

## Særskilt notat om idrætsdeltagelsen blandt 10-19-årige piger

### Om undersøgelsen

Bygger på særudtræk af Danskernes motions- og sportsvaner 2016. Undersøger bl.a. teenagepigens *idrætsdeltagelse*, brug af *idrætsfaciliteter*, *aktivitetsvalg*, *motiver*, *organisering* og *forældres* indflydelse.

### Centrale pointer

- Aldersmæssigt er der stor forskel på de 10-15-årige og 16-19-åriges idrætsdeltagelse, aktivitetsvalg, organisering og brug af idrætsfaciliteter.
- De ældste piger er mindst idrætsaktive og dyrker især idræt uden for foreninger i fitnesscentre og i naturen.

### Idrætsdeltagelse

Overordnet viser notatet en *moderat tilbagegang i idrætsdeltagelsen* blandt piger i alderen 10-19 år fra 2007-2016. Blandt den yngste og ældste aldersgruppe i alderen 10-12 år og 16-19 år er idrætsdeltagelsen steget marginalt.

Idrætsdeltagelsen falder i takt med, at teenagepigerne bliver ældre og er for 10-12 årige: 87 pct., 13-15 år: 75 pct. og 15-19 år: 58 pct. Samme tendensen ses blandt drengene, men er lidt mere markant blandt pigerne.

### Aktivitetsvalg

*Pigernes alder har stor betydning for deres aktivitetsvalg.* For de ældste teenagepiger er de mest populære aktiviteter løb (49 pct.) og styrketræning (48 pct.) efterfulgt af aerobic/step/fitnessstræning på hold (16 pct.) og vandreture (15 pct.). For de yngste piger mellem 10-12 år er det svømning (40 pct.), gymnastik (36 pct.) og dans (26 pct.)

### Organisering

*Foreningsaktiviteter bliver mindre populære blandt teenagepigerne, når de bliver ældre, hvor selvorganiserede aktiviteter som løb og vandreture og kommercielt organiserede aktiviteter som styrketræning, aerobic, yoga og crossfit vinder frem.* 88 pct. af de 10-12 årige dyrker idræt i forening overfor 47 pct. af 16-19-årige.

### Motiver

At have det sjovt er det vigtigste motiv for 10-12 årige piger og for de 13-15 årige at holde sig i form og vinde. For de 15-19 årige er det vigtigt at få trænet deres kroppe – motivet er ofte relateret til udseende for de ældste og præstation og leg blandt de yngste.

### Brug af idrætsfaciliteter

Overordnet er der stor aldersmæssig forskel på pigernes brug af idrætsfaciliteter. De yngste piger foretrækker almindelige idrætshaller og gymnastiksale og de ældste piger fitnesscentre og naturen. Procentfordelingen er:

| Alder | Idrætshaller | Gymnastiksale | Fitnesscentre | Naturen |
|-------|--------------|---------------|---------------|---------|
| 10-12 | 55           | 51            | 4             | 28      |
| 13-15 | 54           | 43            | 22            | 29      |
| 16-19 | 30           | 30            | 48            | 43      |

### Geografiske forskelle

*Region Hovedstaden ligger lavere i pigers idrætsdeltagelse – særligt blandt 13-15 årige (65 pct.) sammenlignet med Midtjylland og Syddanmark (81 pct.).* I Region Midtjylland er idrætsdeltagelsen generelt højere især blandt 16-19 årige.

I de jyske regioner er der flere 13-15 årige, som bruger idrætshaller (66 pct. i Region Nordjylland) sammenlignet med Hovedstaden (49 pct.) og Sjælland (48 pct.). Naturen bliver i større grad brugt i udkantskommunerne, hvilket gælder på tværs af alle aldersgrupper.