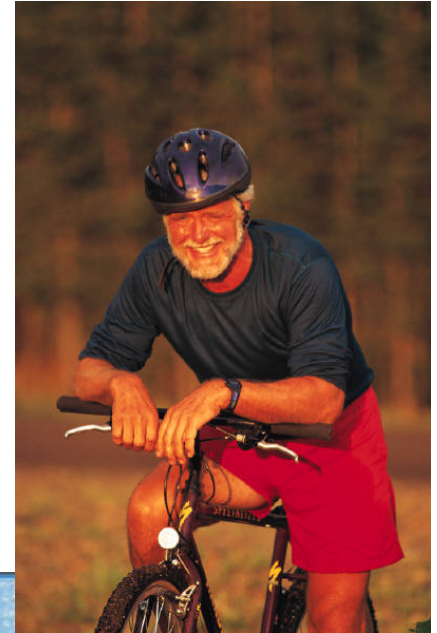


# Idræt og livsfaser

Maja Pilgaard  
Mobil: 29 21 70 36  
E-mail: [maja.pilgaard@idan.dk](mailto:maja.pilgaard@idan.dk)



# Idræt og livsfaser

1) Overblik over befolkningens idrætsdeltagelse

2) Idrætsdeltagelsen i forskellige livsfaser

3) Barrierer og udfordringer

# Mange voksne og rigtig mange børn dyrker sport eller motion regelmæssigt

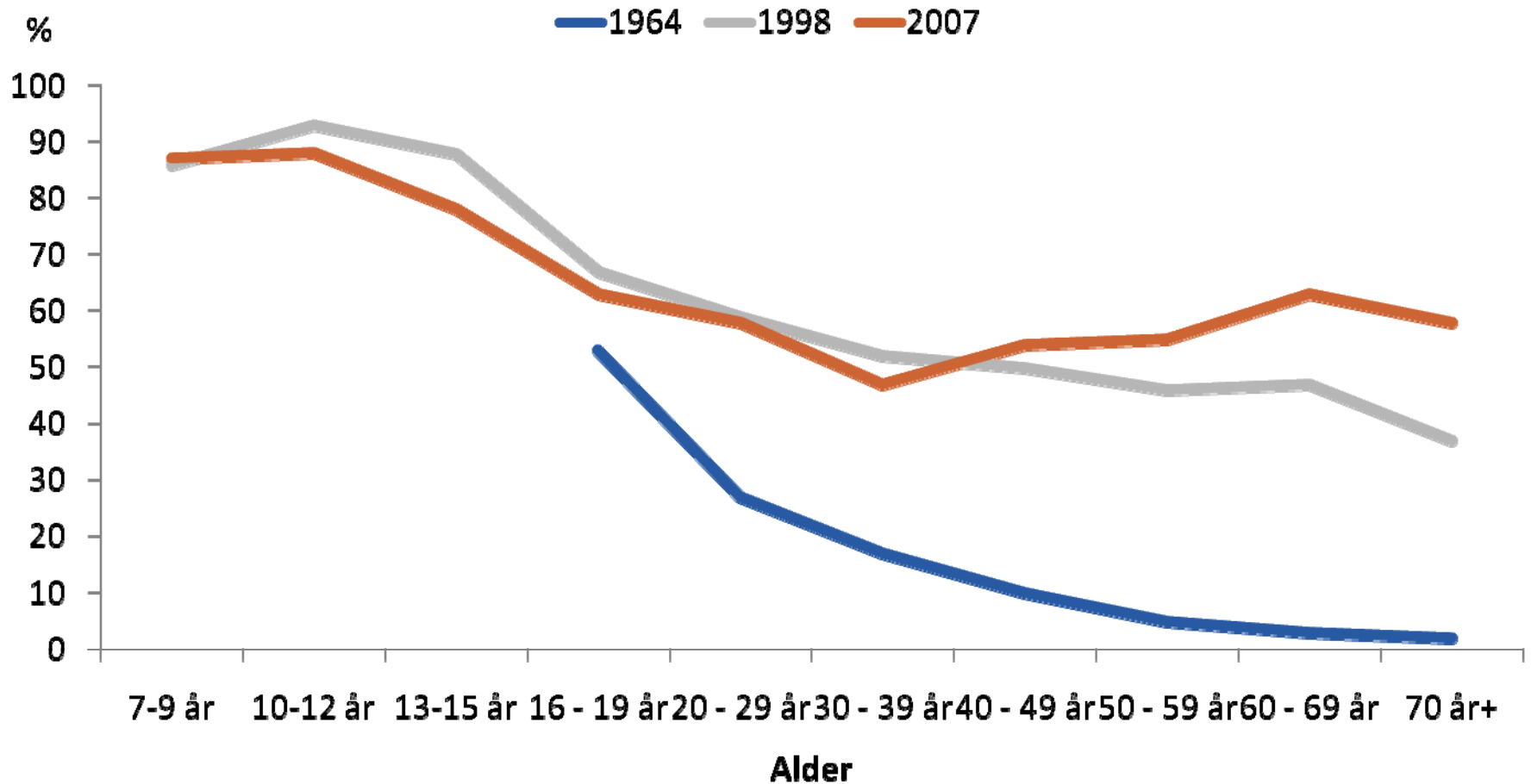


Idrætsaktiv Ikke-idrætsaktiv

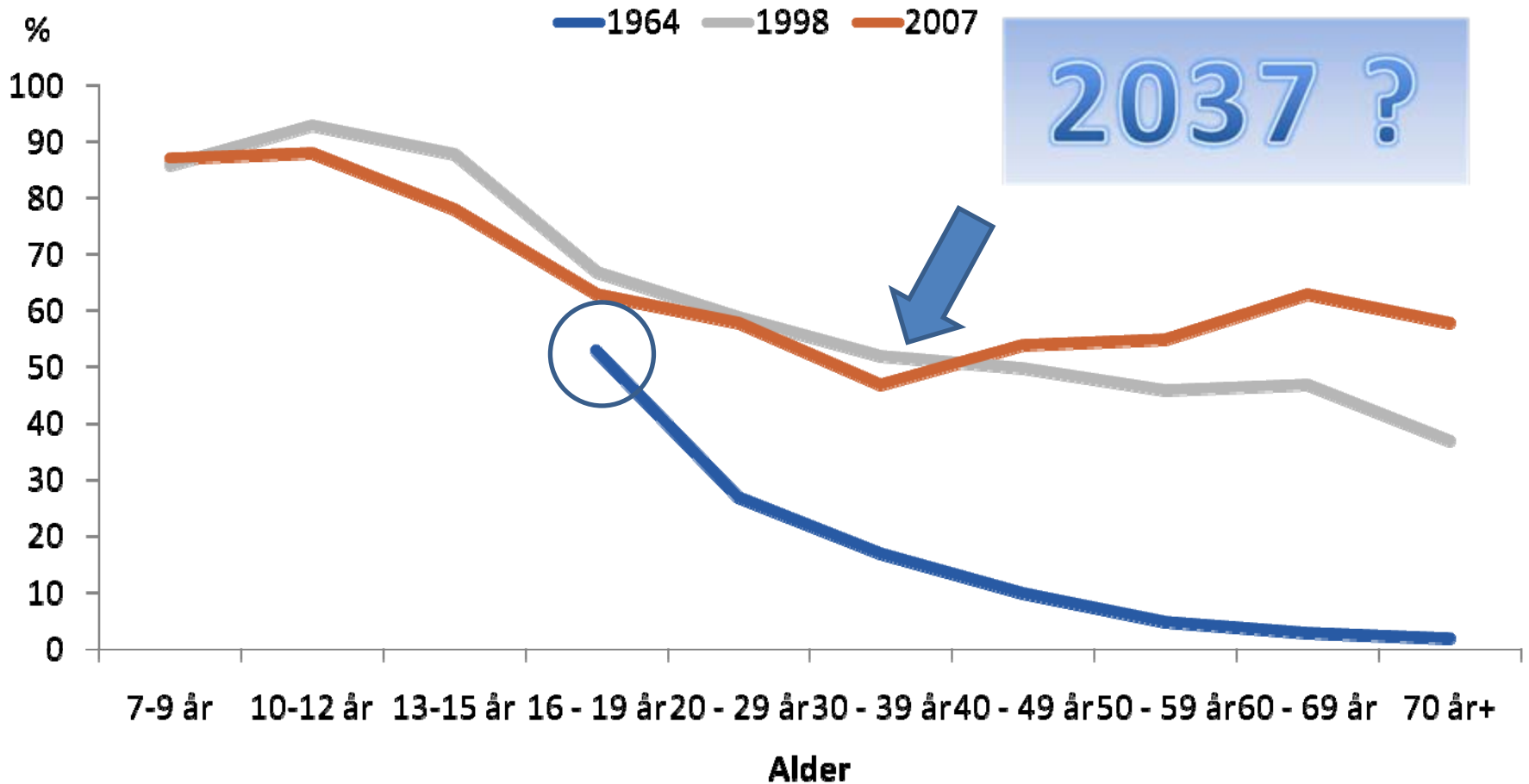


Idrætsaktiv Ikke-idrætsaktiv

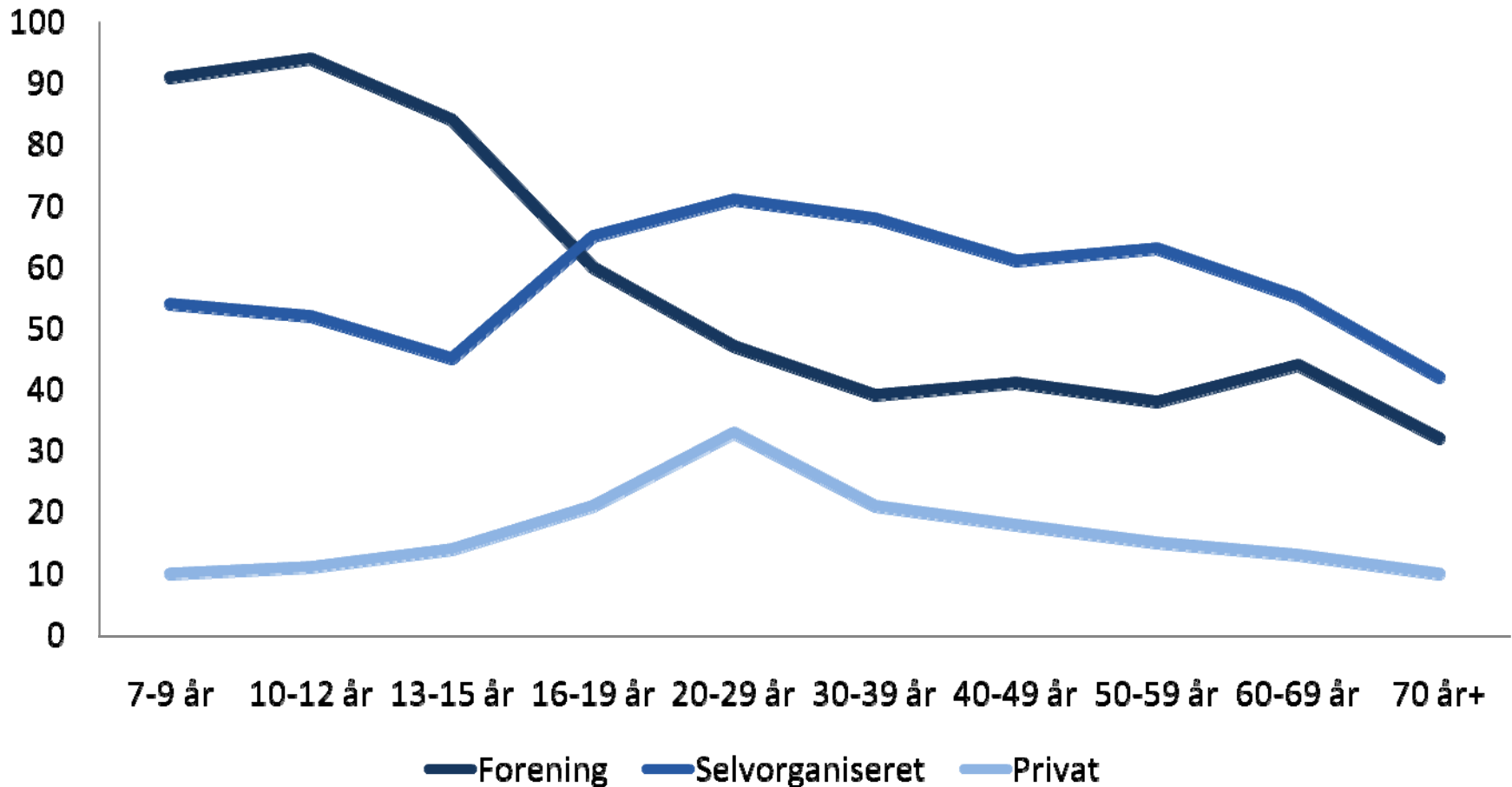
# Aldersprofilen ændrer sig...



# Hvordan ser fremtiden ud?

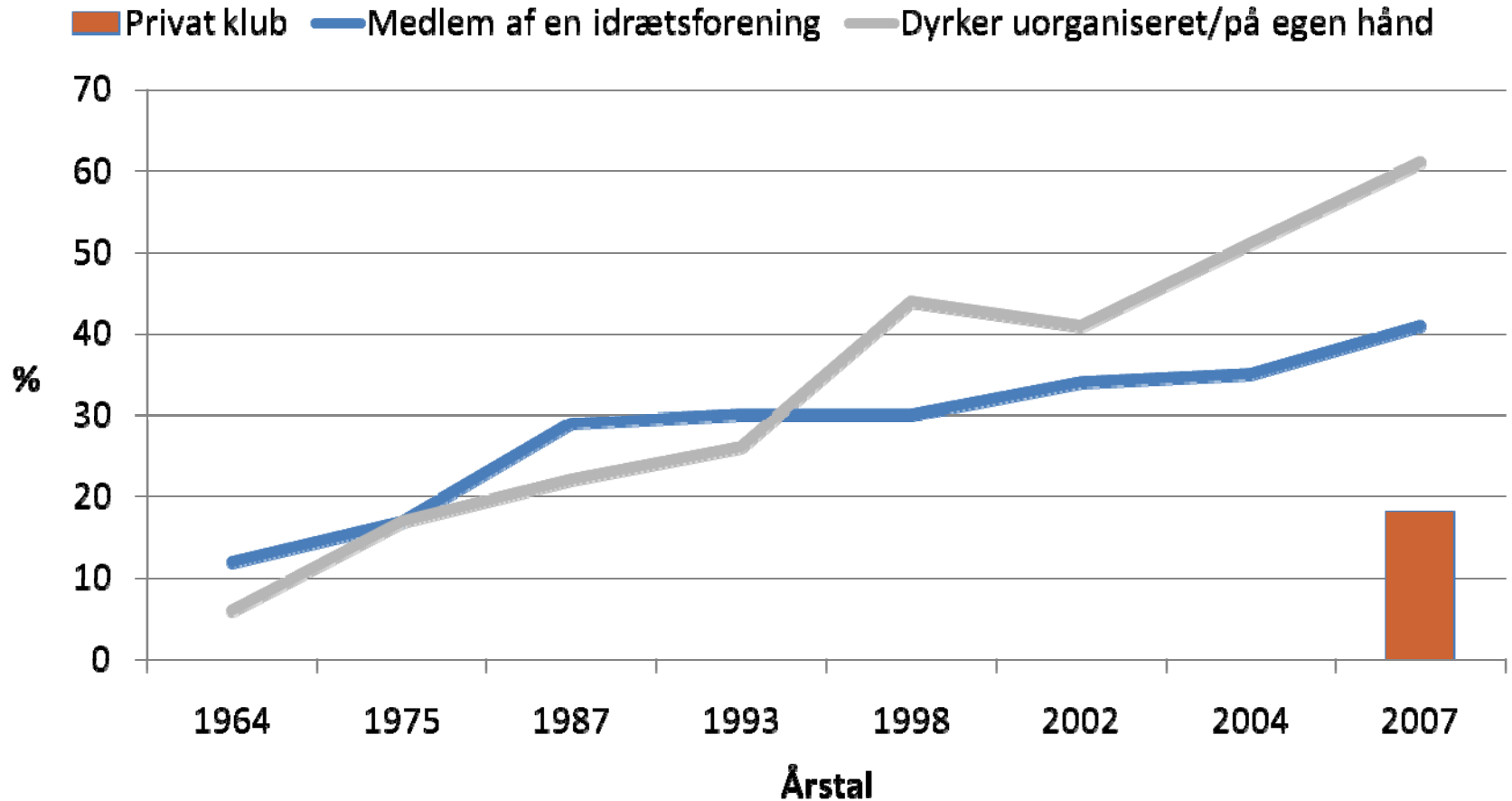


# Foreningsidræt betyder meget for børn



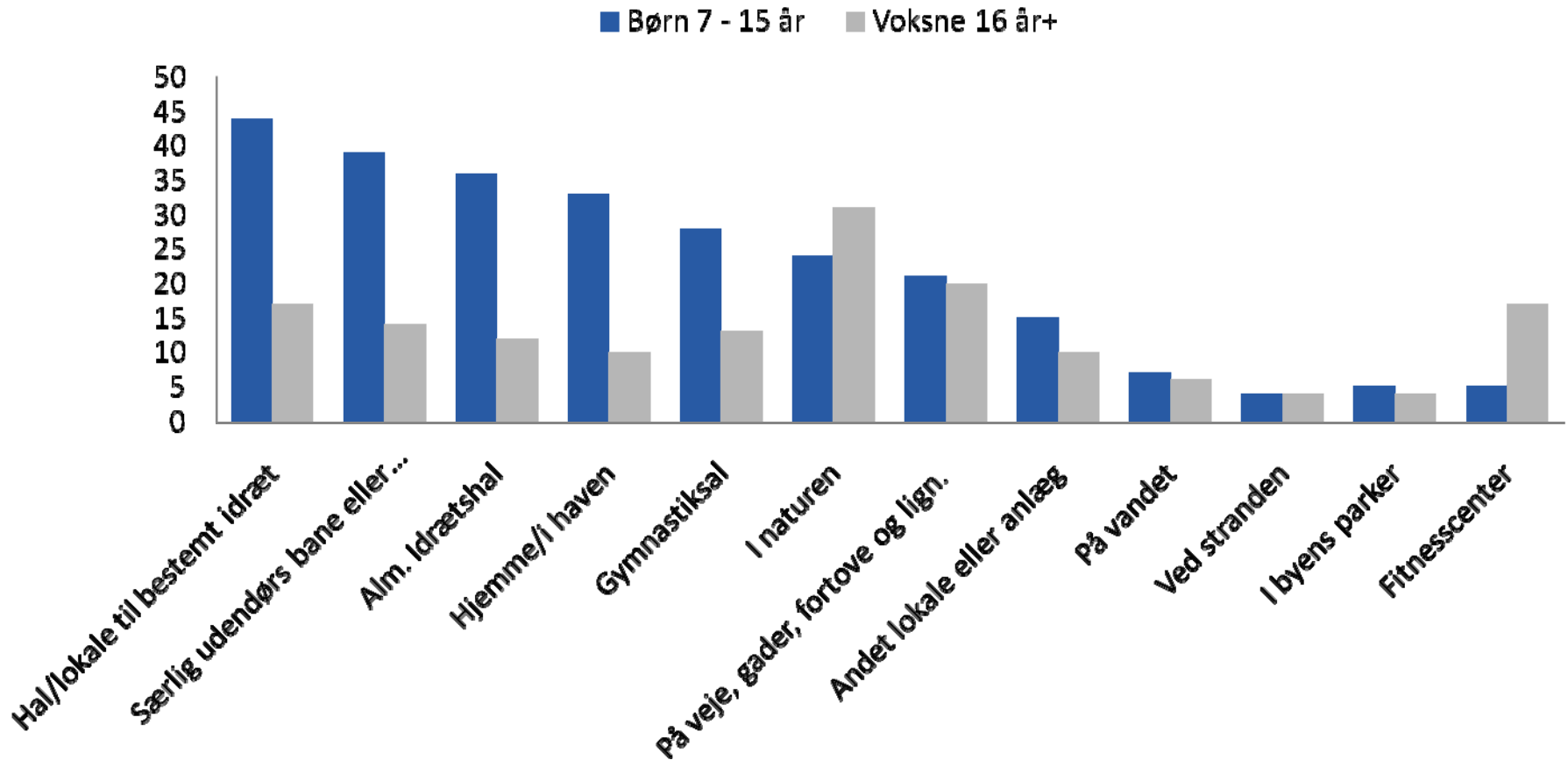


# Flere organiseringsformer i vækst





# Faciliteter er primært for børn og unge





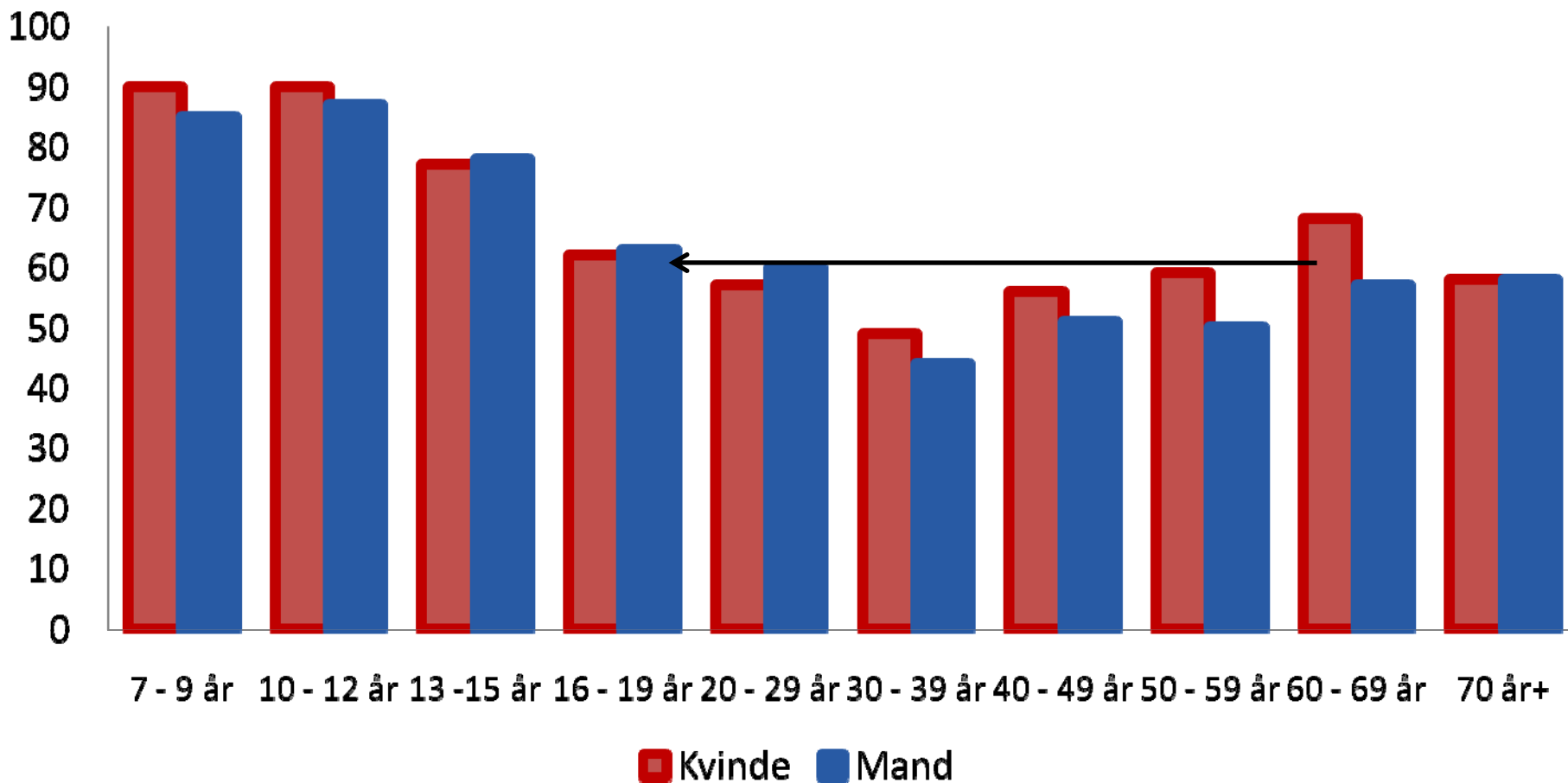
# Idræt og livsfaser

1) Overblik over befolkningens idrætsdeltagelse

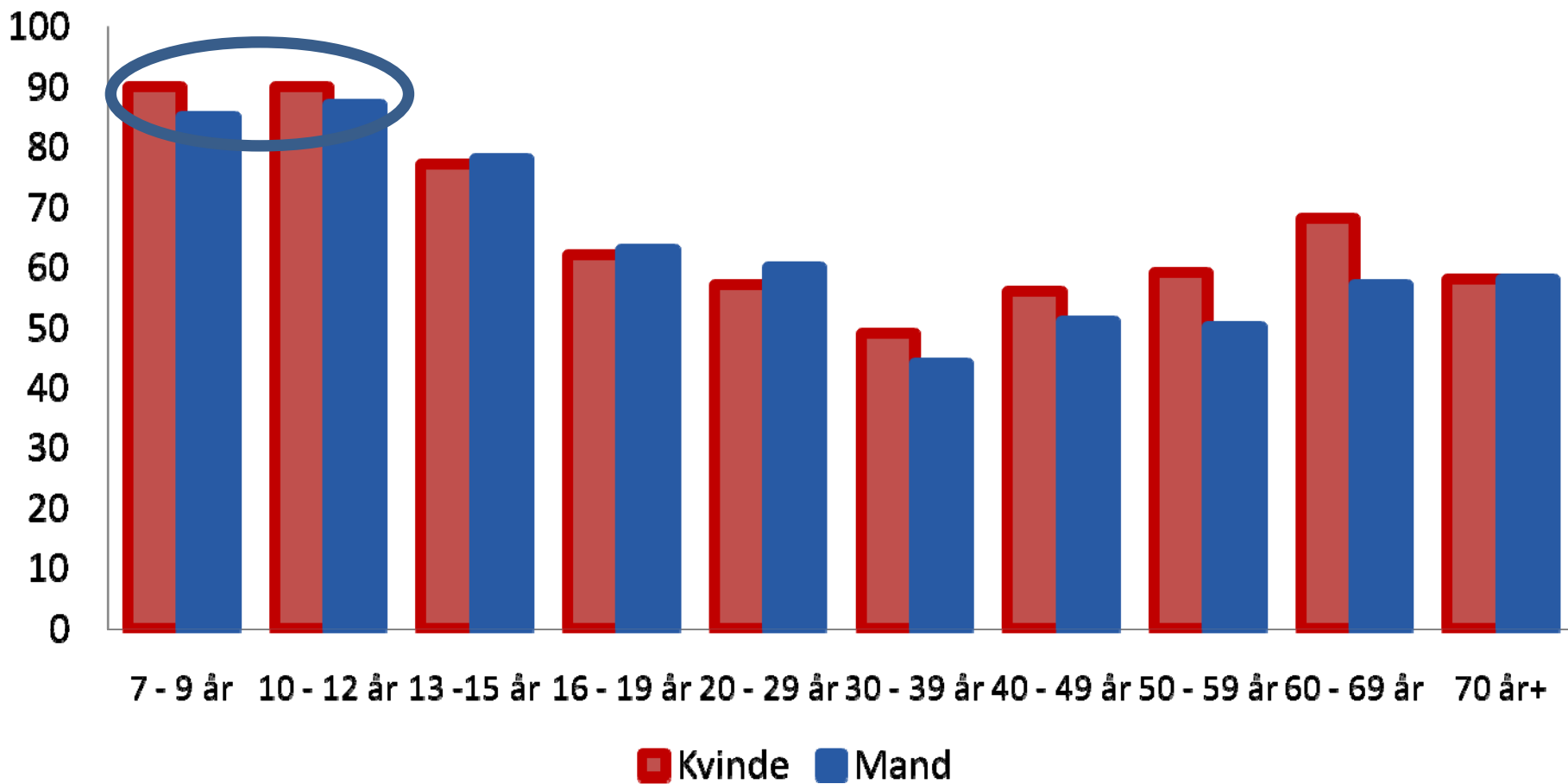
2) Idrætsdeltagelsen i forskellige livsfaser

3) Barrierer og udfordringer

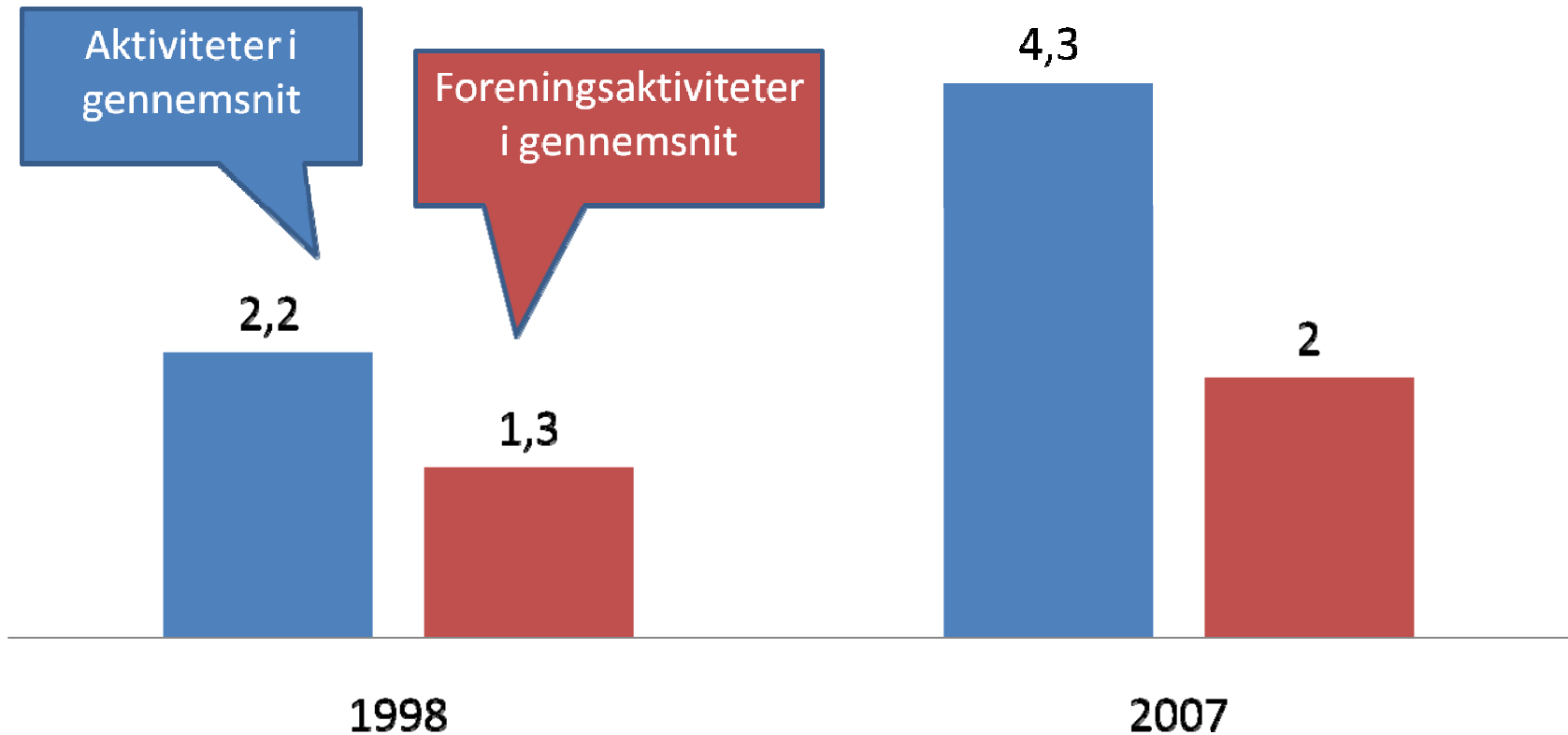
# Idrætsdeltagelsen topper blandt 10 til 12-årige



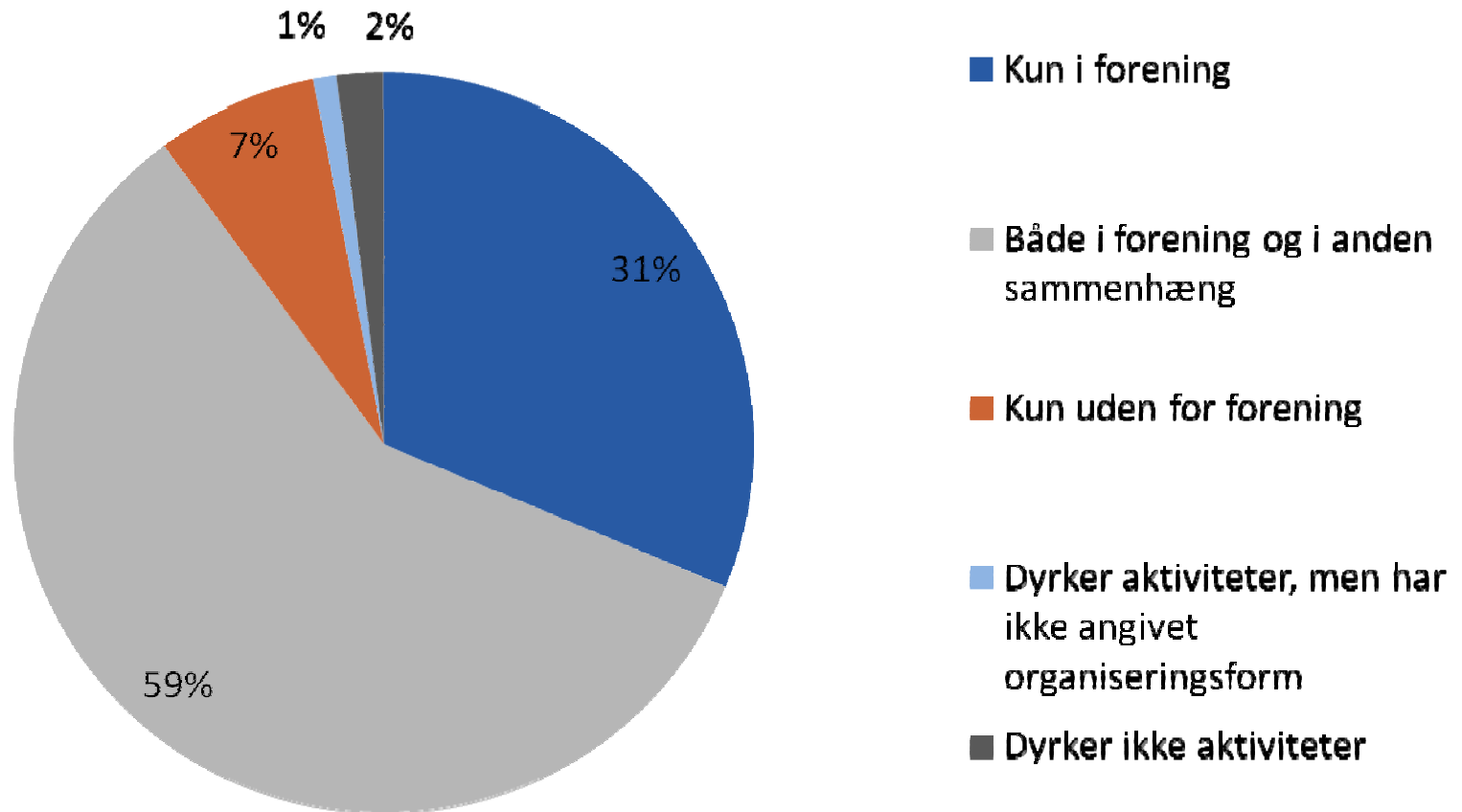
# Idrætsdeltagelsen blandt børn



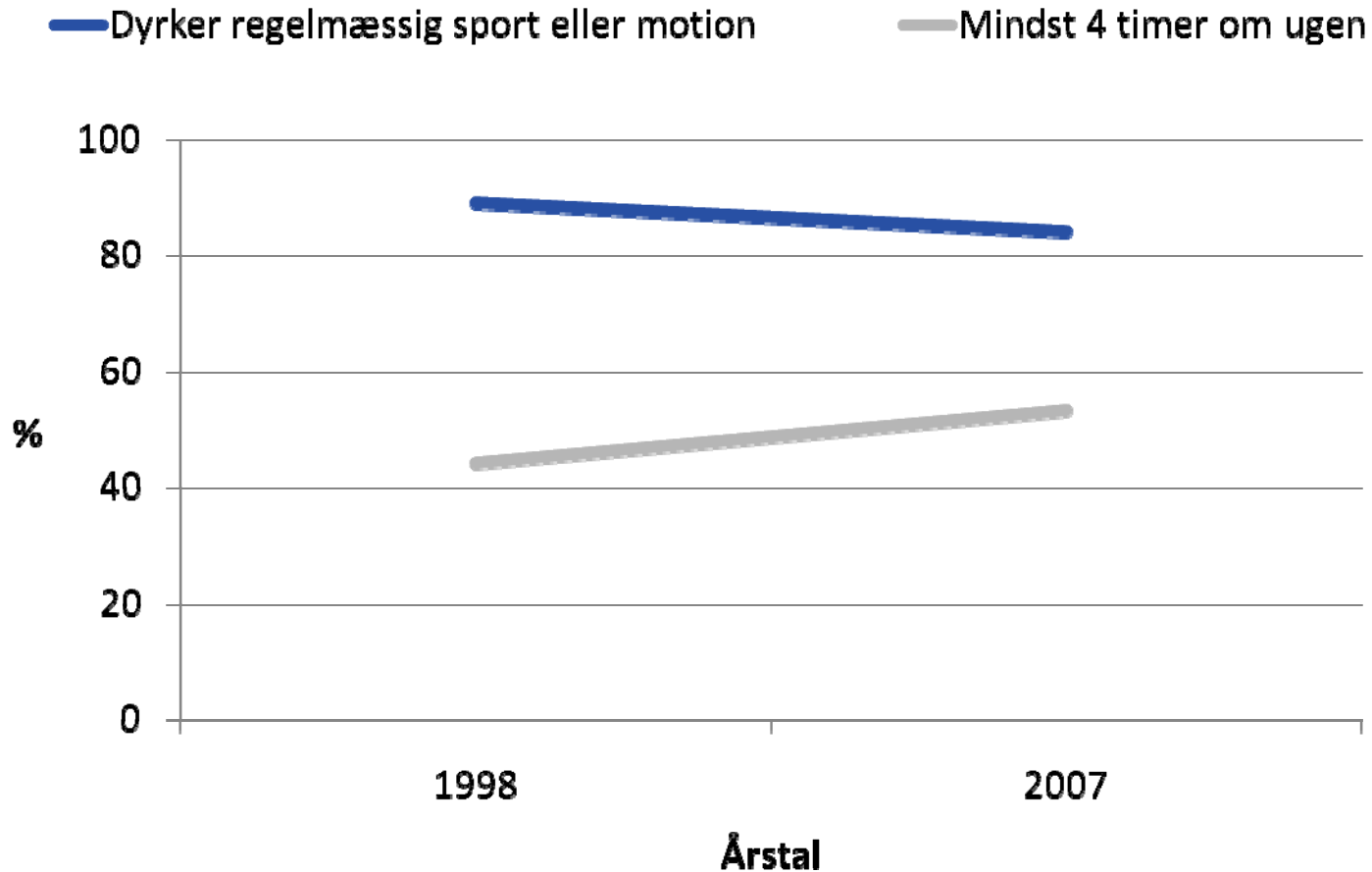
# De idrætsaktive børn dyrker meget idræt



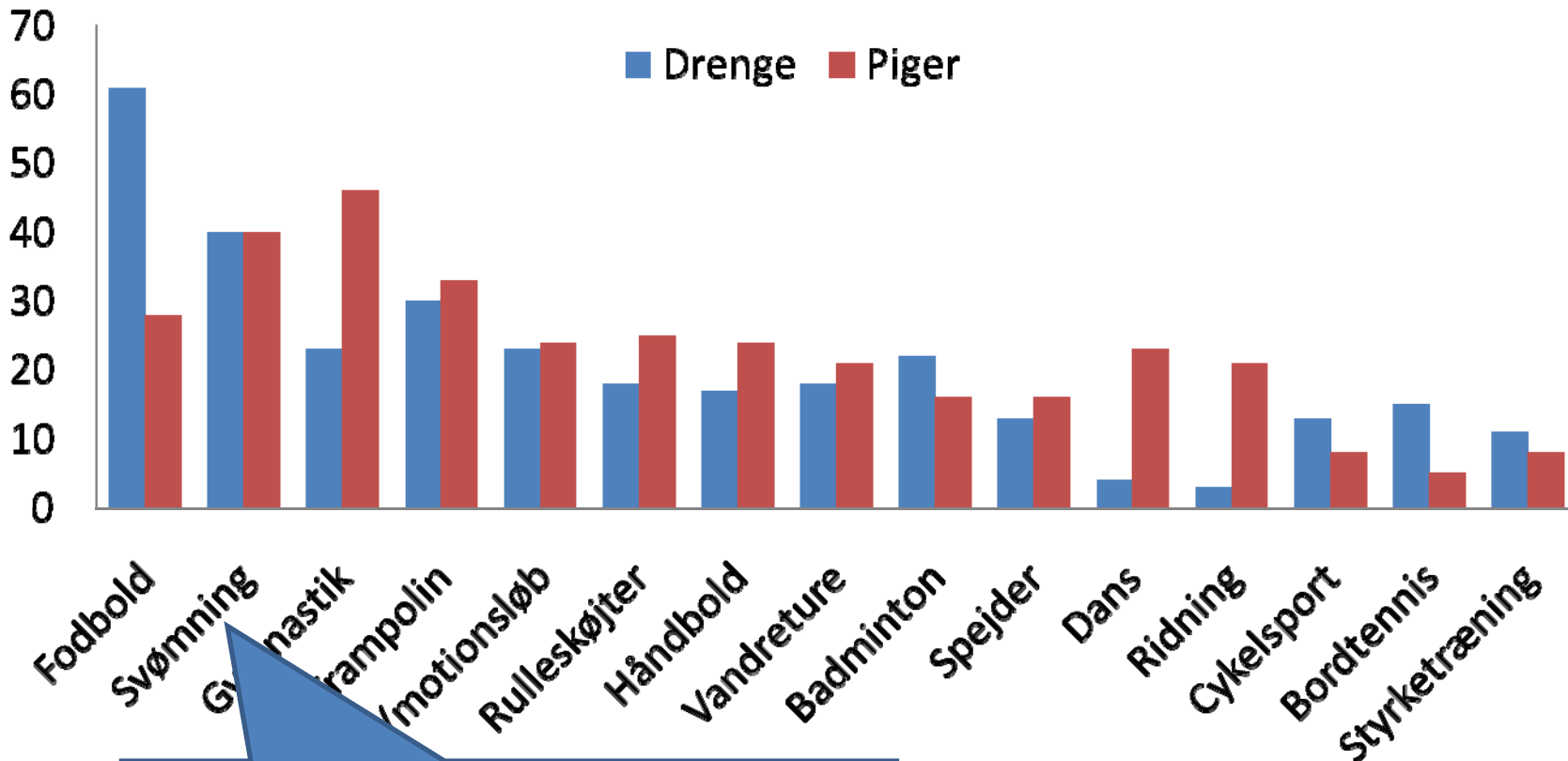
# Børn organiserer sig i flere sammenhænge



# Stigende polarisering i børns idrætsdeltagelse:



# Børn samler sig om traditionelle aktiviteter

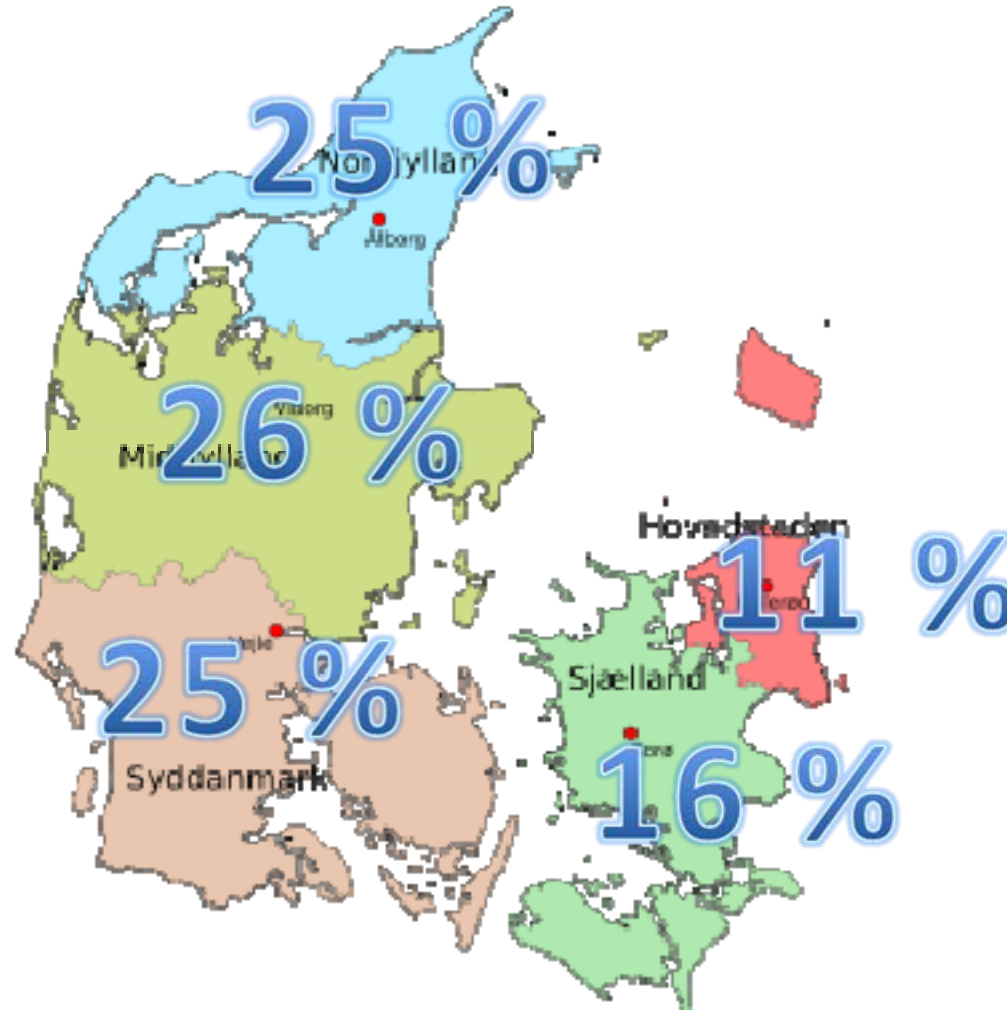


**Tilgængelighed!**

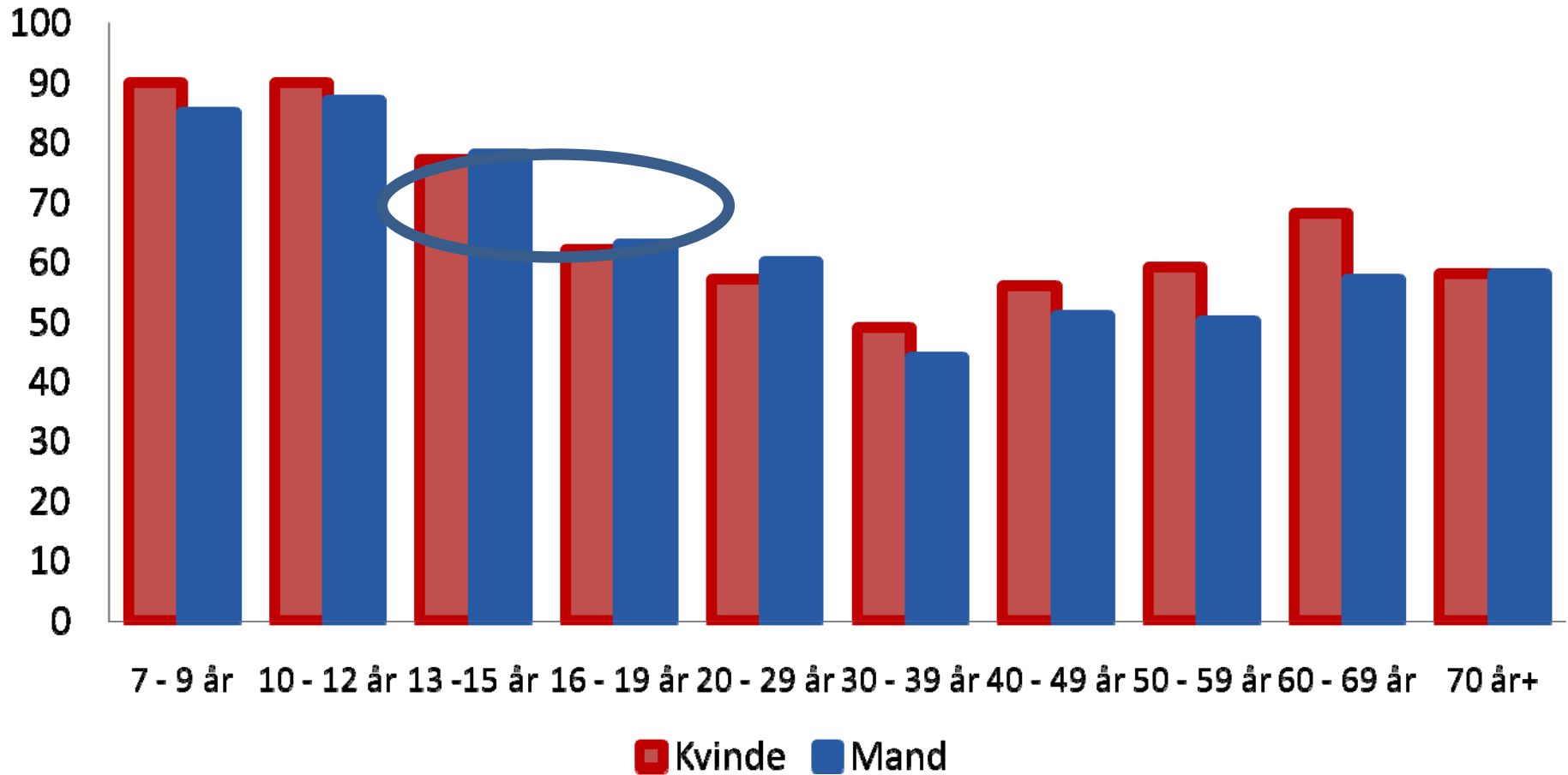


# Børn er afhængige af lokalmiljø

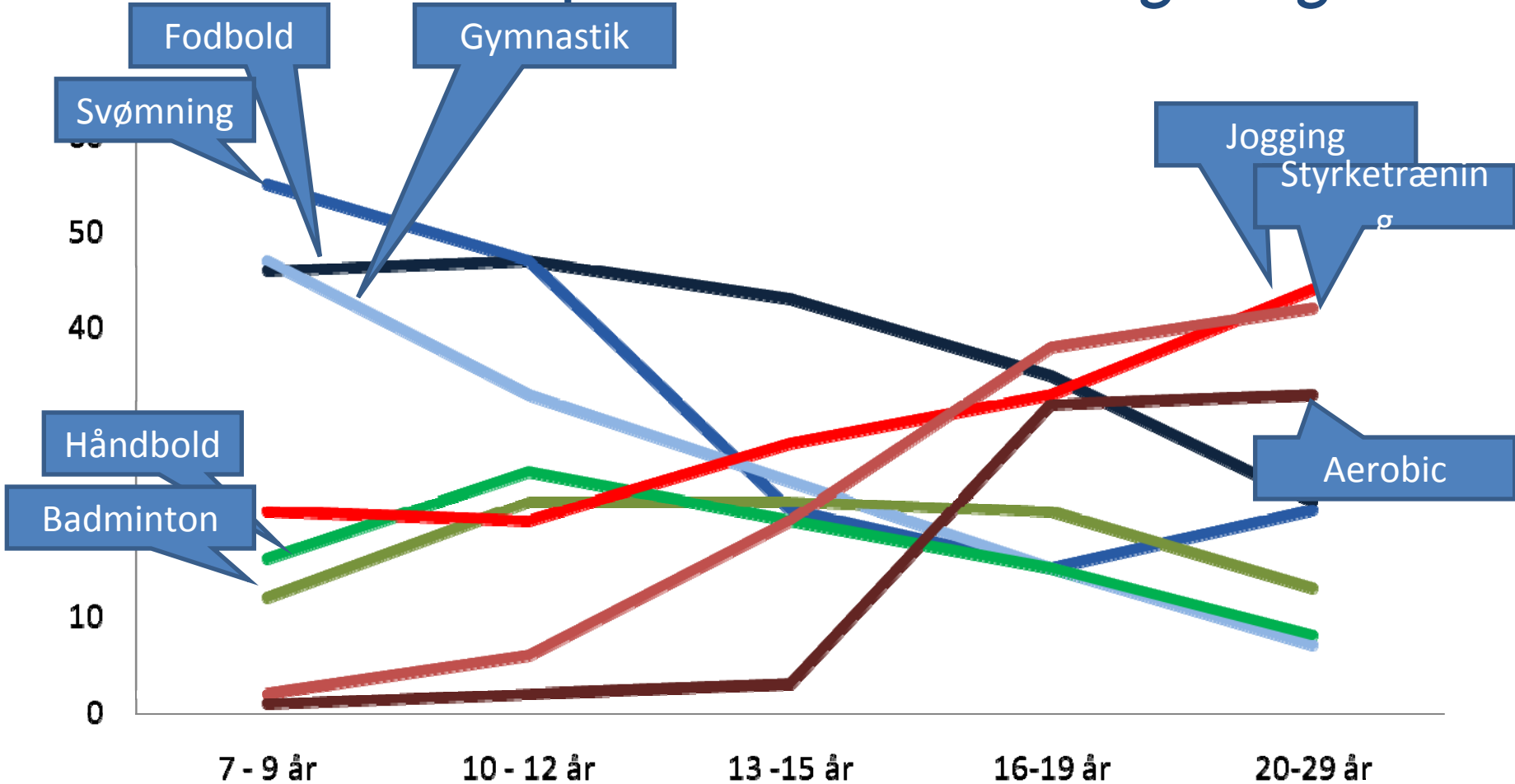
Håndbold



# Unge



# Stor forskel på at være 'barn' og 'ung'

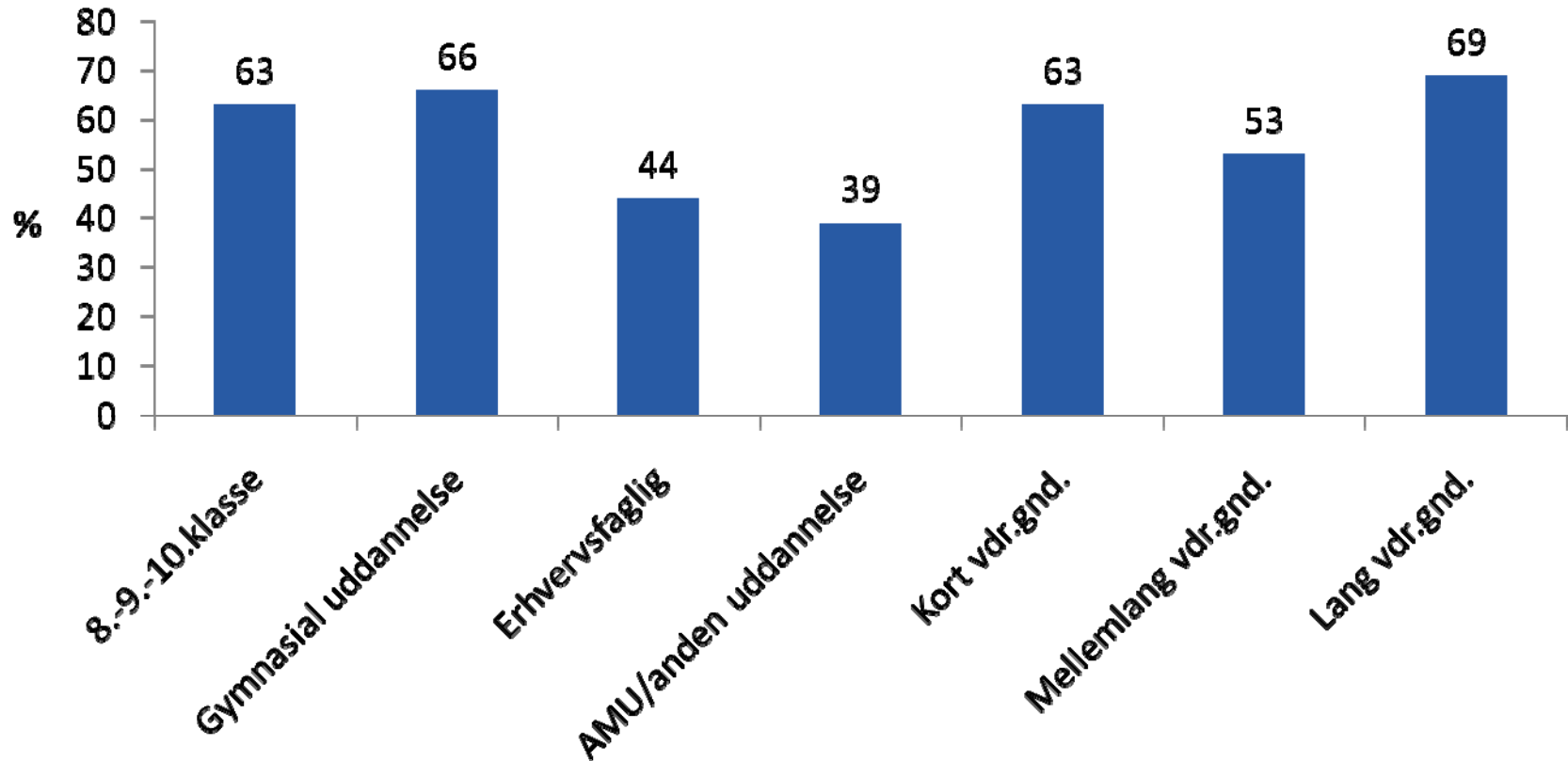


## Unge er meget forskellige:

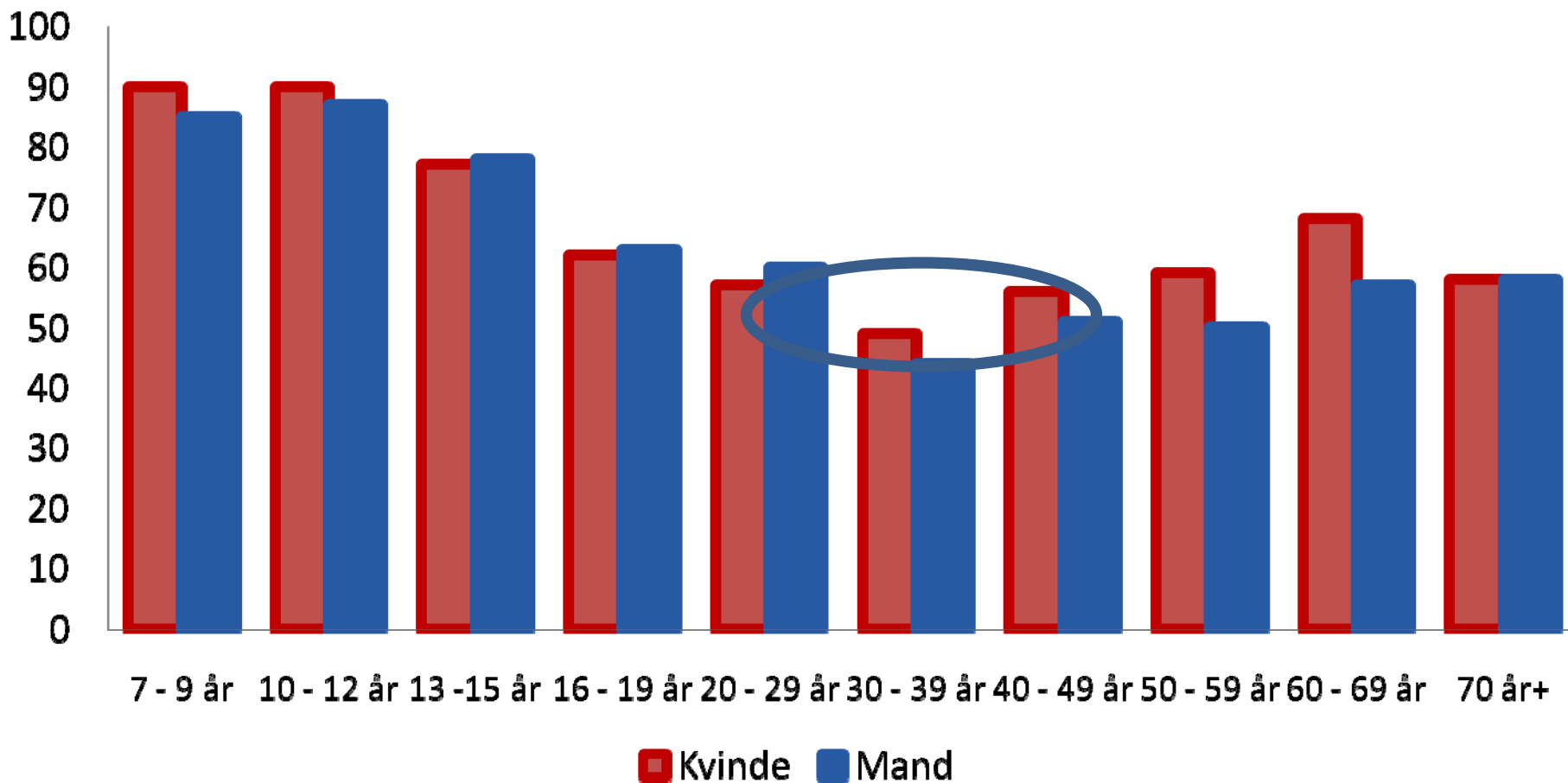
- 1) Talenterne træner mere
- 2) Mange unge mister interessen og stopper
- 3) Andre begynder i et fitnesscenter og/eller dyrker selvorganiseret idræt

# Idrætsdeltagelsen varierer på forskellige uddannelsestrin:

**Andel, der dyrker regelmæssig sport eller motion**



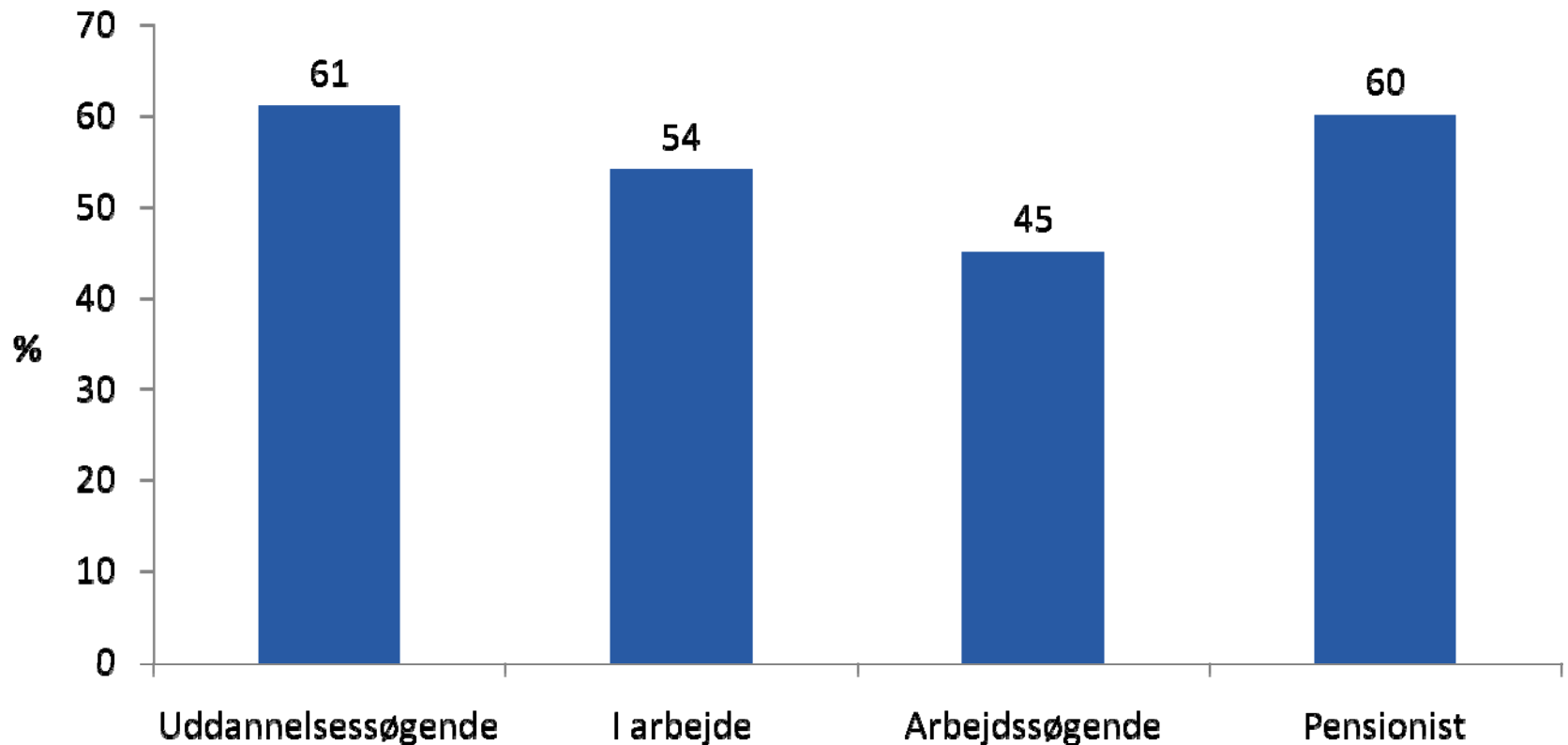
# Forældrene og de arbejdende



# Idrætsdeltagelsen varierer i forskellige livsfaser:

24. februar 2009

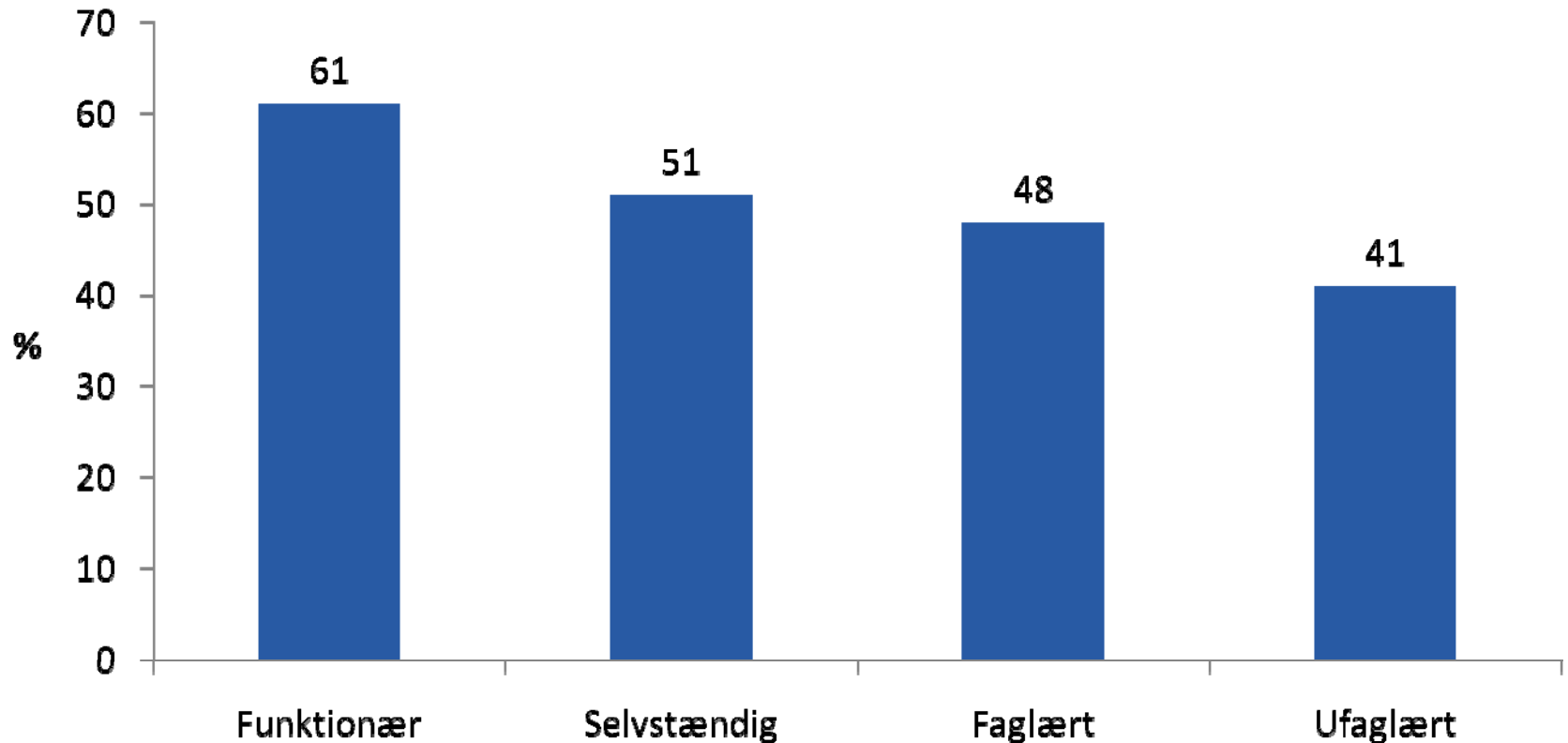
## Andel, der dyrker sport eller motion regelmæssigt



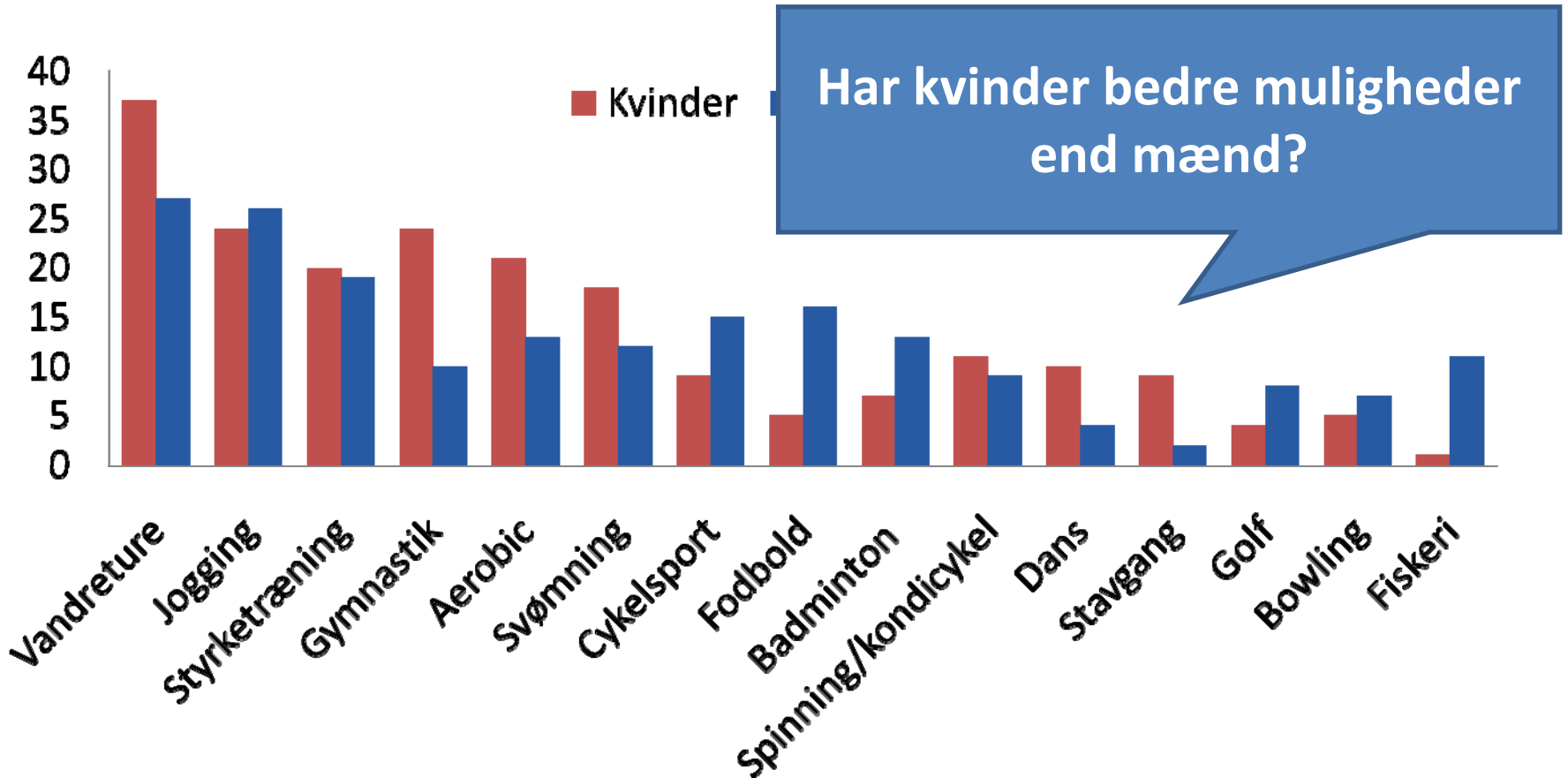


# - Og beskæftigelsestypen betyder meget

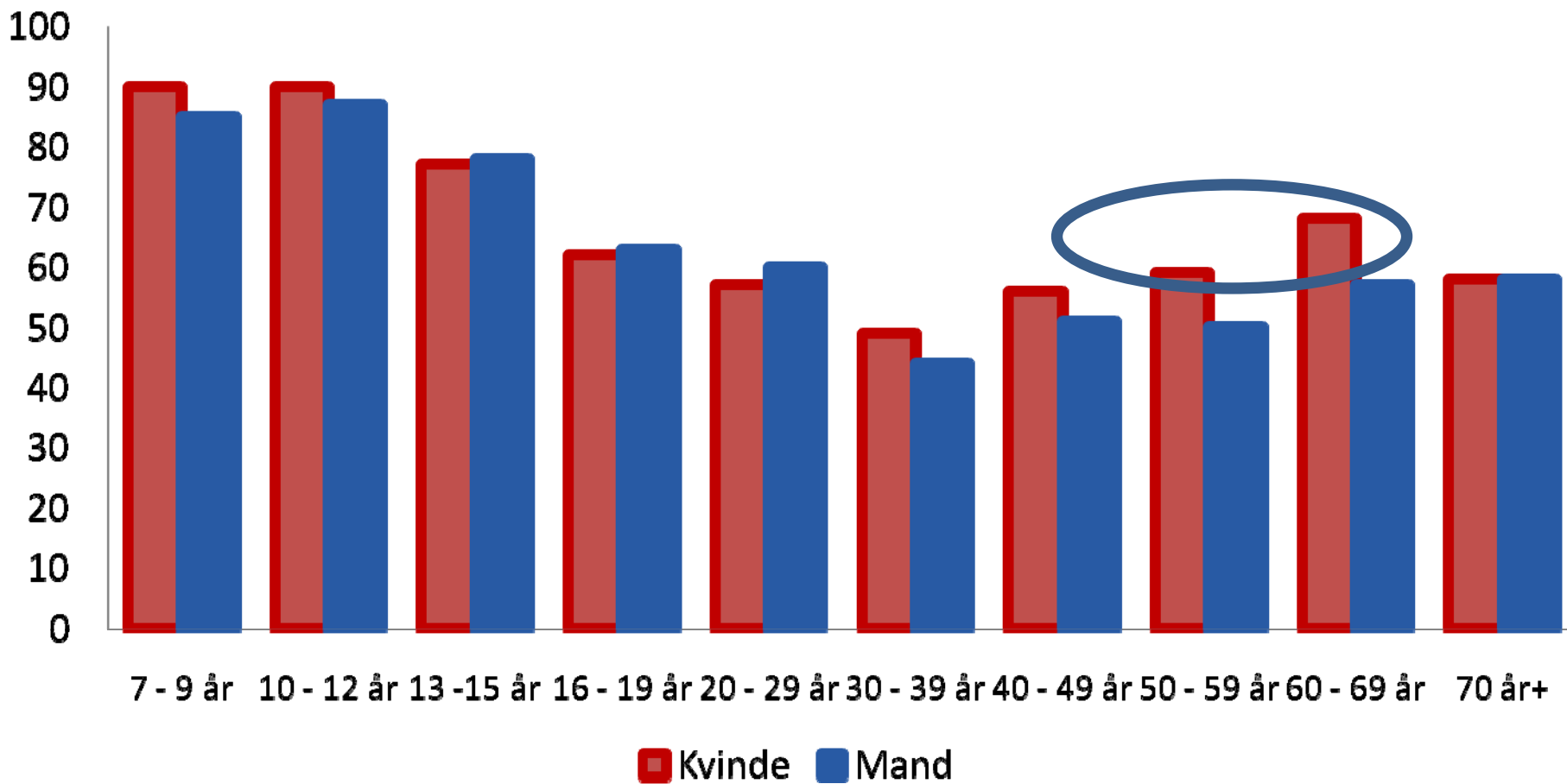
**Andel, der dyrker sport eller motion regelmæssigt**



# Voksne vælger individuelt og fleksibelt



# Seniorer



# Gymnastik dominerer blandt både ældre mænd og kvinder

## Kvinder 60 år+

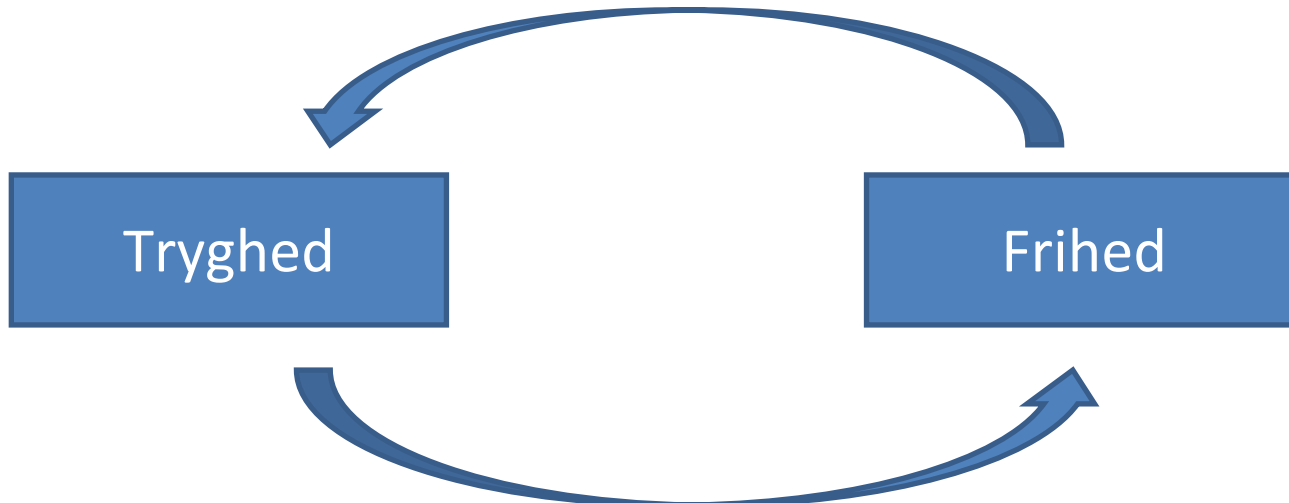
1. Gymnastik
2. Vandreture
3. Stavgang
4. Svømning
5. Cykelsport
6. Dans
7. Styrketræning
8. Aerobic
9. Jogging
10. Golf

## Mænd 60 år+

1. Vandreture
2. Gymnastik
3. Cykelsport
4. Svømning
5. Fiskeri
6. Golf
7. Styrketræning
8. Jogging
9. Jagt
10. Badminton

# Seniorer er 'fællesskabsindividualister'

- Fællesskab ↔ Individuelle behov



- Organiserede former betyder mere for seniorer



# Aktiviteter i hovedtræk:

- Børn vælger traditionelt – afhængige af lokalmiljø
- Unge vælger meget forskelligt – mere mobile
- Voksne vælger fleksibel motion – Idrætten skal tilpasses arbejdsliv og familieliv
- Seniorer vælger lav intensitet og natur – afhængige af lokalmiljø

# Idræt og livsfaser

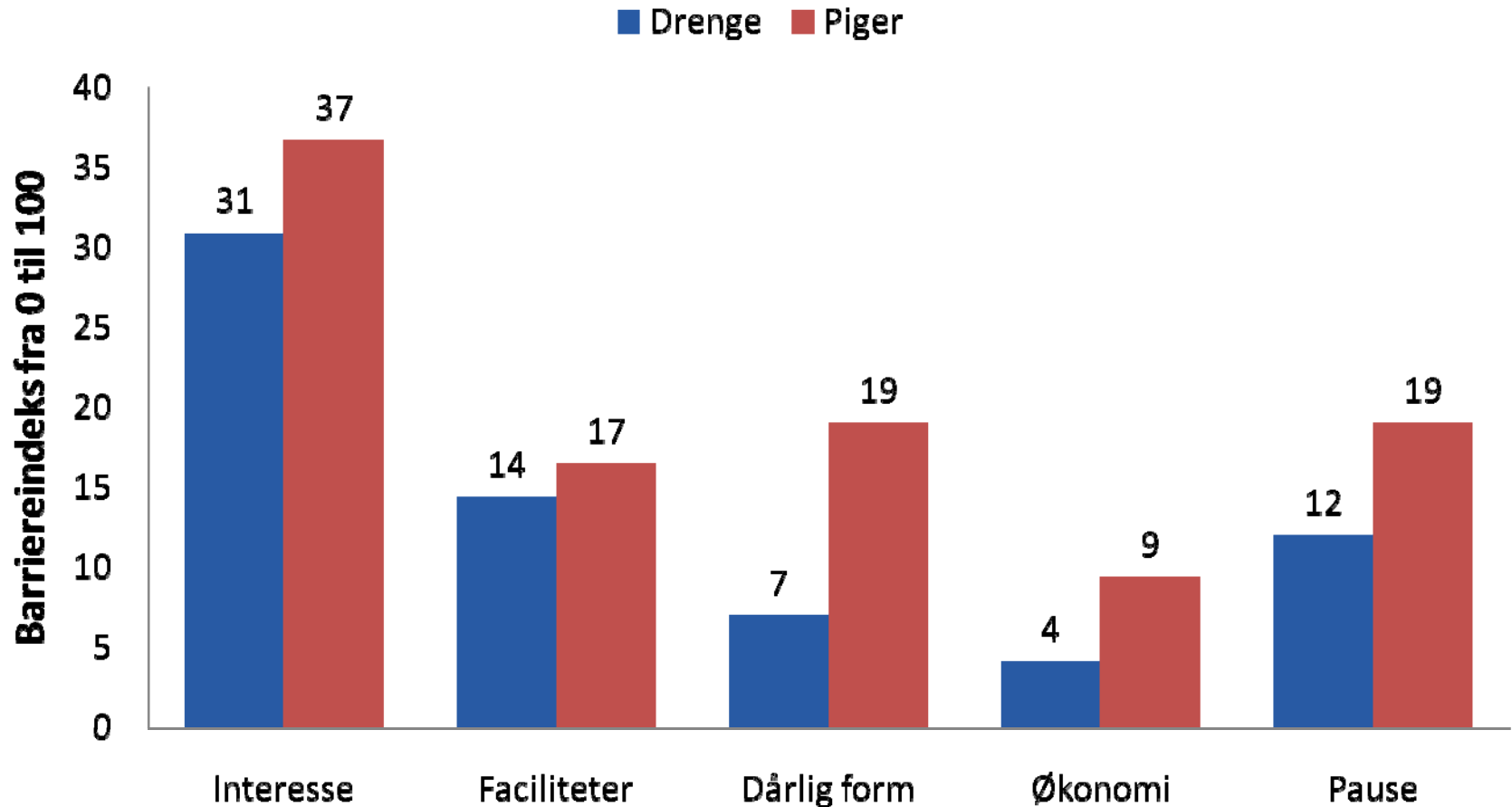
1) Overblik over befolkningens idrætsdeltagelse

2) Idrætsdeltagelsen i forskellige livsfaser

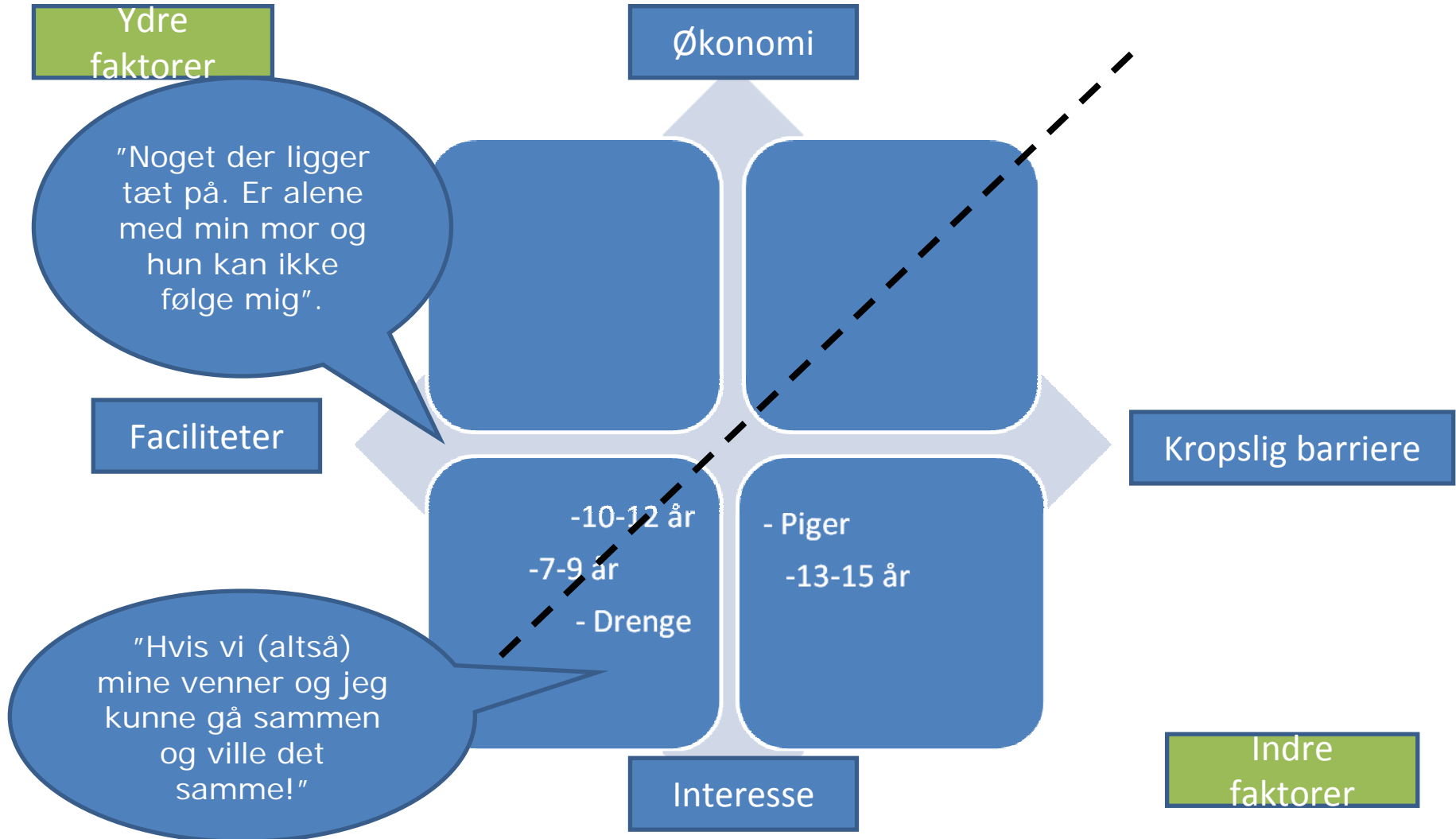
3) Barrierer og udfordringer



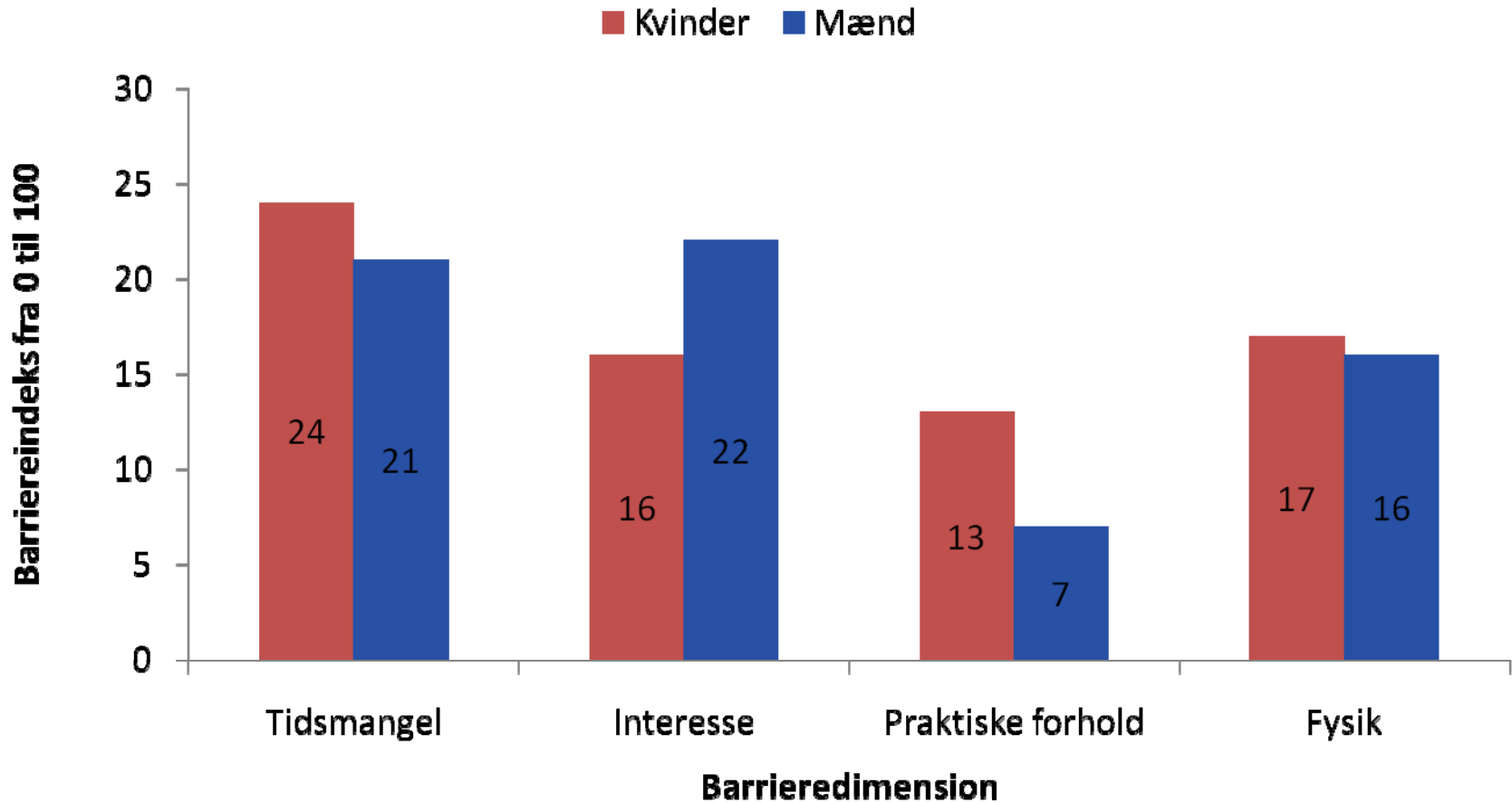
# Piger oplever flere barrierer end drenge



# Barrierer blandt børn og unge:



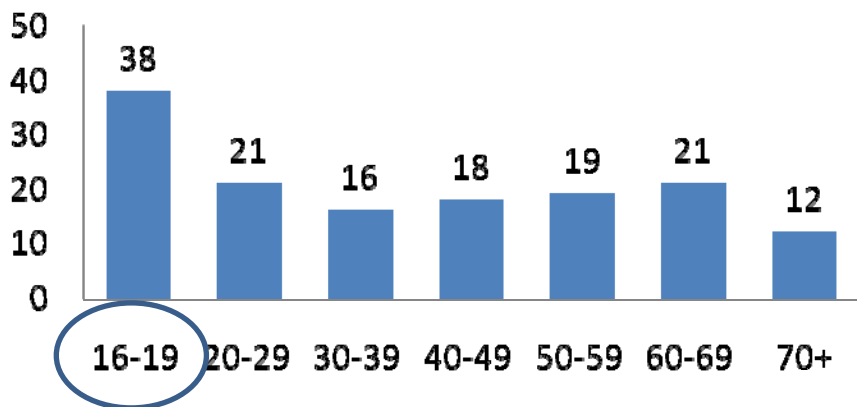
# Mænd og kvinder oplever forskellige barrierer



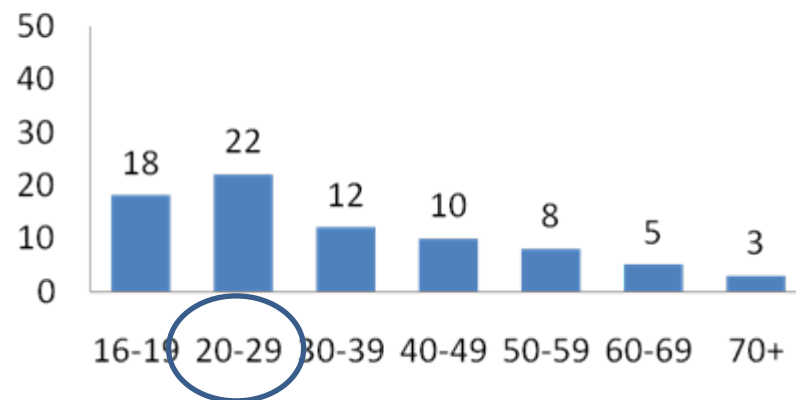


# Barrierer varierer i forskellige livsfaser

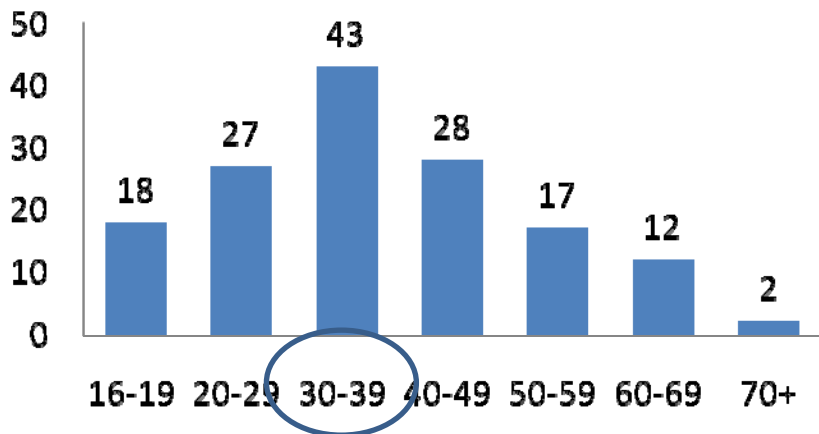
■ Interesse



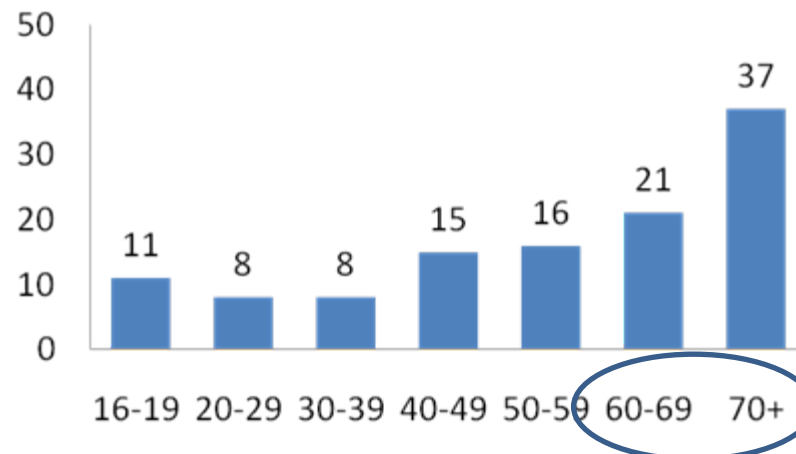
Praktiske forhold



■ Tidsmangel



Kropslig barriere



# Barrierer blandt voksne:

Ydre faktorer

Mangel på tid

Praktiske forhold

"Jeg er 22 - tilbud til mennesker på min alder, der ikke er super dygtige til en bestemt sportsgren - men som heller ikke er i meget dårlig form. Tilbud til os lige i midten"

- Unge

- Kvinder

"Har tidligere spillet badminton, men stoppede i forb. med hofteoperation, min vægt skal ned (118 kg) før jeg starter igen"

Kropslig barriere

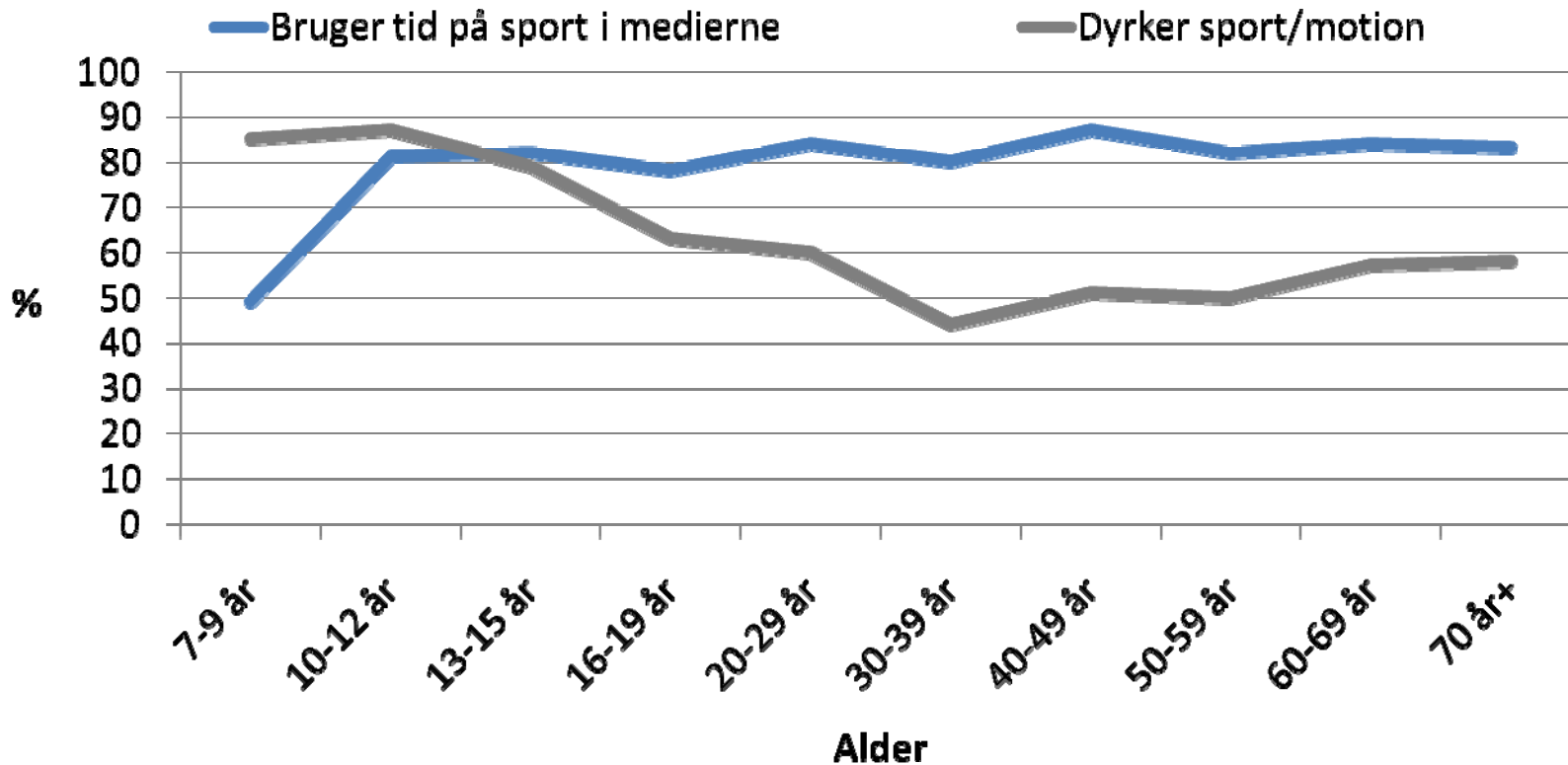
- Seniorer  
- Mænd

Mangel på interesse

Indre faktorer

# Mænd har dog tid til sport i medierne..

## Mænd



# Udfordringer i fremtiden:

- Interesses modsætninger: Nye målgrupper – nyt fokus?
- Børn/unge/ynge voksne, der ønsker fællesskab og træning uden fokus på '1. holdet'
- Fleksible tilbud – hvad er alternativ til fitness og selvorganiseret motion blandt travle voksne?
- Faciliteter til selvorganiserede – bliver de brugt?
- Tilbud til børn og forældre
- Flere organiseringsformer – supplement eller konkurrenter?

# Idræt og livsfaser

- Tak for opmærksomheden

Maja Pilgaard  
Mobil: 29 21 70 36  
E-mail: [maja.pilgaard@idan.dk](mailto:maja.pilgaard@idan.dk)

