

Ungdomsbarometern

På uppdrag av Riksidrottsförbundet har Ungdomsbarometern under ett antal år gjort undersökningar kring ungdomars attityder och inställning till idrott och fysisk aktivitet. Under hösten 2015 gjordes intervjuer med 6 974 ungdomar mellan 15 och 24 år. Här är några av resultaten i sammandrag.

Översikt

Ungdomarna delas in i sex olika kategorier utifrån om och hur de är fysiskt aktiva. Utfallet av indelningen är följande.

1. Icke sportiga (stillasittare) 11 procent
2. Bas-individuell motionerande (ensamströvare) 24 procent
3. Genomsnittliga socialsportiga (Korpen) 9 procent
4. Sociala hälsosportiga (hälsofokuserade) 24 procent
5. Privat individuellsportiga (SATS-medlemmar) 19 procent
6. Sociala prestationssportiga (lag och tävling) 13 procent

Icke sportiga (stillasittare) 11 procent

Tränar eller motionerar sällan eller aldrig utöver eventuell idrott i skolan.

- 43 procent är helt ointresserade av att idrotta och tävla och 18 procent är helt ointresserade av kost och hälsa.
- 49 procent tjejer och 49 procent killar.
- Har det sämre ekonomiskt ställt.
- Har i lägre utsträckning akademisk bakgrund.
- Har oftare utländsk bakgrund.
- I högre utsträckning från storstadsområden.
- 36 procent identifierar sig som gamers.
- 18 procent identifierar sig som kulturmänniskor.
- 16 procent beskriver sig som nördiga.
- 18 procent beskriver sig som blyga.
- 16 procent beskriver sig som lata.

Exempel på idrott

- Ingen idrott.

Bas-individuell motionerande (ensamströvare) 24 procent

Utövar bara individuell idrott och tränar alltid själva. 83 procent motionerar i egen regi och 40 procent i privat regi. Motionerar i genomsnitt mindre ofta.

- 26 procent är helt ointresserade av att idrotta och tävla.
- 55 procent tjejer och 42 procent killar.
- Har i lägre utsträckning akademisk bakgrund.
- 11 procent identifierar sig som vegan/vegetarian.
- 20 procent identifierar sig som bokmal.
- 17 procent identifierar sig som kulturmänniskor.
- 29 procent beskriver sig som smarta.
- 14 procent beskriver sig som nördiga.
- 39 procent beskriver sig som ansvarsfulla.

Exempel på idrott

- Löpning
- Gym

Genomsnittliga socialsportiga (Korpen) 9 procent

Motionerar som genomsnittet. 67 procent motionerar i egen regi, 53 procent i privat regi och 47 procent i föreningsregi. 87 procent utövar en lagidrott och 64 procent en individuell idrott. 47 procent tränar med andra och 53 procent tränar oftast själv.

- 38 procent är mycket intresserade av att idrotta och tävla.
- 41 procent är tjejer och 58 procent är killar.
- Har det sämre ekonomiskt ställt.
- I lägre utsträckning akademisk bakgrund.
- I högre utsträckning från landsbygden.
- 16 procent identifierar sig som föreningsmänniskor.
- 20 procent identifierar sig som friluftsmänniskor.
- 25 procent beskriver sig som tävlingsinriktade.
- 27 procent beskriver sig som sportiga.

Exempel

- Innebandy
- Fotboll
- Gruppträning
- Löpning
- Gym

Individuella hälsosportiga (hälsofokuserade) 24 procent

Motionerar ofta, i högre utsträckning än genomsnittet. 91 procent tränar minst någon gång i veckan. 70 procent motionerar i egen regi, 69 procent i privat regi och 36 procent i föreningsregi. 70 procent utövar bara en individuell idrott, 26 procent även en lagidrott. 70 procent tränar ungefär lika mycket själva som med andra, 30 procent oftast med andra.

- 28 procent är mycket intresserade av att idrotta, tävla.
- 65 procent är intresserade av kost och hälsa.
- 54 procent är tjejer och 45 procent är killar.
- I mindre utsträckning från storstadsområden.
- 17 procent identifierar sig som karriärister.
- 14 procent identifierar sig som hälsofreaks.
- 31 procent beskriver sig som ambitiösa.
- 29 procent beskriver sig som positiva.

Exempel

- Gruppträning
- Styrketräning
- Gym
- Gymnastik
- Löpning
- Yoga

- Cykling
- Dans

Privat individuellsportiga (SATS-medlemmar) 19 procent

Motionerar flera gånger i veckan. Alla utövar bara en individuell idrott. 63 procent motionerar i egen regi, 72 procent i privat regi och 16 procent i föreningsregi. 71 procent tränar oftast själva.

- 29 procent är inte intresserade av att idrotta, tävla.
- 66 procent är intresserade av kost och hälsa.
- 53 procent är tjejer och 46 procent killar.
- Har det bättre ekonomiskt ställt.
- Har i högre utsträckning akademisk bakgrund.
- I högre utsträckning från storstadsområden.
- 24 procent identifierar sig som storstadsmänniskor.
- 36 beskriver sig som ambitiösa.
- 21 procent beskriver sig som kreativa.

Exempel

- Styrketräning
- Gym
- Löpning

Sociala prestationssportiga (lag och tävling) 13 procent

Tränar oftast med andra eller med annan person. Motionerar flera gånger i veckan, 35 procent tränar i princip varje dag. 88 procent motionerar i föreningsregi, 30 procent i egen regi och 33 procent i privat regi. 91 procent utövar en lagidrott.

- 63 procent är mycket intresserade av att idrotta och tävla.
- 58 procent är intresserade av kost och hälsa.
- 34 procent är tjejer och 66 procent är killar.
- Har bättre ekonomiskt ställt.
- I högre utsträckning från landsbygden.
- 13 procent identifierar sig som föreningsmänniskor.
- 20 procent identifierar sig som elitidrottare.
- 33 procent beskriver sig som tävlingsinriktade.
- 54 procent beskriver sig som sportiga.

Exempel

- Innebandy
- Fotboll
- Bandy
- Basket
- Ishockey

Varför motionerar, tränar unga inte?

Varför inte, över tid

Upp sen 2008

- Orkar inte.
- Har inte tid.

Ned sen 2008

- Har inga träningskompisar.
- Har inte råd.
- Finns ingen möjlighet där jag bor.

Varför inte, nedbrutet på kön

I högre utsträckning bland tjejer

- Känner inte att jag duger, är tillräckligt duktig.
- Finns ingen idrott, motionsform som passar mig.
- Har inte råd.

I högre utsträckning bland killar

- Har inte tid.

Varför inte, nedbrutet på ålder

I högre utsträckning bland 15-16 åringar

- Finns ingen idrott, motionsform som passar mig.
- Orkar inte.
- Behövs inte.
- Det är tråkigt.
- Finns ingen möjlighet där jag bor.

I högre utsträckning bland 23-24 åringar

- Har inte tid.
- Har inte råd
- Annan anledning = skadad, sjuk

Varför inte, nedbrutet på utländsk bakgrund

I högre utsträckning: svensk bakgrund

- Orkar inte.
- Det är tråkigt.

I högre utsträckning: utländsk bakgrund

- Har inte tid.
- Har inte råd.
- Har inga träningskompisar.

Varför inte, nedbrutet på akademisk bakgrund

I högre utsträckning: icke akademikerfamilj

- Har inte råd.

I högre utsträckning: akademikerfamilj

- Har inte tid.

Debutålder, när började unga träna i organiserad form

- Träningsdebuten i organiserad form sker vid ungefär 8 års ålder oavsett kön och nuvarande ålder.
- Ungdomar med utländsk bakgrund debuterade vid 11 års ålder medan ungdomar med svensk bakgrund debuterade vid 8 års ålder.
- Ungdomar från familjer med mycket dålig ekonomi debuterade vid 11 års ålder medan ungdomar från familjer med mycket bra ekonomi debuterade vid 8 års ålder.
- Ungdomar från icke akademikerfamilj debuterade vid 9 års ålder och ungdomar från akademikerfamiljer debuterade vid 8 års ålder.
- 14 procent debuterar före 6 års ålder.
- 38 procent debuterar vid 6-9 års ålder.
- 17 procent debuterar vid 9-12 års ålder.
- 13 procent debuterar vid 12-15 års ålder.
- 12 procent debuterar vid 15-18 års ålder.
- 5 procent debuterar vid 18-21 års ålder.
- 1 procent debuterar vid 21-24 års ålder.

Tävling, ungas syn på tävlande och prestation

- Totalt tycker 26 procent att det är mycket viktigt med tävling.
- 19 procent av tjejerna tycker att det är viktigt med tävling.
- 34 procent av killarna tycker att det är viktigt med tävling.
- 29 procent tycker att det är helt oviktigt med tävling.
- 46 procent av tjejerna tycker att det är helt oviktigt med tävling.
- 30 procent av killarna tycker att det är helt oviktigt med tävling.

Vad fick dig att börja utöva idrott?

- Det verkade roligt, 50 procent
- Jag ville må bra, hålla kroppen i trim, 30 procent
- Jag vill börja med något nytt, prova något nytt, 22 procent
- Jag ville umgås med min kompis som utövar samma idrott, 16 procent
- Det är en idrott som är lätt att få in i vardagen, 14 procent
- Jag ville idrotta med andra, 13 procent
- Jag sökte en aktivitetsform som matchade mina träningsbehov, 10 procent
- Jag ville kunna tävla mot andra, 10 procent
- Det är ett prisvärt sätt att idrotta på, 9 procent
- Jag ville träffa nya människor, 9 procent
- Skolämnet "idrott och hälsa" gjorde att jag ville utöva idrotten, 7 procent
- I rehabiliteringssyfte för att slippa värk, 5 procent
- Idrotten ger mig status bland mina vänner, i min omgivning, 4 procent
- Jag hade inte andra alternativ, 2 procent

I samband med att frågan om vad som fick dig att börja idrotta ställdes fick de som svarade även ange vilken idrott de utövar. I några fall dyker orientering upp på listan över de 10 vanligaste idrotterna.

Mina föräldrar fick mig att börja

1. Alpinsport, 56 procent
2. Längdskidor, 49 procent
3. Golf, 47 procent
4. Segelsport, 44 procent
5. Ridsport, 38 procent
6. Orientering, 29 procent
7. Motorsport, 26 procent
8. Skridskor, långfärdsskridskor, 25 procent
9. Fotboll, 24 procent
10. Ishockey, 24 procent

Skolämne "idrott och hälsa" gjorde att jag ville utöva idrotten

1. Volleyboll, 22 procent
2. Badminton, 18 procent
3. Squash, 15 procent
4. Friidrott, 14 procent
5. Orientering, 12 procent
6. Innebandy, 12 procent
7. Skridskor, långfärdsskridskor, 11 procent
8. Bandy, 9 procent
9. Bordtennis, 9 procent
10. Basket, 9 procent

Vad får dig att fortsätta utöva idrott?

- Att det är roligt, 53 procent
- Att må bra, 37 %
- Att hålla mig i fysisk form, 29 procent
- Möjligheten att utvecklas, 22 procent
- Att koppla av, 19 procent
- Att få och bibehålla en fin kropp, 18 procent
- Känslan av att vara duktig, 17 procent
- Att kunna vara och träna med mina kompisar, 17 procent
- Det har blivit en rutin, en viktig del av min vardag, 14 procent
- Att kunna tävla mot andra, 9 procent
- Att träffa och lära känna nya människor, 9 procent
- I rehabiliteringssyfte, för att slippa värk, 5 procent
- Att få uppskattning av andra, 5 procent
- Mina föräldrar vill att jag ska fortsätta, 4 procent
- Krav från andra, 3 procent

Även i samband med att frågan om vad som fick dig att fortsätta idrotta ställdes fick de som svarade även ange vilken idrott de utövar. I ett fall dyker orientering upp på listan över de 10 vanligaste idrotterna.

Känslan av att vara duktig

1. E-sport, 35 procent
2. Kampsport, 32 procent
3. Löpning, jogging, 29 procent
4. Styrketräning, gym, 28 procent
5. Promenad, powerwalk, 28 procent
6. Dans, 27 procent
7. Gruppträning, 27 procent
8. Bandy, 22 procent
9. Orientering, 21 procent
10. Parkour, 21 procent

Vad skulle få unga att börja utöva idrott?

- Mer fritid än jag har just nu, 32 procent
- Inte intresserad av att utöva idrott, 25 procent
- Möjlighet att utöva bara på skoj utan att satsa, 23 procent
- Kompisar som utövar idrotten, 23 procent
- Möjlighet att utöva idrotten i mitt närområde, 22 procent
- Möjlighet att prova på idrotten, 18 procent
- Flexibla träningstider som passar mig, 15 procent
- Lägre kostnader för idrotten, 14 procent
- Lägre kostnader för utrustning, möjlighet att låna den, 12 procent
- Möjlighet att utöva idrott utan att tävla, 9 procent
- Mindre skaderisk, 5 procent
- Har planerat att prova idrott men har inte haft möjlighet ännu, 5 procent
- Stöd från föräldrar, 3 procent

Även i samband med att frågan om vad som skulle få dig att börja idrotta ställdes fick de som svarade även ange vilken idrott de skulle kunna tänka sig att utöva. I två fall dyker orientering upp på listan över de 10 vanligaste idrotterna.

Möjlighet att utöva den i mitt närområde

1. Segelsport, 42 procent
2. Alpinsport, 36 procent
3. Klättring, 35 procent
4. Längdskidor, 33 procent
5. Skytte, bågskytte, 32 procent
6. Squash, 32 procent
7. Skridskor, långfärdsskridskor, 29 procent
8. Dans, 28 procent
9. Orientering, 26 procent
10. Brottning, 25 procent

Har du provat på idrotten? Nej, men skulle gärna prova!

1. Klättring, 52 procent
2. Volleyboll, 48 procent
3. Yoga, 46 procent
4. Skytte, bågskytte, 44 procent
5. Bowling, 44 procent
6. Golf, 42 procent
7. Orientering, 41 procent
8. Badminton, 40 procent
9. Tennis, 39 procent
10. Squash, 38 procent