



ACTIVE RESEARCH

IDKON.DK
IDRÆTTENS KONSULENTHUS

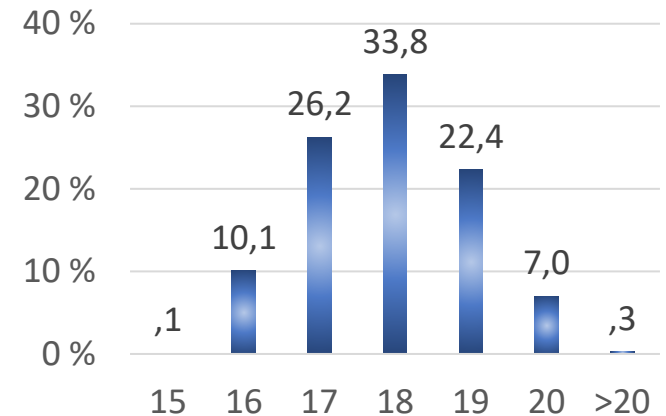
Motionsadfærd blandt gymnasieelever under Coronakrisen

Læring til udvikling?

BAGGRUNDSDATA OM DELTAGERNE:

- 1.543 respondenter (Svarpct. på ca. 69 % ud af 84 deltagende klasser fra 19 forskellige gymnasier)
- Aldersspænd fra 16-20 år
- Stort flertal af piger (69 pct. piger/31 pct. drenge)

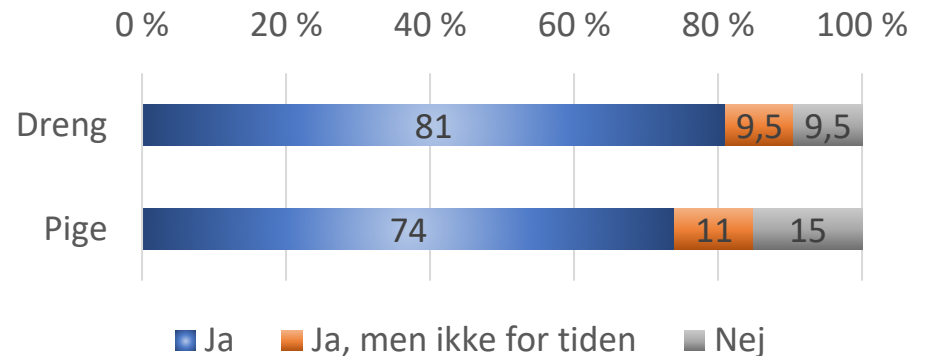
Aldersfordeling i pct.



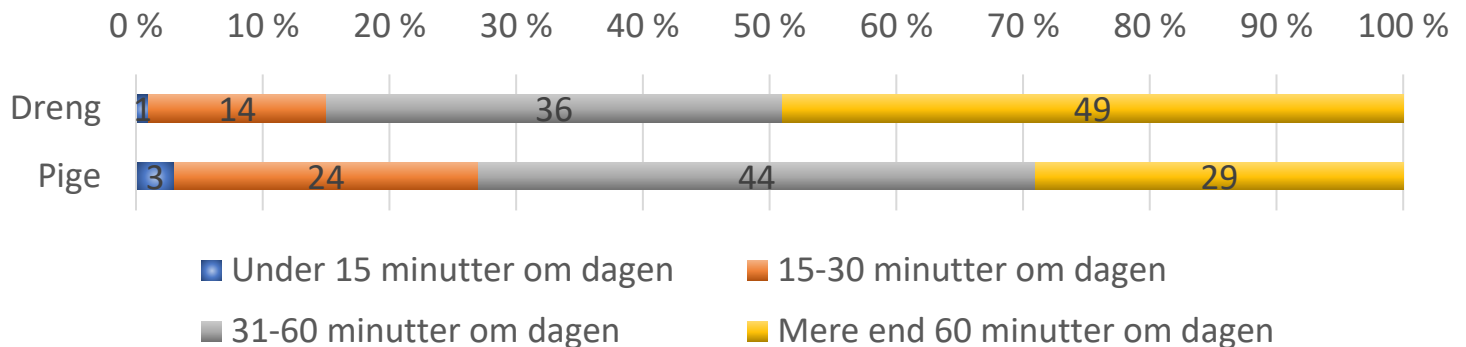
ELEVERNES MOTIONSVANER (FØR CORONAKRISEN):

- 76 pct. dyrker normalt sport/motion

Dyrker du normalt sport eller motion? (før d. 12. marts)



- Idrætsaktive drenge bruger generelt mere tid end piger

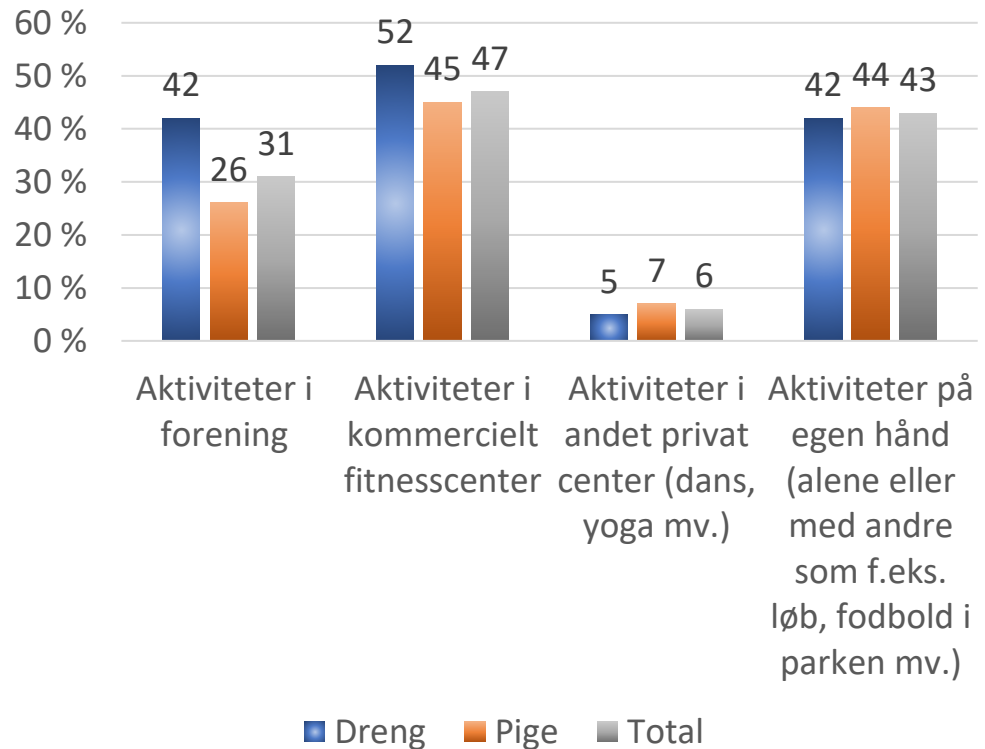


ELEVERNES MOTIONSVANER (FØR CORONAKRISEN):

Næsten halvdelen af gymnasieeleverne har et medlemskab til kommercielt fitnesscenter

Er fitnessbranchen Danmarks største ungdomsbevægelse?

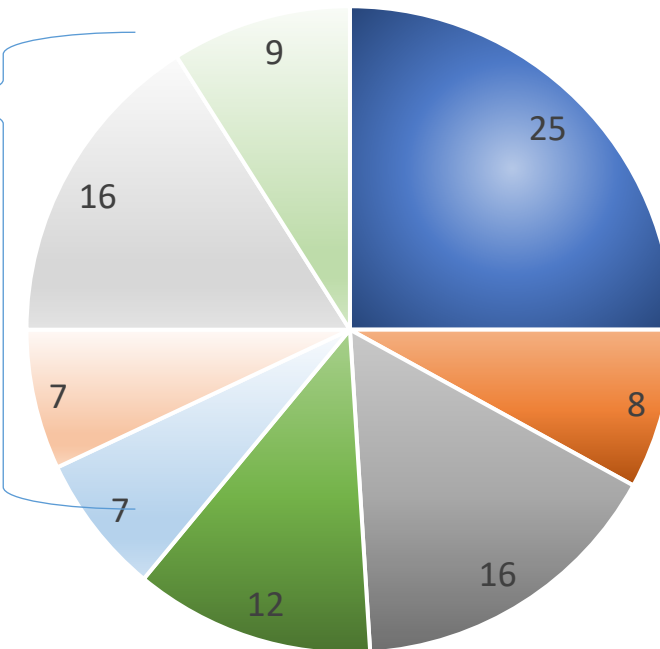
Hvilke former for sport eller motion dyrkede du inden d. 12. marts



ELEVERNES MOTIONSVANER (FØR CORONAKRISEN):

Hvilke former for sport eller motion dyrkede du inden d. 12. marts

39 pct. er engageret i mindst to forskellige organiseringsformer



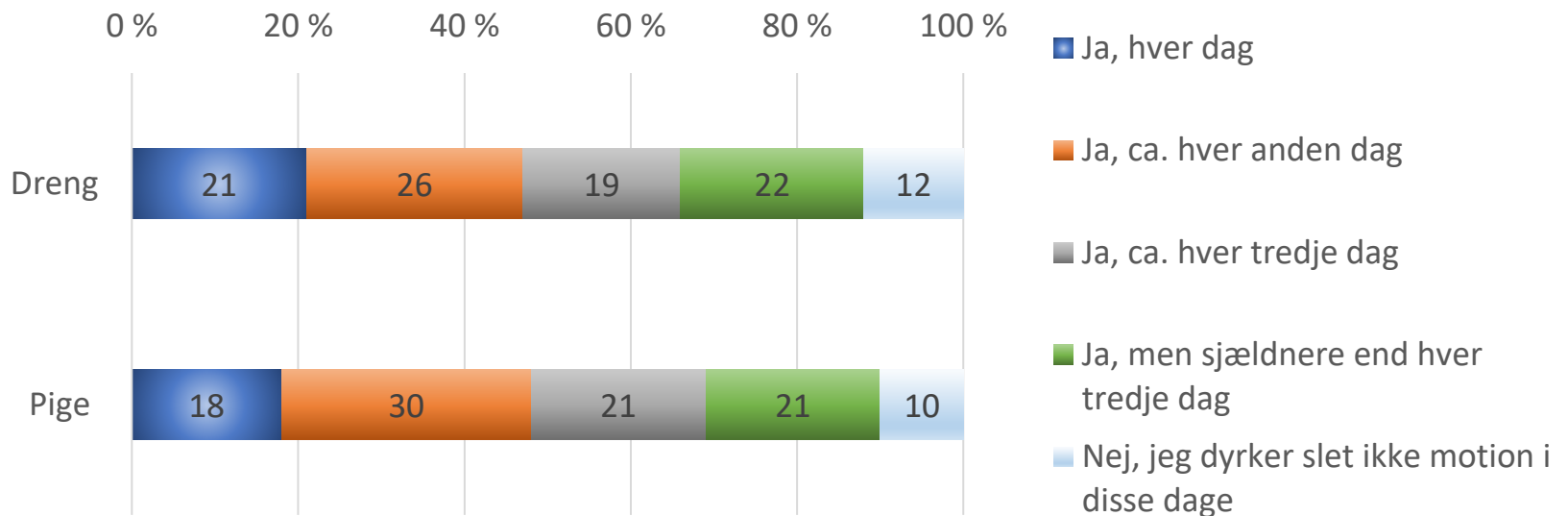
- Dyrker ikke idræt
- Kun forening
- Kun kommerciel fitness
- Kun selvorg
- Forening + kommerciel fitness
- Forening + selvorg
- Kommertciel fitness + selvorg
- Forening + kommerciel fitness + selvorg.

Organiseringsformer er ikke adskilt i praksis

MOTIONSVANER UNDER CORONAKRISEN:

- 47 pct. motionerer mindst hver anden dag

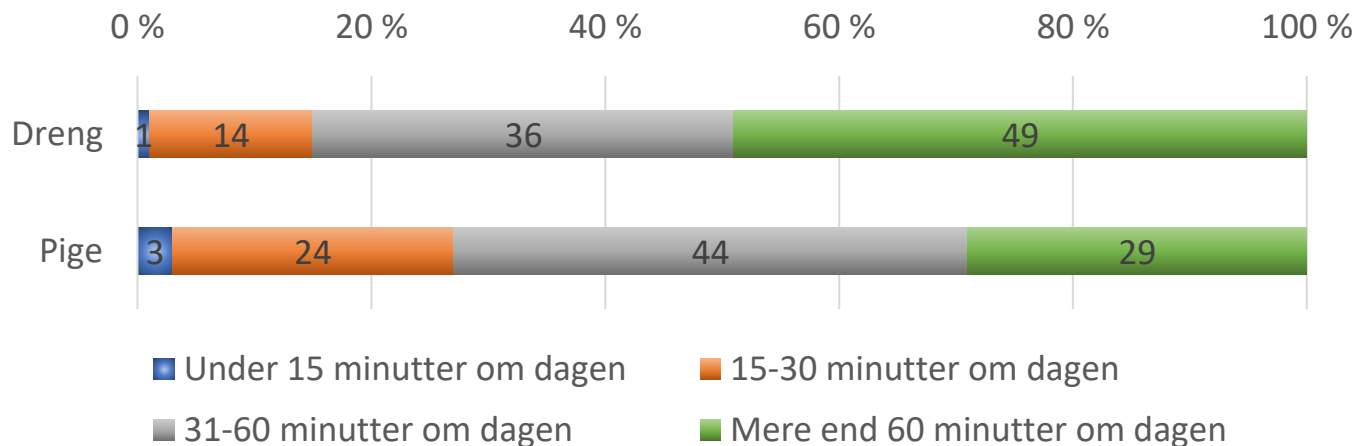
Dyrker du motion i disse dage?



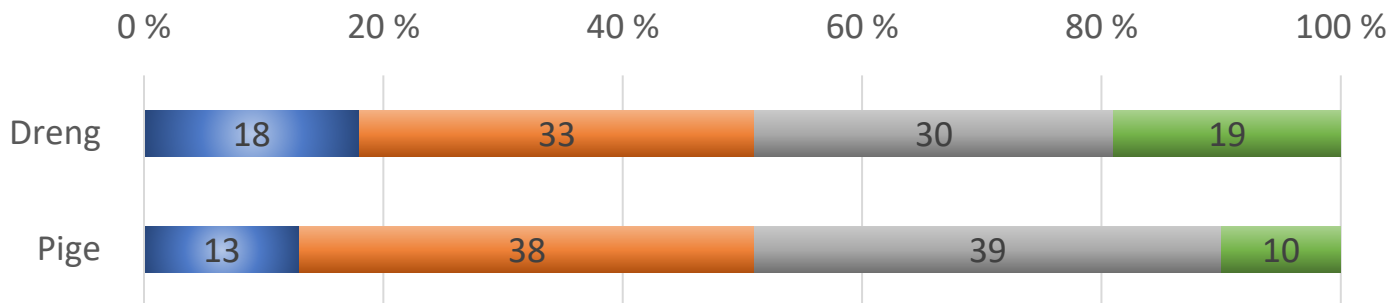
MOTIONSVANER UNDER CORONAKRISEN:

Coronakrisen har udlignet kønsforskelle i tidsforbrug:

(Før 12. marts 2020)

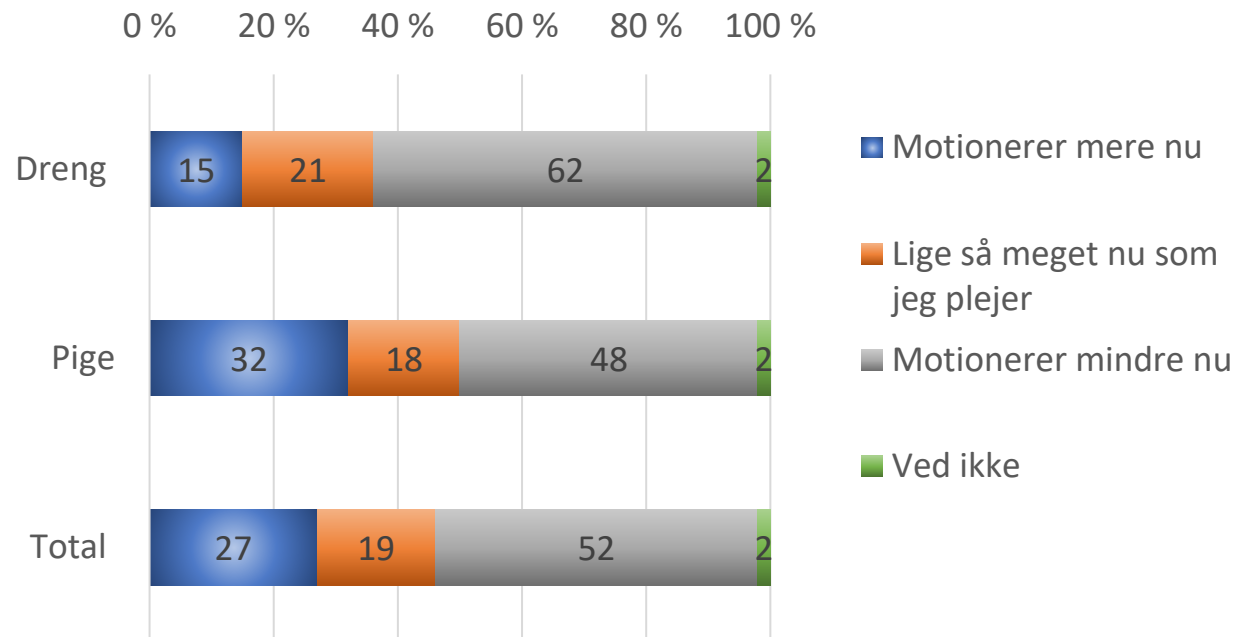


(Efter 12. marts 2020)



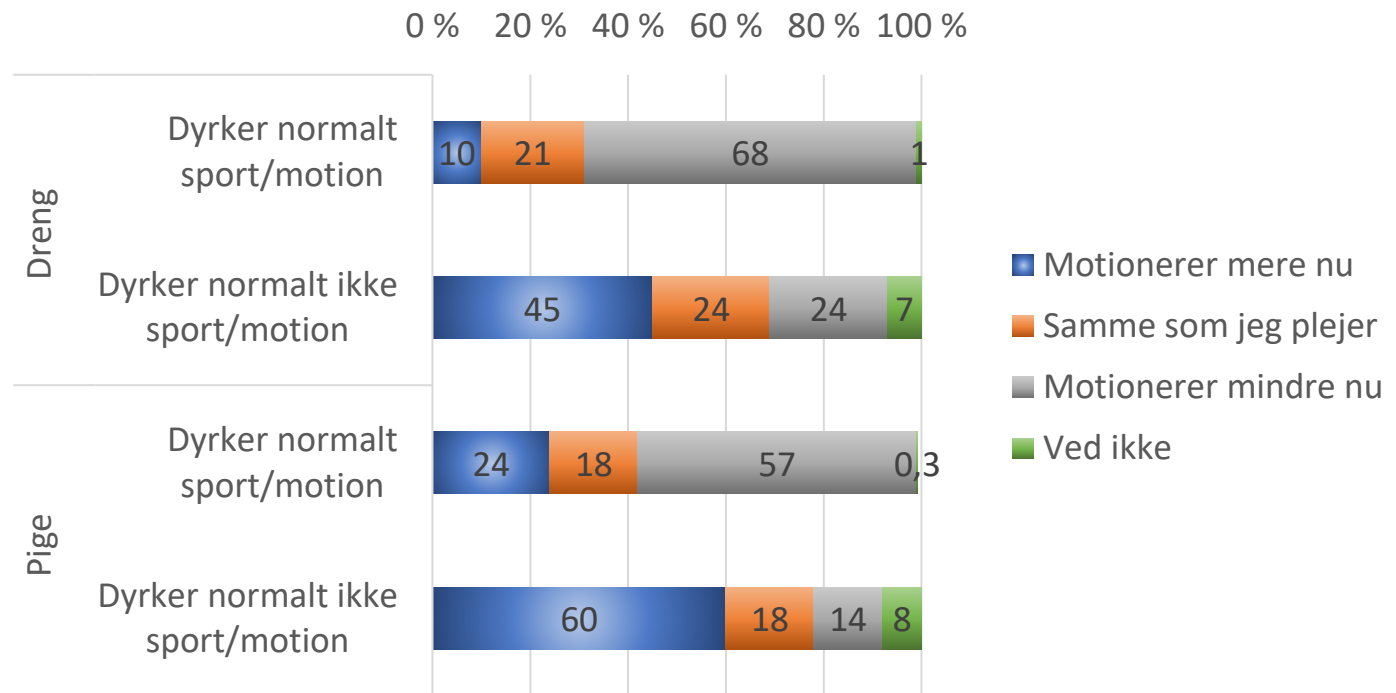
MOTIONSVANER UNDER CORONAKRISEN:

- Coronakrisen har været hårdest ved drengenes motionsvaner
- Omvendt motionerer 1/3 af pigerne mere, end de plejer



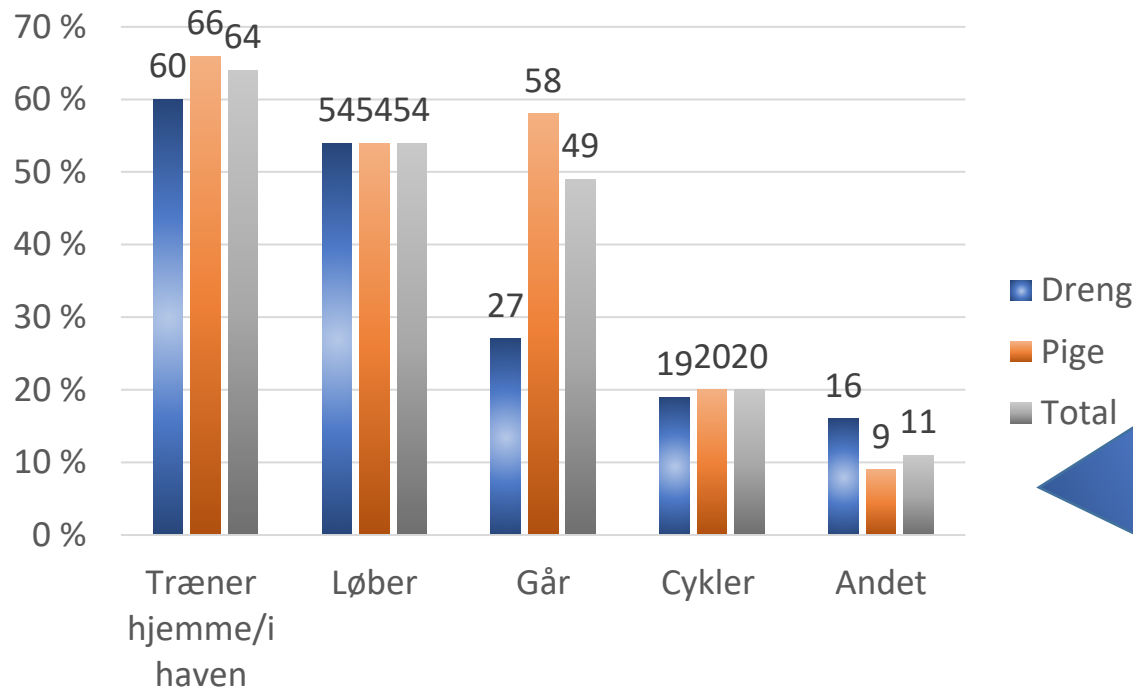
MOTIONSVANER UNDER CORONAKRISEN:

- Især de tidligere ikke-motionsaktive (piger) udnytter coronakrisen til at motionere mere



MOTIONSVANER UNDER CORONAKRISEN:

- Hjemmetræning, løb og gåture fylder på coronamotionslisten

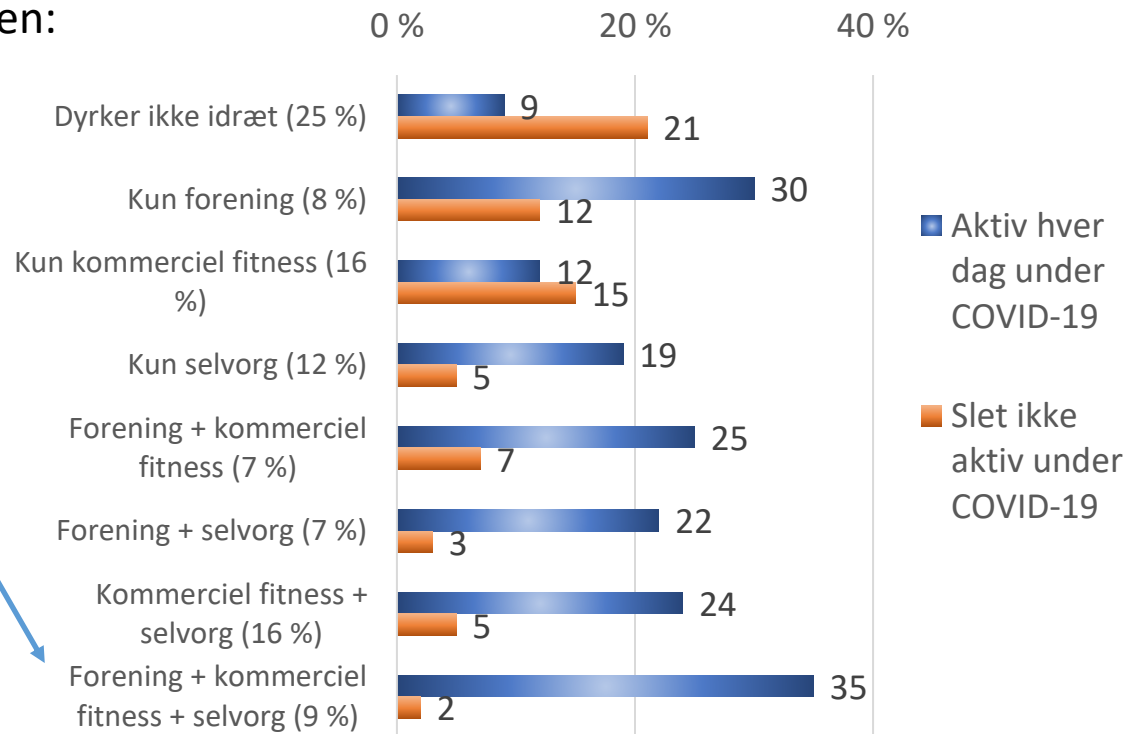


Under 'Andet' nævner eleverne især:

Fodbold med venner
Ridning
Streetsport (skate, rulle, parkour)
Dans (online videoer)
Fitness/træningsvideoer
Vandsport (kajak, surf)
Trampolin
Basketball m. venner

MOTIONSVANER UNDER CORONAKRISEN:

Et varieret motionsvanemønster (før Corona) mindsker risiko for total inaktivitet under krisen:



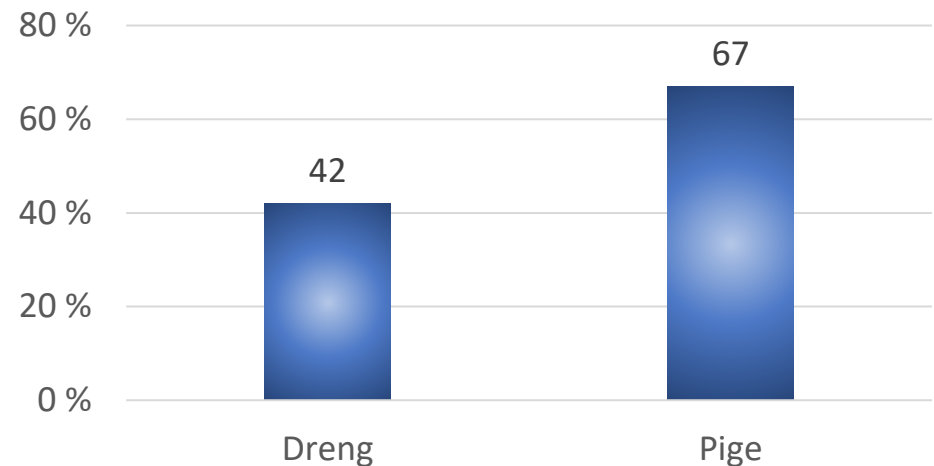
MOTIONSVANER UNDER CORONAKRISEN:

Online medier holder de unge (piger) i gang under Coronakrisen:



<https://www.instagram.com/gustavsalinas/?hl=da>

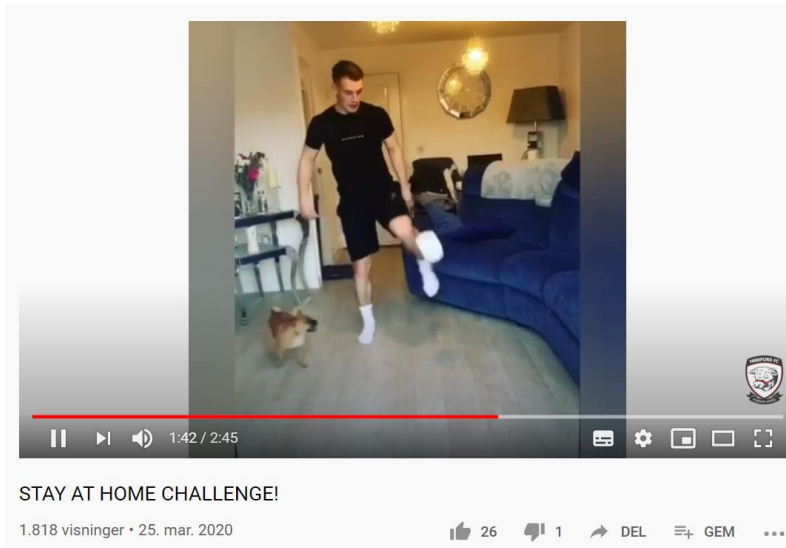
Bruger online medier som inspiration



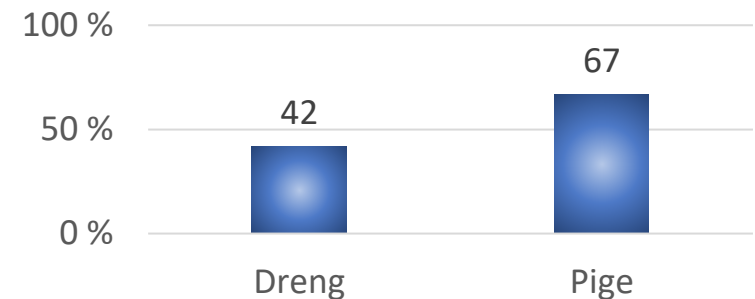
<https://www.youtube.com/watch?v=2pLT-olGUJs>

MOTIONSVANER UNDER CORONAKRISEN:

Online medier bliver også en platform for 'brugerdrevet indhold' (Dvs. de unge er selv med til at levere indhold, kreativitet og opfordring til hinanden):



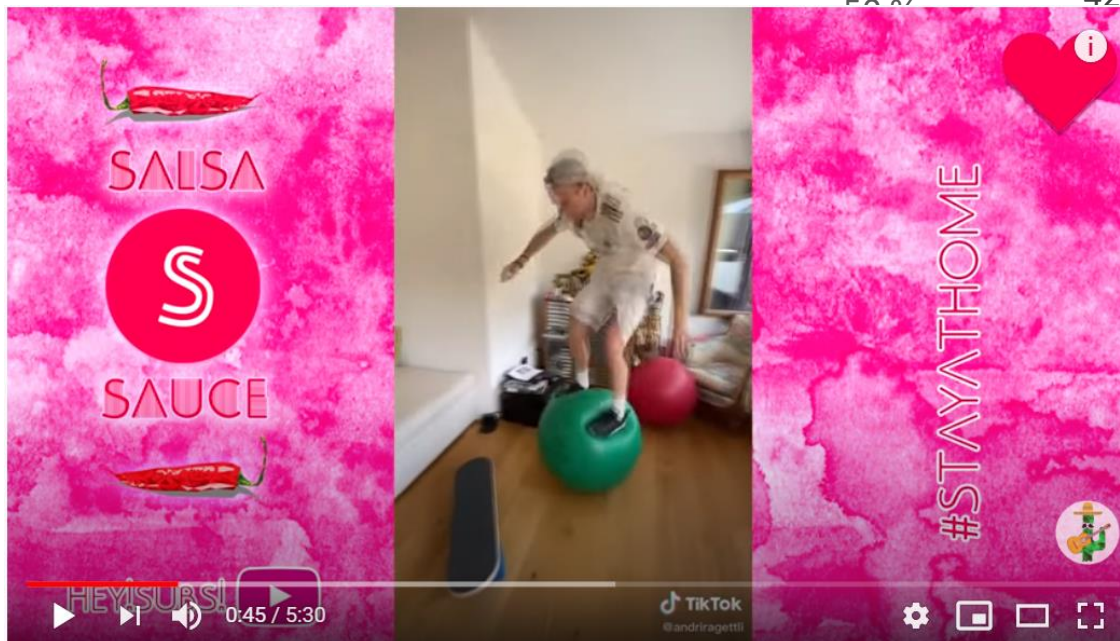
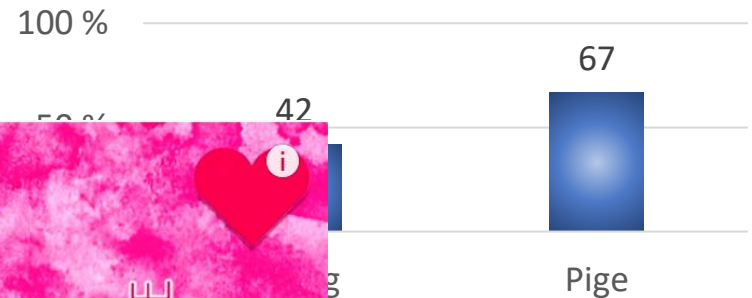
Bruger online medier som inspiration



MOTIONSVANER UNDER CORONAKRISEN:

Brugerdrevet indhold skaber både globale strømninger og mulighed for helt lokale fællesskaber

Bruger online medier som inspiration



#StayAtHomeChallenge #tiktok #dance

Stay At Home Challenge Comedy TikTok Compilation - Best Funny Tik Tok Videos 2020



AC

MOTIONSVANER I FREMTIDEN?

Hvis man vil tilbyde idræt på de unges 'kanal':

- Uformelle aktiviteter uden for den 'standardiserede' og 'sportificerede' verden især til de idrætsuvante unge

Online træning

20 pct. dyrker idræt
med familien nu mod 6 pct. før Corona

Mange nævner, at de dyrker motion med kæresten

Nye elementer af konkurrence (samt online element)



MOTIONSVANER I FREMTIDEN?

Hvis man vil tilbyde idræt på de unges 'kanal':

- Uformelle aktiviteter uden for den 'standardiserede' og 'sportificerede' verden- især til de idrætsuvante unge
- Men i høj grad også en tendens blandt dem med mest 'kropslig talent'



MOTIONSVANER I FREMTIDEN?

Hvis man vil tilbyde idræt på de unges 'kanal':

- Uformelle aktiviteter uden for den 'standardiserede' og 'sportificerede' verden især til de idrætsuvante unge
- Men i høj grad også en tendens blandt dem med mest 'kropslig talent'
- Behov for en kombination af fysiske idrætsfællesskaber og online dialog/connection med brugerdrevet indhold



MOTIONSVANER I FREMTIDEN?

Hvis man vil tilbyde idræt på de unges 'kanal':

- Uformelle aktiviteter uden for den 'standardiserede' og 'sportificerede' verden især til de idrætsuvante unge
- Men i høj grad også en tendens blandt dem med mest 'kropslig talent'
- Behov for kombination af fysiske idrætsfællesskaber og online dialog og relationer
- Behov for tættere forbindelse mellem traditionel foreningsidræt, kommerciel fitness og uformelle idrætsfællesskaber

