten af oktober til slutningen af november 2020. Spørgeskemaet blev besvaret af mere end 163.000 danskere fra 15 år og ældre, hvoraf knap 7.000 var unge mellem 15 og 19 år. Sidst i rapporten beskrives metoden for undersøgelsen.</p> <p>Rapporten indeholder analyser af 15 til 19-åriges bevægelsesvaner, opdelt på følgende typer af uddannelse, som de unge på besvarelsestidspunktet var i gang med:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundskole / udskoling ▪ Almen gymnasieuddannelse ▪ HHX ▪ HTX ▪ Erhvervsfaglig uddannelse <p>Man kan læse mere om forsknings- og formidlingsprojektet 'Danmark i Bevægelse' på projektets hjemmeside: https://www.sdu.dk/da/forskning/danmark_i_bevaegelse</p>
---	--

Indhold

Resumé	4
Indledning	5
Den generelle deltagelse i bevægelsesaktiviteter i fritiden	8
Bevægelsesaktiv i forskellige bevægelsestyper	11
Barrierer	14
Motiver	16
De unges deltagelse i specifikke bevægelsesaktiviteter	20
GÅ- OG VANDRETURE	21
LØB	22
CYKLING	23
FITNESS	24
MENTAL TRÆNING	25
HOLDBOLDSPIL	26
ANDRE BOLDSPIL	28
GYMNASTIK	29
DANS	30
AKTIVITETER I VAND	31
AKTIVITETER PÅ VAND	32
UDELIVSAKTIVITETER	33
RULLE- OG STREETAKTIVITETER	34
ANDRE IDRÆTSGRENE	35
Køn, alder og indvandrerbaggrunds betydning for forskellene mellem uddannelsesgrupperne	37
Litteratur	39
Bilag – Datagrundlag og metode	40

Resumé

Formålet med analyserne i denne rapport er at belyse, hvor bevægelsesaktive unge mellem 15 og 19 år – opdelt på de forskellige ungdomsuddannelser - er. Hvilke aktiviteter de praktiserer i fritiden, hvad der motiverer dem, og hvilke barrierer de oplever for at være mere fysisk aktiv?

Der skelnes i analyserne mellem seks grupper: Unge der endnu ikke har afsluttet en grunduddannelse (folkeskole, efterskole mv.), unge der er i gang med et alment gymnasieforløb, unge på HTX, unge på HHX, unge som er i gang med en erhvervsuddannelse samt unge, der på undersøgelsestidspunktet ikke var i gang med en ungdomsuddannelse.

Analyserne viser, at der er store forskelle mellem de forskellige uddannelsesgrupper på, hvor bevægelsesaktive de unge er. Unge på en grunduddannelse er de mest aktive, men det hænger primært sammen med, at de yngste teenagere er mere aktive end de ældste teenagere. De unge på en gymnasial uddannelse er næsten lige så aktive, men der er forskelle på aktivitetsniveauet mellem de unge på de tre gymnasiale uddannelser. Mindst aktive er de unge, som er i gang med en erhvervsfaglig uddannelse. Det gælder både på det overordnede niveau – på tværs af forskellige typer af aktiviteter – og på de fleste typer af bevægelse. En udtagelse er dog udelivsaktiviteter (friluftsliv, jagt og lystfiskeri) samt andre fritidsaktiviteter, som kræver fysisk aktivitet og bevægelse, hvor unge på en erhvervsfaglig uddannelse er de mest aktive. De unge på en erhvervsfaglig uddannelse er især mindre aktive end øvrige unge i foreningsorganiseret fysisk bevægelse samt selvorganiseret aktivitet, mens forskellene er mindre på deltagelse i aktiviteter, der er kommercielt organiseret. Forskellene på deltagelsen i foreningsaktiviteter mellem unge på en erhvervsuddannelse og unge på gymnasiale uddannelser er dog størst i de første teenageår og mindre i de ældste teenageår, fordi andelen, der er aktiv i foreningsregi, aftager stærkt med alderen blandt unge på et gymnasieforløb, hvad der ikke sker for de unge på en erhvervsfaglig uddannelse.

Der er forholdsvis små forskelle mellem uddannelsesgrupperne på de oplevede barrierer for at være mere fysisk aktiv, men generelt tillægger de unge på en erhvervsfaglig uddannelse i mindre grad end unge på de øvrige ungdomsuddannelser de forskellige former for barriere betydning, men angiver i højere grad, at de ikke er interesseret i at være mere fysisk aktiv. Det er altså manglende interesse mere end oplevede barrierer, der forhindrer dem i at være mere fysisk aktiv.

Der er heller ikke større forskelle på de forskellige uddannelsesgruppers motiver for at praktiserer de forskellige typer af fysisk bevægelse, men på tværs af de forskellige bevægelsestyper tillægger de unge, som er i gang med en erhvervsuddannelse, sundhedsmotivet mindre betydning for deres fysiske aktivitet, end de unge på de øvrige uddannelsesgrupper gør.

Indledning

Der har længe været en særlig opmærksomhed mod de unges idræts-, motions- og bevægelsesvaner. Foreninger og organisationer oplever et stort frafald blandt de unge, når de når teenagealderen, og undersøgelser har dokumenteret store ændringer i bevægelsesvanerne, når de unge når denne alder. Dels hvilke aktiviteter, de praktiserer, dels den organiserede sammenhæng derfor.

Det er velkendt, at unge, der går på en gymnasial uddannelse, er mere fysisk aktive end unge, der går på en erhvervsuddannelse (Bendtsen et al., 2015). Det hænger givetvis sammen med forskelle i den sociale baggrund for de to grupper. Flere gange er det derfor blevet foreslået, at idræt og motion burde indføres eller styrkes på erhvervsuddannelserne, så det får samme betydning, som det i dag har på de gymnasiale uddannelser.

Men hvordan ser de forskellige grupper af unge uddannelsessøgendes bevægelsesvaner ud? Hvilke aktiviteter praktiserer de i fritiden, hvad motiverer dem, og hvilke barrierer oplever de for at være mere fysisk aktiv? Det er formålet med denne analyse at besvare disse spørgsmål.

Analysen bygger på data fra besvarelsen af spørgeskemaet om danskernes bevægelsesvaner, som godt 163.000 borgere (15 og ældre) besvarede i oktober og november 2020. Analysen er afgrænset til unge mellem 15 og 19 år, som undersøgelsen omfatter 6.807 svar fra. De fleste af disse er studerende på en erhvervsuddannelse eller en gymnasial uddannelse, opdelt på det almene gymnasium, HTX og HHX, men analysen omfatter også unge på en grunduddannelse / i udskolingen (8. – 11. klassetrin, inklusiv efterskoler), samt unge der på undersøgelsestidspunktet ikke var i gang med en uddannelse. En lille andel af de unge (i alt 95) havde påbegyndt en videregående uddannelse, da spørgeskemaet blev besvaret. Denne gruppe af unge indgår ikke i analyserne. 29 pct. af de unge mellem 15 og 19 år besvarede spørgeskemaet helt eller delvist, og 27 pct. besvarede spørgsmålene om deltagelse i bevægelsesaktiviteter i fritiden.

Data fra undersøgelsen er koblet til registerdata fra Danmarks Statistik, som omfatter informationer om, hvilke uddannelser de unge var i gang med i efteråret 2020, da spørgeskemaet blev besvaret. Der findes registeroplysninger på de studerendes igangværende uddannelse, fx grundskole, erhvervsuddannelse, gymnasial uddannelse og videregående uddannelse. Fordelingen af de unge på typer af ungdomsuddannelse bygger altså ikke på de unges egne oplysninger men på registreringen deraf i Danmarks Statistik. Bagest i notatet kan man læse en uddybende beskrivelse af, hvordan spørgeskemaundersøgelsen blev gennemført samt en tabel over, hvor mange af de unge, opdelt på uddannelsesgrupper, der fik en invitation til at besvare spørgeskemaet, som besvarede spørgsmålene.

Der er væsentlige forskelle mellem de forskellige uddannelsesgrupper på fordelingen af de studerende, der har besvaret spørgeskemaet, på køn, alder og etnisk baggrund. Mens to ud af tre af de unge, der på undersøgelsestidspunktet gik på den almene gymnasieuddannelse, er kvinder, er det omvendt to ud af tre af de unge, som studerede på HTX eller en erhvervsfaglig uddannelse, som er mænd (tabel 1). Unge på en grunduddannelse er især 15- og 16-årige. Unge studerende på det almene gymnasium, HHX og HTX fordeler sig næsten helt identisk mellem 16 og 19 år, mens der er forholdsvis mange 19-årige blandt de unge på en erhvervsuddannelse (tabel 2). Unge, som er indvandrere eller efterkommere af indvandrere, udgør en større andel af de unge, der ikke var i gang med en uddannelse, da spørgeskemaet blev besvaret, end unge med en dansk oprindelse gør (tabel 3). Sidst i rapporten foretages en analyse af, hvilken betydning disse forskelle på fordelingen af eleverne på køn, alder og etnisk baggrund har for forskellene på bevægelsesvanerne mellem uddannelsesgrupperne.

Tabel 1. Fordelingen af de unge, som har besvaret spørgeskemaets spørgsmål om bevægelsesaktiviteter i fritiden, efter køn opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Mand	Kvinde	N =
Grundskole / udskoling *	47,3	52,7	1705
Almene gymnasium **	33,1	66,9	2353
HTX	63,7	36,3	504
HHX	48,7	51,3	793
Erhvervsuddannelse	68,6	31,4	981
Ikke i gang med uddannelse	33,1	66,9	374
Alle	45,9	54,1	6710
* inkl. efterskoler og særligt tilrettelagt uddannelse			
** inkl. HF, studenterkursus mv.			

Tabel 2. Fordelingen af de unge, som har besvaret spørgeskemaets spørgsmål om bevægelsesaktiviteter i fritiden, efter alder opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	15 år	16 år	17 år	18 år	19 år	N =
Grundskole / udskoling	51,3	37,9	7,3	1,8	1,7	1705
Almene gymnasium	0,4	14,7	29,4	37,7	17,8	2354
HTX	0,4	14,9	31,2	35,3	18,3	504
HHX	0,3	15,4	30,9	34,7	18,8	793
Erhvervsuddannelse	0	10,5	27	34,4	28,1	981
Ikke i gang med uddannelse	0	5,9	26,7	41,1	26,4	375
Alle	13,1	19,3	23,3	27,4	17	6712

Tabel 3. Fordelingen af de unge, som har besvaret spørgeskemaets spørgsmål om bevægelsesaktiviteter i fritiden, efter indvandrerbaggrund opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Dansk oprindelse	Indvandrere	Efterkommere	N =
Grundskole / udskoling	92,2	4,1	3,7	1705
Almene gymnasium	91,4	2,7	5,9	2353
HTX	92,5	2,4	5,2	504
HHX	94,1	1,6	4,3	793
Erhvervsuddannelse	93,0	3,5	3,6	981
Ikke i gang med uddannelse	89,6	4,5	5,9	374
Alle unge	91,9	3,2	4,9	6710

Den generelle deltagelse i bevægelsesaktiviteter i fritiden

Unge er i sammenligning med ældre aldersgrupper forholdsvis mere bevægelsesaktiv i forskellige organiseringsformer og samlet. Tabel 4 viser andelen, som inden for en uge er aktiv i en forening, i kommercielt regi, i firmaidræt og selvorganiseret samt andelen, som er bevægelsesaktiv på tværs af de forskellige organiseringsformer i løbet af en uge.

Mellem uddannelsesgrupperne er der store forskelle. De unge på en grunduddannelse og unge, der er i gang med en gymnasial uddannelse, er betydeligt mere aktive end de unge, der er i gang med en erhvervsuddannelse, og unge der ikke er i gang med en uddannelse (figur 1).

En forholdsvis meget større andel af de unge på en grunduddannelse og de unge på et alment gymnasieforløb har svaret, at de i fritiden dyrker idræt, motion eller anden fysisk bevægelse i arbejdsplads- eller uddannelsessammenhæng. Det kan skyldes, at nogle af de unge har misforstået spørgsmålet om, i hvilken sammenhæng de er bevægelsesaktiv i fritiden og svaret, at de er det i uddannelsessammenhæng, fordi de deltager i idrætsundervisningen i skole eller på gymnasium.

Koncentrerer vi os kun om unge på en gymnasial uddannelse og unge på en erhvervsuddannelse, er de unge på en erhvervsuddannelse i gennemsnit markant mindre bevægelsesaktiv i forening, i kommercielt regi og selvorganiseret, end de unge på en gymnasial uddannelse er. Der er også interessante forskelle mellem de unge på de tre gymnasiale uddannelser. Unge på HHX er mere bevægelsesaktive i både forening og kommercielt regi, men mindre aktive i selvorganiseret aktivitet, end unge på de to øvrige gymnasiale uddannelser er.

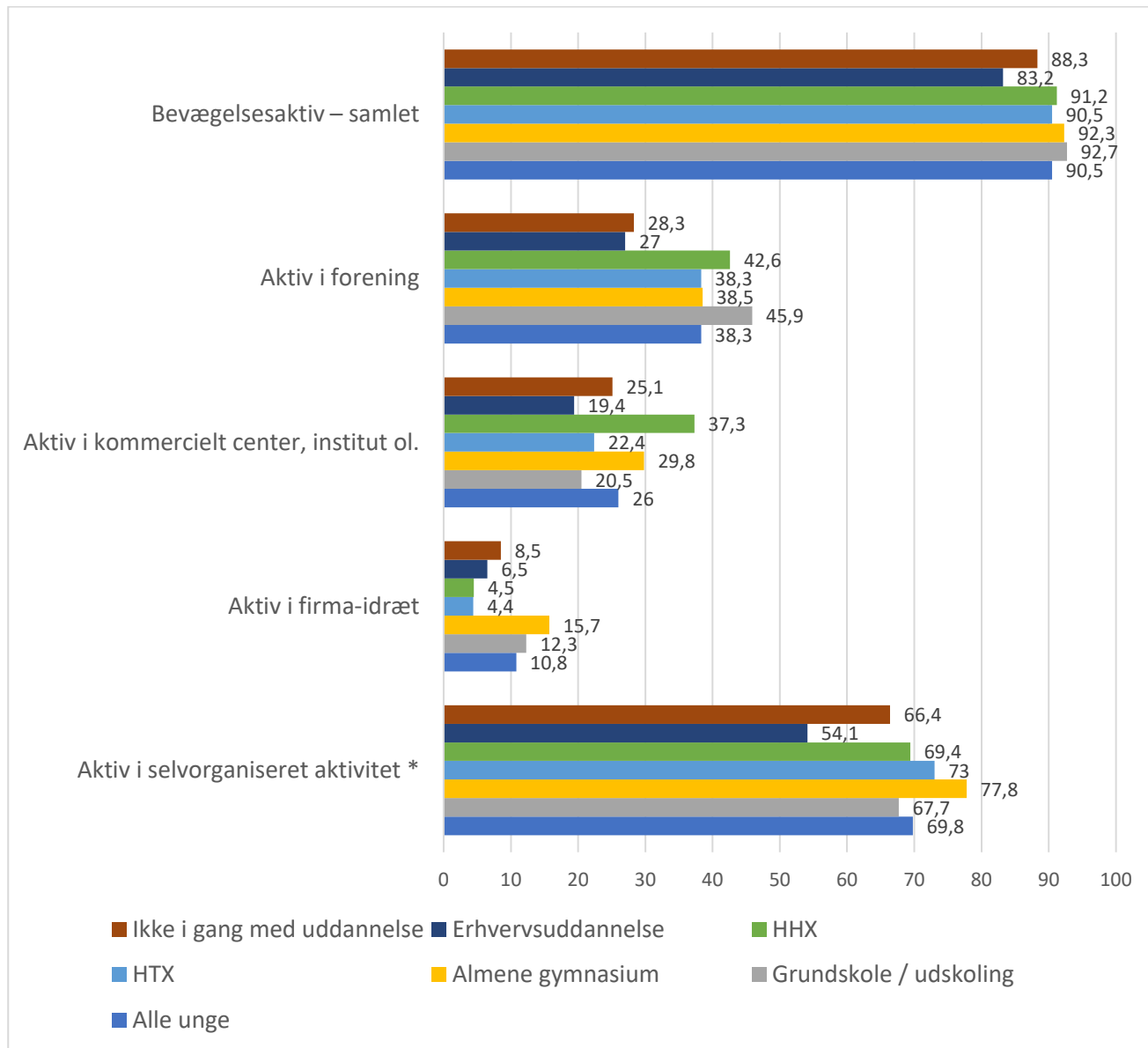
Generelt er de unge kvinder lidt mere bevægelsesaktive end de unge mænd, og det går igen for alle uddannelsesgrupper med undtagelse af HHX, hvor mændene er lidt mere aktive end kvinderne. Forskellene mellem de to køns deltagelse i bevægelsesaktiviteter i fritiden generelt og i forening, i kommercielt regi, i arbejdsplads- eller uddannelsessammenhæng samt selvorganiseret er dog små med undtagelse af HTX, hvor kvinder er væsentligt mere aktive end mændene (tabel 4).

Forskellene mellem uddannelsesgrupperne er således større end forskellene mellem mænd og kvinder hvad angår deltagelse i bevægelsesaktiviteter i fritiden. Mændene er lidt mere aktive end kvinderne i foreningsaktiviteter, mens det modsatte gælder for aktiviteter i kommercielt regi. Men generelt har uddannelsesretningen større betydning for, hvor aktive de unge er, end køn har.

Den største forskel finder vi dog på deltagelse i selvorganiserede aktiviteter, hvor de unge kvinder er markant mere aktive end de unge mænd, og det gælder for alle uddannelsesgrupper med undtagelse af den gruppe af unge, som på undersøgelsestidspunktet ikke var i gang med en uddannelse (tabel 4).

På grund af de relativt små forskelle mellem kønnene på andelen, som er bevægelsesaktiv, er analyserne efter figur 1 og tabel 4 ikke opdelt på køn.

Figur 1. 15 – 19-åriges deltagelse i bevægelsesaktiviteter i fritiden under forskellige organiseringsformer (pct.)



Tabel 4. 15 – 19-åriges deltagelse i bevægelsesaktiviteter i fritiden under forskellige organiseringsformer og samlet opdelt på uddannelsesgrupper og køn (pct.)

		Aktiv i forening *	Aktiv i kommercielt center, institut ol. *	Aktiv i firmaidræt *	Aktiv i selvorganiseret aktivitet *	Bevægelsesaktiv – samlet **	N =
Grundskole / udskoling	Alle	45,9	20,5	12,3	67,7	92,7	1705
	Mænd	45,4	19,2	11,5	63,9	92,2	806
	Kvinder	46,3	21,7	12,9	71,1	93,2	899
Almene gymnasium	Alle	38,5	29,8	15,7	77,8	92,3	2354
	Mænd	44,5	29,1	14,9	73,6	91,4	779
	Kvinder	35,5	30,1	16,1	79,9	92,7	1575
HTX	Alle	38,3	22,4	4,4	73,0	90,5	504
	Mænd	36,8	23,4	3,7	71,0	88,2	321
	Kvinder	41,0	20,8	5,5	76,5	94,5	183
HHX	Alle	42,6	37,3	4,5	69,4	91,2	793
	Mænd	46,1	34,5	5,2	66,3	92,2	386
	Kvinder	39,3	40,0	3,9	72,2	90,2	407
Erhvervsuddannelse	Alle	27,0	19,4	6,5	54,1	83,2	981
	Mænd	28,7	19,6	5,5	52,6	82,6	673
	Kvinder	23,4	18,8	8,8	57,5	84,4	308
Ikke i gang med uddannelse	Alle	28,3	25,1	8,5	66,4	88,3	375
	Mænd	34,7	26,6	9,7	69,4	88,7	124
	Kvinder	25,1	24,3	8,0	64,9	88,0	251
Alle unge	Alle	38,3	26,0	10,8	69,8	90,5	6807
	Mænd	40,0	24,4	9,3	65,1	89,3	3125
	Kvinder	36,8	37,3	12,1	73,7	91,6	3682
P <		.001	.001	.001	.001	.001	.001

* Mindst en gang om ugen, ikke rehabilitering og 'anden fritidsaktivitet'

** Mindst en gang om ugen i mindst én af de syv sammenhænge, der er spurgt om i undersøgelsen: Forening, kommercielt, aftenskole, firmaidræt, via sociale medier, selvorganiseret og anden sammenhæng

Bevægelsesaktiv i forskellige bevægelsestyper

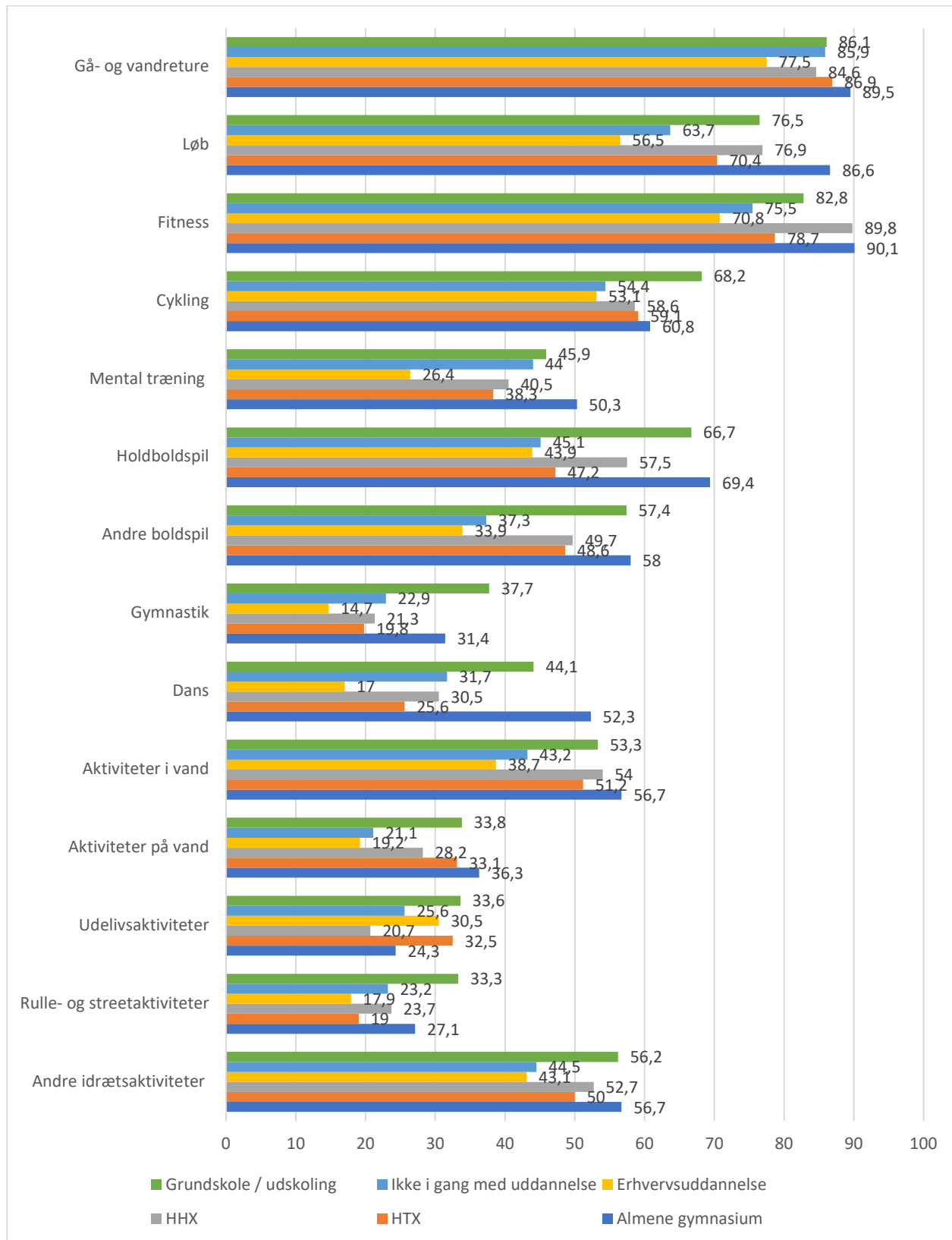
I undersøgelsen blev respondenterne spurgt, om de inden for det seneste år, forud for spørgeskemaets besvarelse, havde været aktiv i forskellige typer af bevægelsesaktivitet i fritiden, fx cykling, fitness og holdboldspil. Efterfølgende blev de spurgt om, hvilke typer af aktivitet, de havde været aktiv i, fx basketball, fodbold og volleyball, hvor ofte de havde været det og i hvilke sammenhænge (forening, kommercielt regi, selvorganiseret mv.).

Figur 2 og Tabel 5 viser, hvor stor en andel af de unge, opdelt på uddannelsesgrupper, der inden for et år havde været aktiv i de forskellige typer af bevægelsesaktivitet. Tabellen viser, at på de fleste af bevægelsestyperne er unge på en erhvervsuddannelse mindre aktive end unge på de øvrige former for uddannelse og også mindre aktive end unge, der på undersøgelsestidspunktet ikke var i gang med en uddannelse.

Det er dog ikke på alle bevægelsestyper, at unge på en erhvervsuddannelse er mindre aktive i end øvrige unge. De er lige så aktive i udelivsaktiviteter (friluftsliv, jagt og lystfiskeri), og de er de mest aktive i andre fritidsaktiviteter, der også kræver fysisk aktivitet.

Mellem de unge på de tre typer af gymnasial uddannelse – alment gymnasium, HTX og HHX – er der også store forskelle på, hvor aktive de unge er i de forskellige bevægelsestyper. På de fleste bevægelsestyper er de unge, der går på et alment gymnasium, mere aktive end de unge, som går på HHX eller HTX, men mellem de to sidstnævnte grupper er der væsentlige forskelle på, hvor aktive de unge er i de forskellige typer af bevægelsesaktivitet. Det kan bl.a. hænge sammen med kønsfordelingen på de to ungdomsuddannelser. Unge på HTX er sammen med unge på en grunduddannelse de mest aktive i udelivsaktiviteter.

Figur 2. 15 – 19-åriges deltagelse i forskellige typer af bevægelsesaktivitet i fritiden (mindst en gang om året) opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)



Tabel 5. 15 – 19-åriges deltagelse i forskellige typer af bevægelsesaktivitet i fritiden (mindst én gang om året) opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Gå og vandre- ture	Løb	Cykling	Fitness	Mental træning	Holdbold spil	N =
Grundskole / udskoling	86,1	76,5	68,2	82,8	45,9	66,7	1705
Almene gymnasium	89,5	86,6	60,8	90,1	50,3	69,4	2354
HTX	86,9	70,4	59,1	78,7	38,3	47,2	504
HHX	84,6	76,9	58,6	89,8	40,5	57,5	793
Erhvervsuddannelse	77,5	56,5	53,1	70,8	26,4	43,9	981
Ikke i gang med uddannelse	85,9	63,7	54,4	75,5	44,0	45,1	375
Alle unge	86,0	75,8	60,5	83,6	43,1	60,1	6807
P <	.001	.001	.001	.001	.001	.001	

	Andre boldspil	Gym- nastik	Dans	Aktivite- ter i vand	Aktivite- ter på vand	Udelivsakti- viteter	N =
Grundskole / udskoling	57,4	37,7	44,1	53,3	33,8	33,6	1705
Almene gymnasium	58,0	31,4	52,3	56,7	36,3	24,3	2354
HTX	48,6	19,8	25,6	51,2	33,1	32,5	504
HHX	49,7	21,3	30,5	54,0	28,2	20,7	793
Erhvervsuddannelse	33,9	14,7	17,0	38,7	19,2	30,5	981
Ikke i gang med uddannelse	37,3	22,9	31,7	43,2	21,1	25,6	375
Alle unge	51,2	27,8	39,2	51,7	30,9	27,7	6807
P <	.001	.001	.001	.001	.001	.001	

	Rulle- og street- aktivite- ter	Genoptræ- ning og rehabilita- tion	Fysisk aktive lege og spil	Andre idrætsakti- viteter	Andre fysisk aktive fritidsakti- viteter	N =
Grundskole / udskoling	33,3	15,5	78,5	56,2	58,5	1705
Almene gymnasium	27,1	11,3	71,2	56,7	56,3	2354
HTX	19,0	9,9	62,5	50,0	54,0	504
HHX	23,7	13,4	61,2	52,7	44,9	793
Erhvervsuddannelse	17,9	11,2	51,9	43,1	63,8	981
Ikke i gang med uddannelse	23,2	15,2	61,3	44,5	58,4	375
Alle unge	25,9	12,7	67,7	52,8	56,5	6807
P <	.001	.001	.001	.001	.001	

Barrierer

Blandt de unge mellem 15 og 19 år er de vigtigste oplevede barrierer for at være mere fysisk aktiv, 'at det tager for lang tid', 'at jeg ofte er for udkørt eller træt', 'at jeg prioriterer tid på mit arbejde eller med min familie', og 'at jeg prioriterer andre fritidsaktiviteter'. Generelt er der forholdsvis små forskelle mellem uddannelsesgrupperne på de selvoplevede barrierer, men andelen, som oplever de nævnte barrierer, er lavere blandt unge, der er i gang med en erhvervsuddannelse, end blandt unge på en gymnasial uddannelse. De unge på en erhvervsfaglig uddannelse svarer da også i højere grad end unge på en gymnasial uddannelse, at der ikke er barrierer, men at de ikke er interesseret i at være (mere) fysisk aktiv i deres fritid (tabel 6).

Tabel 6. 15 til 19-åriges oplevede barrierer for at være mere fysisk aktiv opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Jeg er ikke interesseret i at være (mere) fysisk aktiv i min fritid	At det tager for lang tid	At jeg føler mig pinligt berørt, når jeg er fysisk aktiv	At jeg ikke bryder mig om at være varm og svedig	At jeg mangler de nødvendige færdigheder	At jeg mangler nogen, jeg kan være fysisk aktiv sammen med	N =
Grundskole / udskoling	24,3	16,6	9,2	6,8	5,1	17,3	1517
Almene gymnasium	16,5	30,0	9,8	6,6	5,7	14,8	2121
HTX	17,9	32,9	10,8	7,4	5,5	17,7	474
HHX	19,2	26,7	5,9	6,5	4,2	13,0	709
Erhvervsuddannelse	24,8	14,9	8,1	7,3	3,0	16,6	866
Ikke i gang med uddannelse	15,5	18,5	10,7	9,6	7,8	20,6	335
Alle unge	20,0	23,8	9,1	7,0	5,2	16,0	6115
P >	.001	.001	.05	.4	.01	.05	

	At andre i min omgangskreds ikke opmuntrer mig til at være fysisk aktiv	At jeg ofte er for udkørt eller trætt	At jeg prioriterer tid på mit arbejde eller med min familie	At jeg prioriterer andre fritidsaktiviteter	At jeg mangler faciliteter eller egnede steder til at være fysisk aktiv	At jeg mangler eller har dårligt udstyr (fx cykel)	N =
Grundskole / udskoling	4,0	31,5	18,7	23,9	6,5	3,4	1517
Almene gymnasium	4,2	45,6	36,4	29,3	9,7	3,3	2121
HTX	5,3	44,1	31,4	30,4	9,9	4,9	474
HHX	3,7	39,9	32,3	27,1	6,5	3,4	709
Erhvervsuddannelse	4,5	34,9	29,4	18,8	6,2	2,9	866
Ikke i gang med uddannelse	6,6	49,0	26,6	25,7	8,7	9,0	335
Alle unge	4,4	40,0	29,7	26,1	8,1	3,8	6115
P >	.4	.001	.001	.001	.001	.001	

	At jeg er i dårlig form	At jeg er skadet	At jeg er bekymret for at blive skadet	At jeg ikke har kunnet finde en aktivitet, som passer til mig	At de aktiviteter, jeg gerne vil gå til, er for dyre	At jeg er bekymret for ikke at passe ind	N =
Grundskole / udskoling	18,3	10,9	4,7	10,7	6,4	9,7	1517
Almene gymnasium	18,6	9,0	4,5	10,2	8,1	8,5	2121
HTX	20,9	5,9	3,8	11,2	11,2	11,0	474
HHX	15,5	9,4	3,2	9,2	7,5	5,8	709
Erhvervsuddannelse	18,5	8,9	2,5	7,4	7,3	7,5	866
Ikke i gang med uddannelse	24,5	12,5	5,7	13,4	14,0	13,4	335
Alle unge	18,6	9,5	4,2	10,0	8,2	8,8	6115
P >	.05	.05	.1	.001	.001	.001	

Motiver

En meget væsentlig del af undersøgelsen af danskernes bevægelsesvaner er, hvad der motiverer folk til at dyrke, deltage i eller praktisere de forskellige bevægelsesformer. Til forskel fra de fleste undersøgelser af motiverne for at dyrke idræt eller motionere er der i denne undersøgelse spurgt om motiverne for at deltage i de forskellige typer af bevægelsesaktiviteter, dvs. motiverne for at gå ture, cykle, løbe, dyrke fitness, dyrke mental- og smidighedstræning, spille boldspil, spille andre (individuelle) boldspil, dyrke gymnastik, danse, dyrke aktiviteter i vand, deltage i aktiviteter på vand, dyrke udelivsaktiviteter, dyrke rulle- og streetaktiviteter og dyrke andre idrætsgrene. Der er således ikke spurgt om motiver mere generelt for at være fysisk aktiv eller dyrke idræt og motion.

Motivspørgsmålene er besvaret af de respondenter, der i mindst én af aktiviteterne under den pågældende bevægelsestype har svaret, at de er aktive mindst hver uge. Dvs. at det er de regelmæssigt aktive i de forskellige bevægelsestyper, som har besvaret disse spørgsmål.

På tværs af de forskellige bevægelsestyper er analysen i dette notat af de unges motiver for at praktisere forskellige former for fysisk bevægelse afgrænset til fire principielt meget forskellige motiver:

- SUNDHED ('For at vedligeholde eller forbedre min sundhed').
- LYST ('Fordi jeg godt kan lide aktiviteten').
- FÆLLESKAB ('For at være sammen med andre')
- PRÆSTATION ('For at konkurrere med mig selv eller andre')

Analysen er endvidere afgrænset til de største bevægelsestyper: Gå- og vandreture, løb, cykling, fitness, holdboldspil og aktiviteter i vand. Alle tabellerne viser andelen af de unge, som har svaret, at de er 'helt enig' i udsagnet. I tabellen er unge, som ikke var i gang med en uddannelse, udeladt.

De vigtigste motiver for de 15 til 19-årige for at gå og vandre som en bevægelsesaktivitet i fritiden er lystmotivet ('kan gode lide aktiviteten') og sundhedsmotivet, og der er forholdsvis små forskelle mellem uddannelsesgrupperne på den betydning, de forskellige motiver for at gå og vandre tillægges. Unge på et alment gymnasieforløb tillægger dog lystmotivet større betydning, end de unge på de andre uddannelser gør. Unge, der er i gang med en erhvervsfaglig uddannelse, tillægger præstationsmotivet større betydning, end de øvrige uddannelsesgrupper gør, mens det sociale motiv tillægges mindre betydning.

Det helt dominerende motiv for at løbe er sundhedsmotivet, og det gælder for alle uddannelsesgrupper, men dette motiv tillægges mindre betydning blandt de unge på en erhvervsfaglig uddannelse, end blandt de øvrige uddannelsesgrupper, mens det sociale motiv tillægges forholdsvis større betydning – til forskel fra motiverne for at gå og vandre.

Der er forholdsvis små forskelle mellem uddannelsesgrupperne på den betydning de fire motiver tillægges for at cykle i fritiden. Her tillægges sundhedsmotivet og lystmotivet næsten samme betydning, men sundhedsmotivet tillægges noget mindre betydning end i løb.

Sundhedsmotivet tillægges lidt mindre betydning for at dyrke fitness blandt de unge på en erhvervsuddannelse, end det gør blandt de unge på de øvrige uddannelser og især på det almene gymnasieforløb. Til gengæld tillægges lystmotivet og præstationsmotivet lidt større betydning for denne uddannelsesgruppe og unge på HHX, end det gør blandt de unge på HTX og det almene gymnasium.

Hvad angår motiverne for holdboldspil skiller de unge på HHX sig ud fra de øvrige uddannelsesgrupper ved at tillægge alle fire motiver signifikant større betydning, end de unge gør på de øvrige uddannelsesgrupper. Både lystmotivet og det sociale motiv tillægges meget større betydning i holdboldspil end det gør i gå- og vandreture, løb, cykling og fitness.

Unge, der er i gang med en erhvervsuddannelse, tillægger såvel sundhedsmotivet som lystmotivet mindre betydning for at dyrke aktiviteter i vand, end de unge på de øvrige uddannelsesgrupper gør. Såvel lystmotivet som det sociale motiv tillægges lidt mindre betydning, end det gør i holdboldspil, men større betydning end i de øvrige aktivitetstyper.

På tværs af de forskellige bevægelsestyper tillægger de unge, som er i gang med en erhvervsuddannelse, således sundhedsmotivet mindre betydning for deres fysiske aktivitet, end de unge på de øvrige uddannelsesgrupper gør.

Tabel 7. 15 til 19-åriges motiver for at praktisere gå- og vandreture opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Sundhed	Fællesskab	Lyst	Præstere	N =
Grundskole / udskoling	33,7	30,7	36,1	12,4	1030
Almene gymnasium	32,2	29,2	40,7	8,7	1450
HTX	27,2	27,2	34,3	7,1	268
HHX	35,1	27,6	33,6	13,8	464
Erhvervsuddannelse	32,1	22,2	32,9	16,0	526
Alle unge	32,6	28,3	37,0	11,3	3738
P <	.001	.001	.001	.001	

Tabel 8. 15 til 19-åriges motiver for at praktisere løb opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Sundhed	Fællesskab	Lyst	Præstere	N =
Grundskole / udskoling	64,0	23,4	37,3	31,2	667
Almene gymnasium	73,2	10,4	27,9	27,9	1042
HTX	75,0	9,9	40,1	33,6	152
HHX	66,2	15,7	33,4	32,4	293
Erhvervsuddannelse	54,6	20,4	34,6	32,3	260
Alle unge	67,9	15,7	32,7	30,2	2414
P <	.001	.001	.001	.001	

Tabel 9. 15 til 19-åriges motiver for at praktisere cykling som en fritidsaktivitet opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Sundhed	Fællesskab	Lyst	Præstere	N =
Grundskole / udskoling	33,4	26,2	34,6	17,2	745
Almene gymnasium	31,6	15,0	28,6	11,7	786
HTX	38,2	13,4	37,6	20,4	157
HHX	30,1	15,4	27,6	18,7	246
Erhvervsuddannelse	35,7	20,5	32,6	17,1	258
Alle unge	33,0	19,4	31,7	15,6	2192
P <	.001	.001	.001	.001	

Tabel 10. 15 til 19-åriges motiver for at praktisere fitness opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Sundhed	Fællesskab	Lyst	Præstere	N =
Grundskole / udskoling	68,8	27,1	42,2	29,4	999
Almene gymnasium	77,6	21,0	40,3	29,6	1519
HTX	74,7	18,9	39,7	28,3	297
HHX	71,9	23,0	48,0	35,7	544
Erhvervsuddannelse	68,4	21,8	46,2	32,1	468
Alle unge	73,1	22,8	42,6	30,6	3827
P <	.001	.001	.001	.001	

Tabel 11. 15 til 19-åriges motiver for at praktisere holdboldspil opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Sundhed	Fællesskab	Lyst	Præstere	N =
Grundskole / udskoling	42,9	61,9	62,3	39,4	657
Almene gymnasium	39,6	61,6	59,9	39,2	771
HTX	42,9	63,1	60,7	38,1	84
HHX	47,5	68,1	69,3	47,1	238
Erhvervsuddannelse	38,0	56,9	59,3	42,1	216
Alle unge	41,6	62,0	61,8	40,5	1966
P <	.001	.001	.001	.001	

Tabel 12. 15 til 19-åriges motiver for at praktisere aktiviteter i vand opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Sundhed	Fællesskab	Lyst	Præstere	N =
Grundskole / udskoling	39,2	47,2	53,3	26,4	212
Almene gymnasium	38,6	45,6	56,8	26,6	241
HTX	42,9	44,9	63,3	30,6	49
HHX	39,0	49,2	49,2	18,6	59
Erhvervsuddannelse	29,3	46,6	41,4	25,9	58
Alle unge	38,3	46,5	54,0	26,0	619
P <	.001	.001	.001	.001	

De unges deltagelse i specifikke bevægelsesaktiviteter

Dette afsnit omfatter analyser af de unges deltagelse i de mere specifikke former for fysisk bevægelse i fritiden under hver af de overordnede bevægelsestyper, som fremgår af analysen ovenfor.

For hver bevægelseshovedtype (fx gå- og vandreture, fitness og holdboldspil) vises andelen af de unge mellem 15 og 19 år – opdelt på de ungdomsuddannelser de er i gang med – som inden for det seneste år forud for spørgeskemaets besvarelse har deltaget i specifikke typer af bevægelsesaktiviteter, fx gåtur i hurtigt tempo, fodbold, badminton og kano- og kajak.

Endvidere vises en analyse af, hvor ofte de unge er aktive i de bevægelsesaktiviteter, som de praktiserer mest. Endelig vises også andelen, som dyrker de mest praktiserede bevægelsesaktiviteter i de mest relevante organiseringsformer.

Teksten for hver bevægelsestype koncentrerer sig om forskelle og ligheder mellem unge på en erhvervsuddannelse og unge på en gymnasial uddannelse. De to uddannelsesretninger er derfor fremhævet i tabellerne nedenfor.

GÅ- OG VANDRETURE

Der er forholdsvis små forskelle mellem uddannelsesgrupperne på andelen, som går tur. Unge, der er i gang med en erhvervsuddannelse, gør det dog i mindre grad end de unge på de øvrige ungdomsuddannelser. Det samme mønster går igen, når vi ser på, hvor ofte de forskellige uddannelsesgrupper praktiserer den mest almindelig form for gåtur: Gåtur i moderat tempo (tabel 13).

Tabel 13. 15 – 19-åriges deltagelse i forskellige former for gåture i fritiden opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Gåtur i hurtigt tempo	Gåtur i moderat tempo	Gåtur med hund	N =
Grundskole / udskoling	20,0	60,4	41,2	1705
Almene gymnasium	22,0	69,7	45,2	2354
HTX	17,5	67,9	41,9	504
HHX	19,9	62,4	47,5	793
Erhvervsuddannelse	16,8	48,0	40,9	981
Ikke i gang med uddannelse	24,8	60,5	41,1	375
Alle unge	20,3	62,8	43,3	6807
P <	.01	.01	.01	

	Gåtur i moderat tempo			N =
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	
Grundskole / udskoling	39,3	20,1	40,6	1705
Almene gymnasium	43,6	24,9	31,5	2354
HTX	35,5	31,5	32,9	504
HHX	37,5	24,0	38,6	793
Erhvervsuddannelse	32,0	15,1	52,9	981
Ikke i gang med uddannelse	40,8	18,7	40,5	375
Alle unge	39,4	22,4	38,2	6807
P >			.001	

LØB

De unge, som er i gang med en erhvervsfaglig uddannelse, løber også mindre, end de unge på de øvrige uddannelsesretninger gør. Unge på et alment gymnasieforløb og på HHX løber mest. Det er især unge, der endnu ikke har afsluttet grunduddannelsen, og unge der går på et alment gymnasium, der har deltaget i O-løb, hvilket kan hænge sammen med, at det er en aktivitet, de har prøvet i idrætsundervisningen i skolen (selvom der er spurgt om aktiviteter, de har praktiseret i fritiden). Forskellene mellem de nævnte grupper er endnu mere markante, når vi ser på andelen, som hver uge løber en tur, og andelen som gør det i forening (tabel 14).

Tabel 14. 15 – 19-åriges deltagelse i forskellige former for løb i fritiden opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Løbeture	O-løb	Terrænløb	N =
Grundskole / udskoling	65,9	18,1	8,00	1705
Almene gymnasium	79,4	12,4	8,80	2354
HTX	62,9	9,1	9,70	504
HHX	70,4	6,1	6,80	793
Erhvervsuddannelse	44,8	5,4	6,30	981
Ikke i gang med uddannelse	53,1	10,4	5,30	375
Alle unge	67,1	11,6	7,80	6807
P >	.001	.001	.05	

Løbeture						
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	Forening	Selvorganiseret	N =
Grundskole / udskoling	38,0	27,2	34,8	5,5	23,9	1705
Almene gymnasium	43,9	34,2	21,9	3,5	35,5	2354
HTX	28,4	34,1	37,5	2,2	24,2	504
HHX	36,6	32,7	30,8	4,0	25,7	793
Erhvervsuddannelse	23,8	20,1	56,2	1,5	13,6	981
Ikke i gang med uddannelse	29,1	22,9	48,0	1,3	19,5	375
Alle unge	36,5	29,5	33,9	3,5	26,4	6712
P <			.001	.001	.001	

CYKLING

Der er forholdsvis små forskelle mellem andelen af de unge på en gymnasial uddannelse og andelen af de unge på en erhvervsfaglig uddannelse, som cykler landevejscykling, mens forskellene er tydeligere på terræncykling og cykling på hverdagscykel (tabel 15).

Tabel 15. 15 – 19-åriges deltagelse i forskellige former for cykling i fritiden opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Landevejscykling (racer)	Terræncykling	Cykling på hverdagscykel	N =
Grundskole / udskoling	10,3	19,4	54,0	1705
Almene gymnasium	10,2	12,4	49,9	2354
HTX	13,7	21,2	40,7	504
HHX	10,2	14,9	43,9	793
Erhvervsuddannelse	9,4	12,7	36,8	981
Ikke i gang med uddannelse	6,4	8,0	47,2	375
Alle unge	10,1	14,8	47,3	6807
P >	.05	.001	.001	

Hverdagscykling				
	Hyppighed			N =
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	
Grundskole / udskoling	39,3	14,3	46,5	1705
Almene gymnasium	31,4	17,5	51,1	2354
HTX	25,6	14,7	59,7	504
HHX	28,8	14,5	56,7	793
Erhvervsuddannelse	21,3	14,9	63,8	981
Ikke i gang med uddannelse	31,5	14,9	53,6	6712
Alle unge	31,1	15,5	53,4	
P >			.001	

FITNESS

De forskellige former for fysisk træning, der samlet betegnes som fitness, praktiseres mest af unge, som går på et alment gymnasieførløb, bortset fra styrketræning, som i højere grad praktiseres af unge på HHX end unge på andre ungdomsuddannelser. Mindst aktive er unge, som er i gang med en erhvervsfaglig uddannelse. Det gælder alle fitnessformer, men forskellen er især stor på konditionstræning, aerobic eller step samt anden holdtræning. På alle fitnessformer er unge på HHX mere aktive end unge på HTX. De unge på en erhvervsfaglig uddannelse er de mindst fitnessaktive i både forening, kommercielt regi og selvorganiseret (tabel 16).

Tabel 16. 15 – 19-åriges deltagelse i forskellige former for fitness i fritiden opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Styrke- øvelser og træning	Kondition stræning	Aerobic / step	Crossfit	Spinning	Anden hold- træning	N =
Grundskole / udskoling	66,9	45,60	4,3	15,5	6,5	15,1	1705
Almene gymnasium	76,6	62,10	8,8	21,1	6,8	16,1	2354
HTX	68,3	48,60	3,4	14,1	4,8	11,7	504
HHX	81,3	59,30	3,0	14,8	7,6	13,6	793
Erhvervsuddannelse	57,5	33,90	2,1	10,5	3,6	6,5	981
Ikke i gang med uddannelse	62,9	43,50	2,7	17,1	4,0	13,9	375
Alle unge	70,4	51,30	5,3	16,6	6,0	13,7	6807
P >	.001	.001	.001	.001	.001	.01	.001

	Hyppighed			Organisering			N =
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	Forening / klub	Kommer- cielt center	Selvorganis- eret	
Grundskole / udskoling	53,9	12,3	33,8	9,1	14,5	26,3	1705
Almene gymnasium	60,5	14,7	24,8	7,1	24,0	33,1	2354
HTX	54,4	12,9	32,7	5,6	18,8	31,9	504
HHX	69,2	11,0	19,8	7,8	31,1	32,5	793
Erhvervsuddannelse	46,6	10,2	43,2	3,3	15,6	20,4	981
Ikke i gang med uddannelse	49,6	12,5	37,9	6,9	21,6	21,6	375
Alle unge	56,6	12,7	30,6	.001	20,7	28,7	6712
P <			.001	.001	.001	.001	

MENTAL TRÆNING

Det billede, som analysen af de forskellige uddannelsesgruppers deltagelse i fitnessaktiviteter viser, finder vi også i deltagelsen i forskellige former for mental træning, smidighedstræning mv. (yoga, Pilates, meditation mv.). Også her er unge på et alment gymnasieforløb de mest aktive, mens unge på en erhvervsfaglig uddannelse er de mindst aktive i alle de fire former for fysisk bevægelse (tabel 17)

Tabel 17. 15 – 19-åriges deltagelse i forskellige former for mental- og smidighedstræning i fritiden opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Yoga	Pilates	Medi- tation /mind- fulness	N =
Grundskole / udskoling	29,8	2,2	20,3	1705
Almene gymnasium	33,2	3,6	22,8	2354
HTX	21,8	1,6	21,2	504
HHX	25,0	1,8	18,8	793
Erhvervsuddannelse	11,5	1,0	12,7	981
Ikke i gang med uddannelse	24,0	2,1	21,3	375
Alle unge	26,7	2,4	20,0	6807
P >	.001	.001	.001	

Yoga							
	Hypighed			Organisering			N =
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	Forening	Kommercielt center	Selvorganiseret	
Grundskole / udskoling	11,7	17,8	70,6	1,9	0,9	5,1	1705
Almene gymnasium	11,5	21,2	67,3	1,4	1,7	7,0	2354
HTX	7,3	14,1	78,6	0,6	0,8	4,4	504
HHX	7,9	16,5	75,5	1,3	1,8	4,4	793
Erhvervsuddannelse	5,0	6,2	88,8	0,7	0,7	1,5	981
Ikke i gang med uddannelse	10,1	13,3	76,5	0,8	1,6	5,1	375
Alle unge	9,8	16,5	73,7	1,3	1,3	5,1	6712
P <			.001	.1	.1	.001	

HOLDBOLDSPIL

Mønstret fra de foregående analyser af uddannelsesgruppernes bevægelsesvaner gentager sig i deltagelsen i de forskellige former for holdboldspil. De unge, som går på et alment gymnasium, samt de unge, der ikke har afsluttet grundskolen (og derfor også er yngre), er mest aktive i de forskellige typer af holdboldspil. De unge på en erhvervsfaglig uddannelse er de mindst aktive, men dog kun lidt mindre aktive end de unge på HTX. De unge på en erhvervsfaglig uddannelse er dog forholdsvis aktive i foreningsfodbold og foreningshåndbold og således lige så aktive, som unge på HTX er (tabel 18).

Tabel 18. 15 – 19-åriges deltagelse i forskellige former for holdboldspil i fritiden opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Basketball	Fodbold	Håndbold	Volleyball	Hockey / floorball	N =
Grundskole / udskoling	27,2	49,4	19,7	25,2	12,0	1705
Almene gymnasium	26,1	46,7	14,0	27,3	11,2	2354
HTX	12,9	33,5	9,3	12,9	6,3	504
HHX	14,1	43,4	15,5	13,4	4,5	793
Erhvervsuddannelse	10,0	34,7	7,2	8,8	3,8	981
Ikke i gang med uddannelse	12,8	29,3	10,7	16,3	6,4	375
Alle unge	20,7	43,0	14,0	20,6	8,9	6807
P >	.001	.001	.001	.001	.001	

Fodbold						
	Hyppighed			Organisering		N =
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	Forening	Selvorganiseret	
Grundskole / udskoling	28,9	20,0	51,1	12,6	9,4	1705
Almene gymnasium	20,6	24,8	54,6	11,3	5,8	2354
HTX	11,9	21,2	66,9	5,0	5,2	504
HHX	23,3	19,5	57,1	16,9	5,2	793
Erhvervsuddannelse	19,4	14,9	65,7	9,2	5,8	981
Ikke i gang med uddannelse	17,1	12,0	70,9	11,3	6,4	375
Alle unge	21,8	20,5	57,7	.001	.001	6807
P >	.001					

Basketball					
	Hyppighed			Organisering	N =
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	Selv-organiseret	
Grundskole / udskoling	11,6	15,4	73,0	5,6	1705
Almene gymnasium	7,7	17,7	74,6	3,2	2354
HTX	2,6	10,1	87,3	1,8	504
HHX	3,4	10,2	86,4	2,0	793
Erhvervsuddannelse	4,2	5,4	90,4	1,9	981
Ikke i gang med uddannelse	6,4	6,4	87,2	2,4	375
Alle	7,2	13,2	79,5	3,3	6712
P >			.001	.001	

Håndbold					
	Hyppighed			Organisering	N=
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	Forening	
Grundskole / udskoling	9,3	10,1	80,6	6,4	1705
Almene gymnasium	6,4	7,2	86,4	4,9	2354
HTX	4,4	5,0	90,7	3,0	504
HHX	7,8	7,2	85,0	6,2	793
Erhvervsuddannelse	4,3	2,7	93,1	3,0	981
Ikke i gang med uddannelse	5,9	4,3	89,9	4,3	375
Alle	6,8	6,9	86,2	5,0	6712
P >			.001	.001	

ANDRE BOLDSPIL

Også hvad angår deltagelse i andre former for boldspil – badminton, bordtennis, golf, tennis mv. – er unge på et alment gymnasieforløb og unge på HTX og HHX mere aktive, end de unge på en erhvervsfaglig uddannelse er. Mellem de gymnasiale uddannelser er der dog interessante forskelle. Mens unge på et alment gymnasieforløb spiller mere badminton end unge på HTX og HHS, spiller unge på HHX i højere grad golf og padeltennis, end de unge på de to andre uddannelsesretninger gør, mens halvt så mange unge på HTX end unge på HHX og det almene gymnasieforløb spiller tennis (tabel 19).

Tabel 19. 15 – 19-åriges deltagelse i forskellige former for 'andre boldspil' i fritiden opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Badminton	Bordtennis	Golf	Padeltennis	Squash	Tennis	N =
Grundskole / udskoling	41,8	29,3	9,0	3,3	2,1	12,8	1705
Almene gymnasium	38,9	24,3	8,2	3,6	1,7	14,2	2354
HTX	30,0	24,2	7,5	1,6	1,8	7,7	504
HHX	23,3	23,6	13,7	5,4	2,1	14,6	793
Erhvervsuddannelse	16,4	15,5	6,4	1,1	2,0	4,5	981
Ikke i gang med uddannelse	21,1	18,9	5,9	1,6	1,1	6,7	375
Alle unge	32,6	23,8	8,6	3,1	1,9	11,5	6807
P >	.001	.001	.001	.001	.8	.001	

Badminton						
	Hyppighed			Organisering		N =
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	Forening	Selvorganiseret	
Grundskole / udskoling	14,9	26,2	58,9	5,2	4,2	1705
Almene gymnasium	9,9	28,2	61,8	2,8	2,3	2354
HTX	6,2	23,4	70,4	4,2	2,0	504
HHX	3,5	19,4	77,0	1,5	1,3	793
Erhvervsuddannelse	5,5	10,6	83,9	1,7	1,8	981
Ikke i gang med uddannelse	7,7	12,8	79,5	2,1	1,3	375
Alle unge	9,3	22,7	68,0	3,2	2,5	6807
P >			.001	.001	.001	

GYMNASTIK

Deltagelsen i de forskellige former for gymnastik, som især dyrkes blandt børn i skolealderen, er størst blandt de unge, som endnu ikke har afsluttet grunduddannelsen, og dernæst blandt unge på et alment gymnasieforløb. Halvt så mange unge, som er i gang med en erhvervsfaglig uddannelse, dyrker gymnastik. Derimellem placerer unge på HTX og HTX sig. Forskellen gælder også, når vi ser på andelen, som praktiserer spring- og rytmegymnastik mindst en gang om ugen (tabel 20).

Tabel 20. 15 – 19-åriges deltagelse i forskellige former for gymnastik i fritiden opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Spring- og rytmisk gymnastik	Trampolin	Redskabs- gymnastik	Motions- gymnastik	N =
Grundskole / udskoling	22,6	18,4	12,4	10,6	1705
Almene gymnasium	18,5	11,0	8,5	6,7	2354
HTX	11,1	8,9	4,6	3,4	504
HHX	14,8	7,8	5,0	4,0	793
Erhvervsuddannelse	7,1	6,6	2,5	3,2	981
Ikke i gang med uddannelse	13,6	6,9	4,5	5,6	375
Alle unge	16,5	11,4	7,7	6,5	6807
P >	.001	.001	.001	.001	.001

Springgymnastik og rytmisk gymnastik				
Hyppighed				
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	N =
Grundskole / udskoling	16,2	6,3	77,5	1705
Almene gymnasium	9,0	9,2	81,9	2354
HTX	6,9	4,0	89,1	504
HHX	7,7	6,9	85,4	793
Erhvervsuddannelse	3,9	3,0	93,2	981
Ikke i gang med uddannelse	8,5	4,8	86,7	375
Alle unge	9,7	6,6	83,6	6712
P <			.001	

DANS

Dans er en af de bevægelsestyper, hvor forskellene på deltagelsen mellem unge, der går på et alment gymnasium, og unge, der er i gang med en erhvervsfaglig uddannelse, er størst. Og det gælder alle danseformer - også streetdans. Men der er også store forskelle mellem unge på HTX eller HHX og unge på et alment gymnasieforløb (tabel 21)

Tabel 21. 15 – 19-åriges deltagelse i forskellige former for dans i fritiden opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Pardans	Ballet mv.	Fitness dans	Kreativ dans	Streetdans	N =
Grundskole / udskoling	12,8	8,7	8,8	9,7	19,6	1705
Almene gymnasium	20,4	6,8	11,6	9,3	20,6	2354
HTX	6,2	4,2	5,4	3,8	8,1	504
HHX	6,3	3,3	8,4	5,5	14,5	793
Erhvervsuddannelse	3,5	1,1	3,5	2,9	5,6	981
Ikke i gang med uddannelse	10,9	4,0	6,7	5,9	10,9	375
Alle	12,7	5,7	8,6	7,4	15,9	6807
P >	.001	.001	.001	.001	.001	

Pardans - hyppighed				
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	N =
Grundskole / udskoling	4,3	8,2	87,4	1705
Almene gymnasium	5,2	14,7	80,0	2354
HTX	1,6	4,6	93,8	504
HHX	1,1	5,0	93,8	793
Erhvervsuddannelse	0,7	2,7	96,6	981
Ikke i gang med uddannelse	3,7	7,2	89,1	375
Alle unge	3,5	9,0	87,5	6712
P >				.001

AKTIVITETER I VAND

Mens der er forholdsvis små forskelle mellem unge på de tre gymnasiale uddannelser hvad angår deltagelse i de forskellige former for aktiviteter i vand, er de unge på en erhvervsfaglig uddannelse på alle aktivitetsformer mindre aktive end de førstnævnte grupper i svømning i bassin, 'open water' og træning i bassin. Forskellene er mindre på deltagelse i vinterbadning og dykning og andre undervandsaktiviteter (tabel 22).

Tabel 22. 15 – 19-åriges deltagelse i forskellige former aktiviteter i vand i fritiden opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Svømning i bassin	Open Water	Træning i bassin	Vinterbad	Dykning mv.	N =
Grundskole / udskoling	41,8	14,1	2,7	9,4	5,2	1705
Almene gymnasium	42,8	15,6	2,9	12,9	4,3	2354
HTX	37,3	17,1	1,8	6,3	5,0	504
HHX	40,4	12,1	3,2	12,9	3,9	793
Erhvervsuddannelse	27,1	10,7	0,7	7,6	4,8	981
Ikke i gang med uddannelse	32,0	10,1	2,1	9,3	3,7	375
Alle unge	39,0	13,9	2,5	10,5	4,6	6807
P >	.001	.001	.01	.001	.001	

	Svømning - hyppighed			Organi- sering	N =
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	Selvorgani- seret	
Grundskole / udskoling	9,8	31,6	58,6	3,4	1705
Almene gymnasium	7,1	34,5	58,4	3,1	2354
HTX	6,9	29,8	63,3	3,4	504
HHX	5,7	34,3	60,0	2,4	793
Erhvervsuddannelse	4,0	22,7	73,3	1,0	981
Ikke i gang med uddannelse	7,7	23,5	68,8	4,3	375
Alle unge	7,2	31,1	61,7	2,9	6807
P <			.001	.01	

AKTIVITETER PÅ VAND

Aktiviteter på vand – kano og kajak, roning, sejlsport, surfing, windsurfing mv. – dyrkes af markant færre unge, som er i gang med en erhvervsfaglig uddannelse, end unge der er i gang med en gymnasial uddannelse. Mellem de unge på de tre gymnasiale uddannelser varierer det imidlertid fra aktivitet til aktivitet, hvilken uddannelsesgruppe, der har forholdsvis flest deltagere (tabel 23).

Tabel 23. 15 – 19-åriges deltagelse i forskellige former aktiviteter på vand i fritiden opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Kano og kajak	Roning	Sejlsport	Surfing, stand up paddle	Windsurfing, kitesurfing	N =
Grundskole / udskoling	20,8	2,9	3,0	15,1	2,1	1705
Almene gymnasium	21,0	3,7	3,5	16,9	2,8	2354
HTX	21,0	6,7	3,2	12,7	1,0	504
HHX	15,4	2,9	2,3	14,0	2,6	793
Erhvervsuddannelse	11,1	2,1	3,0	5,4	1,4	981
Ikke i gang med uddannelse	10,1	1,6	4,3	7,7	1,9	375
Alle unge	18,1	3,3	3,2	13,5	2,2	6807
P >	.001	.001	.6	.001	.05	

	Kano og kajak				N =
	Hyppighed			Organisering Selvorganiseret	
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig		
Grundskole - 6. - 11. klasse	3,1	17,6	79,3	0,9	1705
Almene gymnasium	2,3	18,3	79,5	0,8	2354
HTX	2,0	18,7	79,4	0,6	504
HHX	1,4	13,9	84,7	0,8	793
Erhvervsuddannelse	1,2	9,8	89,0	0,1	981
Ikke i gang med uddannelse	0,8	9,3	89,9	0,3	375
Alle unge	2,1	15,9	82,0	0,7	6712
P >			.001	.2	

UDELIVSAKTIVITETER

Til forskel fra alle de andre bevægelsestyper, er unge, der er i gang med en erhvervsfaglig uddannelse, forholdsvis lige så aktive eller mere aktive end unge på en gymnasial uddannelse i de tre største udelivsaktiviteter: Friluftsliv, jagt og fiskeri. Omtrent dobbelt så mange unge på en erhvervsfaglig uddannelse praktiserer friluftsliv mindst en gang om ugen, end unge på en gymnasial uddannelse gør, og forholdsvis flere gør det i en forening (tabel 24).

Tabel 24. 15 – 19-åriges deltagelse i forskellige former udelivsaktivitet i fritiden opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Friluftsliv	Jagt	Fiskeri	Spejder	Rollespil	N =
Grundskole / udskoling	17,1	3,5	13,8	6,5	2,2	1705
Almene gymnasium	12,8	2,2	10,5	3,2	1,2	2354
HTX	15,7	2,6	13,3	7,3	1,6	504
HHX	8,4	2,3	11,7	1,5	0,6	793
Erhvervsuddannelse	13,1	6,4	15,4	4,0	0,6	981
Ikke i gang med uddannelse	12,3	2,4	10,7	5,6	1,3	375
Alle unge	13,5	3,2	12,4	4,4	1,3	6807
P >	.001	.001	.001	.001	.001	

Friluftsliv						
	Hyppighed			Organiseret		N =
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	Forening	Selvorganiseret	
Grundskole / udskoling	7,7	9,2	83,1	1,5	3,3	1705
Almene gymnasium	3,7	8,8	87,6	0,5	2,6	2354
HTX	4,4	10,9	84,7	0,4	3,2	504
HHX	2,6	5,7	91,7	0,4	1,4	793
Erhvervsuddannelse	6,9	5,9	87,2	1,3	4,0	981
Ikke i gang med uddannelse	4,5	7,7	87,7	0,8	2,1	375
Alle unge	5,1	8,1	86,7	0,8	2,8	6712
P <			.001	.01	.05	

RULLE- OG STREETAKTIVITETER

Unge, der er i gang med en erhvervsfaglig uddannelse, er lige så aktive som unge på en gymnasial uddannelse, når det gælder løbehjul / scoot og skateboard (dvs. aktiviteter der praktiseres på rampe), men løber mindre på rulleskøjter og dyrker mindre parkour, end unge på en gymnasial uddannelse gør (tabel 25).

Tabel 25. 15 – 19-åriges deltagelse i forskellige former rulle- og streetaktiviteter i fritiden opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Løbehjul, scoot, BMX	Rulle- skøjteløb	Calisthe- nics, street- workout	Parkour, free- running, tricking	Skate- board longboard, carver- board	N =
Grundskole / udskoling	10,6	9,7	1,5	4,5	11,6	1705
Almene gymnasium	4,2	9,6	1,4	3,4	9,9	2354
HTX	2,4	6,0	2,2	4,0	7,3	504
HHX	5,8	7,4	1,6	1,5	6,9	793
Erhvervsuddannelse	5,2	3,4	0,9	3,3	6,8	981
Ikke i gang med uddannelse	6,1	8,5	0,8	2,4	8,0	375
Alle unge	6,1	8,1	1,4	3,4	9,2	6807
P >	.001	.001	.4	.01	.001	

	Rulleskøjteløb				N =
	Hyppighed			Orga- nisering Selvor- ganiseret	
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig		
Grundskole / udskoling	2,6	6,9	90,5	1,9	1705
Almene gymnasium	1,4	7,9	90,7	1,1	2354
HTX	0,8	5,0	94,2	0,8	504
HHX	1,0	6,4	92,6	0,5	793
Erhvervsuddannelse	1,0	2,2	96,7	0,6	981
Ikke i gang med uddannelse	2,1	6,1	91,7	1,3	375
Alle	1,6	6,3	92,1	1,1	6712
P >			.001	.01	

ANDRE IDRÆTSGRENE

De unge, som er i gang med en erhvervsfaglig uddannelse, er meget mindre aktive, end unge på en gymnasial uddannelse og især unge på et alment gymnasieforløb er i skiløb og atletik. Forskellene mellem uddannelsesgrupperne er små inden for billard / pool, bowling / keglespil, kampsport, skydning (hvor unge på en erhvervsfaglig uddannelse er de mest aktive) samt bueskydning (tabel 26).

Tabel 26. 15 – 19-åriges deltagelse i andre idrætsaktiviteter i fritiden opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

	Billard, pool mv.	Bowling, keglespil	Kampsport	Petanque	Ridning	N =
Grundskole / udskoling	13,6	24,6	7,0	3,1	9,3	1705
Almene gymnasium	11,5	29,4	5,6	5,0	7,9	2354
HTX	10,7	27,0	5,2	2,2	6,2	504
HHX	14,8	32,2	4,9	3,4	5,3	793
Erhvervsuddannelse	12,9	22,2	5,4	2,1	5,5	981
Ikke i gang med uddannelse	9,3	25,1	5,3	1,6	8,0	375
Alle unge	12,4	27,1	5,8	3,5	7,4	6807
P >	.05	.001	.4	.001	.01	

	Skiløb	Skydning	Atletik	Bue-skydning	Triatlon / duatlon	N =
Grundskole / udskoling	11,0	5,2	18,8	5,2	3,3	1705
Almene gymnasium	13,8	2,9	16,2	3,2	1,7	2354
HTX	10,9	4,2	8,3	4,2	1,2	504
HHX	13,4	4,0	6,7	2,6	1,8	793
Erhvervsuddannelse	4,2	7,4	2,8	3,4	1,1	981
Ikke i gang med uddannelse	5,1	5,1	6,1	4,0	0,8	375
Alle	10,8	4,5	12,6	3,8	1,9	6807
P >	.001	.001	.001	.05	.001	

	Billard mv. - hyppighed			N =
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	
Grundskole / udskoling	5,3	8,1	86,6	1705
Almene gymnasium	1,3	9,9	88,9	2354
HTX	1,8	8,7	89,5	504
HHX	1,9	12,6	85,5	793
Erhvervsuddannelse	3,2	9,6	87,3	981
Ikke i gang med uddannelse	4,0	5,1	90,9	375
Alle	2,8	9,3	87,8	6712
P >				.001

	Bowling - hyppighed			N =
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	
Grundskole / udskoling	1,8	22,6	75,6	1705
Almene gymnasium	1,1	27,7	71,1	2354
HTX	1,8	25,0	73,2	504
HHX	1,1	30,8	68,1	793
Erhvervsuddannelse	1,3	20,5	78,2	981
Ikke i gang med uddannelse	1,6	22,9	75,5	375
Alle	1,4	25,3	73,3	6712
P >				.001

	Atletik - hyppighed			N =
	Mindst en gang om ugen	Sjældnere	Aldrig	
Grundskole / udskoling	4,2	14,5	81,3	1705
Almene gymnasium	4,2	11,7	84,1	2354
HTX	3,6	4,4	92,1	504
HHX	1,1	5,4	93,4	793
Erhvervsuddannelse	0,9	1,7	97,3	981
Ikke i gang med uddannelse	1,6	4,5	93,9	375
Alle	3,2	9,3	87,6	6712
P >				.001

Køn, alder og indvandrerbaggrunds betydning for forskellene mellem uddannelsesgrupperne

Analysen i dette notat er beskrivende i den forstand, at den afdækker forskellene mellem ungdomsuddannelsesgrupper på, hvor mange unge der er bevægelsesaktiv – generelt, under forskellige organiseringsformer og i forskellige typer af fysisk bevægelse, idræt og motion. Men hvad kan forklare disse forskelle?

Den mest sandsynlige forklaring er, at der er væsentlige forskelle på, hvem der går på de forskellige typer af ungdomsuddannelse – fordelingen mellem mænd og kvinder, fordelingen på alder samt forældrenes baggrund (uddannelsesmæssigt, beskæftigelsesmæssigt, økonomisk og etnisk oprindelse). Data giver mulighed for at belyse, hvilken betydning køn, alder og indvandrerbaggrund har for forskellene i bevægelsesvaner mellem ungdomsuddannelsesgrupperne, mens der desværre ikke er tilgængelige data for forældrenes uddannelse, beskæftigelse og økonomi.

Køn

Som beskrevet i rapportens indledning er der væsentlige forskelle på kønsfordelingen mellem de forskellige uddannelses typer. Mens to ud af tre af de unge, der på undersøgelsestidspunktet gik på den almene gymnasieuddannelse, er kvinder, er det omvendt to ud af tre af de unge, som er studerede på HTX eller en erhvervsfaglig uddannelse, som er mænd. Unge kvinder er lidt mere aktive end unge mænd, og det gælder inden for alle typer af ungdomsuddannelse bortset fra HHX, hvor de unge mænd er lidt mere aktive end de unge kvinder.

Alder

Hvad angår alder, er de fleste unge på en grunduddannelse yngre end de unge på et alment gymnasieforløb og unge på HTX og HHX. På tværs af uddannelser er de unge på 15 år de mest aktive, og for hvert alderstrin falder deltagelsesniveauet en smule, så unge på 19 år er fem procentpoint mindre aktiv (andel af de unge), end de 15-årige er. Dette finder vi dog ikke blandt de unge på HTX og unge på en erhvervsfaglig uddannelse, hvor der kun er små forskelle på deltagelsesniveauet mellem de yngste og de ældste, mens forskellen er større blandt de unge på en gymnasial uddannelse. Der er således en tendens til, at forskellene i deltagelsesniveauet mellem uddannelsesgrupper er mindst blandt de 18 og 19-årige. Forskellene mellem de 15-årige og 19-åriges deltagelse i bevægelsesaktiviteter er endnu større, når vi ser på foreningsdeltagelse, hvor de 19-årige er 20 procentpoint mindre aktive, end de 15-årige er. Det gælder dog ikke blandt de unge på en erhvervsfaglig uddannelse, hvor deltagelsen i foreningsidræt er på omtrent samme niveau blandt de 19-årige som blandt de 15-årige. Disse forskelle mellem de yngste og de ældste unges deltagelsesniveau finder vi ikke inden for kommercielt organiseret og selvorganiseret fysisk bevægelse.

Indvandrerbaggrund

Unge mellem 15 og 19 år, som er efterkommere af indvandrere, er markant mindre bevægelsesaktiv, end unge af forældre, der er født i Danmark, er. Det gælder dog især for unge, som er i gang med en grunduddannelse eller et alment gymnasieforløb (syv procentpoint forskel på det generelle bevægelsesmål), mens forskellen er noget mindre på HTX og HHX (tre procentpoint). Blandt unge, som er i gang med en erhvervsfaglig uddannelse, er efterkommere af indvandrere de mest aktive (otte procentpoint forskel). Hvad angår deltagelse i bevægelsesaktiviteter i en forening er unge efterkommere af indvandrere mindre aktive, end unge med en dansk baggrund er, inden for alle uddannelsesgrupper. Det samme gælder deltagelse i

selvorganiserede bevægelsesaktiviteter med undtagelse af unge, der er i gang med en erhvervsfaglig uddannelse, der i højere grad dyrker selvorganiserede bevægelsesaktiviteter, end unge af forældre med en dansk baggrund gør. Det varierer mere, når det gælder deltagelse i bevægelsesaktiviteter i kommercielt regi. Unge med en indvandrerbaggrund, der går på en grunduddannelse, på HHX eller en erhvervsfaglig uddannelse, er således mere aktive i kommercielt organiseret fysisk aktivitet, end unge med en dansk baggrund er. Det modsatte er tilfældet blandt unge, der går på et alment gymnasium eller på HTX. Det er således forskelligt fra uddannelsesgruppe til uddannelsesgruppe og fra organiseringsform til organiseringsform, hvilken betydning indvandrerbaggrund har for deltagelsen.

Køn, alder og indvandrerbaggrunds betydning for forskellene mellem uddannelsesgrupper

I hvilken grad kan forskellene mellem uddannelsesgruppernes deltagelse i bevægelsesaktiviteter forklares med forskellene mellem grupperne på fordelingen af de unge på køn, alder og indvandrerbaggrund. Det kan vi undersøge ved en logistisk regressionsanalyse, der undersøger sammenhængen mellem igangværende uddannelse og deltagelse i bevægelsesaktiviteter, men samtidig kontrollerer for den sammenhæng der er mellem køn, alder og indvandrerbaggrund og deltagelse i bevægelsesaktiviteter.

Analysen viser, at unge, der er i gang med en erhvervsuddannelse, er signifikant mindre bevægelsesaktiv i fritiden, end unge på de øvrige ungdomsuddannelser er, når der er taget højde for forskellene mellem uddannelsesgrupperne på fordelingen på køn, alder og indvandrerbaggrund. Mellem de gymnasiale uddannelser er der imidlertid ikke signifikante forskelle på, hvor stor en andel der er bevægelsesaktiv i fritiden inden for en uge. I det hele taget har køn, alder og indvandrerbaggrund forholdsvis lille betydning for det generelle bevægelsesniveau på tværs af alle uddannelsesretninger.

Det har det imidlertid for deltagelsen i bevægelsesaktiviteter i en forening og i selvorganiseret fysisk bevægelse, hvor både køn, alder og indvandrerbaggrund har stor betydning. Når der er taget højde for dette i analysen, viser den logistiske regressionsanalyse, at der er en statistisk signifikant sammenhæng mellem igangværende uddannelse og foreningsdeltagelse med signifikant højere deltagelse i foreningsidræt blandt unge på HTX og signifikant lavere deltagelse blandt unge på en erhvervsfaglig uddannelse end blandt unge på en grunduddannelse (som analysen sammenligner med).

Alder, køn og indvandrerbaggrund har meget mindre betydning for deltagelsen i kommercielt organiseret bevægelsesaktivitet. Analysen viser, at unge på HTX og unge på et alment gymnasieforløb er signifikant mere aktiv i kommercielt organiseret bevægelsesaktivitet, end unge på en grunduddannelse er (der er sammenligningsgrundlaget), mens det ikke gælder for unge på en erhvervsuddannelse.

Da data ikke omfatter informationer om de unges forældres uddannelsesmæssige, beskæftigelsesmæssige og økonomiske baggrund, kan analysen ikke belyse, hvilken betydning dette har for forskellene mellem uddannelsesgrupperne på, hvor bevægelsesaktive de unge er. Det er imidlertid velkendt, at forældres socioøkonomiske baggrund har væsentlig betydning for de unges valg af ungdomsuddannelse. En analyse af studerende på gymnasiale uddannelser fra 2012 viste, at mens 22 pct. af eleverne på det almene gymnasium havde forældre med en lang videregående uddannelse, gjaldt det samme 11 pct. af eleverne på HTX og 7 pct. på HHX (Danmarks Evalueringsinstitut, 2015). En analyse fra 2013 af unge på en erhvervsfaglig uddannelse viste, at 2 pct. af eleverne kom fra hjem med forældre med en lang videregående uddannelse (Baadsgaard, 2013). Vi ved endvidere, at forældres socioøkonomiske baggrund har væsentlig betydning for, hvor fysisk aktive børn og unge er, og derfor er det sandsynligt, at denne forskel mellem ungdomsuddannelserne på de unges sociale baggrund er en væsentlig del af forklaringen på forskellene i bevægelsesvanerne mellem de forskellige uddannelsesgrupper.

Litteratur

Baadsgaard, M. (2013). Registerbaseret karakteristik af studerende. Arbejderbevægelsens Erhvervsråd.

Pernille Bendtsen, Stine Schou Mikkelsen og Janne S. Tolstrup (2015). Ungdomsprofilen 2014. Statens institut for Folkesundhed.

Danmarks Evalueringsinstitut (2015). Gymnasieelevers baggrund og forskellighed.

Bilag – Datagrundlag og metode

Analyserne i denne rapport bygger på data fra en spørgeskemaundersøgelse af danskernes bevægelsesvaner fra forskningsprojektet Danmark i Bevægelse.

Spørgeskemaet blev udviklet i samarbejde med forskere og eksperter inden for de forskellige fagområder, som undersøgelsen har fokus på. Det omfattede både kolleger på Syddansk Universitet og nationale og internationale forskere i fysisk aktivitet, idrætsvaner, motiver for fysisk aktivitet mv. Da et udkast til spørgeskemaet forelå, blev det testet af forskere på området; af en mindre gruppe borgere, som besvarede spørgsmålene samtidig med, at en forsker fulgte besvarelsen (for at teste, om spørgsmålene blev forstået rigtigt); og til sidst af en prøvepopulation på omkring 2.000 respondenter i samarbejde med Aalborg Universitet. Dette førte til en række ændringer i spørgeskemaet. Spørgeskemaets indhold og udformning har således været forberedt grundigt gennem forundersøgelser og test.

Spørgeskemaet var opdelt i seks dele: 1) Praktisk fysisk betonet arbejde i hjemmet; 2) fysisk aktivitet på arbejde eller studie; 3) fysisk aktivitet som transport (fx gang, cykling og løb); 4) fysisk aktivitet i fritiden; 5) muligheder for fysisk aktivitet i det område, hvor man bor; 6) samt spørgsmål om respondenter (arbejdsliv, husstand, helbredtstilstand mv.).

Danmarks Statistik (DST Survey) udtrak i september 2020 godt 404.000 tilfældigt udvalgte voksne i Danmark (15 år eller ældre) – stratificeret på køn, alder og kommunens befolkningstal – til at deltage i undersøgelsen. For at få nok svar i de mindre kommuner, blev der 'oversamlet', dvs. udtrukket forholdsmæssigt flere, i de mindre kommuner, og tilsvarende 'undersamlet', dvs. udtrukket forholdsmæssigt færre, i de største kommuner. Formålet dermed var at opnå et tilstrækkeligt antal svar i alle kommunerne til at kunne gennemføre pålidelige analyser i hver enkelt kommune som grundlag for at kunne sammenligne på tværs af kommunerne.

Spørgeskemaet blev sendt til de godt 404.000 voksne i Danmark den 19. oktober 2020, hvoraf langt de fleste modtog invitationen til at besvare spørgeskemaet via e-Boks. Knap 12.000 modtog invitationen som et almindeligt brev, fordi de ikke var e-Boks brugere. Der blev udsendt to påmindelser via e-Boks undervejs i perioden, henholdsvis den 30. oktober og den 11. november, inden spørgeskemaundersøgelsen lukkede den 29. november.

Spørgeskemaet kunne kun besvares elektronisk via et link. Linket kunne tilgås direkte i brevene i e-Boks, mens dem, der havde modtaget brevet fysisk, skulle indtaste en hjemmesideadresse og en kode for at tilgå spørgeskemaet. Blandt alle gennemførte svar blev der trukket lod om otte præmier á 10.000 kr. skattefrit.

163.133 voksne besvarede spørgeskemaet, hvilket svarer til 40 pct. af dem, der modtog spørgeskemaet. Generelt har kvinder i lidt højere grad end mænd og ældre i højere grad end unge besvaret spørgsmålene. For at analysen af data er repræsentativ for hele befolkningen er data derfor efterfølgende blevet 'vægtet' i forhold til køn, alder og kommunestørrelse. Det har ikke været muligt at foretage en sådan vægtning i forhold til uddannelsesniveau.

Spørgeskemaets spørgsmål om bevægelsesaktiviteter i fritiden, som analyserne i denne rapport bygger på, blev besvaret af 6.807 unge mellem 15 og 19 år. Tabellen nedenfor viser, hvor stor en andel af de unge på de forskellige ungdomsuddannelser, der har besvaret spørgeskemaet. 29 pct. af de unge mellem 15 og 19 år besvarede spørgeskemaet helt eller delvist, og 27 pct. besvarede spørgsmålene om deltagelse i bevægelsesaktiviteter i fritiden. Det var imidlertid især de yngste unge, som ikke havde afsluttet deres

grunduddannelse, da spørgeskemaet skulle besvares, som ikke besvarede det, mens 45 pct. af unge på HHX besvarede spørgeskemaet. Blandt de unge på et alment gymnasium, unge på HTX og unge på erhvervsfaglig uddannelse besvarede godt tre ud af 10 spørgeskemaet. Da det antages, at de mest interesserede i det emne, der spørges om (i dette tilfælde idræt, motion og anden form for fysisk bevægelse), er mere tilbøjelige til at besvare spørgeskemaet, er andelen, som er bevægelsesaktiv, sandsynligvis lidt højere end den reelt forekommende andel. Derfor er tallene for de unge på en grundskole givetvis lidt for høje i sammenligning med de unge på de øvrige ungdomsuddannelser – og især unge på HTX – hvor andelen, som har besvaret spørgeskemaet, er højere. Men det skønnes, at det ikke ændrer på analysens resultater og fundne sammenhænge mellem uddannelsesretning og deltagelse i bevægelsesaktiviteter.

Tabel 27: Andel af unge mellem 15 og 19 år, som besvarede spørgeskemaet og spørgsmålene om bevægelsesaktiviteter i fritiden, opdelt på uddannelsesgrupper (pct.)

Påbegyndt men ikke afsluttet uddannelse (15 - 19 år)	Påbegyndt besvarelse	Besvaret spørgsmål om bevægelsesvan- er i fritiden	N =
Grundskole / udskole *	20,3	18,9	9041
Almene gymnasium **	34,4	32,3	7279
HTX	45,2	43,3	1165
HHX	33,6	31,5	2517
Erhvervsuddannelse	30,2	27,9	3517
Ikke i gang med uddannelse	29,4	27,4	1368
Alle unge	29,0	27,1	25114
* inkl. efterskoler og særligt tilrettelagt uddannelse			
** inkl. HF, studenterkursus mv.			

Da spørgeskemaundersøgelsen var lukket, blev en såkaldt frafaldsundersøgelse gennemført i løbet af december 2020 for at få viden om, hvor meget svarmønsteret blandt dem, der besvarede spørgeskemaet, afveg fra svarmønsteret blandt dem, der ikke svarede. Det er sandsynligt, som nævnt ovenfor, at de bevægelsesaktive voksne har haft mere lyst til at besvare spørgeskemaet, end dem som ikke er så bevægelsesaktive. Jysk Analyse, der har ekspertise i telefoninterviews, ringede til et repræsentativt udsnit af de borgere, der ikke havde besvaret spørgeskemaet. Disse informanter blev spurgt om deres deltagelse i de fysiske aktivitetsformer, der blev spurgt om i spørgeskemaundersøgelsen. 2.100 respondenter var i målgruppen for frafaldsundersøgelsen, hvoraf 829 personer (40 pct.) besvarede spørgsmålene. Sammenholdt med svarene fra spørgeskemaundersøgelsen viser svarene fra frafaldsundersøgelsen, at respondenterne her er lidt mindre fysisk aktive. Det er ikke muligt at vægte sig ud af denne 'bias', men vigtigt at være opmærksom på i tolkningen af resultaterne fra spørgeskemaundersøgelsen.

Svarene i spørgeskemaundersøgelsen blev indsamlet i oktober og november 2020. Det skete imens Danmark var ramt af en pandemi, og hvor restriktioner periodisk har påvirket rum og rammer for idræt og fysisk aktivitet. Således har nedlukninger af bl.a. idrætsfaciliteter og fitnesscentre samt et generelt forsamlingsforbud haft stor betydning for befolkningens muligheder for at dyrke bestemte former for idræt og fysisk aktivitet.

Vi skønner dog, at denne situation ikke har haft afgørende betydning for svarene om befolkningens idræts- og bevægelsesvaner. Dette skyldes først og fremmest, at vi bad deltagerne i spørgeskemaundersøgelsen om at svare for de seneste 12 måneder – dvs. også før Covid-19 ramte. Dernæst har vi indhentet svar i en periode i efteråret 2020, hvor smittetallene var lave og forholdene forholdsvis normale for idræt og fysisk bevægelse.

I spørgeskemaundersøgelsen spørger vi om Covid-19 har haft en indflydelse på befolkningens bevægelsesvaner (inden for fire såkaldte bevægelses-domæner fritid, hjem, arbejde og transport). De fleste svarede, at deres fysiske aktivitetsniveau var uændret i deres fritid (især blandt de ældre). Mange var mere fysisk aktive i hjemmet, andre var mindre fysisk aktive på arbejdet, mens fysisk aktivitet under transport var forholdsvis uændret. De unge oplevede større ændringer både til den positive side og den negative (især dem der er afhængige af fysiske rammer). Men andelen, som svarede, at de var mere fysisk aktiv i forhold til før Corona, var næsten lige så stor som andelen, der svarede, at de var mindre fysisk aktiv. Corona havde ikke en så entydig negativ indvirkning på det fysiske aktivitetsniveau, som man kunne forvente.

ISBN:

978-87-94233-87-3

(fysiske udgave)

978-87-94233-88-0

(digitale udgave)