

DANSKERNES MOTIONS- OG SPORTSVANER EFTER GENÅBNINGEN AF IDRÆTSLIVET

Notat 7: Stabilisering af idrætsvanerne

Baggrund

Efter en lang periode med indendørs og udendørs idrætsaktiviteter sat i bero, har det danske idrætsliv nu længe været fri for coronarestriktioner, og denne undersøgelse følger nu op på det danske idrætsliv i kølvandet på corona.

Idrættens Analyseinstitut (Idan) har af flere omgange undersøgt, hvordan coronakrisen påvirkede det danske idrætsliv. Første gang i foråret 2020 under den første nedlukning. I juni 2020 startede et forløbsstudie, som efterfølgende har fulgt den samme gruppe af danskere og deres idrætsvaner over tid: I september 2020, i februar 2021 i forbindelse med den anden nedlukning, i april 2021, hvor idrætsaktiviteter og -faciliteter gradvist genåbnede og senest i oktober 2021, hvor alle coronarestriktioner på daværende tidspunkt var ophævet. Denne undersøgelse er den syvende i rækken og er gennemført i februar 2023 – et år efter, at corona ikke længere blev anset som en samfundskritisk sygdom.

Undersøgelsen er støttet økonomisk af TrygFonden.

Datagrundlag og metode

Dataindsamlingen er gennemført online af Epinion på vegne af Idan i perioden 7.-21. februar 2023. Alle 1.466 voksne danskere (+18 år), som deltog i den særskilte coronaundersøgelse i juni 2020, blev inviteret til at deltage i denne opfølgende undersøgelse, hvilket resulterede i 714 besvarelser og en svarprocent på 49¹.

Respondentgrundlaget er i lighed med tidligere undersøgelser vægtet på køn, alder, region og uddannelse for at tage højde for skævheder i repræsentativiteten. Dermed afspejler stikprøven befolkningen bedst muligt.

En frafaldsanalyse af de respondenter, der ikke deltager i denne opfølgende undersøgelse, viser, at det oftere er yngre end ældre, kvinder, gymnasielet uddannede samt arbejdsledige før corona, der er faldet fra. Der er ingen signifikante forskelle i frafald mht. region eller idrætsdeltagelse før nedlukningen².

¹ De 714 besvarelser dækker over respondenter, der har besvaret alle undersøgelsesrunder. Disse er udgangspunktet for alle analyser i notatet.

² Sammenlignes oktober 2021 med februar 2023 er der ikke signifikante forskelle i frafald på tværs af køn, uddannelse, region og tidligere idrætsdeltagelse. De yngre og beskæftigede før corona var imidlertid mere tilbøjelige til at falde fra.

Hovedresultater

- **Den overordnede idrætsdeltagelse er stagneret:** I februar 2023 dyrker 61 pct. af de voksne danskere sport og motion – det er samme niveau som i oktober 2021. 65 pct. dyrkede sport og motion før coronakrisen.
- **Tilslutningen til foreningsidrætten og det private regi er fortsat under niveauet før corona:** Organiseringsmønstret har ikke ændret sig siden oktober 2021, hvor tilslutningen til både foreningsidrætten og det kommercielle og private regi stadig var lidt mindre, end den var før coronakrisen. Før coronakrisen dyrkede 22 pct. af de voksne danskere deres idrætsaktiviteter i foreningsregi, mens det er tilfældet for 17 pct. i februar 2023. Før dyrkede 26 pct. idræt i privat eller kommercielt regi, mens det gælder for 21 pct. i 2023. Til gengæld dyrker 54 pct. selvorganiseret idræt nu sammenlignet med 51 pct. før corona.
- **Aktivitetsmønstret er stabiliseret:** Aktivitetsmønstret har ikke ændret sig siden oktober 2021, hvor boldspil, gymnastik og dans samt svømning havde opnået den samme tilslutning som før corona. Aktivitetstyper som løb, fitness og cykling mangler fortsat lidt tilslutning – ligesom det var tilfældet i oktober 2021 – for at være på niveau med før coronakrisen.
- **Fortsat forskydning i idrætsdeltagelsen:** Sammenlignet med oktober 2021 er der lidt færre nye aktive i februar 2023. Nye aktive dækker over dem, der ikke var idrætsaktive før corona, men som er blevet aktive efterfølgende. Omvendt er der en lige så stor andel frafaldne i februar 2023 som i oktober 2021. Frafaldne skal forstås som dem, der var idrætsaktive før corona, men inaktive i den pågældende undersøgelsesrunde. Resultaterne peger således på en vedvarende udskiftning i, hvem der er idrætsaktive, når der sammenlignes med tiden før corona.

Kontakt

Frederik Jes Petersen, analytiker, Idrættens Analyseinstitut

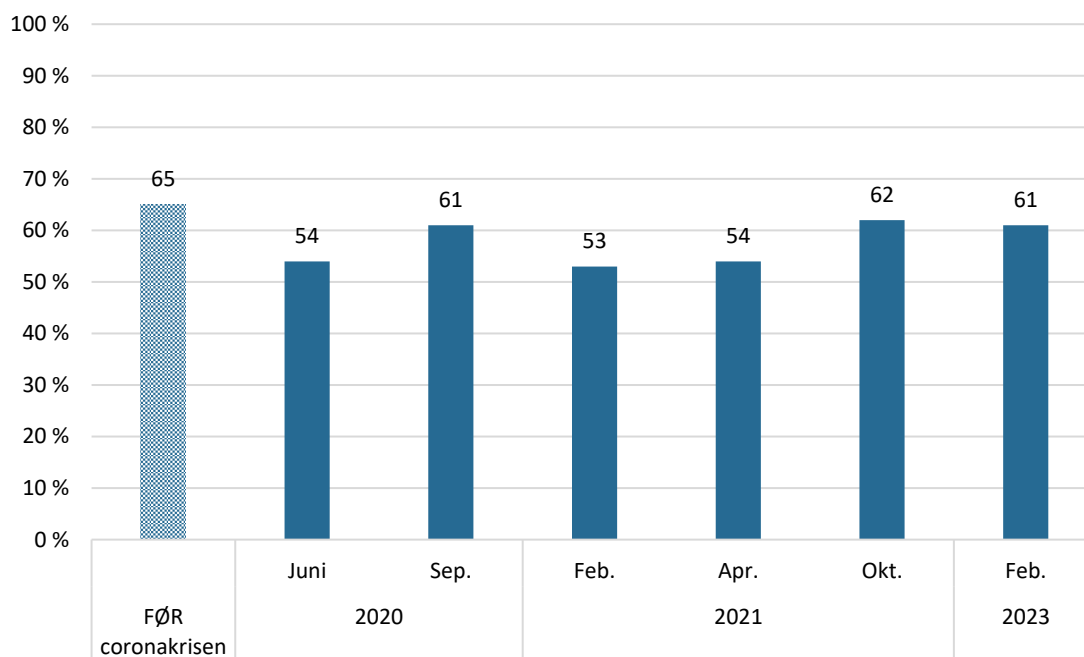
Mobil: +45 2913 4175

E-mail: frederik.petersen@idan.dk

Den generelle idrætsdeltagelse er stagneret

Det er efterhånden længe siden, at det danske idrætsliv blev lukket ned som følge af coronakrisen. I den seneste undersøgelsesrunde i oktober 2021³ var andelen, der normalt dyrkede sport og motion, 62 pct. Dét billede har ikke ændret sig i februar 2023, hvor idrætsdeltagelsen ligger på 61 pct. (figur 1). Før coronakrisen lå idrætsdeltagelsen på 65 pct⁴.

Figur 1: Andelen, der normalt dyrker sport og motion, er uændret siden oktober 2021 (pct.)



Figuren viser andelen, der dyrker sport og motion, på tværs af de forskellige undersøgelsestidspunkter. Andelen, der dyrkede sport og motion FØR coronakrisen, er beregnet ud fra dem, der i juni 2020 svarede 'ja' til spørgsmålet: 'Dyrkede du normalt sport og motion FØR coronanedlukningen?' (n=1.466). Andelen, der dyrker sport og motion i de resterende måneder, er beregnet ud fra dem, der har svaret 'ja' til spørgsmålet: 'Dyrker du sport og motion for tiden?' (juni 2020, n=1.466; september 2020, n=1.238; februar 2021, n=1.061; april 2021, n=990; oktober 2021, n=885; februar 2023, n=714).

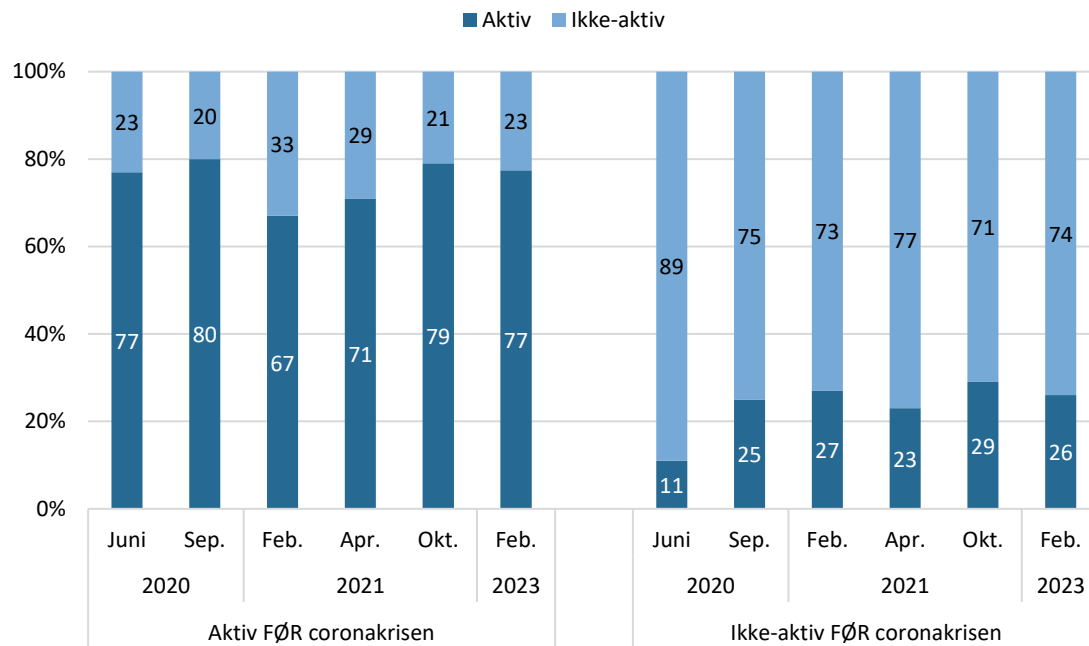
Selvom den samlede idrætsdeltagelse har stabiliseret sig siden oktober 2021, ser man fortsatte forskydninger i deltagelsen på tværs af undergrupper, som det også har været tilfældet i Idans tidligere coronaundersøgelser. Figur 2 viser idrætsdeltagelsen i alle undersøgelsesrunder blandt to grupper af danskere: De idrætsaktive og ikke-idrætsaktive før corona.

For det første viser undersøgelsen, at en gruppe af dem, der *ikke* var idrætsaktive før coronakrisen, efterfølgende er blevet det. Det gjaldt for 23 pct. i april 2021 og 29 pct. i oktober 2021. Nu – et år efter, at corona ikke længere karakteriseres som en samfundskritisk sygdom – svarer 26 pct. af dem, der ikke var aktive før coronakrisen, at de er aktive. Det betyder samtidig, at 74 pct. af dem, der ikke var aktive før coronakrisen, fortsat ikke er det.

³ Oktober 2021 var knap en måned efter, at alle coronarestriktioner blev ophævet.

⁴ Respondenterne blev i juni 2020 bedt om at forholde sig til deres idrætsvaner før corona. Der er således tale om en retrospektiv vurdering af deres idrætsvaner, mens de efterfølgende runder spørger ind til idrætsvaner 'for tiden'.

Figur 2: Flere af de inaktive før corona er blevet idrætsaktive



Figuren viser andelen, der angav, at de dyrkede/ikke dyrkede sport og motion i juni og september 2020 samt februar, april og oktober 2021 blandt deltagere, der var aktive FØR coronakrisen (juni 2020, n=953; september 2020, n=803; februar 2021, n=693; april 2021, n=646; oktober 2021, n=613; februar 2023, n=497) (søjlerne til venstre), og blandt deltagere, der ikke var aktive FØR coronakrisen (juni 2020, n=513; september 2020, n=435; februar 2021, n=368; april 2021, n=345; oktober 2021, n=272; februar 2023, n=217) (søjlerne til højre).

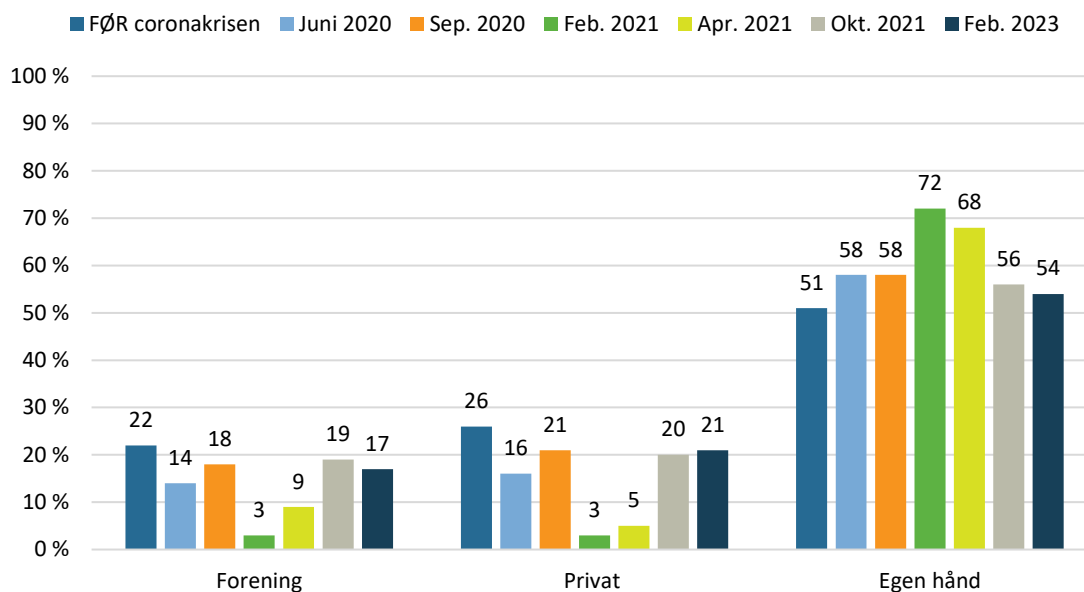
Dernæst viser undersøgelsen, at 23 pct. af dem, som var idrætsaktive før coronakrisen, ikke er aktive i februar 2023, hvilket er på niveau med oktober 2021 (21 pct.). Figur 2 viser dermed tegn på en vedvarende udskiftning i, hvem der er idrætsaktive, selvom den overordnede idrætsdeltagelse har ligget stabilt siden sidste måling i oktober, og næsten er på niveau med tiden før corona.

På tværs af alle undersøgelsesrunder har lidt over halvdelen af danskerne (55 pct.) skiftet deres idrætsstatus mindst én gang (enten fra ikke-aktiv til idrætsaktiv eller fra idrætsaktiv til ikke-aktiv). Siden sidste undersøgelsesrunde i oktober 2021 gælder det 19 pct., som har ændret deres aktivitet i den ene eller anden retning.

Aktivitets- og organiseringsmønstrer er stabiliseret

Danskernes måde at organisere deres idrætsaktiviteter på blev under coronakrisen påvirket af forsamlingsforbud og nedlukninger, der i særdeleshed gjorde det svært at gennemføre indendørs idrætsaktiviteter. Det har manifesteret sig i, at færre dyrker deres idræt i foreningsregi og i privat eller kommercielt regi.

Figur 3: Foreningsdeltagelsen er fortsat under niveauet før coronakrisen



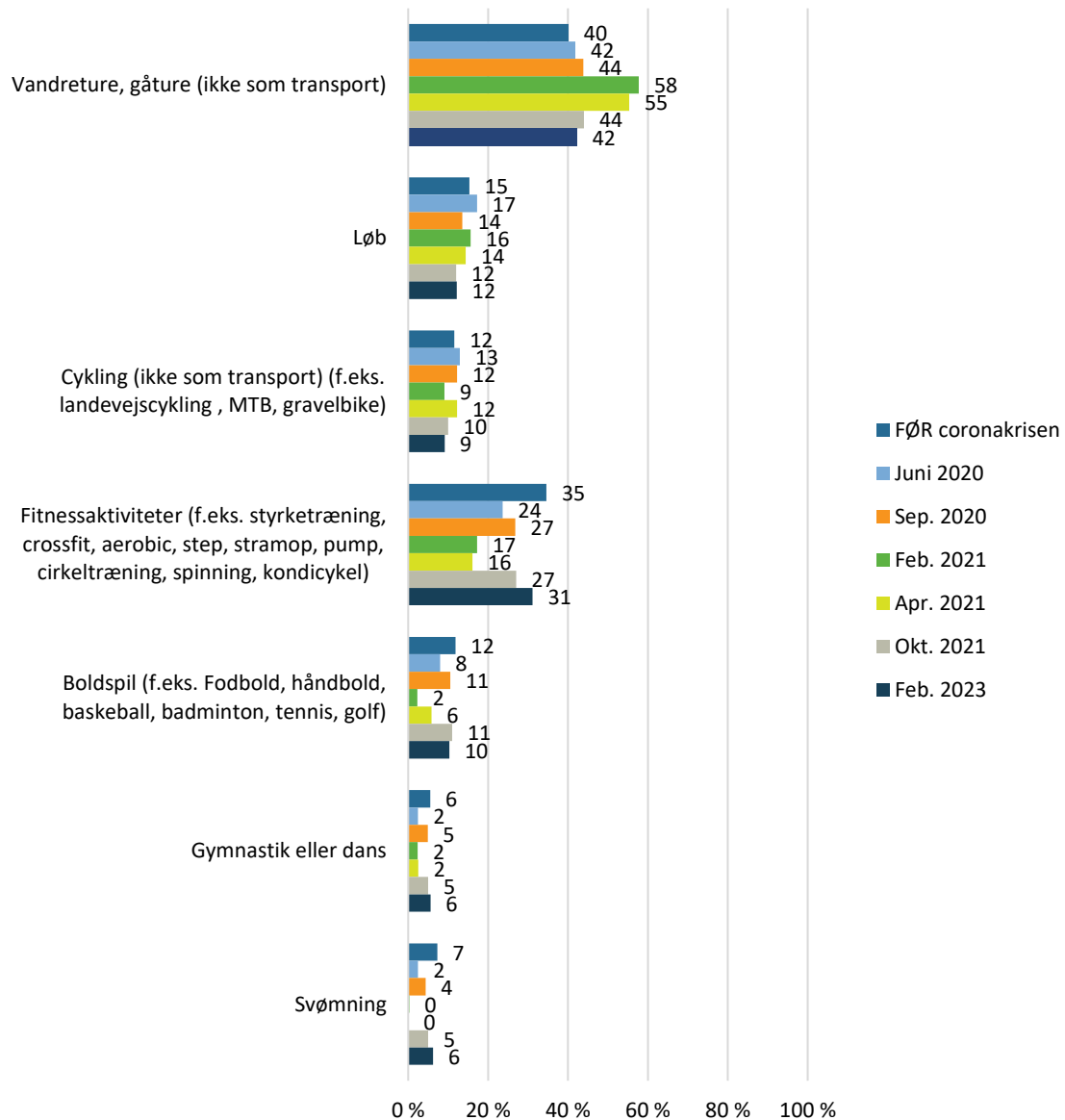
Figuren viser svarfordelingen (pct.) til spørgsmålet: 'I hvilken sammenhæng dyrkede du dine aktiviteter FØR coronanedlukningen, og i hvilken sammenhæng gør du NU?' (FØR coronakrisen, n=1.466; juni 2020, n=1.466) samt: 'I hvilken sammenhæng dyrker du dine aktiviteter for tiden?' (september 2020, n=1.238; februar 2021, n=1.061; april 2021, n=990; oktober 2021, n=885; februar 2023, n=714).

Figur 3 viser et stort set uændret organiseringsmønster siden oktober 2021, hvor tilslutningen til både foreningsidrætten og det kommercielle og private regi stadig er lidt mindre, end den var før coronakrisen.

Foreningsidrætten havde en tilslutning på 17 pct. i februar 2023, mens den var 22 pct. før coronakrisen, og det private regi har nu en tilslutning på 21 pct. mod 26 pct. før. Samtidig er den store tilbagegang i andelen, der organiserer sig på egen hånd, som vi har set siden februar 2021, bremset. Således ligger andelen, der dyrker idræt på egen hånd, i februar 2023 på 54 pct. mod 51 pct. i første måling før coronakrisen.

Ser man på danskernes aktivitetsvalg, har det ikke ændret sig mærkbart siden oktober 2021 (figur 4). Den største ændring ses i fitnessaktiviteter, der dyrkes af 4 procentpoint flere i 2023. Gå- og vandreture, der blev meget populære under coronanedlukningerne, har stabiliseret sig på et niveau lidt over det, vi så før corona, mens tilslutningen til løb, cykling og fitness stadig er lavere end før. De øvrige aktiviteter har stabiliseret sig på samme niveau som før coronakrisen.

Figur 4: Ingen store forskydninger i aktivitetsvalget siden oktober 2021



Figuren viser svarfordelingen (pct.) til spørgsmålet: 'Hvilke aktiviteter dyrkede du FØR coronanedlukningen, og hvilke aktiviteter dyrker du NU?' (FØR coronakrisen, n=1.466; juni 2020, n=1.466) samt 'Hvilke aktiviteter dyrker du for tiden?' (september 2020, n=1.238; februar 2021, n=1.061; april 2021, n=990; oktober 2021, n=885; februar 2023, n=714).

De nye aktive

Som nævnt tidligere er der en tydelig forskydning i idrætsdeltagelsen på tværs af dem, der var idrætsaktive og ikke-idrætsaktive før corona. Det er især de 18-29-årige, som er gået fra at være inaktive før corona til nu at være aktive i februar 2023. Denne tendens har også været gældende i de tidligere coronaundersøgelser. Omvendt er de 50-59-årige den aldersgruppe, der har været mindst tilbøjelige til at starte med at dyrke idræt.

Gruppen af nye aktive organiserer hovedsageligt deres aktiviteter på egen hånd (74 pct.) og i privat regi (22 pct.), mens få er startet i foreningsregi (8 pct.). Deres aktivitetsvalg domineres af løb, gang og fitness.

De nye aktive er også blevet spurgt ind til deres motiver for at dyrke idræt, fordi de førhen har været inaktive (i samtlige runder eller i oktober 2021). I denne undersøgelsesrunde er deres primære motiver at forbedre helbredet, at få mulighed for at komme ud og derudover at de har et større overskud.

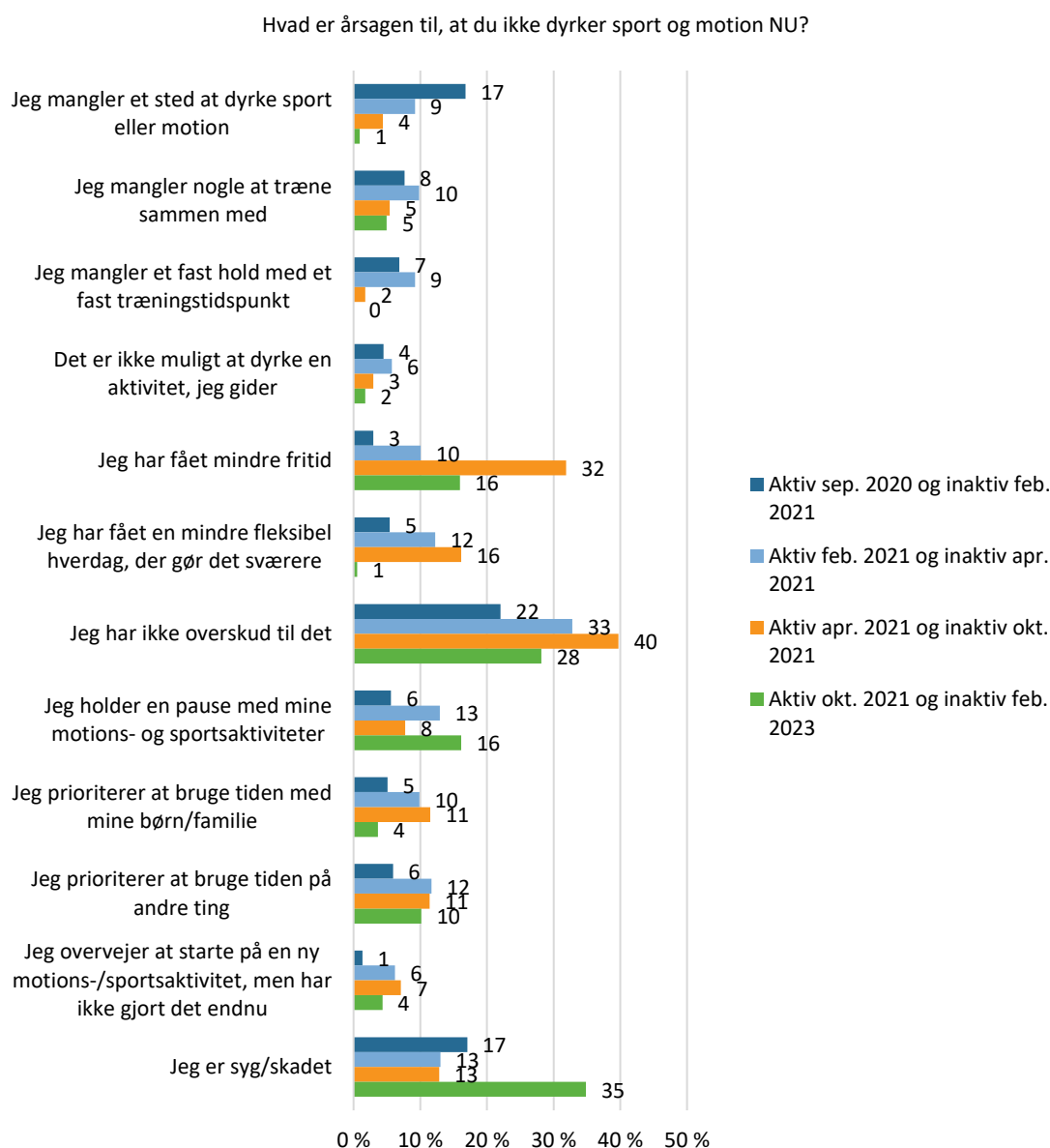
Barrierer blandt de idrætsinaktive

Derudover findes en gruppe af frafaldne, der var idrætsaktive i oktober 2021, men som er inaktive i februar 2023 (11 pct.). Figur 5 viser udviklingen i barrierer for at dyrke idræt blandt dem, der er faldet fra.

Manglende overskud var den største barriere for dem, der var stoppet med at dyrke idræt mellem april 2021 og oktober 2021 (40 pct.), mens 12 procentpoint færre angav denne barriere blandt dem, der var stoppet med at dyrke idræt mellem oktober 2021 og februar 2023. Denne barriere er dog stadig blandt de største i 2023 (28 pct.).

Sammenlignet med oktober 2021 angiver markant færre desuden mindre fritid og mindre fleksibilitet i hverdagen som årsag til deres inaktivitet (henholdsvis 16 og 15 procentpoint færre), mens sygdom/skade omvendt er skudt i vejret som central barriere (22 procentpoint flere mellem 2021 og 2023).

Figur 5: Færre angiver manglende overskud og mindre fritid som barrierer for idræt (pct.)



Figuren viser svarfordelingen (pct.) til spørgsmålet: 'Du svarede sidst 'ja' til, at du dyrkede sport og motion. Hvad er årsagen til, at du ikke dyrker sport og motion NU? (Giv ét eller flere svar)'. Blandt 1) voksne, der dyrkede sport og motion i september 2020, men som ikke gjorde det i februar 2021 (n=183), 2) voksne, der dyrkede sport og motion i februar 2021, men som ikke gjorde det i april 2021 (n=85), 3) voksne, der dyrkede sport og motion i april 2021, men som ikke gjorde det i oktober 2021 (n=75), og 4) voksne, der dyrkede sport og motion i oktober 2021, men som ikke gør det i februar 2023 (n=66).

Alt i alt viser den seneste måling af danskernes idrætsvaner i kølvandet på corona således en stor stabilitet siden oktober 2021. Mens den overordnede idrætsdeltagelse og organisering i foreningsregi samt privat og kommercielt regi har stabiliseret sig under niveauet før coronakrisen, er tilslutningen til selvorganiseret idræt nu højere end før coronakrisen. Den næste måling vil kaste lys over, om disse tendenser fortsætter.

Derudover viser analyserne, at der er en vedvarende udskiftning i, hvem der er idrætsaktive og -inaktive, når der sammenlignes med tiden før corona.

Idan vil i et kommende notat have et mere uddybende fokus på idrætsdeltagelsens forskydning – eksempelvis hvad der karakteriserer de nye aktive og de frafaldne. Derudover vil der være en generel afrunding af coronaperioden for at vurdere, hvad coronakrisen samlet set har betydet for det danske idrætsliv.

Danskernes motions- og sportsvaner efter genåbningen af idrætslivet

Notat 7: Stabilisering af idrætsvanerne

Forfatter: Frederik Jes Petersen

Udgivet: April 2023

Idrættens Analyseinstitut

Frederiksgade 78B, 2. sal

DK-8000 Aarhus C

Notatet kan downloades gratis på www.idan.dk.

Gengivelse af dette notat er tilladt med tydelig kildehenvisning.

Undersøgelsen er støttet af TrygFonden.

TrygFonden