



Foto: iStock

Barna og idretten

Organisering, verdier
og sosial ulikhet

ÅSE STRANDBU, ANDERS BAKKEN

Barna og idretten

Organisering, verdier og sosial ulikhet

Rapport 2/2024

Forord

Denne rapporten handler om barns idrettsdeltakelse. Vi gjennomgår nyere norsk forskning på feltet. I tillegg undersøker vi sosial ulikhet i barns idrettsdeltakelse med datamateriale fra Ungdata junior – en spørreundersøkelse om hverdagslivet til elever på mellomtrinnet (5., 6., og 7. trinn) fra 2021-2023 som er gjennomført i et flertall av landets kommuner.

Rapporten er del av et samarbeid mellom FOBU - Forskningscenter for barne- og ungdomsidrett ved Norges idrettshøgskole og Ungdatasenteret ved Seksjon for ungdomsforskning, NOVA, OsloMet – storbyuniversitetet. Samarbeidet er finansiert gjennom tilskudd fra Kulturdepartementet.

Vi ønsker å takke alle barna som deltok i undersøkelsen. Vi vil også takke Yngvar Ommundsen, Ørnulf Seippel, Hanne Sogn og andre kollegaer ved FOBU for gode kommentarer og innspill til rapportutkast. Takk også til Kulturdepartementet for finansiering av rapporten.

Oslo, februar 2024

Åse Strandbu, FOBU, Norges idrettshøgskole
Anders Bakken, NOVA, OsloMet

Sammendrag

Denne rapporten handler om idrettens plass i barns liv. I rapportens første del går vi gjennom hvordan barns idrettsaktivitet og organisatoriske rammer for barns idrettsdeltakelse har endret seg historisk. Vi gir også en oversikt over nyere norsk forskning om barns idrettsliv. I den andre delen undersøker vi noen sider ved norske 10 til 12-åringers treningsvaner og idrettsliv gjennom analyser av et stort spørreskjemamateriale – Ungdata junior. Vi er mest opptatt av om idealet om idrett for alle er realisert i norsk barneidrett – eller om noen grupper er systematisk underrepresentert. Vi undersøker også om det er noen sammenhenger mellom idrettsdeltakelse og andre sider ved barns liv. Problemstillingene i rapporten er:

1. Hva vet vi fra tidligere forskning om barns treningsvaner og idrettsaktivitet?
2. Hvor ofte trener 10-12-åringene? Hvem er de som driver med regelmessig trening? Er det store forskjeller mellom gutter og jenter, mellom barn fra ulike sosioøkonomiske grupper og mellom barn i storbyer, byer, og på landsbygda?
3. Skiller barn som driver fast med idrett seg fra andre barn når det gjelder deltakelse i andre faste fritidsaktiviteter, vennsksapsrelasjoner og generell trivsel?

Datamaterialet i rapporten er hentet fra Ungdata junior – en spørreundersøkelse om hverdagslivet til elever på mellomtrinnet (5., 6. og 7. trinn). I 2021-2023 er undersøkelsen gjennomført i et flertall av landets kommuner, med til sammen 103 025 deltakere. Svarprosenten er 85. Undersøkelsen kartlegger blant annet hvor mange barn som trener og er aktive i sport og idrett. Ungdata junior er representativ for hele landet.

Rapporten tar for seg barns trening og idrettsaktivitet i bred forstand. Vi understreker at idrett ikke kan avgrenses til aktiviteter som foregår organisert av idrettslag tilknyttet Norges idrettsforbund (NIF). Likevel bruker vi en god del plass i rapporten på barns deltakelse i den organiserte idretten. Dette fordi det er den organiserte idrettsaktiviteten det finnes mest kunnskap om, og fordi NIF har eksplisitte målsettinger for

idrettstilbudet for barn – målsettinger som er grunnlaget for omfattende offentlig støtte til idretten.

Barneidrettens historie, regulering og begrunnelser

Antallet barn i norsk idrett økte sterkt i løpet av 1960- og 1970-tallet. Vår oppsummering av historisk forskning om barn og idretten, hovedsakelig Oskar Solenes sine arbeider, viser at det store inntoget av barn i idretten har vært fulgt av diskusjoner om hvorvidt barn hører hjemme i organisert idrett – og hvordan idrettsaktivitet for barn bør tilrettelegges. Vi gjennomgår bakgrunnen for NIFs etablering av Bestemmelser om barneidrett og Idrettens barnerettigheter. I dag er mer enn 500 000 av medlemskapene i NIF for barn under 13 år. Den organiserte idretten har stor oppslutning blant barn i alderen 6-12 år. Bred deltakelse - «Idrett for alle» - er det overordnede målet for NIF og for statens idrettspolitik.

Idrettstilbud for barn begrunnes med flere forhold. Vi har sammenfattet noen hovedbegrunnelser og legitimeringer av idrettstilbud for barn – slik det framstår fra statlig hold, fra idretten selv, og av barn som driver med idrett og deres foreldre. Grunnlaget for analysen er dokumenter fra Kulturdepartementet og NIF, i tillegg til egen og andres forskning.

De fem hovedbegrunnelsene vi har kommet fram til for barns deltakelse i organisert idrett er at idrettsaktiviteten 1) har egenverdi som noe morsomt og utfordrende å drive med, 2) er dannende og karakterdannende, 3) styrker helse og velvære, 4) fremmer inkludering og integrasjon og 5) sikrer rekruttering av eliteutøvere. Innbakt i flere av disse begrunnelsene ligger forventninger om hvilket utbytte barn og unge kan ha av idrettsaktiviteter – både her og nå og framover inn i voksen alder.

Tidligere forskning

Rapporten gir en oversikt over sentrale norske arbeider om barns treningsvaner og idrettsliv. Gjennomgangen er avgrenset til undersøkelser publisert etter 2010, og som handler om barn til og med 12 år.

Gjennomgangen konkluderer med at vi fra forskning vet langt mindre om barns idrettsliv enn om ungdoms. Det som finnes er populasjonsstudier av treningsvaner og fysisk aktivitet blant barn, samt idrettspsykologiske arbeider av betydningen av motivasjonsklima og hvordan trenere kan legge til rette for dette. Barneidrettens innhold – det vil si selve idrettsaktivitetene – er i liten grad studert. Hvordan de norske barneidrettsbestemmelsene og idrettens barnerettigheter følges opp i norsk idrett er lite studert. Konklusjonen er at sett i lys av den sentrale posisjonen idrett og trening har i norske barns liv finnes det overraskende lite forskningsbasert kunnskap om idrettens betydning i norske barns liv. Dette gjelder særlig idrett for barn under 10 år.

Barns treningsvaner i dag – det overordnede bildet

Det overordnede bildet i våre analyser av Ungdata Junior-materialet er at de aller fleste barn trener eller driver med sport eller idrett. Barnas idretts- og treningsvaner er undersøkt gjennom to spørsmål; ett om de hvor ofte de vanligvis «trener eller driver med sport», og et annet spørsmål om de driver med faste fritidsaktiviteter, der «sport og idrett» er ett av flere mulige svaralternativer. Når de blir spurt om hvor ofte de vanligvis trener, sier bare 14 prosent at de aldri trener og 11 prosent at de trener sjeldnere enn en gang i uka. De aller fleste 10-12-åringer (75 prosent) trener altså en eller flere ganger i uka.

På spørsmål om faste fritidsaktiviteter svarer 66 prosent av barna at de for tiden driver med idrett som en fast fritidsaktivitet. De fleste trener altså jevnlig, og en nokså stor andel er med i idrett som en fast fritidsaktivitet. Vi vet ikke helt sikkert om fast fritidsaktivitet betyr organisert idrett gjennom et idrettslag (se metodekapitlet for diskusjon av dette), men vi legger til grunn at det er stort sammenfall her.

I aldersgruppene vi har studert øker treningsaktiviteten fra 10-årsalderen til 12-årsalderen. Andelen som ikke trener holder seg konstant, men flere av 12-åringene trener mange ganger i uka. Resultatene tyder på at det først er etter overgangen til ungdomsidretten at frafallet fra den organiserte idretten øker.

Sosial ulikhet – kjønn, klassebakgrunn og minoritets-/majoritetsbakgrunn

Vår studie viser altså at svært mange 10-12-åringer driver med trening og idrett. Slik er norsk idrett en stor suksess. Et stort flertall av både gutter og jenter, barn fra ulike samfunnsklasser og med eller uten minoritetsforeldre deltar. Samtidig har vi vist at det også er sosiale ulikheter i barns idrettsdeltakelse, særlig det som er knyttet til familiens sosioøkonomiske status.

Både blant gutter og jenter øker aktivitetsnivået fra 10- til 12-årsalderen. Vi finner samtidig en viss kjønnsforskjell når det gjelder hvor ofte barna trener. Flere av de eldste barna trener veldig mye, og gutter er klart overrepresentert blant de aller mest aktive. 22 prosent av guttene trener eller driver med sport minst fem dager i uka, mot 12 prosent av jentene. Motsatt er det flere jenter enn gutter som trener 1-2 ganger i uka. Dette harmonerer med andre studier av barns treningsvaner: gutter er i gjennomsnitt noe mer fysisk aktive enn jenter – men kjønnsforskjellene i andelen som driver med idrett eller trener er ikke spesielt store. Heller ikke når barna blir spurt om de deltar i faste fritidsaktiviteter er det store kjønnsforskjeller. 64 prosent av jentene deltar i idrett, mot 68 prosent av guttene. Det er flere jenter enn gutter som også har andre faste fritidsaktiviteter i tillegg til idretten.

Barna som deltok i undersøkelsen, ble delt inn i fem omtrent like store grupper basert på hvordan de svarte på spørsmål om tilgang til det vi kan kalle for sosioøkonomiske ressurser hjemme – ressurser som er ment å reflektere familiens velstandsnivå. Vi finner tydelige forskjeller i idrettsdeltakelse mellom disse fem gruppene: Desto flere ressurser barna rapporterer å ha hjemme, desto flere er aktive i sport. 75 prosent av barna med flest sosioøkonomiske ressurser i hjemmet har idrett som fast fritidsaktivitet, mot 53 prosent av barna med færrest ressurser i hjemmet.

Da det kun er i Oslo at barna har fått spørsmål om foreldrene er født i Norge eller i utlandet er analysene av betydningen av minoritetsbakgrunn avgrenset til Oslo-dataene av studien,

altså i vårt tilfelle Ung i Oslo 2023. Analysene viser at i alle sosioøkonomiske grupper er det vanligere for barn med norskfødte foreldre å trene eller drive med idrett enn blant barn med utenlandsfødte foreldre. Det er særlig blant jentene at vi finner forskjeller mellom barn med minoritetsbakgrunn og med majoritetsbakgrunn. Om tallene fra Oslo kan generaliseres til å gjelde andre steder i landet, får vi ikke undersøkt med Ungdata junior.

Trivsel og idrett

Vi har også undersøkt sammenhenger mellom hvordan barna generelt har det i hverdagen sin og idrettsdeltakelse. Når barna blir spurt om hvor fornøyde de er med ulike sider ved livet sitt, viser det seg at barna som driver fast med idrett er mest fornøyde. De er mer fornøyde enn andre med foreldrene sine, med vennene sine, med nærområdet der de bor og til en viss grad også med skolen de går på. De tydeligste forskjellene mellom disse gruppene handler om hvor fornøyde de er med helsa si.

Disse resultatene kan knyttes til flere av de mange påståtte utbyttene en kan ha av å drive med idrett. Vi vil likevel advare mot at resultatene uten videre tolkes i en slik retning. Det er viktig å minne om at spørreskjemadata samlet inn på ett tidspunkt ikke kan brukes til å trekke entydige konklusjoner om årsakssammenhenger. Dataene sier noe om statistiske sammenhenger, uten at dette nødvendigvis kan si noe om hva som påvirker hva. En sannsynlig forklaring er at de statistiske sammenhengene vi finner også kan handle om seleksjonseffekter: Det kan være at det er de barna som allerede har det bra, som trives, har venner, kommer godt overens med foreldrene sine, bor i gode nærområder med et godt idrettstilbud og liker seg på skolen som finner veien til idretten og som passer inn i idretten. Tolket på denne måten kan dette være en påminnelse til idretten om at det finnes noen grupper av barn, som kanskje ikke har de beste oppvekstvilkårene, som ikke er med i idretten.

Oppsummert viser våre funn en del likhetstrekk med det som er kommet fram gjennom analyser av deltagelse i ungdomsidretten,

der det også har blitt dokumentert betydelige sosiale ulikheter i deltagelse. Dette kan bety at det fortsatt er et stykke til at idealet om idrett for alle er realisert i norsk idrett. Barns tilgang til å drive med idrett er et gode i seg selv – et velferdsgode. Omfattende kommunale og statlige midler brukes på idretten. Og det legges ned store menneskelige ressurser i form av dugnadsarbeid i barneidretten. Ulikhet i idrettsdeltakelse, og særlig det som knytter seg til økonomi som barriere, er en utfordring for idrettsbevegelsen.

Innholdsfortegnelse

Sammendrag	4
1. Innledning	11
1.1 Hva mener vi med trening og idrett?	11
1.2 10-12-åringer trener på ulike arenaer	12
1.3 Struktur på rapporten	13
2. Barneidrettens historie, regulering og begrunnelser	14
2.1 Barneidrettens historie	14
2.2 Reguleringer av barneidretten og barnerettigheter	15
2.3 Barneidrettens begrunnelser i dag	16
3. Norsk forskning om barn, trening og idrett	19
3.1 UngKan	19
3.2 Barn og unges friluftsliv og fysiske aktivitet (SSB)	20
3.3 Hevas – Helsevaner i barne og ungdomsbefolkningen	20
3.4 Evaluering av Oslo idrettskrets satsing «Idrett for alle i Oslo»	21
3.5 Barn og idrett i norsk idrettspsykologisk forskning	22
3.6 Tidligere studier av sosial ulikhet og idrett	25
4. Datagrunnlag og metode	28
4.1 Ungdata junior	28
4.2 Deltakelse i idrett og faste fritidsaktiviteter	29
4.3 Sosial bakgrunn	30
5. Resultater	31
5.1 Hvor mange trener eller driver med sport?	31
5.2 Faste fritidsaktiviteter	35
5.3 Andre fritidsaktiviteter	38
5.4 Livskvalitet	39
6. Diskusjon	40
6.1 Det generelle bildet	40
6.2 Kjønnforskjeller og sosial ulikhet	40
6.3 Trivsel og idrett	42
6.4 Behov for nye studier av barns trenings og idrettsliv	43
7. Litteratur	45

1. Innledning

Idrett og trening har en stor plass i mange barns liv. Barn trener i mange sammenhenger. De trener med venner og foreldre, og mange trener i idrettslag. Mer enn 500 000 av medlemskapene i Norges idrettsforbund (NIF) er for barn under 13 år (NIF, 2023). Den organiserte idretten har stor oppslutning blant barn i alderen 6–12 år. Mange deltar i flere aktiviteter og idretter, noe som bidrar til at det er flere medlemskap i norsk idrett enn det er barn i Norge. Bred deltakelse - «Idrett for alle» - er det overordnede målet for NIF og for statens idrettspolitik. I tillegg til idrettsferdigheter, kan barn lære mye annet gjennom trening og idrett. Samarbeid, og evnen til å fokusere og øve for å nå mål trekkes ofte fram. Videre presenteres ofte idrettsdeltakelse som viktig for å fremme en aktiv og sunn livsstil – også senere i livet.

Diskusjoner om barneidrett kretser ofte rundt hvordan idretten skal organiseres, jmfør de norske barneidrettsbestemmelsene som er ment å beskytte barn mot noen av de negative sidene ved idretten – som for sterkt prestasjonsfokus og tidlig spesialisering. Andre debatter handler om at grupper av barn ekskluderes fordi det har blitt for kostbart å drive med idrett, og at idretten har blitt for seriøs og krevende å delta i.

I denne rapporten presenterer vi først noen rammer for barns idrettsaktivitet og en historisk kontekst for barns idrettsdeltakelse. Videre gir vi en oversikt over nyere norsk forskning om barns idrettsliv. I den andre delen av rapporten undersøker vi noen sider ved norske 10 til 12-åringers treningsvaner og idrettsliv med et stort spørreskjemamateriale. Vi er mest opptatt av om idealet om idrett for alle er realisert i norsk barneidrett – eller om noen grupper er systematisk underrepresentert. Og vi er opptatt av sammenhenger mellom idrettsdeltakelse og andre sider ved barns liv. Problemstillingene vi vil undersøke i denne rapporten er:

1. Hva vet vi fra tidligere forskning om barns treningsvaner og idrettsaktivitet?
2. Hvor ofte trener 10-12-åringer og hvem er de som driver med regelmessig trening? Er det store forskjeller mellom gutter og jenter, mellom barn fra ulike sosioøkonomiske grupper og mellom barn i storbyer, byer, og på landsbygda?

3. Skiller barn som driver fast med idrett seg fra andre barn når det gjelder deltakelse i andre faste fritidsaktiviteter, vennskapsrelasjoner og generell trivsel?

Datamaterialet i rapporten er hentet fra Ungdata junior – en spørreundersøkelse om hverdagslivet til elever på mellomtrinnet (5., 6., og 7. trinn). I 2021-2023 er undersøkelsen gjennomført i et flertall av landets kommuner, med til sammen 103 025 deltakere. Svarprosenten er 85. Undersøkelsen kartlegger blant annet hvor mange barn som trener og er aktive i sport og idrett. Ungdata junior regnes som en representativ undersøkelse for hele landet og for de kommunene som deltok.

Videre i rapporten presenteres først en begrepsavklaring, deretter barneidrettens historie og en del bakgrunnskunnskap om barn og idrett i Norge i dag. Vi gir også en oppdatert oversikt over nyere norsk forskning om barn og idrett. Vi presenterer datagrunnlaget i metodekapittelet før analysene. Til slutt diskuterer vi funnene i lys av tidligere forskning – og oppsummerer behov for videre forskning om barns idrettsliv.

1.1 Hva mener vi med trening og idrett?

*Trening og idrett*¹ er nøkkelbegreper i rapporten som trenger en avklaring. Når vi spør barn hvor ofte de trener, legger vi til grunn at de som svarer og vi som spør har noenlunde samme oppfatning om hva *trening* er. Slik spørsmålene er stilt i Ungdata junior (se metodekapitlet for detaljer) ledes oppmerksomheten mot trening som former for fysisk aktivitet som handler om å forbedre eller vedlikeholde ferdigheter – eller som bare handler om gleden ved idrettsaktivitet.

Idrett er heller ikke helt enkelt å definere. Etymologisk er opprinnelsen det norrøne ordet *idrott* som ble brukt om dyktighet på flere områder, kroppsbeherskelse og i tillegg innen diktekunst, musikk og kunnskap (Goksøyr, 2022). I dag vil de fleste knytte idrettsbegrepet til kroppsbeherskelse – selv om sjakk og e-sport

1 Begrepsavklaringene bygger på og er videreutviklet fra tilsvarende presentasjon i rapporten *Idrettsdeltakelse blant ungdom – før, under og etter koronapandemien* (Bakken og Strandbu 2023)

utfordrer denne avgrensningen. Det å måle seg mot andre – konkurranse – er ofte med i definisjoner av idrett, for eksempel i en definisjon der «idrett er kroppslig å vise fram og sammenlikne dyktighet ved å konkurrere» (Tangen, 2004, s. 64).

Men konkurranse er ikke alltid avgjørende for at en aktivitet skal regnes som idrett. Norges idrettsforbunds brede definisjon av idrett fra 1990-tallet som «fritids- eller hobbypreget aktivitet hvor kroppsstillinger eller bevegelser er det sentrale element, og hvor utøverens egen innsats er avgjørende for resultatet» (Loland, 2002), har ikke med konkurranse som definitorisk trekk. I dag er definisjonen slik i idrettsforbundets lov:

*«Med idrett menes aktivitet som oppfyller følgende vilkår: a) det er fysisk aktivitet av konkurranse-, trenings- og/eller mosjonskarakter, b) aktiviteten er som konkurranseaktivitet målbar etter godkjent regelverk, c) aktiviteten tilfredsstiller de etiske normer idretten i Norge bygger sin aktivitet på».*²

Idrettsbegrepet favner bredt, og det er ikke lett å avklare helt presist hva som skal regnes som idrett.

For barn, og særlig yngre barn, er grensene mellom idrett, trening og lek særlig vanskelig å trekke. Huizingas (1955) klassiker *Homo Ludens* kan hjelpe oss. Huizinga forstår lek som et grunnleggende behov, og at leken gjerne kan inneholde elementer av konkurranse. Huizinga beskriver leken som fri fra ytre tvang. Spontanitet og utfoldelse står sentralt, men leken er ikke fri fra regler. Leken er samtidig oppslukende og slik sett alvorlig. Men det er gjerne en annen type alvor en snakker om når en er bekymret for at barneidretten blir for alvorlig. Dette alvoret handler om at det å vinne, og det å bruke idretten strategisk til å oppnå prestisje eller andre fordeler i livet ellers gjennom idretten blir det viktigste. Huizinga var kritisk til idrettens nyttetenkning og disiplinering fordi det fører til at «something of the pure play-quality is inevitably lost» (Huizinga 1955, s.197). Denne bekymringen finner vi igjen i diskusjoner om barneidretten også i dag. Solenes (2009) understreker at ordet leik er gjennomgående i diskusjoner om barneidretten. Mange er bekymret for at leken skal gå tapt. Denne bekymringen finner en igjen i bredere diskusjoner om barns behov for lek (Lunde & Brodal, 2023). Også i NIFs langtidspan har behovet for lek fått en plass – og her ikke bare for barn: I langtidspanen heter det at NIF vil arbeide for å:

«styrke idrettstilbudet, både på trening og i konkurranse, slik at enda flere opplever glede og mestring, og ønsker å være med lenger. Vi skal beholde den lekende idretten. Mindre alvor og mer lek bør prege aktiviteten. En leken idrett gir god folkehelse.» (NIF, 2023, s. 12).

I forlengelse av dette understreker vi at idrett ikke kan avgrenses til aktiviteter som foregår i regi av Norges idrettsforbund. Idrett favner om langt mer enn det. Eksempler kan være å møtes for å spille fotball, løpe alene eller med venner, eller drive med andre former for idrettsaktivitet som skateboard eller klatring. Klatring er et oppklarende eksempel. Nesten alle barn klatrer, men vi tenker sjelden på det som idrett eller trening. Når voksne klatrer er det gjerne som trening – en egen definert fritidsaktivitet. Arne Næss sitt svar til journalisten som spurte når han begynte å klatre - «Når sluttet du?» - minner oss om at mange aktiviteter voksne driver med i organiserte former likner aktiviteter barn organiserer greit selv.

Denne rapporten handler både om trening i idrettslag og egenorganisert trening, som foregår utenfor rammene av et idrettslag. Spørreskjemaundersøkelsen Ungdata Junior, som vi bruker i denne rapporten, kartlegger hvem som trener, og hvor ofte de trener. Barna som deltar er også spurt om deltakelse på noen konkrete «faste fritidsaktiviteter», hvor sport og idrett er en av dem. Vi kan anta at det meste av det barna som har svart her regner som faste treninger skjer innenfor rammene av den organiserte idretten. Dette diskuterer vi mer inngående i metodekapittelet.

1.2 10-12-åringer trener på ulike arenaer

Aldersgruppen vi her skal studere er spesiell av flere grunner. 10-12 åringer er i en mellomfase i oppveksten – de er barn, på siste trinnene på barneskolen, det som kalles mellomtrinnet. Samtidig er de på vei til å bli ungdommer. Puberteten har meldt seg for noen av dem, særlig for en del av jentene. Selv om denne alderen for de fleste ikke er preget av like store endringer som ungdomsskolealderen, er det tegn til noen endringer også i aldersgruppen vi studerer her. Det er blant

2 Kapittel 1: Innledende bestemmelser ([idrettsforbundet.no](https://www.idrettsforbundet.no))

annet økende rapportering av helseplager blant jenter i løpet av disse tre årene, men ikke tilsvarende blant gutter (Enstad & Bakken, 2022). Aldersgruppen vi her skal studere er også særlig relevant når temaet er trening og idrett. Blant 10-12-åringer er idrettsdeltakelsen svært høy, andelen medlemmer i den organiserte idretten når et toppunkt blant 12-13-åringer. Da er deltakelsen høyere enn i alle andre aldersgrupper (NIF 2023).

Barn trener og er i fysisk aktivitet i en rekke sammenhenger. For noen forskningsformål er det ikke så viktig å skille mellom hvilke arenaer og sammenhenger trening foregår i – for eksempel når en er mest opptatt av fysisk aktivitet – gjerne begrunnet med betydningen dette har for folkehelsen: Helsedirektoratet er for eksempel opptatt av aktivitetsnivået i befolkningen, også blant barn. De gjeldene norske anbefalingene for fysisk aktivitet sier at barn og ungdom bør være i moderat-til-hard fysisk aktivitet minst 60 minutter daglig (Helsedirektoratet, 2022). Noen studier av barnas fysiske aktivitetsnivå er opptatt av oppfyllelsen av disse anbefalingene (Steene-Johannessen m.fl. 2019).

For andre forskningsformål er det hensiktsmessig å skille mellom trening og fysisk aktivitet på ulike arenaer. Idrett og trening handler om langt mer enn fysisk aktivitet. Det handler også om samvær med andre, utvikling av ferdigheter av mange slag og trening kan være meningsfullt på ulike vis. Å være på trening i et idrettslag der treneren bestemmer det meste er svært forskjellig fra å leke sammen ute - med ball eller i andre former. Det er også forskjell mellom å løpe en tur på egen hånd, og en skitur med familien. Grovt kan vi skille mellom organisert trening og egentrening. Barns egentrening – sammen med venner, familie, eller alene har vi ikke så mye forskningsbasert kunnskap om. Barns deltakelse i den organiserte idretten vet vi noe mer om.

Barn i alderen 0-12 år står i dag for omtrent 500 000 av de nesten 1,8 millioner medlemskapene i Norges idrettsforbund (NIF, 2023). Fotball og håndball er ifølge NIFs registreringer de største barneidrettene etterfulgt av gymnastikk og turn (NIF, 2023). Barneidretten, som inkluderer tilbud til barn under 13 år, er tydelig regulert gjennom NIFs *Bestemmelser om barneidrett og Idrettens barnerettigheter*. Selv om barneidretten trolig er noe mer breddeorientert i Norge enn i andre land (Støckel, m.fl., 2010), er det

også slik i Norge at det å drive idrett blir mer og mer alvorlig etter hvert som barna nærmer seg tenårene. Fokuset på prestasjoner, konkurranse og rangering, som blir tydeligere i ungdomsidretten, er også mer til stede i idrett for 10-12-åringer enn for yngre barn (Solstad, m.fl., 2022).

Sterk foreldreinvolvering er et særtrekk ved den organiserte barneidretten i Norge. De aller fleste barn trenes av egne eller andres barns foreldre (Chroni m.fl. 2018). Også foreldre som ikke har trenerverv er gjerne til stede på konkurranser og under trening. Intervjuundersøkelser med foreldre viser at idretten har blitt et familieprosjekt (Stefansen, Smette, & Strandbu, 2016b; Strandbu, m.fl., 2017). Foreldres inntog i barneidretten kan knyttes til større endringer i foreldreskapsidealer. Også tidligere var foreldretrenere og andre voksne med, men ikke så mange, utover de som var trenere, sjåførere og liknende, og det var ikke like sterke forventninger om at foreldre bør stille opp (Stefansen, Smette, & Strandbu, 2016b). I intervjuer forteller foreldre om sterk forpliktelse til å støtte opp om barnas idrettsliv (Stefansen, Smette, & Strandbu, 2016a). Foreldre har store forventninger til idretten. Ut over at det er gøy, sosialt og helsefremmende tenker de også gjerne at bedre konsentrasjon og generelle tilfredshet følger med. Fordi barns deltakelse i den organiserte idretten er så høy – og at det er denne treningsarenaen vi har mest kunnskap om, og som oftest diskuteres, legger vi mest vekt på denne treningsarenaen her.

1.3 Struktur på rapporten

Kapittel 2 gir en kort oversikt over historiske diskusjoner om barnas plass i den organiserte idretten, og reguleringer av barneidretten i dag og oppsummering av noen begrunnelser for verdien av idrett for barn. Kapittel 3 er en gjennomgang av tidligere forskning om barn og idrett. I kapittel 4 presenteres datamaterialet for analysene i rapporten, og i kapittel 5 presenteres resultatene av analysene. I kapittel 6 diskuterer vi funnene fra analysene og peker på behovet for videre forskning.

2. Barneidrettens historie, regulering og begrunnelser

2.1 Barneidrettens historie

Fysisk lek og kappestrid som likner idrett hører med til barndommen – de fleste vil være enig i det. Hvorvidt barn har noe å gjøre i organisert idrett – og eventuelt hvordan – har det derimot vært stor uenighet om. Det sentrale arbeidet om barneidrettens historie i Norge er Oskar Solenes sin doktorgradsavhandling om barneidretten fra 1920 til 1976 (Solenes, 2009; 2010; 2016). Noen hovedpoeng fra Solenes, samt andre sentrale kilder, gir oss et historisk bakteppe for dagens diskusjoner.

Den store tilstrømningen av barn og ungdom til den organiserte idretten startet på 1960-tallet og eskalerte videre utover i 1970- og 1980-årene (Solenes, 2016). Før 1960-tallet var den organiserte idretten i hovedsak for unge voksne menn. Også før dette var enkelte barn med i idretten, og det finnes historiske eksempler på tidlig regulering av barneidrett. I 1899 forbød Centralforeningen menn og kvinner under 18 år å delta i konkurranser som krevde utholdenhet. I 1925 uttalte Landsforbundet for Idrett at barn under 16 år ikke skulle konkurrere internasjonalt. Dette var året etter at 11 år gamle Sonja Henie representerte Norge i kunstløp i vinter OL i Chamonix. Dette er eksempel på forsøk på å beskytte sårbare barn fra idrettens krav – begrunnet med barnets beste (Solenes, 2009).

Ifølge Solenes er det i 1937 at ordet *barneidrett* introduseres – som et alternativ til skoleidrett. Dette varsler at et felt avgrenses av ulike diskurser og ulike posisjoner. De to store idrettsforbundene, Arbeiderenes Idrettsforbund [AIF] og det borgerlige Landsforbundet for Idrett, hadde noe ulik tilnærming. Det er i AIF sitt rundskriv til alle arbeideridrettslag og -kretser, «Ad barneidretten» at nye retningslinjer for den frivillige barneidretten blir skissert.

«Teksten plasserte barna som del av den frivillige idretten, den teikna opp barnekroppen etter vitskapelege måltall og den ansvarleggjorde den frivillige idretten som ein viktig samfunnsinstitusjon» (Solenes, 2010, s. 52).

Landsforbundet for idrett var skeptisk til å ta med barn i den frivillige organiserte idretten – og mente at barnas idrettsaktivitet hørte hjemme i skolen, som del av skoleidretten.

Etter samlingen av de to idrettsforbundene i et felles Norges idrettsforbund i 1946 er det ifølge Solenes lite igjen av skepsisen (2010, s. 55). Like fullt var det uenigheter om *hvordan* barneidretten burde være, hva som var riktig og legitim idrett for barn, og hvem som burde ha innflytelse over organiseringen av idrett for barn. Solenes beskriver to sentrale diskurser¹, en medisinsk diskurs og en demokratisk diskurs.

Den medisinske diskursen, som Solenes også kaller en sosialhygienisk diskurs, var i mellomkrigstida inspirert av ny kunnskap innen medisin, bakteriologi og sykdomslære. Idrett og fysisk aktivitet ble sett på som viktig for å fremme folkehelse – sammen med godt kosthold, rent vann, lys, luft og renslighet: «Idrett var ein del av å bringe sunnheit til folket» (2010, s. 56). Dette innebar ifølge Solenes at «legitimiteten til idretten hadde flytta seg frå ein millitær dannelsesdiskurs til ein medisinsk diskurs» (2010, s. 56). Leger ble viktige i denne sammenhengen. De framhevet både helsegevinsten ved idretten og farene ved overdreven idrett. Begge deler var viktig når det gjaldt barns idrettsdeltakelse: Barns inntog i idretten måtte skje under forhold som tok hensyn til «det sårbare, det uferdige og det vaksande barnet» (2010, s. 60). At for stor belastning på hjerte og kretsløp kunne være fatalt for en sårbar kropp i vekst var gjeldende medisinsk kunnskap. Hvis barn ble beskyttet mot store belastninger, kunne en realisere idretten som helsebringende.

Fra 1950-årene viser Solenes til en forskyving i diskursene om barna og idretten – fra det medisinske og helseorienterte mot andre kvaliteter ved idrettsdeltakelsen. Solenes snakker om en *demokratisk diskurs* og viser til hvordan både leger i Statens Ungdoms og Idrettskontor [STUI] og i Norges Idrettsforbund ble opptatt av hvordan barn gjennom idrett «førebudde seg til voksenalivet ved å øve dugleiker og kvaliteter som mot, uthald, spenst, motstandsevne og konsentrasjon» (Solenes, 2010, s. 60).

I NIF sine *Retningslinjer for barne- og ungdomsidretten* fra 1951 heter det:

¹ Solenes er inspirert av Foucault og formulerer seg slik: «Frå 1937 kan vi derfor etter mitt syn snakke om at barneidrett på mange vis var etablert som eit diskursivt felt der viten, vitensmakt, praksisar og teknologiar vart forma og omforma» (Solenes 2010, s.55)

«gjennom idrettsleik og konkurranser lærer de unge seg til å underordne seg lover og regler, og gjennom felles arbeid i idrettslaget lærer de seg samarbeidets verdi og å vise respekt for andre. Dette er av uvurderlig betydning for ungdommens innstilling til en demokratisk samfunnsordning» (NIF 1951, Gjengitt av Solenes 2010, s. 60).

Utover 1960-tallet ble motstanden mot konkurranser begrunnet i den medisinske diskursen mindre (Solenes, 2010, s. 65). Ny medisinsk kunnskap gjorde at en ikke var like redd for at fysisk belastning skulle forstyrre barns vekst og utvikling. Viljen til å la barn konkurrere ble større utover på 1960-tallet. Solenes nevner at dette kan omtales som en *sportifisert diskurs* om barneidretten. Og antallet barn i norsk idrett økte sterkt i løpet av 1960-tallet. I 1945 var 22 prosent av medlemmene i NIF under 17 år. 20 år senere, i 1965, var andelen økt til 45 prosent (Tønneson 1986). Selv om den medisinske diskursen var endret og en ikke lenger var bekymret for trening og konkurranser i vekstperioder, ble likevel det store inntoget av barn i idretten sett på med bekymring. Bekymringen var koblet sammen med en voksende idrettskritikk. En utredning fra *Rådet for idrettsvitenskapelig forskning* i NIF i 1975 mente at barneidretten burde reguleres bedre enn den var på dette tidspunktet. Begrunnelsen lå i den store tilstrømmingen av barn til idretten og «ei erkjennning av at barnet var eit unikt individ og ikkje berre ei lita utgåve av den vaksne kroppen» (Solenes, 2010, s.66). De første retningslinjene for barneidrett ble introdusert i 1976.

2.2 Reguleringer av barneidretten og barnerettigheter

Retningslinjer for barneidrett ble vedtatt i 1976 som et svar på den store økningen i antall barn i idrettslagene og nye tanker om barndom og barneidrett: Barneidrett skulle ha verdi i seg selv, og ikke først og fremst være forberedelse til prestasjoner som voksen. Det som ble sett på som mest kontroversielt i retningslinjene var ambisjonen om å skjerme barna mot

tidlig spesialisering (Skirstad 2011). Retningslinjene var ikke bestemmelser som måtte følges. Og de var ment å gjelde for alle til og med 15 år. De første *Bestemmelsene om barneidrett* ble vedtatt i 1987 og foreskriver at idrettsaktiviteter for barn skal være tilpasset barns utviklingsnivå.

Konkurransen er beskrevet som viktig også i barneidretten. Bestemmelsene handlet mye om at konkurranser skal foregå tilrettelagt på annen måte enn den voksne konkurransen. Rangering av barn unngås. Målsettinga er trivsel og høy deltagelse. Allsidighet er et tema som ble løftet fram: Allsidig aktivitet skal være kjernen i barneidretten og legge grunnlaget for varig lyst til å drive med idrett. En skal unngå spesialisering i ung alder, og planlegge aktiviteten slik at den er tilpasset barnas² utvikling i de ulike aldersgruppene (Skirstad 2011).

I 2007 ble regelverket for barneidretten i Norge revidert etter en evaluering³ (NIF, 2007) – og det ble skilt mellom *Idrettens barnerettigheter*, som uttrykker verdigrunnlaget barneidretten skal bygge på, og *Bestemmelser om barneidrett*, som angir konkrete regler som skal følges. Sammen utgjør rettighetene og bestemmelsene rammene for barneidretten.

Barnerettighetene er inspirert av FNs konvensjon om barns rettigheter⁴ (Barnekonvensjonen 1989). Rettighetene legger vekt på barns rett til trygghet og trivsel i idretten, og barnets mestring framfor prestasjon. Videre inneholder rettighetene en utviklingsplan for aktiviteter på ulike alderstrinn. Trenings- og konkurranseaktiviteter skal være tilpasset barnas alder, fysiske utvikling og modenhetsnivå. Barn har rett til å velge om de vil delta i konkurranser eller ikke, hvor mange aktiviteter de vil delta i, og hvor mye de vil trene.

Bestemmelsene om barneidrett er et regelsett som skal overholdes i alle organisasjonsledd i norsk idrett. Bestemmelser er mest detaljert på konkurranseformer: Barn kan delta i konkurranser i sin egen idrettsklubb (fra fylte 6 år), i en regional setting (fra 9 år), i nasjonal eller nordisk setting (fra 11 år). Reglene sier også at barn opp til 13 år ikke kan delta i Norgesmesterskap, europamesterskap eller tilsvarende mesterskap. Alle barn skal motta premier i konkurranser

2 Fra 1990 ble skillet mellom barneidrett (til og med 12 år) og ungdomsidrett (fra 13 år) innført.

3 Evalueringen viste for øvrig at allsidighet, forbud mot helårsidretter og tidlig spesialisering er tema som ble hyppig diskutert i idrettsorganisasjonen på tidlig 2000-tall. For å fremme allsidighet var også en tidligere begrensning i barneidrettsbestemmelsene at ingen idrett skal være helårsidrett for barn under 10 år. Denne bestemmelsen er senere fjernet.

4 FNs konvensjon om barns rettigheter ble vedtatt av FN i 1989 og godkjent av Norge i 1991. Stortinget vedtok i 2023 at barnekonvensjonen skal være en del av norsk lov.

dersom det gis premier. Tabeller og rangering kan, dersom det anses hensiktsmessig, benyttes fra det året barna fyller 11 år. Bestemmelsene foreskriver også at alle idrettslag som organiserer barneidrett skal ha en ansatt eller tillitsvalgt som er ansvarlig for barneidrett⁵. Den barneidrettsansvarlige har et særlig ansvar for gode rutiner og informasjon om barns rettigheter i idretten, og for tilrettelegging av barneidrett i klubben. Brudd på *Bestemmelser om barneidrett* kan klages inn til NIF.

Idrettens barnerettigheter og barneidrettsbestemmelser har eksistert siden 2007, med noen justeringer underveis. En justering tillot konkurranse i nærmiljøet eller idrettsklubben fra 6-årsalderen, og deltakelse i regionskonkurranse fra 11-årsalderen. Likevel er den overordnede holdningen i tråd med de tidligere reguleringene. I 2019 ble idrettens barnerettigheter utvidet med et nytt punkt der det slås fast at «Alle barn har rett til å delta i idrett uavhengig av familiens økonomi eller engasjement. Barn har rett til å være i et inkluderende idrettsmiljø uten utstyrs- eller kostnadspress». Dette innebar at også barns rett til idrett ble trukket inn NIFs verdigrunnlag⁶.

Et tiltak som er ment å beskytte barn i idretten er politiattest⁷. Alle med verv i idretten med ansvar for mindreårige, og personer med kognitive utfordringer, må ha politiattest som dokumenterer plettfriandel. Den faktiske gjennomføringen og effektiviteten av dette tiltaket har blitt kritisert ved flere anledninger. En innvending er at kravet om politiattest kan gi falsk trygghet, da attesten kun garanterer at en person ikke er dømt for lovbrudd.

Selv om regulering av barneidretten utvilsomt har satt sitt preg på norsk barneidrett er barneidretten et omdiskutert tema (Strandbu, m.fl., 2021). Til tider klager representanter fra toppidretten, men vel så ofte enkelte foreldre og trenere,

på at reguleringen av barneidretten kan være et hinder i utviklingen av toppidrettsutøvere. En slik sportifisert diskurs om barneidretten (jf. Solenes, 2010) er gjerne begrunnet i behovet for at nasjonen skal hevde seg i internasjonal idrett. I tillegg kan ulike syn på hva som er best for barn også være argumenter her.

På et lokalt nivå blir ofte spenninger mellom ulike idealer og mål for barneidretten tydelig. Barna blir ofte trent av frivillige foreldre (Chroni m. fl. 2018). Og selv om de fleste særforbundene etter hvert tilbyr grunnleggende opplæring for trenere⁸, er mange trenere uten formell kompetanse. En studie av idrettsledere i Norge viste at treneres kunnskap om regler for barneidretten var synkende nedover i organisasjonen. Samtidig konkluderte studien med at verdier i barneidretten – særlig prinsippet om allsidig aktivitet og idrett på barnas premiss – er høyt ansett på alle nivå i NIF (Ingebrigtsen & Sæther, 2006).

Selv om det finnes holdningskampanjer og anbefalinger i flere land for å fremme en inkluderende barneidrett er den norske reguleringen av barneidretten i en særstilling internasjonalt, med sine konkrete bestemmelser om treningstilbud, konkurranseform og rangeringer (Stockel, m.fl., 2010). Likevel finnes det ut fra det vi har kjennskap til ingen undersøkelser om hvordan regelverket praktiseres i den lokale barneidretten.

2.3 Barneidrettens begrunnelser i dag

Idrettstilbud for barn begrunnes med flere forhold – både fra statlig hold, fra idretten selv, og av barn som driver med idrett og deres foreldre. Vi har forsøkt å sammenfatte noen hovedpunkter som dekker begrunnelser og legitimering av idrettstilbud for

5 Barneidrettsansvarlig (idrettsforbundet.no).

6 En skiller gjerne mellom tre hovedformer for barnerettigheter; protection, participation and provision. Overført til idretten kan en si at: Protection handler om å beskytte barn fra vold, overgrep, og andre negative opplevelser i idrett. Participation handler om barnas rett til å ytre seg, rett på informasjon, samt rett til innflytelse. Provision handler om tilgang til idrett, at klubbene arrangerer aktiviteter som er tilrettelagt og tilpasset barns utvikling, samt er tilgjengelig uavhengig av barnas sosioøkonomiske bakgrunn, kjønn, etnisitet, og lignende.

7 Politiattest (idrettsforbundet.no).

8 Noen særforbund krever også trenerlisens for barnetrenerne.

barn. Vi har trukket på dokumenter fra Kulturdepartementet som uttrykk for statens politikk⁹ og dokumenter fra NIF¹⁰. Videre har vi trukket på egen og andres forskning, blant annet intervjuer med foreldre og med ungdommer. Helst ville vi hatt synspunkter fra barn, men som vi kommer til i neste kapittel finnes det svært lite forskning om barns opplevelser i og syn på hvordan idretten bør være.

De fem hovedbegrunnelsene vi har kommet fram til for barns deltakelse i organisert idrett er at idrettsaktiviteten 1) har egenverdi som noe morsomt og utfordrende å drive med, 2) er dannende og karakterdannende 3) styrker helse og velvære, 4) fremmer inkludering og integrasjon og 5) sikrer rekruttering av eliteutøvere. Innbakt i flere av disse begrunnelsene ligger forventninger om hvilket utbytte barn og unge kan ha av idrettsaktiviteter – både her og nå og framover inn i voksen alder.

Idrettens egenverdi

De fleste barn og unge driver med idrett fordi det er morsomt (Seippel, 2017; Espedalen & Seippel, 2023). Barn og ungdom skiller seg fra den voksne befolkningen, ved at de oftere oppgir at de trener fordi det er gøy (Breivik & Vaagbø, 1998). Når idrettsaktive ungdommer skal forklare *hvorfor* det er morsomt å drive med idrett, er det mestring, spenning, konkurranse, vennskap og samvær med andre som framheves (Strandbu, Stefansen & Wiig 2017, Espedalen & Seippel 2023). For ungdommer er idrettens egenverdi viktigere enn alle mulige nytteverdier en ofte tillegger idretten (Strandbu, Stefansen & Wiig 2017). Hvordan dette er for barn er så langt ikke kartlagt.

Idrettens egenverdi er også framme i statens idrettspolitik i den forstand at det å drive med idrett presenteres som et velferdsgode som skal være tilgjengelig for de som vil delta. Den omfattende statlige støtten til idretten er både begrunnet med at det å drive med idrett er et velferdsgode og med ringvirkninger idrettsdeltakelsen kan ha – på kort og lang sikt.

Danning og karakterdanning

Idrettsaktiviteter fremheves ofte som dannende og karakterdannende (Ommundsen og Roberts 2003). I tillegg til motoriske ferdigheter, er moralske verdier som rettferdighet - fair play - pekt på som mulige utbytter av idrettsdeltakelse. Andre påståtte utbytter av idrettsaktiviteter er å lære "tap og vinn med samme sinn", å håndtere opphetede situasjoner, og konsentrasjon om arbeidsoppgaver. Mestring er et stikkord som ofte nevnes: Idrettserfaringer gir mestringsfølelse som kan ha betydning for selvfølelse (Ommundsen 2008). Foreldre trekker gjerne fram dette som viktige utbytter barna har i idretten (Stefansen, m.fl., 2016). Foreldre er langt mer opptatt av disse andre dannende erfaringene i idretten enn ungdom som deltar (Strandbu, Stefansen & Wiig 2017).

Fra NIF og fra statlig hold i dag er det relativt lite snakk om idrettens dannende betydning. Solenes beskriver hvordan både Statens Ungdoms og Idrettskontor [STUI] og Norges Idrettsforbund i den tidlige etterkrigstida var opptatt av hvordan ungdommer gjennom idrett «førebudde seg til voksenlivet ved å øve dugleiker og kvaliteter som mot, uthald, spenst, motstandsevne og konsentrasjon» (Solenes, 2010, s. 60). Slike synspunkter er ikke like klart uttrykt i idrettsorganisasjonen eller fra statlig hold i dag.

Helse og velvære

Foreldre trekker gjerne fram helse som begrunnelse for at de vil at barna skal drive med idrett. Foreldrene er både opptatt av helse her og nå – at idretten er et alternativ til mye stillesitting foran skjerm som mange foreldre bekymrer seg over. Foreldre er også opptatt av å etablere gode helsevaner for barna – helsevaner som kan følge dem senere i livet også (Stefansen, m.fl., 2016; Espedalen et. al 2022). Dette samsvarer med argumenter fra NIF og fra statlig hold om at

⁹ Statens begrunnelser for økonomisk støtte til barneidretten finner vi i Stortingsmeldinger (Kulturdepartementet 2011/2012) og andre styringsdokumenter (Kulturdepartementet 2021).

¹⁰ Norges idrettsforbunds syn på barneidretten kan vi lese ut Idrettens barnerettigheter og bestemmelser. Og i tillegg av søknader om spillemidler – og andre dokumenter som for eksempel Idretten Vil – Langtidsplan for norsk idrett 2023 – 2027 og NIFs nettsider om barneidretten.

«(...) fysisk aktivitet i barne- og ungdomsårene vil kunne ha stor betydning for helsen, både i oppveksten og senere i livet» (Strømme, 2000). Betydningen av fysisk aktivitet for helsen er uttrykt i Regjeringens handlingsplan *Sammen om aktive liv* (Helse og omsorgsdepartementet, 2020), i anbefalinger fra Helsedirektoratet (2022) og i siste stortingsmelding om idrett: «Ved å inkludere så mange som mulig i barne- og ungdomsidretten er det et mål å skape livslang glede av å drive idrett og fysisk aktivitet» (Kulturdepartementet, 2012:13). I takt med økende bekymring for at barn og ungdom er for lite fysisk aktiv i hverdagen (Steene-Johannessen, m.fl., 2019), har idrettslagene som aktivitetsarena fått økt oppmerksomhet. Helseargumentene handler både om helse og velvære her og nå, og om fysisk aktivitetsnivå senere i livet: Longitudinelle studier tilsier også, med noen unntak (Engström, 1999), at de som driver med organisert idrett i barne- og ungdomsår, og særlig de som er lenge med, er litt mer fysisk aktive som voksne (Telema, 2005, 2006). Men disse sammenhengene er altså langt svakere enn det en ofte antar at de er (Se Seippel et. al. 2012).

Inkludering og integrasjon

For foreldre er inkludering i jevnalderfelleskap en svært viktig begrunnelse for å introdusere barna for idrett. Foreldre forteller at det å sikre at barna får venner og er sammen med andre barn, er en svært viktig grunn til at de vil at barna skal drive med idrett (Stefansen m.fl., 2016a, 2016b; Espedalen m.fl., 2021). Tilsvarende forteller idrettsaktive ungdommer i intervjuundersøkelser at idretten er en arena der de er sammen med venner og får nye venner. De forteller også at idretten gir en trygg plass i jevnalderfellesskapet. Siden idretten har en så sterk posisjon i ungdomskulturen blir de som er idrettsaktive de vanlige, de upåfallende (Strandbu, m.fl., 2017).

Diskusjon av idrettens betydning for inkludering løftes også gjerne opp på samfunnsnivå. Som del av sivilsamfunnet har idrettslagene sosial integrasjon som en av sine viktigste legitimeringsgrunner (Lorentzen, 2007). Gjennom NIFs historie har integrasjon vært en viktig legitimeringsgrunn (Tønnesson, 1986). Idretten tillegges betydning for den samfunnsmessige integrasjonen ved å være en arena der folk fra ulike samfunnslag

kan møtes på like fot. Idretten ha en brobyggende («bridging») funksjon ved at barn og foreldre blir kjent på tvers av sosiale skillelinjer, og ved at etablerte relasjoner styrkes (“bonding”) (Putnam 2000). Argumentet om idrettens integrasjonspotensiale trekkes ofte fram i forbindelse med integrering av innvandrere og deres barn. Men også for majoritetsbefolkningen fremheves deltakelse i idrettslag som kilde til lokal tilhørighet, trening i demokratisk medbestemmelse, og innfallsport til større samfunnsmessig engasjement og forankring (Seippel, 2006).

Rekruttere toppidrettsutøvere

En intervjuundersøkelse med 13-åringer viser at for mange av dem, særlig gutter, (Eriksen 2021), handler det å drive med idrett om «å satse» – om å bli så god som mulig. I denne alderen er drømmen for mange å kunne bli toppidrettsutøvere. Undersøkelser av ungdom viser et stort spenn, for noen handler idretten om denne drømmen, men for de fleste om det å ha det gøy og trives (Espedalen & Seippel 2023). I intervjuer med foreldre er det svært få som uttrykker at det å få fram toppidrettsutøvere er det som driver dem til å støtte egne barns idrettsliv og jobbe frivillig. Fascinasjonen over de som oppfattes som talenter tidlig er samtidig utbredt (Ommundsen 2011). Konkurransetidrettens behov for nye talenter opptar mange dedikerte idrettstilskuere. Frambringning av nye toppidrettsutøvere er en uttalt målsetting for den statlige idrettspolitikken og NIF. I NIFs langtidsplan er dette formulert slik: «Toppidrettens suksess hviler på en sunn og god barne- og ungdomsidrett – en attraktiv og variert idrett der fellesskap og samarbeid er et konkurransefortrinn» (NIF, 2023, s. 12). Om behovet for nye toppidrettsutøvere skal legge føringer på barneidretten – og i tilfelle hvordan - er det ulike syn på.

Disse fem hovedgruppene av målsettinger har varierende betydning for ulike aktører i barne- og ungdomsidretten. De er forslag som kan utdypes når vi etter hvert har mer kunnskap om barneidretten.

3. Norsk forskning om barn, trening og idrett

Her gir vi en kort oppdatert oversikt over norsk forskning om idrettens betydning i barns liv. Siden sosial ulikhet i barns treningsvaner er vårt hovedtema har vi vært mest opptatt av studier som tar opp dette.

En oversikt fra 2010 finnes i rapporten *Barns idrettsdeltakelse i Norge - Litteraturstudie av barn i idretten* (Ingebrigtsen & Aspvik, 2010). Denne oversikten inkluderer studier av barn i alderen 6-16 år. Rapporten konkluderer med at barns idrettsdeltakelse er høy i Norge, at de fleste som deltar trives i idretten. Samtidig er noen grupper av barn underrepresentert, blant annet barn med funksjonshemming. Rapportene etterlyser mer forskning om de som ikke er med i idretten. Forskerne påpeker også at det finnes få studier av barneidrettens innhold – av det som foregår i idrettsaktivitetene.

Vår gjennomgang er avgrenset til undersøkelser som er publisert etter 2010. Undersøkelsene må handle om barn opp til og med 12 år, og deres treningsvaner og idrettsdeltakelse, og være publisert som rapporter fra forskningsinstitutter eller som vitenskapelige artikler. Vi har ikke tatt med studier av friluftsliv. Gurholt, Torp og Eriksen (2020) gir en oversikt over foreliggende friluftslivsstudier. Ettersom det finnes såpass få studier av barns idrettsdeltakelse, har vi også trukket inn noen funn fra studier av ungdom.

3.1 UngKan

UngKan er en landsrepresentativ skolebasert kartlegging av 6-, 9- og 15-åringer som gjennomføres av Norges idrettshøgskole i samarbeid med Folkehelseinstituttet (Steene- Johannessen, m.fl., 2019). Studien undersøker: 1) Fysisk aktivitet og såkalt sedat tid, altså når en sitter eller ligger og er lite fysisk aktiv, 2) Helserelatert fysisk form, 3) Statistiske sammenhenger mellom fysisk aktivitet og andre forhold i livet og 4) Hvordan fysisk aktivitet har endret seg fra 2005 til 2018. UngKan er gjennomført i tre runder: 2005-06,

2011, og 2018. 6-åringene kom med i studien først fra 2011. I UngKan3 (2018) deltok 3594 barn og unge.

Rapportene fra undersøkelsene handler om fysisk aktivitet i en folkehelsesammenheng. I folkehelsesammenheng kategoriseres fysisk aktivitet som regel etter hvor mye aktivitet (antall minutter) av ulik intensitet (sedat, lett, moderat og høy) som utføres totalt og per dag. *Sedat tid* defineres som tid hvor en er mer eller mindre i ro (sittende, liggende eller stående). *Lett intensitet* defineres som aktivitet tilsvarende å gå med lav hastighet («rusling») eller aktivitet som ikke fører til at hjerterefrekvensen øker betydelig over hvilenivå. *Moderat intensitet* tilsvarer aktiviteter med betydelig økt hjerterefrekvens, for eksempel rask gange. *Hard intensitet* defineres som aktivitet med vesentlig økning av puls/hjerterefrekvens, f.eks. jogging, løping, ballspill eller ulike former for intens lek.

De gjeldene norske anbefalingene for fysisk aktivitet sier at barn og ungdom bør være i moderat-til-hard fysisk aktivitet minst 60 minutter daglig (Helsedirektoratet, 2022). I UngKan-studien regnes anbefalingen som oppnådd dersom deltakerne gjennomførte i gjennomsnitt minst 60 minutter fysisk aktivitet av moderat eller høyere intensitet per dag målt med akselerometer. Et akselerometer er et måleapparat som plasseres på deltakernes høyre hofta for å registrere fysisk aktivitetsnivå i åtte påfølgende dager. Aktiviteter om natten og i vann er ikke registrert.

Studien viser at mye av dagen benyttes til å sitte i ro eller til å være i aktivitet med lav intensitet. En 6-åring er stillesittende, stillestående eller liggende (såkalt sedat) i om lag 6,5 timer per dag, en 15-åring i om lag 9 timer per dag. Både gutter og jenter i alle aldersgrupper er mer moderat-til-hard fysisk aktiv i ukedager enn i helgedager.

Studien viser også at aktivitetsnivået synker fra 6-årsalderen og til 15-årsalderen. Aktivitetsnivået til 6-åringene er henholdsvis 20 og 53 prosent høyere enn aktivitetsnivået til 9- og 15-åringene. Blant 6-åringene tilfredsstillt 87 prosent av jentene og 94 prosent av guttene anbefalingen om minst 60 minutter fysisk aktivitet av moderat-til-hard intensitet per dag.

Studien viser at gutter i gjennomsnitt har høyere aktivitetsnivå enn jenter i alle aldersgrupper. Kjønnsforskjellen øker fra rundt 10 prosent i de to yngste aldersgruppene til 15 prosent blant 15-åringene. Blant 9-åringene tilfredsstillter 64 prosent av jentene og 81 prosent av guttene anbefalingen. I alle aldersgrupper er det flere gutter enn jenter som tilfredsstillter anbefalingen for fysisk aktivitet. Studien finner ingen forskjeller mellom barn fra familier med høy eller lav sosioøkonomisk status (Steene-Johannessen, m.fl., 2019, s. 37). Dette gjelder både for 6-, 9-, og 15-åringene. Forskerne understøtter at usikkerhet og manglende informasjon på målet for sosial status gjør at dette er et usikkert funn.

Sammenlikninger av UngKan-studiene viste at aktivitetsnivået blant barn og unge har vært stabilt i perioden fra 2005 til 2018. Det er små endringer i andelen som ikke oppfyller anbefalingene. Unntaket er at andelen 9-årige gutter som ikke tilfredsstillter anbefalingen har økt med 6 prosentpoeng fra 2005 til 2018. Konklusjonen i studien er at aktivitetsnivået blant barn og unge har stort sett vært nokså stabilt i perioden fra 2005 til 2018 (Steene-Johannessen, m.fl., 2019).

3.2 Barn og unges friluftsliv og fysiske aktivitet (SSB)

Statistisk sentralbyrå (SSB) gjennomfører jevnlig undersøkelser av fysisk aktivitet og friluftslivsaktiviteter til barn og unge. Den siste undersøkelsen er fra 2020. 7500 barn i alderen 6-15 år fikk tilsendt undersøkelsen via foresattes e-post. Svarprosenten er 71. Rapporteringene fra undersøkelsen er foreløpig sparsommelig og i de fleste tilfellene for aldersgruppa 6-15 år samlet. Noen funn er relevante for oss: En rapportering fra undersøkelsen viser at 84 prosent av barn i alderen 6-15 år leker ute i nærheten av der de bor flere ganger i uka (Dalen & Oppøyen, 2023). Flere av de yngste barna leker ute: 93 prosent av 6-10 åringene, mot 75 prosent av 11-15-åringene leker ute i nærheten av der de bor minst to ganger i uka. Undersøkelsen viser altså at det å leke ute fremdeles er en del av barns oppvekst.

Statistisk sentralbyrå har gjennomført levekårsundersøkelser siden 1973, som dekker mange levekårsområder. Friluftsliv og idrettsaktiviteter er et tema som ikke er med hvert år, men med jevne mellomrom. I den siste hovedrapporten er det ikke rapportert om barn under 16 år¹. I Levekårsundersøkelsen fra 2013 var et barneutvalg med. Tall for hele aldersgruppa 6-15 år rapporteres ofte samlet, og de omtales samlet som barn. Men noen tabeller skiller mellom aldersgrupper: i studien fra 2013 trente 14 prosent av 6-8-åringene 3 ganger i uka eller mer, mens det samme gjaldt for 43 prosent av 9-12-åringene og 55 prosent av 13-15-åringene (Vaage, 2015, s. 16). Det er altså i denne studien økning i andelen som trener relativt hyppig i aldersgruppa som er studert. Når det gjelder å delta på trening eller ikke, er det ikke så stor forskjell mellom 9-12-åringene og 13-15-åringene. Det er de yngste (6-8-åringene) som skiller seg ut ved at færre trener på fritida. Studien viser også at det blant de yngste barna (6-8 år) er like stor andel gutter og jenter som trener, men noen flere gutter trener mye. Kjønnsforskjellene øker noe med alderen. Foreldrenes inntekt har også betydning for hvor ofte barn trener i denne studien. Med en firedeling av foreldreinntektstypene er det 46 prosent av de som høyest inntekt som trener 3-4 ganger i uka, mot 31 prosent i gruppa med lavest familieinntekt. Rapporten viser også at barn deltok like ofte på friluftsliv- og idrettsaktiviteter i 2013 som i tilsvarende undersøkelser fra 2004 og 2007 (Vaage, 2015).

3.3 Hevas – Helsevaner i barne og ungdomsbefolkningen

HEVAS er den norske delen av Verdens helseorganisasjon sin kartleggingsstudie av barn og unges helsevaner – blant annet fysisk aktivitet. I Norge er det HEMIL-senteret ved Universitetet i Bergen som gjennomfører denne undersøkelsen. Rapporten fra den norske delen av undersøkelsen bygger på selvrapporterte data fra skoleelever fra 6., 8., og 10. klassetrinn og regnes som landsrepresentativ. Den siste undersøkelsen ble gjennomført i 2017/2018. Elevene besvarte et spørreskjema på skolen om fysisk

1 <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/idrett-og-friluftsliv/statistikk/idrett-og-friluftsliv-levekarsundersokelsen>

aktivitet, matvaner, og andre helserelaterte vaner. Også denne studien viser at gutter er noe mer fysisk aktiv enn jenter – i alle de tre aldersgruppene. Studien konkluderer også med at det er en tydelig sosioøkonomisk gradient i fysisk aktivitet. Barn fra familier med høy status er mer fysisk aktive. Aktivitetsnivået blir lavere fra 11-årsalderen til 16–17-årsalderen, og stillesittende aktiviteter tar mer tid oppover i ungdomsårene. Den siste rapporten fra undersøkelsen inneholder en sammenligning av resultatene fra undersøkelsene i 1985, 1989, 1993, 1997 og 2001. Konklusjonen er at selv om stillesittende aktiviteter foran TV, datamaskin eller spillkonsoller tar mye mer tid i 2020 enn tidligere, har det vært små endringer i barns selvrapporterte fysiske aktivitet over tid (Haug m.fl., 2020).

3.4 Evaluering av Oslo idrettskrets satsing «Idrett for alle i Oslo»

NOVA gjennomfører, i samarbeid med Norges idrettshøgskole, en følgeevaluering av Oslo idrettskrets sitt arbeid med «Idrett for alle i Oslo» (2018-2024). Evalueringen skal frambringe kunnskap om barrierer for idrettsdeltakelse og sosiale forskjeller i Osloidretten og studere virkninger av idretts-satsingen.

Den første kartleggingsrapporten fra prosjektet er basert på intervjuer med ledere i idrettslag, samt analyser av Ung i Oslo undersøkelsen som omhandler tenåringer (Solstad & Bakken, 2020). Den andre rapporten (Solstad, Sandvik & Sletten, 2022) handler også om barn, og er derfor mer aktuell for oss. For å forstå endringsprosesser i organisert idrett gjennom barne- og ungdomsårene, er forskere inspirerte av sosiologisk teori om eskalering (Rosa, 2005): Organisert barne- og ungdomsidrett beskrives som et eskalerende system; idretten blir *mer* med alderen – mer tids- og ressurskrevende, mer alvorlig og mer orientert mot sportslig fremgang. Dette beskrives som en systemnorm som trener og konkurranser i barne- og ungdomsidretten organiseres i samsvar med. Normen opprettholdes ifølge forskerne av strukturelle forhold (som

konkurransesystemene) og kulturelle forventninger (Solstad et. al 2022).

Særlig relevant for barneidretten er beskrivelsen av tre sosialiseringprosesser som forskerne, i sitt feltarbeid i flere klubber i Oslo, observerte i oppstarten av barneidretten og i en litt annen form og intensitet i overgangen til ungdomsidretten. De tre prosessene er sosialisering til å være opptatt av ferdighetsforbedring, til fremtidsorientert idrettsalvor, og inn i idretts sosiale fellesskap. De tre prosessene forstås som drivere for at organiserte idrettsaktiviteter med alderen kan eskalere, «lukke seg» for nye deltakere, og bli arenaer som passer best for de med ferdigheter, tid, ressurser og «riktig» innstilling til idretten. I oppstarten av barneidretten stilte aktivitetene få krav til barna (og foreldrene), og det var rom for å trives på ulike måter.

Rapporten beskriver også inkluderingsutfordringer i barne- og ungdomsidretten, og hvordan idrettslag tilnærmer seg disse. Det handler både om klubbens ordinære praksis, og mer målrettede inkluderings tiltak. For de yngste barna, var hovedmålet for klubbene å rekruttere bredt i nærmiljøet gjennom bred kommunikasjon ut og tilgjengelig informasjon på ulike språk der det var nødvendig. Klubbene ønsket å senke barrierer som ikke direkte har å gjøre med aktiviteten: som barrierer tilknyttet kostnader og tilgang til betalingsstøtteordninger. For å få med de som ikke startet like tidlig som andre, hadde noen idrettslag aktiviteter i tillegg til de ordinære idrettsløpene.

Studien trekker også på Ung i Oslo 2021, deriblant Junior-delen, som er Oslo-delen av Ungdata Junior. Barn i 5. –7. klasse i Oslo har besvart Ungdata Junior-undersøkelsen, og i tillegg til informasjon om kjønn og sosioøkonomisk status er det også spurt om barna har innvandrerforeldre i dette materialet. Rapporten gir derfor inntak til analyser av alle de tre ulikhetsdimensjonen vi er opptatt av. Rapporten viser at litt over halvparten av de aktive trener tre dager i uka eller mer, og dette kan inkludere både organisert og ikke-organisert aktivitet. Gutter trener mer enn jenter. Kjønnsforskjellen er særlig tydelig når det gjelder å trene mye. På mellomtrinnet trener 26 prosent av guttene mot 14 prosent av jentene fem dager i uka eller mer (både organisert og selv-organisert aktivitet regne med her).

Sosiale forskjeller i deltakelse viser seg også i dette materialet. Forskerne deler inn barna i tre grupper, med lav, middels og høy sosioøkonomisk status. Rapporteringen av hvordan dette henger sammen med treningsvaner er presentert separat for barna med innvandrerforeldre, og barna med to foreldre født i Norge. Blant barna med to foreldre født i Norge var 81 prosent av de med mange sosioøkonomiske ressurser i familien med på idrett som fast fritidsaktivitet, mot 61 prosent i gruppa med færrest sosioøkonomiske ressurser. Tilsvarende tall for barna med to utenlandsfødte foreldre var 64 og 42 prosent. Studien viser altså at sosioøkonomiske ressurser har betydning både blant minoritets- og majoritetsbarn. Og samtidig viser studien at idrettsdeltakelsen er høyere blant majoritetsbarn enn blant minoritetsbarn. Idrettsdeltakelsen varierer også tydelig med bosted i byen. Jevnt over er idrettsdeltakelsen høyere i bydeler med velstående befolkning enn i bydeler preget av sosioøkonomiske utfordringer.

Denne studien er en av få studier som i tillegg til analysene av Ungdata Junior fra Oslo tar for seg det som foregår i barneidretten gjennom intervju og observasjon.

3.5 Barn og idrett i norsk idrettspsykologisk forskning

Flere norske idrettspsykologer har forsket på barn og idrett, publisert dels i form av forskningsartikler som har oppsummert norsk og internasjonal forskning på feltet og som har hatt stor innflytelse på norsk idrett, dels er det forskningsartikler med data fra norsk idrett. Fire områder trekkes fram; allsidighet/tidlig spesialisering, idrett og psykososial helse og idrett, ulike lærings- og motivasjonsklima i idretten og moralutvikling/danning.

Allsidighet, tidlig spesialisering og talentidentifisering

Allsidighet og tidlig spesialisering har vært omdiskuterte tema i barneidretten. Artikkelen *Spesialisere tidlig og plukke*

talenter – er det så lurt? tar som tittelen sier opp disse to temaene (Ommundsen 2011). Ommundsen gjennomgår sentrale forskningsbidrag på feltet og drøfter om det er belegg i forskning for å hevde at tidlig spesialisering er en betingelse for å bli god, og om det å identifisere og utvikle unge utøvere tidlig er viktig for god prestasjonsutvikling. Begge disse oppfatningene er helt klart utbredt blant mange med interesse for idrett.

Spesialisering handler om å konsentrere seg tidlig om en idrett – til forskjell fra for eksempel å veksle mellom idretter etter sesonger. Ommundsen viser til studier av den kanadiske forskeren Jean Côté og hans kollegaer om betydningen av allsidighet og spesialisering for idrettsutvikling². Côté skiller mellom på den ene siden *bevisst, lekpreget idrett* (deliberate play) som er allsidig, med rom for innfall og endring, oppleves som meningsfull her og nå og som er lite preget av voksnes styring. Løkkefotball nevnes som eksempel. *Bevisst, målrettet trening* (deliberate practice) er derimot planlagt på forhånd, ikke nødvendigvis preget av umiddelbar glede og der formålet er framtidige prestasjoner. Côté og kollegaer beskriver hvordan balansen mellom disse to treningsformene bør være på ulike utviklingstrinn for å sikre både prestasjonsutvikling og motivasjon. *Sanker/allsidighetsfasen* (7-12 år) bør domineres av bevisst, lekpreget idrett. En begynnende *spesialiseringssfase* (13-15 år) bør inneholde bevisst, lekpreget idrett sammen med målrettet trening, mens *investeringssfasen* (16+) domineres av målrettet trening. Ommundsen oppsummerer at flere studier viser at de som har nådd elitenivå i sin idrett har en treningshistorie preget av mer allsidighet tidlig i løpet enn de som ikke har nådd langt. Dette er et argument for allsidig trening blant barn. Ommundsen viser til at allsidigheten begrunnes med at allsidige idrettserfaringer har motoriske og taktiske overføringer til enkeltidretter en senere spesialisering i. En norsk studie av toppidrettsutøvere som ofte refereres - *Hvordan de beste ble best?* (Gilberg og Breivik (1999) - viser at toppidrettsutøvere har en variert bakgrunn med ulike typer trening og at de spesialiserte seg i sin idrett relativt seint. Ommundsen konkluderer:

«det står fast at en sterk «sankerfase» med allsidighetsprofil har stor plass i aktivitetshistorien i 9-14-årsalderen blant dem som senere blir gode, og involvering i flere idretter og tid brukt på lekpreget spill og idrett i tidlig alder er viktig for motivasjon

2 Se Cote & Vierimaa (2014).

for videre deltakelse og som middel til å forebygge frafall» (Ommundsen 2011, s. 58)

Prinsippet om allsidighet i barneidretten har stått sterkt i idrettsorganisasjonen (Solenes 2009). Barneidrettsbestemmelsene hadde tidligere med et punkt om at ingen idretter skulle være helårsidretter – nettopp for å hindre tidlig spesialisering. Ifølge Skirstads gjennomgang av avisdebatter, og inntrykk fra diskusjoner på idrettstingene har punktet om allsidighet eller tidlig spesialisering, sammen med reguleringen av konkurranser vært det mest omdiskuterte punktene i barneidrettsbestemmelsene (Skirstad 2011).

Tidlig talentidentifikasjon er et annet omdiskutert tema med berøringspunkter til diskusjoner om tidlig spesialisering. Ommundsen 2011 foreslår et skille mellom et *snevert talentbegrep* som forstår talent nærmest synonymt med prestasjonsnivå i ung alder, gjerne som noe medfødt, og på den andre siden et *utvidet talentbegrep* der talent forstås som et potensial og mulighet til å utvikle ferdigheter. Uansett er konklusjonen at forskningen viser at det er svært vanskelig å identifisere talenter tidlig, og at forsøkene på å identifisere talenter tidlig har mange negative ringvirkninger.

Både tidlig talentidentifikasjon og betydningen av tidlig spesialisering er tema der folkemeningen ofte kan være i strid med det som er vist av forskere. Samtidig har denne forskningen, og formidlingen av den trolig hatt stor betydning for NIFs politikk på feltet.

Psykososial helse og idrett

Er den organiserte idretten en god arena til fremme psykososial helse blant barn? Ommundsen (2008) tar opp dette spørsmålet i en artikkel som gjennomgår foreliggende forskning på temaet. Konklusjonen er at fysisk aktivitet og idrett har et stort psykososialt helsepotensial. Men for at dette potensialet skal realiseres må aktiviteten oppleves meningsfull, de unge må trives, føle seg inkludert og få utvikle seg fysisk, motorisk, emosjonelt og sosialt gjennom aktiviteten. Det kreves en

miljømessig tilrettelegging og tilpasning i samsvar med barn og unges forutsetninger, ønsker og behov. Litteraturgjennomgangen viser at fritidsaktiviteter med fysisk utfoldelse, som lek, spill og sport, har betydning for barns og unges psykososiale helse og tilpasning. Barn og unge som er aktive i fysisk lek, spill og sport er mer motivert, har høyere konsentrasjonsnivå og opplever mer glede i slik aktivitet enn i andre dagliglivsaktiviteter. De rapporterer også mer følelse av frihet og harmoni i lek, spill og sport. Litteraturgjennomgangen viser også at idrett og fysisk aktivitet er viktig for sosial utvikling, vennskapsdannelse og kan styrke selvtillit. Evne til å håndtere psykologiske og fysiske utfordringer, stimulering av psykisk overskudd, gode humørtilstander, samt forebyggende effekt på depresjon og angstlidelser er mulige psykiske effekter av fysisk aktivitet og idrettsdeltakelse. Men for at disse positive utfallene skal realiseres, kreves altså en tilrettelegging av miljø og motivasjonsklima i treningsfellesskapet.

Ommundsen, Løndal og Loland (2014) konkluderer på tilsvarende vis i sin litteraturgjennomgang: En forutsetning for at idrettsdeltakelse skal føre til mental/psykologisk velvære (well-being) er at idrettsaktiviteten foregår i konstruktive treningsmiljøer, gjerne karakterisert av det som kalles mestringsorienterte treningsfellesskap. Denne artikkelen er også en introduksjon til SDT- *Self determination theory* (selvbestemmelsesteori) som står sterkt i psykologisk forskning på barn og idrett. Teorien forutsetter at dekning av tre psykologiske behov – autonomi, kompetanse og tilhørighet – er essensielt for å oppleve velvære og integritet.

Mestringsorienterte versus prestasjonsorienterte trenings- og konkurransefellesskap

Trenerens betydning er tatt opp i flere studier. Særlig trenerens betydning for å etablere ulike motivasjonsklima. Flere norske studier av barneidrett (og ungdomsidrett) har undersøkt betydningen av motivasjonsklima i idretten (blant andre Gjesdal et. al 2017 & 2018). Spenningen går mellom *prestasjonsorienterte motivasjonsklima*, der det å vinne (for enhver pris), rangere og måle seg med andre på den ene siden, og *mestringsorienterte motivasjonsklima* på den andre siden, der det handler mer om

å forbedre egne ferdigheter, oppleve mestring og felleskap med de andre på trening. Begrepene er hentet fra den såkalte AGT – *Achievement goal theory*. Motivasjonsklima skapes ifølge forskerne i denne teoritradisjonen i stor grad av hva trenerne formidler som viktig, noe som blant annet Gjesdal og kollegaer (2018) har undersøkt i den omfattende PAPA-studien av 10-15-årige³ fotballspillere.

Moral og idrett

Motivasjonsklima er også trukket inn i diskusjoner av idrettens potensiale for moralsk oppdragelse i form av respekt for motspillere. Idrettsdeltakelse knyttes ofte til psykososial og moralsk utvikling. Det hevdes at idretten utvikler sosial perspektivtaking, respekt for andre og moralsk utvikling. Den motsatte oppfatningen har også sine talspersoner: En bekymring for at idretten ville ha en forrående innflytelse på barn finnes det flere historiske eksempler på (se Solenes 2009). Ommundsen og Roberts (2003) undersøkte hvilke psykologiske betingelser som må være til stede for moralsk utvikling gjennom idrett. Metoden var å be unge fotballspillere (12 – 16 år) ta stilling til en rekke spesifikke spillituasjoner som innebærer moralske dilemmaer. Forfatterne måler også om treningsgruppene er karakterisert av mestringsorientering eller prestasjonsorientering. De konkluderer med at mestringsorienterte spillere og spillere som opplever klimaet i laget som mestringsfokuset har større respekt for regler, normer og motspillere enn prestasjonsorienterte spillere, som viser flere tegn på dårlig idrettsmoral. Tilsvarende hadde konteksten betydning: de som opplevde at de befant seg i en sterkt prestasjonsorientert kontekst viste tegn til langt mer egosentrisk moralsk orientering. Forfatterne konkluderer med at selv om konkurranseidretten i mange tilfeller inviterer til «å tenke egosentrisk og sette moralske spilleregler til side» (Ommundsen og Roberts 2003, s. 40), er det ikke nødvendigvis konkurransemomentet i seg selv som bidrar til dette, men heller spillernes målorienteringer og de miljømessige betingelsene som slår ut. Slik viser også denne studien betydningen av kontekst og miljøet – som trenerne i høy grad kan legge til rette for.

Ommundsen og medarbeidere peker også på at sterkt prestasjonsfokusede kontekster kan gi grobunn for dårligere vennskapskvalitet blant spillere i eget lag. I en norsk studie av unge fotballspillere kom det fram at særlig perfektjonistisk orienterte spillere kom i konflikt med andre på laget dersom noen gjør feil. Funnene underbygger også at en prestasjonsfokusede kontekst i eget lag bidrar til at spillere med en perfektjonistisk innstilling blir ekstra bekymret for selv å ikke prestere godt nok i kamper og under trening (Ommundsen m.fl., 2006).

Oppsummert tyder disse studiene på at deltagelse i organisert idrett kan føre med seg psykososiale helsegevinster, læring og ferdighetsutvikling. Realiseringen av flere slike gevinster er imidlertid avhengig av treningsmiljøet og gunstig psykologisk påvirkning fra gode voksne rollemodeller. Gode treningsfellesskap bidrar til å fremme psykologiske behov i form av autonomi, kompetanse og tilhørighet blant de unge – noe som idrettspsykologer beskriver som tre hjørnesteiner for fysisk og psykososialt læringsutbytte.

Studier av barneidrettsbestemmelsene og idrettens barnerettigheter

En sammenlikning av barneidretten i de skandinaviske landene fra 2010 viste at de norske reguleringene av barneidretten er i en særstilling, med sine konkrete bestemmelser om treningstilbud, konkurranseform og rangeringer (Stockel, m.fl., 2010). Også i Sverige var det reguleringer av barneidretten, men mer som retningslinjer, ikke som bestemmelser som må følges. Dette arbeidet er fulgt opp i en ny artikkel, som viser noen av de samme skilnadene mellom landene: barneidretten er tydeligere regulert i Norge enn i Sverige og Danmark. De svenske bestemmelsene følger de norske, men med noe mer utydelige sanksjoner, og i Danmark finnes ikke slike bestemmelser i de sentrale idrettsorganisasjonene (Agergard et. al 2024).

Hvordan den norske barneidrettspolitikken på feltet ble til, justeringer underveis og ulike grader av iverksetting er tema i to artikler av Berit Skirstad (Skirstad 2011, Skirstad et. al. 2012). Artiklene har et organisasjonsteoretisk utgangspunkt i såkalt implementerings- eller iverksettingsteori. Datamaterialet

3 Vi har tatt med denne studien selv om flere av deltakerne er tenåringer og altså utenfor denne rapportens avgrensning. De to artiklene som vi refererer her skiller ikke mellom spillerne i barnefotball og ungdomsfotball, men siden studien er en av få som faktisk har med barn som informanter har vi tatt den med. PAPA-studien – Promoting Adolescent Physical Activity er en internasjonal studie - de to artiklene som her refereres har data fra Norge.

er protokoller fra flere idrettsting, andre dokumenter fra NIF og observasjoner fra idrettsting. I tillegg er det gjort søk i avisdatabaser for å få innblikk i det offentlige ordskifte om barneidretten. Etableringen av retningslinjene i 1976 var ifølge Skirstad en sentralisert beslutning der de som skulle gjennomføre tiltakene (idrettslagene) ikke var hørt på forhånd, og der idrettspolitikere som tok beslutningene ikke hadde lagt spesiell vekt på overføringen fra sentralløddet til idrettslagene, altså hadde få strategier for iverksetting. Skirstad spør om det kanskje var viktigere «for NIF å påvirke myndighetene enn idrettslagene, slik at vedtaket kan betraktes som strategisk posisjonering eller som symbolpolitikk» (Skirstad 2011, s. 34).

Høringene før idrettstinget i 2007 viste at de fleste forbundene og idrettskretsene ikke så behov for å endre barneidrettsbestemmelsene. Skirstad tolker dette, og at bestemmelsene var nokså lite endret fra 1986 til 2007, som tegn på høy oppslutning om dem – eller at de ble sett på som lite viktige. Hun viser til Skilles (2009) undersøkelse av barneidrettsbestemmelsenes posisjon i tre idrettslag. Skille beskriver de tre idrettslagenes forhold til bestemmelsene som enten *fraværende*, som en formell relasjon med *oppfyllelse av minstekrav*, eller som *likegyldig* ved at NIFs politikk blir oversett. Denne artikkelen, som har et svært begrenset datamateriale, peker mot at bestemmelsene i liten grad blir fulgt opp. Et hovedpoeng i Skirstads arbeid er at idrettslagenes praksis er dårlig dokumentert og at en vet lite om hvordan bestemmelsene og rettighetene blir fulgt opp i idretten. Noen konflikter kommer likevel tydelig fram i avisoppslag og i diskusjoner på idrettsting og liknende sammenhenger. Det er særlig punktet om allsidighet og begrensinger på tidlig spesialisering, og reguleringen av konkurranser som har vært omdiskutert. Skirstad påpeker også at siden brudd på bestemmelsene ønskes løst gjennom informasjon og dialog med idrettslag eller særforbund (ifølge det som per 2011 var siste informasjonsbrosjyre fra NIF) kan en stille spørsmål ved hvor effektivt bestemmelsene faktisk overholdes: «Botemidlet for barneidrettspolitikken har hele tiden ligget snublende nær, nemlig mer statlig kontroll i gjennomføringsfasen. Redselen for økt konfliktnivå i organisasjonen har vært med på å skyve «problemet» (gjennomføringen av barneidrettsbestemmelsene) under teppet» (Skirstad 2011, s. 48).

Etter disse arbeidene fra mer enn ti år tilbake, er det overraskende få studier av problemstillinger knyttet til reguleringer av barneidretten. Et unntak er en liten kvalitativ studie av treneres syn på talent- og talentutvikling, som også diskuterer synet på talentutvikling i barnerettighetsperspektivet (Ellingsen og Danielsen 2017). Studien er basert på intervjuer med åtte trenere i fotball, turn, svømming og ski. På viktige områder er trenernes synspunkter i samsvar med idrettens barnerettigheter; men det er også trenere som har synspunkter som ikke er i tråd med barnerettighetene.

Ut over dette er det etter det vi kjenner til få undersøkelser av hvordan regelverket praktiseres i den lokale barneidretten. Det som finnes er holdningsundersøkelser blant idrettsledere (Ingebrigtsen & Sæther, 2006), og et representativt utvalg av voksne nordmenn (Loland og Ommundsen 1996).

3.6 Tidligere studier av sosial ulikhet og idrett

I analysene av Ungdata Junior som vi presenterer senere i denne rapporten tar vi for oss tre ulikhetsdimensjoner: kjønn, sosioøkonomiske status, og om barna har innvandrerforeldre eller ikke. Her oppsummerer vi hva vi vet fra tidligere studier om hva slags betydning slike forhold har for barns treningsvaner. Siden disse ulikhetsdimensjonen er lite studert blant barn refererer vi også kort til hva vi vet fra studier av ungdom.

Kjønn

Foreliggende studier av barns treningsvaner viser at gutter er noe mer fysisk aktive enn jenter (Haug et. al 2020; Steene-Johannessen, m.fl., 2019). Tall fra NIF viser at rekrutteringen til barneidretten er nokså lik for gutter og jenter (NIF, 2023). For året 2022 oppgir NIF 36 478 medlemskap blant jenter og 36 411 medlemskap for gutter i aldersgruppa 0-5 år. For aldersgruppa 6-12 år er det oppgitt 222 177 medlemskap for jenter og 255 888

medlemskap for gutter (NIF, 2023). Selv om flere gutter enn jenter er med i denne aldersgruppen, blir kjønnsforskjellene i organisert idrettsdeltakelse langt større i ungdomsidretten. Dette viser at mange av jentene slutter tidligere enn det som er vanlig blant gutter. Fra studier av ungdommer har en forskjell i tenåringsgutters og -jenters organiserte idrettsdeltakelse vært dokumentert siden 1980-tallet (Grue, 1985), og i senere ungdomsundersøkelser (Wichstrøm, 1995; Krange & Strandbu, 2004; Strandbu & Bakken, 2007).

Selv om kjønnsforskjellene i aktivitetstall ikke er så store, er det likevel ingen overdrivelse å si at idretten er en tydelig kjønn arena. En intervjuundersøkelse med 13-åringer viste at langt flere gutter enn jenter mente at de ville «satse» på idretten (Eriksen, 2021; Eriksen & Seland, 2019). Forfatterne knytter dette til at gutter kan oppleve at de får bedre vilkår og at det «å satse» – som de sier – derfor framstår som en mulighet for dem. Kjønn viser seg også tydelig i idrettens kjønnssegregering av treninger og konkurranser. Kjønnssdeling av treninger gjelder ikke i alle idretter, men i mange. En gjennomgang av ulike fritidsarenaer viser at idretten er den arenaen som tydeligst skiller mellom gutter og jenter, og at idretten derigjennom kan bidra til å reproducere stereotyper om kjønnsforskjeller, og opprettholde en kjønnsdelt sosial organisering av ungdoms liv (Seland, Persson, & Eriksen, 2019). Denne litteraturgjennomgangen var avgrenset til studier av ungdom. Også i barneidretten er gutter og jenter ofte plassert i hver sine treningsgrupper.

Klassebakgrunn

Foreliggende studier av barn treningsvaner viser litt uklare sammenhenger mellom klassebakgrunn og treningsvaner. UngKan-studien, som måler fysisk aktivitet generelt – ikke bare trening, finner ingen systematiske klasseforskjeller (Steene-Johannessen, m.fl., 2019), mens Hevas-studien viser at barn fra hjem med høy sosioøkonomisk status trener mer enn barn fra hjem med lav sosioøkonomisk status (Haug m.fl., 2020). Det samme viser Solstad og kollegaers analyser av Ung i Oslo Junior 2021 (Solstad m.fl., 2022) og SSBs Levekårsundersøkelse fra 2013 (Vaage, 2014).

Fra ungdomsforskningen vet vi mer: En gjennomgang av tidligere studier (Strandbu, m.fl., 2017) viste at klassebakgrunnen hadde stor betydning for ungdoms deltakelse i organisert idrett på 1950-tallet, deretter liten eller ingen betydning i studier fra 1980- og 1990-tallet, men senere studier viser store klasseforskjeller. For eksempel viser nyere tall fra Ungdata at mens 52 prosent av tredjedelen av ungdommene med flest sosioøkonomiske ressurser i hjemmet trener minst en gang i uka i et idrettslag, er tilsvarende tall for tredjedelen av ungdommene med minst ressurser, 29 prosent (Bakken & Strandbu, 2023).

De siste tiårenes økende klasseforskjeller i deltakelse i organisert idrett har vært forklart med henvisning til tre endringer: økende kostnader knyttet til idrettsaktivitet, profesjonalisering av idretten og forventninger om mer intensiv foreldreinvolvering (Strandbu, Gulløy, m.fl., 2017). Klasse-tilhørighet handler både om økonomiske rammebetingelser og om klassekultur. Andersen og Bakkens (2019) analyser av Ung i Oslo-data viser at den økonomiske dimensjonen ved klasse samvarierer i større grad med deltakelse i idrett enn den kulturelle. For deltakelse i andre frivillige organisasjoner har kulturell kapital i familien vist seg å ha større betydning (Jacobsen, m.fl., 2021).

Dette er en utfordring for idrettsbevegelsen fordi barn og unges tilgang til å drive med idrett kan sees som et gode i seg selv, og fordi omfattende offentlige midler (kommunale og statlige) og menneskelige ressurser i form av dugnadsarbeid legges ned i idretten. Ulikhet i idrettsdeltakelse – og særlig økonomi som barriere – har også fått mye oppmerksomhet de siste årene.

Innvandrerbakgrunn

Med unntak for Solstad, Sandvik og Sletten (2022) sine analyser av Ungdata junior fra Ung i Oslo 2021 finnes det lite forskning om forskjeller mellom barn med minoritetsbakgrunn og majoritetsbakgrunn. Solstad og kollegaers analyse viser at idrettsdeltakelsen er høyere blant majoritetsbarn enn blant minoritetsbarn.

Studier med ungdom som informanter viser at for gutter kan hele forskjellen i idrettsaktivitet i tenårene mellom minoritet og majoritet forklares med at færre minoritetsgutter rekrutteres inn i idretten som barn, mens underrepresentasjon blant minoritetsjenter handler både om at færre rekrutteres inn i idretten som barn, og at flere slutter (Bakken, 2019). En studie av minoritetsforeldre i idretten viser at den omfattende foreldreinvolveringen som forventes i norsk idrett kan være noe minoritetsforeldre ikke har like sterk fortrolighet med som foreldre fra majoritetsbefolkningen (Espedalen, Bennich, & Strandbu, 2021; Espedalen & Strandbu, 2023). Tilsvarende kan det å introdusere barn til idretten, og spesielt jenter, ikke være like selvfølgelig for foreldre med minoritetsbakgrunn (Strandbu, 2007). For noen jenter med minoritetsbakgrunn har derfor egne introduksjonstiltak vist seg å fungere (Gjesdal & Hedenborg, 2021).

Flere undersøkelser har dokumentert at ungdom med foreldre som har innvandret til Norge er underrepresentert i idretten. Dette gjelder spesielt jenter (Friberg, 2005; Strandbu, Bakken, & Sletten, 2017). Ungdata-undersøkelser har vist at andelen minoritetsjenter som er med i ungdomsidretten er 28 prosentpoeng lavere sammenliknet med jenter med norskfødte foreldre, tilsvarende underrepresentasjon for minoritetsgutter er 8 prosentpoeng sammenliknet med gutter med norskfødte foreldre (Bakken & Strandbu, 2023).

Forklaringer av minoritetsungdoms underrepresentasjon kan deles i fire hovedkategorier; 1) manglende tradisjoner for organisert barneidrett (særlig for jenter) i landene minoritetsforeldre kommer fra, 2) religion som barriere for noen strengt praktiserende religiøse (igjen mest aktuelt for jenter), 3) utestengelse og rasisme og til slutt 4) økonomi som barriere (Strandbu, Bakken, m.fl., 2017). En undersøkelse av den relative betydningen av tre av disse forklaringene (opplysninger om rasisme manglet i datamaterialet) blant ungdom konkluderte med at klassebakgrunn og økonomi forklarte hele forskjellen mellom minoritet og majoritet blant guttene, og var den viktigste forklaringen av forskjeller blant jentene. Blant jentene hadde også forklaringer knyttet til kultur og tradisjoner betydning (Strandbu, Bakken, m.fl., 2017).

4. Datagrunnlag og metode

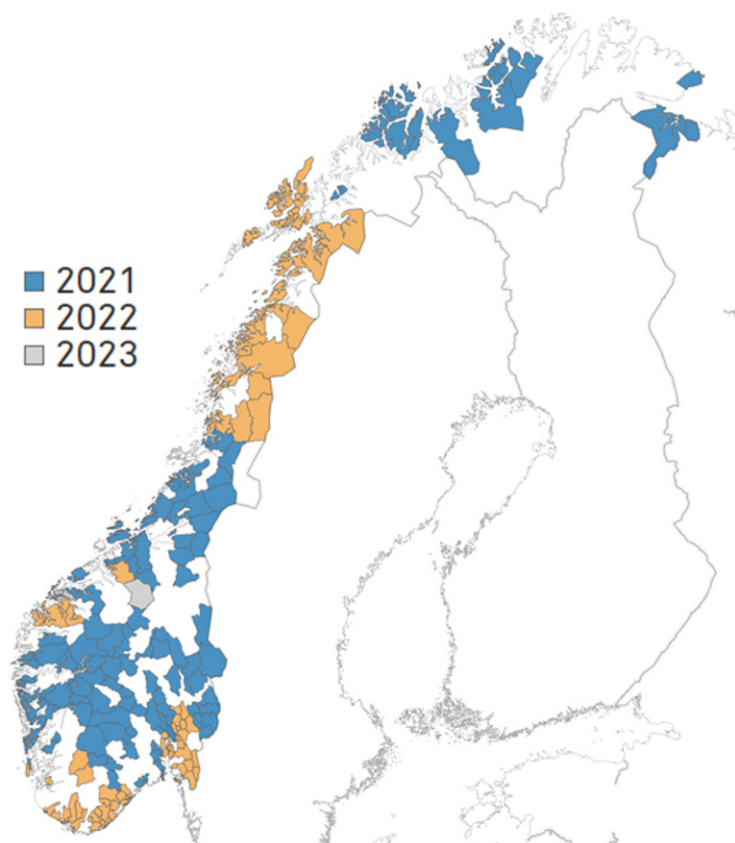
4.1 Ungdata junior

Datamaterialet som brukes i denne rapporten er hentet fra Ungdata junior. Ungdata junior er standardiserte, lokale barneundersøkelser som tilbys til alle landets kommuner og fylkeskommuner. Undersøkelsen er en barnetilpasset versjon av ungdomsundersøkelsen Ungdata. I undersøkelsen kartlegges barnas hverdagsliv gjennom spørsmål om hvordan de har det og hva de driver med i fritiden, herunder spørsmål om trening og idrettsdeltakelse. Målgruppen er elever på mellomtrinnet (5. til 7. trinn). De aller fleste er i alderen ti til tolv år.

Ungdata junior gjennomføres i klasserommet med en voksen til stede. Barna besvarer et anonymt spørreskjema via en nettside. De blir informert om at det er frivillig å delta og at det er de selv som velger om de vil være med eller ikke. Foresatte informeres om undersøkelsen i forkant og samtykker til at barna deres kan delta. Barna står fritt til å trekke seg fra undersøkelsen underveis og blir informert om at de kan hoppe over spørsmål de ikke har lyst til å svare på. Barna blir informert om at noen av spørsmålene kan være vanskelige å svare på og hvem de eventuelt kan kontakte dersom de ønsker å snakke med en voksen i etterkant. Barn som ikke ønsker å delta, tilbys annet pedagogisk opplegg.

Kommunene som deltar i Ungdata junior står for den lokale gjennomføringen av undersøkelsen. Dette skjer i samarbeid med KORUS (Kompetansesentre for rusfeltet), som har som oppgave å veilede kommunene i forbindelse med forberedelser, gjennomføring og oppfølging av resultater.

Ungdata junior har blitt gjennomført siden 2017. I denne rapporten brukes data fra 2021, 2022 og 2023. I disse tre årene ble undersøkelsen gjennomført i 195 kommuner (se Figur 4-1). Til sammen deltok 103.025 barn i undersøkelsen. Svarprosenten er 85. Undersøkelsen regnes som representativ for hele landet og for de kommunene som deltok. Alle undersøkelsene foregår i løpet av vårhalvåret.



Figur 4-1 Kommuner som gjennomførte Ungdata junior i årene 2021-2023

Tabell 4-1 gir en oversikt over datasettet som er brukt i rapportens analyser. Tabellen viser antallet barn og kommuner som har deltatt i perioden 2021-2023 og svarprosenten for hvert år.

	Antall barn som har deltatt	Antall kommuner som har deltatt	Svarprosent
2021	43 761	111	87
2022	41 356	80	84
2023	17 908	4	82
Totalt	103 025	195	85

Tabell 4-1 Oversikt over datamaterialet fra Ungdata junior brukt i rapportens analyser.

Kjønnsfordelingen i datamaterialet er nokså lik som i barnebefolkningen totalt sett (51 prosent er gutter, 49 prosent er jenter). Også fordelingen mellom de tre klassetrinnene følger fordelingen av 10-12-åringer i befolkningen. Det er ingen grunn til å tro at det er noen spesielle skjevheter i representativiteten i datasettet, med unntak av en mindre gruppe av elever som av ulike årsaker ikke går på skole eller der språklige og/eller kognitive forutsetninger ikke er til stede for å kunne delta i en såpass omfattende spørreundersøkelse.

Spørreskjemaet i Ungdata junior består av i overkant av 90 spørsmål som er med i alle de lokale undersøkelsene. De fleste spørsmålene handler om hva barna driver med på fritiden og om hvordan de har det. Det er også spørsmål om venner, familie, skole, nærmiljøet, mobbing og søvn. Barna blir også spurt om kjønn og klassetrinn og om tilgang til ulike ressurser i familien. Det er satt av en skoletime til undersøkelsen, normalt 45 minutter. De aller fleste som deltar i undersøkelsen svarer på de aller fleste av disse spørsmålene.

Spørsmål om innvandrerbakgrunn er, for å sikre anonymisering, kun med i undersøkelsen som ble gjennomført i Oslo i 2023. Dette betyr at alle analyser av forskjellene mellom barn med og uten innvandrerbakgrunn baserer seg på data fra Oslo.

4.2 Deltakelse i idrett og faste fritidsaktiviteter

I rapporten bruker vi to spørsmål fra Ungdata junior til å si noe om barns deltakelse i idrett. Det ene spørsmålet er slik: «Tenk på fritiden din utenfor skolen. Hvor ofte gjør du vanligvis disse tingene?» De ble presentert for ulike aktiviteter som det er vanlig at barn driver med. Aktiviteten vi her tar for oss er hvor ofte de **trener eller driver med sport**. Spørsmålet har en vid inngang til idrettsdeltakelse og fanger opp alle mulige typer idrettsaktiviteter uavhengig av hvilken arena dette foregår på. Det ble gitt seks svaralternativer, som varierer fra «aldri» til «hver dag». På denne måten fanger vi opp hvor hyppig barna er involvert i idrett.

Det andre spørsmålet er ment å kartlegge deltakelse i organisert idrett. Inngangen er et spørsmål der barna blir spurt om de driver med noen faste fritidsaktiviteter for tiden. De kunne svare «Ja», «Nei, men jeg har vært med før» og «Nei, jeg har aldri vært med på noen faste fritidsaktiviteter». Barna som svarte «Ja» fikk deretter oppfølgingsspørsmål der de ble om å krysse av «ja» eller «nei» på om de drev med 1) sport eller idrett, 2) spiller instrument eller synger, 3) teater eller dans og 4) annet.

Ideelt sett burde en kartlegging av om barna driver med organisert idrett inneholdt spørsmål om de var med i et idrettslag eller tilsvarende. Testinger i forbindelse med spørreskjema utviklingen av Ungdata junior viste at mange barn ikke forsto hva som menes med «idrettslag». Noen trodde for

eksempel at det handlet om lagidrett. Vi landet på formuleringen «sport eller idrett», fordi dette var begreper barna selv brukte på aktivitetene. Formuleringen «faste fritidsaktiviteter» ble også valgt etter uttesting av spørreskjemaet, fordi mange barn ikke forsto betydningen av «organiserte fritidsaktiviteter».

4.3 Sosial bakgrunn

For å analysere betydningen av ressurser i familien for barnas deltakelse i idrett, bruker vi i rapporten et mål på sosioøkonomisk status (SØS) i familien. Målet fanger opp ulike former for ressurser som barna har tilgang til gjennom familien, og er basert på opplysninger om datamaskiner/nettbrett hjemme, hvor mange biler familien har, om de har eget soverom og om de har reist på ferie med familien sin det siste året. Barn som bor i flere hjem ble bedt om å svare for hjemmet de bodde sist natt. Basert på summen av svarene, er hvert enkelt barn kategorisert i ulike sosioøkonomiske statusgrupper. Gruppene er konstruert slik at de utgjør fem omtrent like store grupper når vi ser alle barna i datamaterialet under ett.

Målet er basert på et internasjonalt måleinstrument kalt «Family Affluence Scale» (Currie mfl. 2008). Målet ble først utviklet i Skottland tidlig på 1990-tallet, og er senere blitt revidert for å fange opp endringer i den økonomiske og teknologiske utviklingen. I Ungdata junior brukes den reviderte versjonen fra HEVAS-undersøkelsen i 2009 (Samdal mfl. 2012). Forskning viser at det å fange opp sosioøkonomiske forhold i hjemmet gjennom å stille spørsmål om tilgang til ulike typer ressurser ofte gir nokså valide mål (Wardle, Robb & Johnson 2002).¹

I Oslo ble barna spurt om begge foreldrene er født i et annet land enn Norge. Barn som svarer «ja» er definert som å ha utenlandsfødte foreldre, mens de som svarer «nei» er definert som å ha norskfødte foreldre.

I enkelte analyser sammenlikner vi barn som vokser opp ulike steder i Norge. Det er her brukt en såkalt sentralitetsindeks² utviklet av SSB, der alle norske kommuner er delt inn i seks kategorier, fra de aller mest sentrale til de aller minst sentrale kommunene. Sentralitet er i denne sammenheng målt gjennom hvor mange arbeidsplasser og servicefunksjoner man kan nå med bil i løpet av 90 minutter fra der man bor.

1 I ungdomsdelen av Ungdata blir familiens sosioøkonomiske status kartlagt med de samme fire spørsmålene. I tillegg får ungdom spørsmål om hvor mange bøker de har hjemme og om foreldrene har utdanning fra universitet eller høgskole.

2 <https://www.ssb.no/befolkning/folketal/artikler/sentralitetsindeksen>

5. Resultater

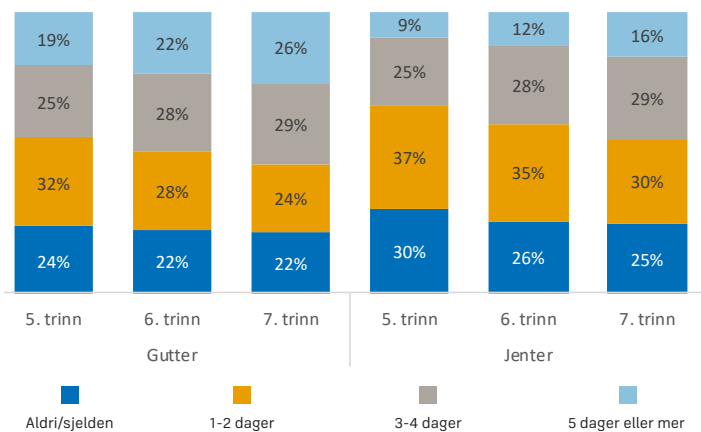
5.1 Hvor mange trener eller driver med sport?

I Ungdata junior blir barna spurt om hva de driver med i fritiden sin. Ett av spørsmålene handler om trening og sport. Konkret ble de bedt om å oppgi hvor ofte de vanligvis «trener eller driver med sport», med seks svaralternativer som varierer fra «Aldri» til «Hver dag». Svarene viser at de aller fleste barn vanligvis driver med idrett. Samtidig varierer det mye hvor ofte barna trener eller driver med sport. 17 prosent er aktive hver dag eller nesten hver dag og 27 prosent holder på tre til fire ganger i uka. 31 prosent er aktive en til to ganger i uka. 11 prosent svarer at de trener eller driver med idrett sjeldnere enn en gang i uka, mens 14 prosent aldri holder på med slike aktiviteter.

I Tabell 5-1 er resultatene brutt ned etter kjønn og klasstrinn. Gutter er klart overrepresentert blant de aller mest aktive. 22 prosent av guttene trener eller driver med sport minst fem dager i uka, mot 12 prosent av jentene. Jentene er derimot noe overrepresentert i de minst aktive gruppene og blant de som aldri trener eller driver med sport. Merk at tallene inkluderer all mulig trening og idrettsaktivitet og ikke bare det som skjer innenfor rammene av for eksempel et idrettslag.

Aktivitetsnivået øker tydelig med alderen til barna. Sammenliknet med barna på 5. trinn er flere på 7. trinn svært aktive (tre eller flere ganger i uka), mens færre mot slutten av barneskolen trener eller driver med sport en til to ganger i uka. Andelen av barna som aldri trener eller driver med idrett er lik på tvers av de tre aldersgruppene som er studert her. Resultatene tyder dermed på at desto eldre barna blir, desto mer øker aktivitetsnivået til de som er med. Med andre ord skjer det en forskyvning i 10- til 12-årsalderen, der antallet dager de som trener eller er engasjert i sport øker. Selv om jentene generelt er litt mindre aktive enn guttene, skjer denne forskyvningen i omtrent like stor grad blant jenter som blant gutter (se Figur 5-1).

Figur 5-1 Hvor ofte barna vanligvis trener eller driver med sport – etter kjønn og klasstrinn. Nasjonale tall. Ungdata junior 2021-2023

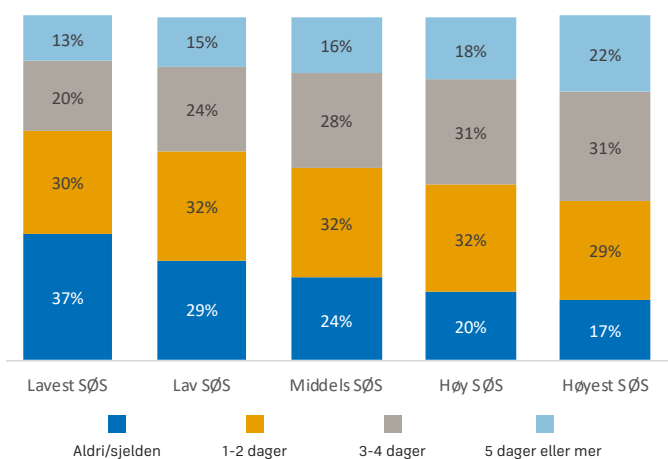


Tabell 5-1 Hvor ofte barn vanligvis trener eller driver med sport. Etter kjønn og klasstrinn. Ungdata junior 2021-2023. Nasjonale tall. Prosent

	Gutter	Jenter	5. trinn	6. trinn	7. trinn	Totalt
Aldri	13	15	14	14	14	14
Sjeldnere enn 1 dag i uken	10	12	13	10	9	11
1 eller 2 dager i uken	28	34	34	31	27	31
3 eller 4 dager i uken	27	27	25	28	29	27
5 eller 6 dager i uken	12	7	7	10	12	10
Hver dag	10	5	7	7	9	8
Totalt	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %
N=	57 542	57 078	35 808	37 065	38 088	97 986

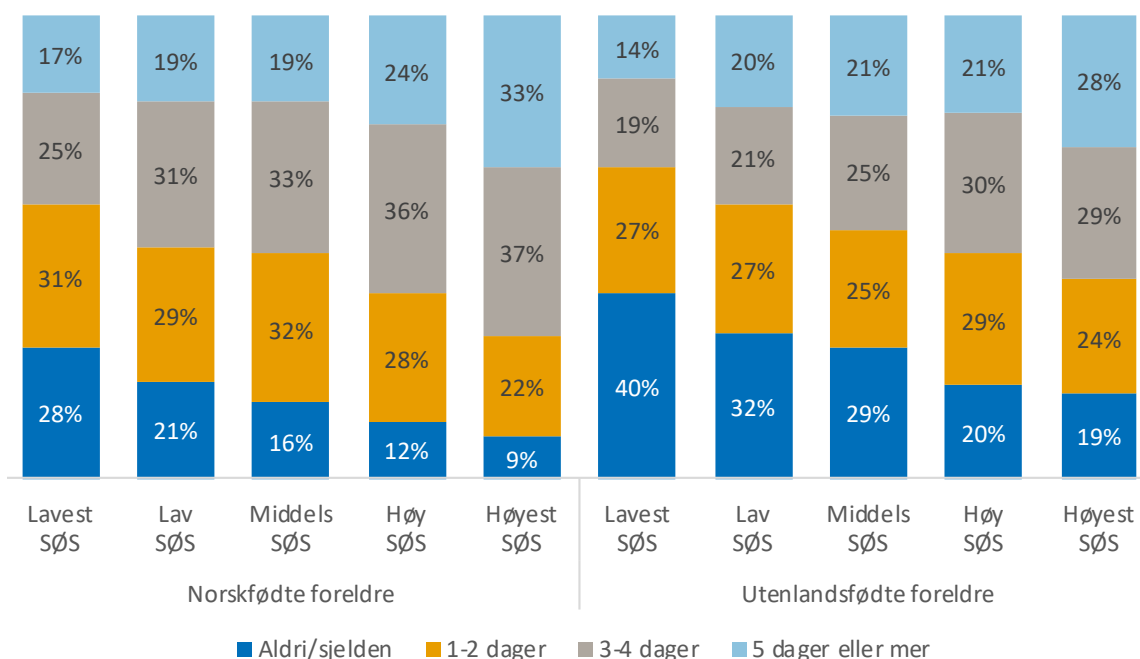
Figur 5-2 viser hvor ofte barn som vokser opp i familier med ulik sosioøkonomisk status trener eller driver med sport. Barna ble delt inn i fem omtrent like store grupper basert på fire spørsmål om hva slags ressurser de har hjemme. Figuren viser en tydelig sosioøkonomisk gradient, i den forstand at desto flere ressurser barna rapporterer å ha, desto flere er aktive i sport. Særlig øker sjansen for å være svært aktiv. Motsatt, er det langt flere som aldri eller sjelden trener i gruppen med aller minst ressurser hjemme.

Figur 5-2 Hvor ofte barna trener eller driver med sport – etter familiens sosioøkonomiske status. Nasjonale tall. Ungdata junior 2021-2023



Studier viser at barn med innvandrerbakgrunn i gjennomsnitt vokser opp med færre sosioøkonomiske ressurser hjemme enn barn med norskfødte foreldre (Enstad & Bakken 2023). I datasettet fra Ungdata junior finnes det opplysninger om barnas innvandrerbakgrunn i undersøkelsen som ble gjennomført Oslo. I figuren 5-3 under har vi med utgangspunkt i dataene fra Oslo, undersøkt sammenhengen mellom idrettsdeltakelse og familiens sosioøkonomiske status blant barn med en eller to norskfødte foreldre (venstre side i figuren) og blant barn med to utenlandsfødte foreldre (høyre side). Resultatene tyder på at den sosioøkonomiske gradienten gjelder uavhengig av innvandrerbakgrunn og at den er mer eller mindre like sterk uansett om barnas foreldre er født i utlandet eller i Norge. Figuren viser samtidig at i alle sosioøkonomiske grupper er det mer vanlig at barn med norskfødte foreldre trener eller driver med idrett enn blant barn med utenlandsfødte foreldre. Om tallene fra Oslo kan generaliseres til å gjelde andre steder i landet, får vi ikke undersøkt med Ungdata junior, da det kun er i Oslo at barna har fått spørsmål om foreldrene er født i Norge eller i utlandet.

Figur 5-3 Hvor ofte barna trener eller driver med sport – etter familiens sosioøkonomiske status og hvorvidt begge foreldrene er født i utlandet eller ikke. Ungdata junior Oslo 2023

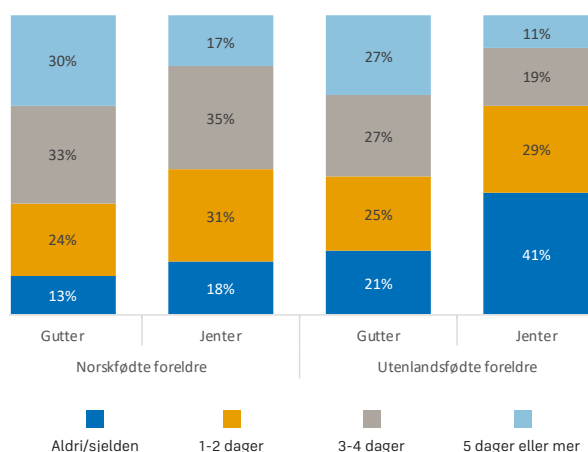


Figur 5-4 viser at jentene med utenlandsfødte foreldre skiller seg ut med den laveste idrettsdeltakelsen. Tallene er også her fra Oslo. Sammenliknet med jenter med norskfødte foreldre er det mer enn dobbelt så stor andel som aldri eller sjelden driver med sport eller trening. Guttene med utenlandsfødte foreldre er i gjennomsnitt noe sjeldnere med enn guttene med norskfødte foreldre. Forskjellene mellom barn med og uten utenlandsfødte foreldre er imidlertid mindre blant guttene enn blant jentene.

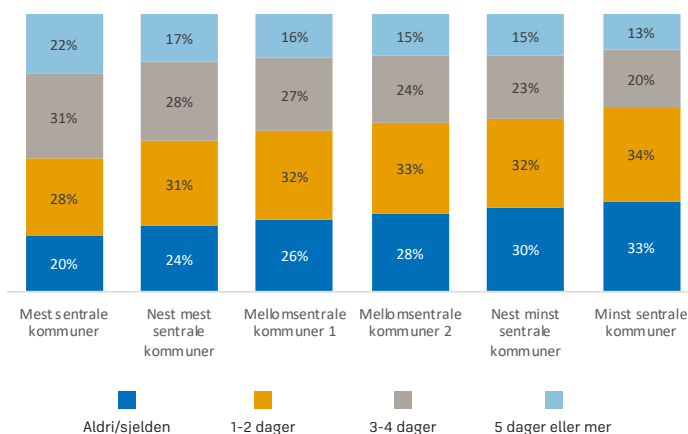
Geografiske variasjoner

Det er også en tydelig sammenheng mellom hvor sentralt i landet barna bor og hvor ofte de trener eller driver med idrett¹. Resultatene i Figur 5-5 viser at desto mer sentralt i landet barna bor, desto flere av barna er aktive i trening og sport. Andelen som trener minst en gang i uka varierer fra 80 prosent i de mest sentrale kommunene til 67 prosent i de minst sentrale kommunene. I tillegg viser resultatene at barna i de mest sentrale kommunene som driver med idrett er enda mer aktive enn idrettsaktive barn som bor i de mindre sentrale strøkene av landet.

Figur 5-4 Hvor ofte barna trener eller driver med sport – etter kjønn og hvorvidt begge foreldrene er født i utlandet eller ikke. Ungdata junior Oslo 2023



Figur 5-5 Hvor ofte barna trener eller driver med sport – etter hvor sentralt beliggende kommunen barna bor i ligger. Ungdata junior 2021-2023

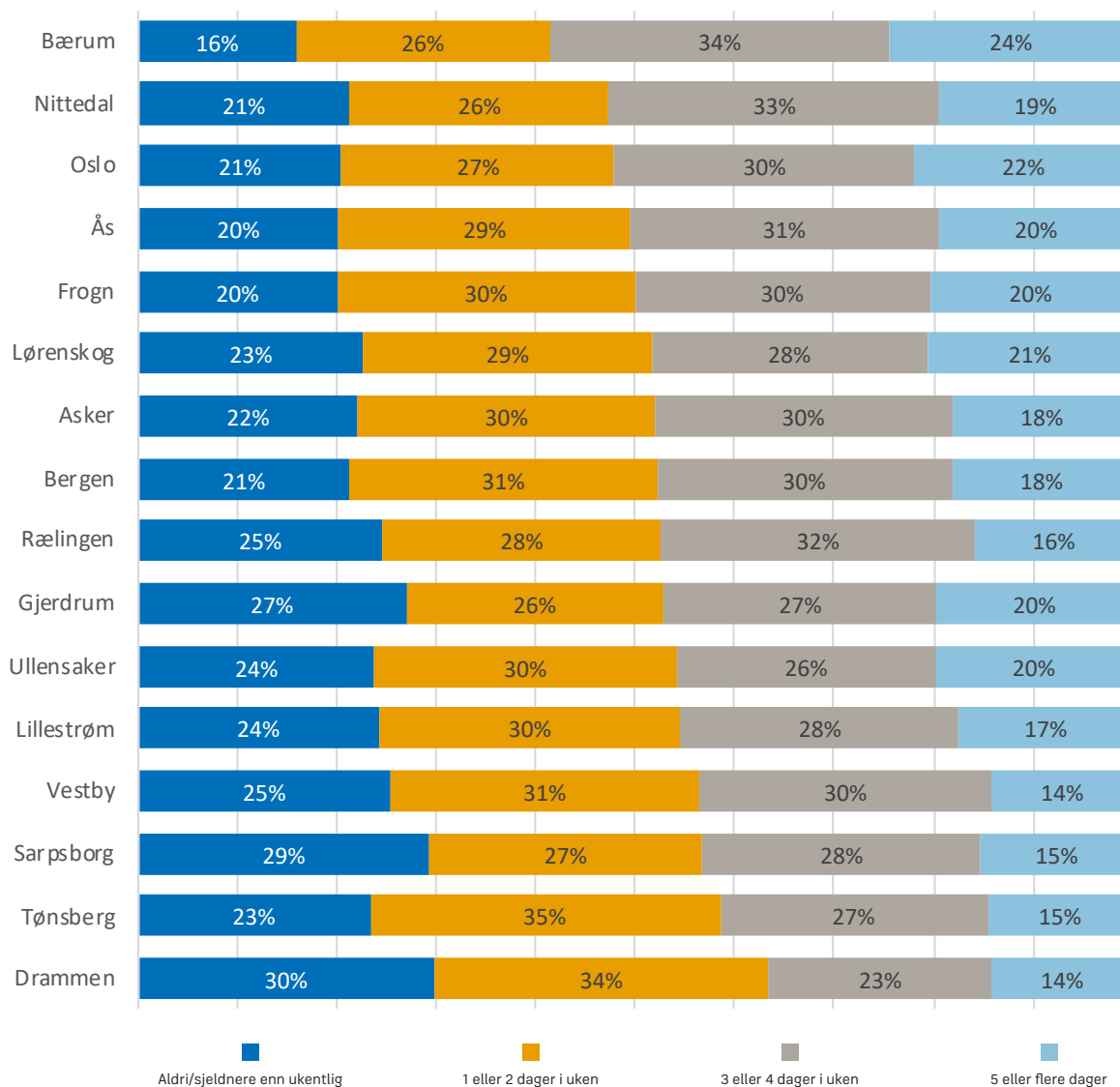


¹ SSB klassifiserer alle kommuner i Norge etter det som kalles en sentralitetsindeks (<https://www.ssb.no/befolkning/folketall/artikler/sentralitetsindeksen>). Indeksen er et mål som viser hvor mange arbeidsplasser og servicefunksjoner man kan nå med bil i løpet av 90 minutter fra der man bor. Alle kommunene er inndelt i seks sentralitetsklasser, der klasse 1 representerer de mest sentrale kommunene og klasse 6 regnes som de minst sentralt beliggende kommunene i Norge.

I Figur 5-6 har vi sett nærmere på kommuner i de mest sentrale delene av Norge (sentralitetsklasse 1 og 2). 16 slike kommuner deltok i Ungdata junior i årene 2021 til 2023. Dette er forholdsvis folkerike kommuner. Det framgår av resultatene at det er en viss variasjon mellom disse kommunene. For eksempel driver mellom 50 og 60 prosent av barna i kommuner som Bærum, Nittedal,

Oslo, Ås og Frogn med sport minst tre dager i uka. I kommuner som Drammen og Tønsberg er det tilsvarende tallet rundt 40 prosent. De sistnevnte kommunene er med andre ord nokså like de kommunene som ligger aller minst sentralt, med tanke på hvor mange barn som er aktive i trening og sport.

Figur 5-6 Hvor ofte barna trener eller driver med sport – i kommuner som ligger i de mest eller nest mest sentrale områdene av Norge. Ungdata junior 2021-2023



5.2 Faste fritidsaktiviteter

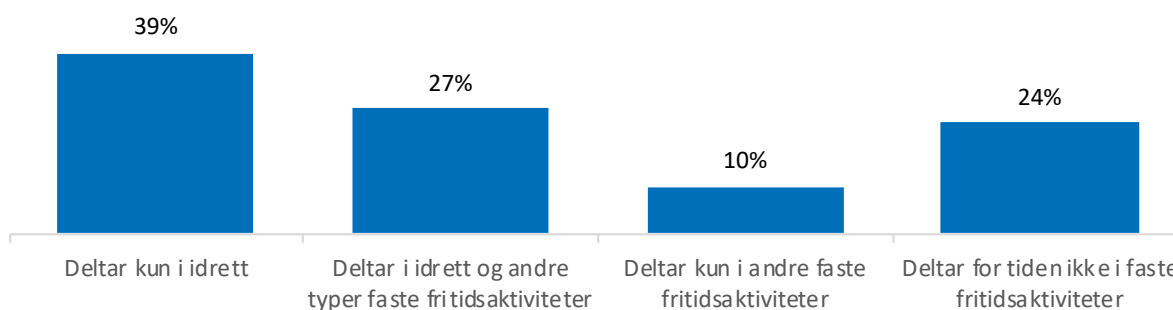
I denne delen skal vi se nærmere på de organiserte fritidsaktivitetene som barna deltar på. Dette ble målt gjennom et spørsmål om barna er med på noen faste fritidsaktiviteter for tiden. 77 prosent av barna svarte ja. I tillegg svarte 19 prosent at de har vært med før. Kun fire prosent av barna svarte at de aldri har vært med på noen faste fritidsaktiviteter. Vi har som forklart i metodekapittelet ikke spurt direkte om «organiserte fritidsaktiviteter», men brukt formuleringen «faste fritidsaktiviteter» – fordi dette er lettere for barn å forstå. Vi tolker det slik at faste fritidsaktiviteter for det meste vil dreie seg om organiserte fritidsaktiviteter.

Idrett er den desidert vanligste faste aktiviteten barna deltar på. 66 prosent av alle barna som deltok i undersøkelsen oppgir at de for tiden driver med sport eller idrett på fast basis. Kontrasten er stor til teater eller

dans, som 14 prosent går på, mens 11 prosent spiller et instrument eller synger. 20 prosent av barna rapporterer at de går på en annen type aktivitet enn de som ble listet opp i spørreskjemaet.

I Figur 5-7 har vi delt barna inn i fire grupper, avhengig om de deltar i sport og idrett og/eller en annen type fast fritidsaktivitet. Den første gruppen er de som kun deltar i idrett. Disse utgjør 39 prosent av alle barn. Den andre gruppen driver med idrett, i tillegg til at de er aktivt med på en annen type fritidsaktivitet. Denne gruppen utgjør 27 prosent av barna. Ser vi disse to tallene i sammenheng, betyr det at rundt fire av ti av de som er med på organisert idrett, ikke bare driver med idrett, men også er med på en annen organisert aktivitet. Den tredje gruppen omfatter de som er med på andre faste fritidsaktiviteter enn idrett. De utgjør 10 prosent av alle barn. At dette er en mye mindre gruppe enn den forrige, betyr at det store flertallet av de barna som er med på andre fritidsaktiviteter enn idrett, i tillegg er med på idrett. Den siste av de fire gruppene er de som ikke deltar på noen faste fritidsaktiviteter for tiden. Disse utgjør 24 prosent – det vil si en av fire barn.

Figur 5-7 Deltakelse i faste fritidsaktiviteter – idrett og andre typer aktiviteter. Ungdata junior 2021-2023. Nasjonale tall



I Tabell 5-2 har vi brutt ned tallene etter kjønn og klasstrinn. Andelen som ikke er med på noen faste fritidsaktiviteter er nokså lik på tvers av kjønn og alder. Det er imidlertid noen kjønnsforskjeller i de andre kategoriene. Samlet sett rapporterer flere gutter enn jenter at de går på en idrettsaktivitet. Jentene er derimot oftere med i andre aktiviteter. Det er mer vanlig for jenter enn for gutter å kombinere idrett og andre fritidsaktiviteter.

Andelen som deltar i idrett som en fast aktivitet varierer lite med alder. Det er samtidig en tendens til at det blir mindre vanlig å kombinere idrett og deltakelse i andre faste aktiviteter etter hvert

som barna blir eldre. I praksis betyr det at færre av de eldste deltar på andre aktiviteter enn idrett (31 prosent på 7. trinn, mot 40 prosent på 5. trinn).

Tabell 5-3 gir en tilsvarende oversikt når vi skiller mellom barn som vokser opp i familier med ulik sosioøkonomisk status. Resultatene bekrefter tendensen beskrevet over om en tydelig sosial gradient i idrettsdeltakelse.

Andelen som ikke er med i idrett, men som deltar i en annen type fast fritidsaktivitet er litt høyere blant barna fra hjem med relativt sett lav sosioøkonomisk status.

Tabell 5-2 Deltakelse i faste fritidsaktiviteter. Etter kjønn og klasstrinn. Ungdata junior 2021-2023. Nasjonale tall. Prosent

	Gutter	Jenter	5. trinn	6. trinn	7. trinn	Totalt
Deltar bare i idrett	46	33	37	40	43	39
Deltar i idrett og annen aktivitet	22	31	30	28	22	27
Deltar i annen aktivitet enn idrett	6	13	10	10	9	10
Deltar ikke i noen faste aktiviteter	26	23	23	23	26	24
Totalt	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %
N=	50 670	49 427	31 330	32 175	33 153	100 676
Andel av de som er med i idrett som også er med på andre faste aktiviteter	36	49	45	41	34	40
Andel av de som er med på andre faste aktiviteter som også er med i idrett	79	70	75	74	71	73

Tabell 5-3 Deltakelse i faste fritidsaktiviteter. Etter familiens sosioøkonomiske status. Ungdata junior 2021-2023. Nasjonale tall

	Lavest SØS	Lav SØS	Middels SØS	Høy SØS	Høyest SØS
Deltar i idrett	33	37	40	42	44
Deltar i idrett og annen aktivitet	20	24	28	30	31
Deltar i annen aktivitet enn idrett	11	10	10	9	9
Deltar ikke	37	28	23	19	17
Totalt	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %
N=	19 096	20 487	19 218	15 977	25 841
Andel av de som er med i idrett som også er med på andre faste aktiviteter	38	40	41	42	41
Andel av de som er med på andre faste aktiviteter som også er med i idrett	66	70	74	77	78

I tabellen nedenfor har vi undersøkt hvor hyppig barna rapporterer at de trener eller driver med sport opp mot om barna driver med faste fritidsaktiviteter eller ei. Som forventet er trening og idrett noe de aller fleste av de som «går på idrett» driver med. Men det gjelder ikke alle. 8-9 prosent av de som går på idrett svarer at de sjeldnere enn ukentlig trener eller driver med sport. En mulig forklaring kan være at de deltar på aktiviteter som ikke nødvendigvis foregår hver uke eller at de for tiden er syke eller skadet.

Minst aktive er de som ikke deltar på noen faste fritidsaktiviteter. I denne gruppen svarer 40 prosent at de aldri trener eller driver med sport og 21 prosent at de driver med det av og til. Nesten 40 prosent driver med dette en eller flere dager i uken.

Blant barna som ikke «går på idrett», er det stor variasjon i hvor mange som rapporterer at de trener eller driver med sport.

Tabell 5-4 Hvor ofte barn vanligvis trener eller driver med sport – etter om de deltar i faste fritidsaktiviteter. Ungdata junior 2021-2023. Nasjonale tall

	Deltar kun i idrett	Deltar i idrett og annen aktivitet	Deltar kun i annen aktivitet enn idrett	Deltar ikke	Totalt
Aldri	2	3	30	40	14
Sjeldnere enn 1 dag i uken	6	6	23	21	11
1 eller 2 dager i uken	35	34	30	20	31
3 eller 4 dager i uken	34	38	11	10	27
5 eller 6 dager i uken	14	11	3	4	10
Hver dag	10	9	3	5	8
Totalt	100	100	100	100	100
N=	38 277	26 142	9 273	23 386	97 078

5.3 Andre fritidsaktiviteter

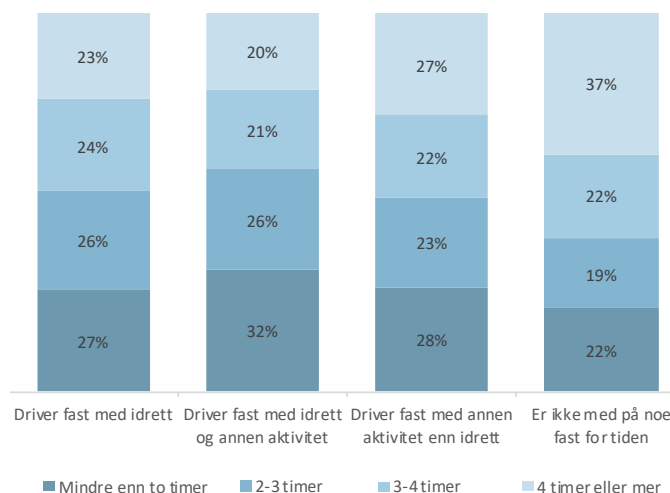
Hvordan fortøner fritiden seg ellers for de barna som er med på faste fritidsaktiviteter? I Figur 5-8 har vi sett nærmere på noen hverdagsaktiviteter som de fleste barn holder på med i større eller mindre grad. Tallene viser hvor mange som har gjort noe av dette minst tre dager i uka. Vi sammenlikner de som kun driver med idrett, de som både driver med idrett og annen aktivitet, de som driver med andre aktiviteter enn idrett og de barna som ikke er med på faste fritidsaktiviteter for tiden. Analysene viser at hovedskillet går mellom de som driver med idrett og de som ikke gjør det. Flere av de barna som driver med idrett henger ute sammen med venner og det er flere som er sammen med venner hjemme hos hverandre enn blant de som ikke driver med idrett. Det er også noe vanligere at de som driver med idrett gjør noe sammen med familien eller hjelper til med husarbeidet. Motsatt er det noe vanligere at de som ikke driver med idrett bruker kveldene til å slappe av for seg selv.

Noe av forskjellene som kommer fram i figuren under må sees i sammenheng med at barna som driver med idrett i større grad rapporterer at de har noen å være sammen med i fritiden. Mens 96 prosent av barna som driver med idrett svarer at de «alltid» eller «som regel» har noen å være sammen med i fritida, svarer 90 prosent av de som ikke driver med noen faste fritidsaktiviteter det samme. Blant de som driver med andre faste aktiviteter enn idrett, oppgir 92 prosent at de har noen å være sammen med på fritiden. Tallene viser noen forskjeller mellom barna. Samtidig understreker de høye

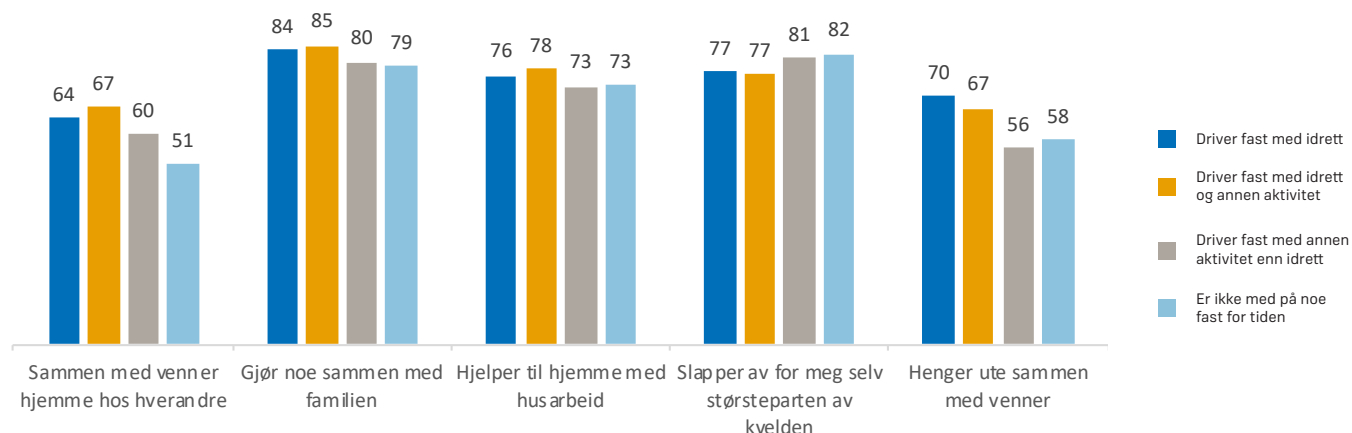
tallene at uansett om barn er med på faste fritidsaktiviteter eller ikke, har det store flertallet av barn noen å være sammen med.

Barna som ikke er med på faste fritidsaktiviteter bruker mer av fritiden sin på skjermaktiviteter enn andre (se Figur 5-9). Minst tid bruker de som er med på idrett. Forskjellene er forholdsvis markerte. Særlig når vi ser nærmere på de som bruker aller mest tid på skjermaktiviteter. Mens 37 prosent av de som ikke driver med faste fritidsaktiviteter bruker minst fire timer daglig foran en skjerm etter skolen, gjelder det 20 prosent av de som både driver med idrett og med andre fritidsaktiviteter. De som driver med andre faste aktiviteter enn idrett ligger mellom de som driver med idrett og de som ikke er med på faste fritidsaktiviteter.

Figur 5-9 Hvor mye tid barna vanligvis bruker foran en skjerm i løpet av vanlig dag etter skolen – etter om barna driver med faste fritidsaktiviteter. Ungdata junior 2021-2023. Nasjonale tall



Figur 5-8 Prosentandel som driver med ulike aktiviteter minst tre dager i uka – etter om barna driver med faste fritidsaktiviteter. Ungdata junior 2021-2023. Nasjonale tall



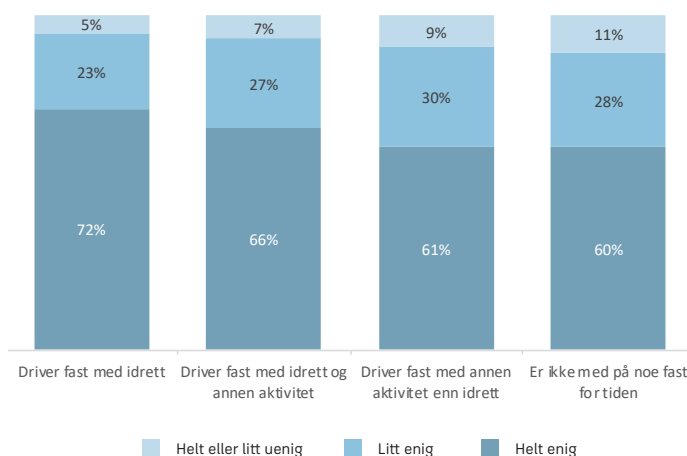
5.4 Livskvalitet

Når barna blir spurt om hvordan de har det, svarer de som driver med idrett at de i gjennomsnitt har det noe bedre enn de andre barna. Figur 5-10 viser at 72 prosent av de som kun driver med idrett som fast fritidsaktivitet er «helt enig» når de blir spurt om livet deres er bra. De som både driver med idrett og andre aktiviteter er nesten like positive som de som utelukkende driver med idrett. Også blant barna som ikke driver med faste fritidsaktiviteter er det store flertallet enig i at de har det bra. Men i denne gruppen er elleve prosent uenig i at de har et bra liv, mot fem prosent av de som driver med idrett.

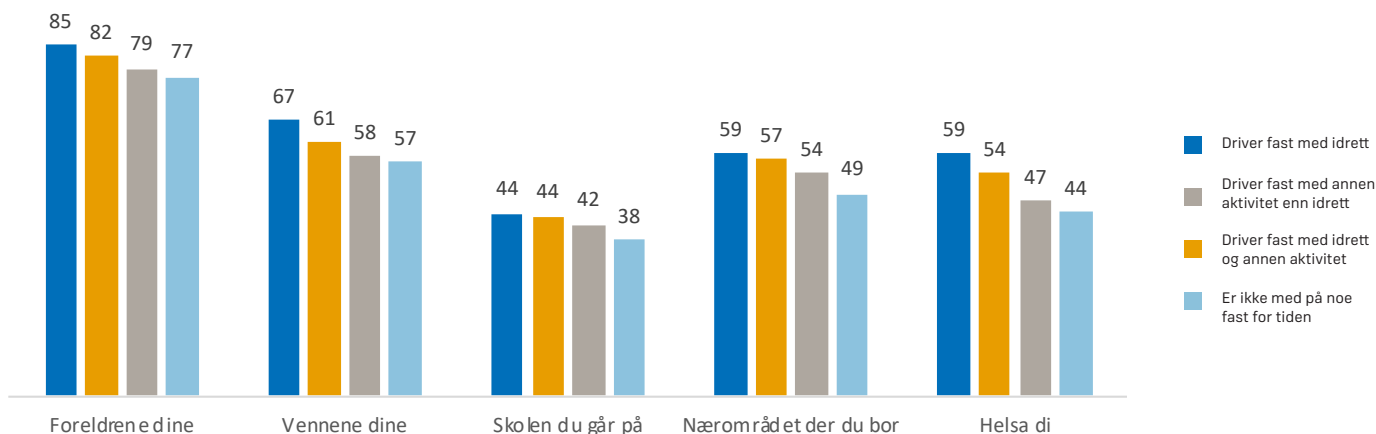
Et tilsvarende mønster kommer fram når barna blir spurt om hvor fornøyde de er med ulike sider ved livet sitt (se Figur 5-11). Uansett område, er barna som driver fast med idrett mest fornøyde. De er mest fornøyde med foreldrene sine, med vennene sine, med nabolaget der de bor og til en viss grad også med skolen de går på. Størst kontraster mellom disse gruppene er det når barna blir spurt om hvor fornøyde de er med helsa si. Her svarer 59 prosent av de som (kun) driver med idrett at de er veldig fornøyde, mot 44 prosent av barna som ikke driver med faste fritidsaktiviteter. De som driver med andre

fritidsaktiviteter enn idrett skårer bare noe høyere enn de som ikke er med på fritidsaktiviteter i det hele tatt. Som vi kommer til i diskusjonen i neste kapittel er det langt fra sikkert at dette bare handler om betydningen idretten har i barnas liv. Det kan også handle om seleksjonseffekter.

Figur 5-10 Hvordan barna stiller seg til utsagnet «Livet mitt er bra» – etter om barna driver med faste fritidsaktiviteter. Ungdata junior 2021-2023. Nasjonale tall



Figur 5-11 Prosentandel som er «veldig fornøyd» med ulike sider ved livet – etter om barna driver med faste fritidsaktiviteter. Ungdata junior 2021-2023. Nasjonale tall



6. Diskusjon

Målet med rapporten har vært å få mer kunnskap om barns idrettsliv. Vi har sammenstilt nyere norsk forskning om barns idrettsdeltakelse og vi har undersøkt sosial ulikhet i deltagelse i idrett ved hjelp av en stor spørreskjemaundersøkelse. Her kommer en diskusjon av funnene fra våre analyser av Ungdata junior – i lys av andre studier av barn og idrett. Først om det generelle bildet og ulikhetsdimensjonen, dernest om trivsel og idrettsdeltakelse.

6.1 Det generelle bildet

Det overordnede bildet er at de aller fleste barn trener eller driver med sport eller idrett. Barnas idretts- og treningsvaner er undersøkt gjennom to spørsmål; ett om de hvor ofte de vanligvis «trener eller driver med sport», og et annet spørsmål om de driver med faste fritidsaktiviteter, der «sport og idrett» er ett av flere mulige svaralternativer. Når de blir spurt om hvor ofte de vanligvis trener, sier bare 14 prosent at de aldri trener og 11 prosent at de trener sjeldnere enn en gang i uka. De aller fleste 10-12-åringer (75 prosent) trener altså nokså jevnlig. Tallene er bare noe lavere enn det man for eksempel finner blant 8. klassinger (82 prosent) (se Bakken, 2022: 30).

På spørsmål om faste fritidsaktiviteter svarer 66 prosent av barna at de driver med idrett som en fast fritidsaktivitet. De fleste trener altså jevnlig, og en nokså stor andel er med i idrett som en fast fritidsaktivitet. Vi vet ikke helt sikkert om fast fritidsaktivitet betyr organisert idrett gjennom et idrettslag (se metodekapitlet for diskusjon av dette), men vi legger til grunn at det er stort sammenfall her.

Vi kan ikke si noe om utviklingen over tid med våre data. Ung i Oslo-studien så på utviklingen fra «korona-året» 2021 til 2023, og det ble dokumentert en økning i andelen som drev fast med sport eller idrett fra 66 til 72 prosent på disse to årene (Enstad & Bakken, 2023). Hvor mye av økningen som var knyttet til korona-pandemien var usikkert, siden det ikke fantes noe

direkte sammenlikningsgrunnlag i forkant av pandemien. Ser vi på utviklingen over et lengre tidsrom, tyder andre undersøkelser, som UngKan-studiene fra 2005 til 2018 på at det fysiske aktivitetsnivået til barn og unge (6-, 9- og 15-åringer) har vært nokså stabilt (Steene-Johannessen, m.fl., 2019). Tilsvarende viser en sammenstilling av HEVAS-undersøkelsene fra 1985 og fram til 2001 små endringer i barns selvrapporterte fysiske aktivitet over tid (Haug m.fl., 2020). Dette er overraskende i lys av bekymringen for barn og unges aktivitetsnivå knyttet til økende tid foran skjerm. UngKan-studien viser også at flere barn enn ungdommer oppfyller Helsedirektoratets anbefalte mål for fysisk aktivitet. Barn er mer fysisk aktive enn ungdommer. Samtidig konkluderer UngKan-studien med at aktivitetsnivået burde vært høyere og at økt fysisk aktivitet blant både barn og unge bør ha politisk prioritet.

I aldersgruppene vi har studert er det en økning i treningsaktivitet fra 10-årsalderen til 12-årsalderen. Andelen som ikke trener holder seg konstant, men flere av 12-åringene trener veldig mye. Resultatene tyder på at det først er etter overgangen til ungdomsidretten at frafallet fra den organiserte idretten øker.

6.2 Kjønnforskjeller og sosial ulikhet

Vår studie viser altså at svært mange 10-12-åringer driver med trening og idrett. Slik er norsk idrett en stor suksess. Både gutter og jenter, barn fra ulike samfunnsklasser og med eller uten minoritetsforeldre deltar. Samtidig har vi vist at det også er ulikhet i barns idrettsdeltakelse. Idrett er et velferdsgode som det brukes mange ressurser på. Det reiser både samfunnsmessige og idrettspolitiske problemstillinger om disse ressursene skjevfordes.

Kjønn

Både blant gutter og jenter øker aktivitetsnivået fra 10- til 12-årsalderen. Vi finner samtidig en viss kjønnforskjell

i treningsvanene. Flere av de eldste barna trener veldig mye, og gutter er klart overrepresentert blant de aller mest aktive. 22 prosent av guttene trener eller driver med sport minst fem dager i uka, mot 12 prosent av jentene. Flere jenter enn gutter trener 1-2 ganger i uka. Dette harmonerer med det som er vist i andre studier av barns treningsvaner: gutter er i gjennomsnitt noe mer fysisk aktive enn jenter (Hauget. al 2020; Steene-Johannessen, m.fl., 2019). Men forskjellene i treningsaktivitet er ikke spesielt store i vår studie. Heller ikke når vi spør etter deltakelse i faste fritidsaktiviteter er det store kjønnsforskjeller. 64 prosent av jentene deltar i idrett, mot 68 prosent av guttene. Det er flere jenter enn gutter som også har andre faste fritidsaktiviteter i tillegg til idretten.

Sett i lys av den organiserte idrettens historie som en arena som først og fremst var for unge menn – og den ekskluderende behandlingen av kvinner i idretten opp gjennom historien – er kanskje den høye deltakelsen blant jenter mer påfallende enn den lille forskjellen mellom gutter og jenter? Intervjuer av 13-åringer som nettopp hadde startet med ungdomsidrett, viste at langt flere gutter enn jenter ville «satse» på idretten (Eriksen, 2021; Eriksen & Seland, 2019). Forfatterne knytter dette til at gutter kan oppleve at det «å satse» framstår som en mulighet for dem fordi de får bedre vilkår i idretten. Det kan også handle om at idretten kanskje står noe sterkere i jevnalderskultur blant gutter enn blant jenter. Vi kjenner ikke til tilsvarende studier fra barneidretten.

Fra studier av ungdommer har en viss forskjell i tenåringsgutters og -jenters organiserte idrettsdeltakelse vært dokumentert siden 1980-tallet (Grue, 1985), og i senere ungdomsundersøkelser (Krange & Strandbu, 2004; Strandbu & Bakken, 2007; Bakken & Strandbu 2023). Forskjellene vi finner i vår studie av 10-12-åringer er mindre enn det vi finner i studier av ungdom (Bakken & Strandbu, 2023). Tall fra NIF viser at rekrutteringen til barneidretten ikke er så veldig mye større blant gutter og jenter og at forskjellene i organisert idrettsdeltakelse

er langt mindre blant barn enn blant ungdom (NIF, 2023). Det er altså flere kilder som peker i retning av at kjønnsforskjellene i idrettsaktivitet øker utover i tenårene.

Klassebakgrunn

Fra ungdomsforskningen vet vi at klassebakgrunn har en klar betydning for om en driver med idrett. Foreliggende studier av barns treningsvaner viser litt uklare sammenhenger mellom klassebakgrunn og treningsvaner. UngKan-studien finner ingen systematiske sammenhenger (Steene-Johannessen, m.fl., 2019), mens Hevas-studien viser at barn fra hjem med høy sosioøkonomisk status trener mer enn barn fra hjem med lav sosioøkonomisk status (Haug m.fl., 2020). Det samme viser Solstad og kollegaers analyser av Ung i Oslo Junior 2021 (Solstad m.fl., 2022) og SSBs Levekårsundersøkelse fra 2013 (Vaage, 2014).

I vår undersøkelse ble barna delt inn i fem omtrent like store grupper basert på spørsmål om tilgang til ressurser hjemme. Og vi finner tydelige sosioøkonomiske forskjeller: Desto flere ressurser barna rapporterer å ha hjemme, desto flere er aktive i sport. 75 prosent av barna med flest sosioøkonomiske ressurser i hjemmet har idrett som fast fritidsaktivitet, mot 53 prosent av barna med færrest ressurser i hjemmet.

Vi vet ikke om denne klasseforskjellen i barns idrettsdeltakelse er av nyere dato og kan derfor ikke si noe om de sosiale ulikhetene er blitt større eller mindre. Fra ungdomsforskningen vet vi mer: En gjennomgang av ungdomsundersøkelser (Strandbu, m.fl., 2017) viste at klassebakgrunnen hadde stor betydning for ungdoms deltakelse i organisert idrett på 1950-tallet, deretter liten eller ingen betydning i studier fra 1980- og 1990-tallet. Studier fra det siste tiåret viser derimot store klasseforskjeller i deltakelse i ungdomsidrett, klasseforskjeller som har vært nokså konstante siden 2017 (Bakken & Strandbu, 2023). Denne variasjonen over tid viser at det ikke er noen selvfølge at det skal være sosial ulikhet i idrettsdeltakelse.

De siste tiårenes økende klasseforskjeller i idrettsdeltakelse har vært forklart som en følge av økende kostnader knyttet til idrettsaktivitet, profesjonalisering av idretten og forventninger om mer intensiv foreldreinvolvering (Strandbu, m.fl., 2017). Vi vet ikke om disse forklaringene også kan gjelde for ulikhet i barns idrettsdeltakelse.

Innvandrerbakgrunn

Med unntak for Solstad, Sandvik og Sletten (2022) sine analyser av Ung i Oslo Junior 2021 finnes det lite forskning om forskjeller mellom barn med minoritetsbakgrunn og majoritetsbakgrunn. Solstad og kollegers analyse viser at idrettsdeltakelsen er høyere blant majoritetsbarn enn blant minoritetsbarn.

Da det kun er i Oslo at barna har fått spørsmål om foreldrene er født i Norge eller i utlandet er analysene av betydningen av minoritetsbakgrunn avgrenset til Oslo-dataene av studien, altså i vårt tilfelle Ung i Oslo Junior 2023. Analysene viser at i alle sosioøkonomiske grupper er det vanligere for barn med norskfødte foreldre å trene eller drive med idrett enn blant barn med utenlandsfødte foreldre. Det er særlig blant jentene at vi finner forskjeller mellom barn med minoritetsbakgrunn og med majoritetsbakgrunn. Om tallene fra Oslo kan generaliseres til å gjelde andre steder i landet, får vi ikke undersøkt med Ungdata junior.

Forskjellene vi finner mellom minoritetsforeldre og majoritetsforeldre kan, basert på det vi vet fra studier av ungdom (Strandbu m.fl., 2017), handle om økonomisk ulikhet, og ulikhet i erfaringer og fortrolighet med organisert idrett for barn. En studie av minoritetsforeldre i idretten viser at den omfattende foreldreinvolveringen som forventes i norsk idrett kan være noe minoritetsforeldre ikke har like sterk fortrolighet med som foreldre fra majoritetsbefolkningen (Espedalen, Bennich, & Strandbu, 2021; Espedalen & Strandbu, 2023). Å introdusere barn til idretten, spesielt jenter, er i mange tilfeller ikke like selvfølgelig for foreldre med minoritetsbakgrunn (Strandbu, 2007).

6.3 Trivsel og idrett

Vi har også undersøkt sammenhengene mellom hvordan barna generelt har det i hverdagen sin og idrettsdeltakelse. Når barna blir spurt om hvor fornøyde de er med ulike sider ved livet sitt, viser det seg at barna som driver fast med idrett er mest fornøyde. De er mest fornøyde med foreldrene sine, med vennene sine, med nærområdet der de bor og til en viss grad også med skolen de går på. De tydeligste forskjellene mellom disse gruppene handler om hvor fornøyde de er med helsa si.

Disse resultatene kan knyttes til flere av de mange påståtte utbyttene en kan ha av å drive med idrett. Vi vil likevel advare mot at resultatene uten videre tolkes i en slik retning. Det er viktig å minne om at den typen data vi har ikke kan brukes til å trekke entydige konklusjoner om *årsakssammenhenger*. Vi har data som sier noe om statistiske sammenhenger, uten at dette nødvendigvis kan si noe om hva som påvirker hva. En sannsynlig forklaring er at de statistiske sammenhengene vi finner også kan handle om *seleksjonseffekter*. Det kan være at det er de barna som allerede har det bra, som trives, har venner, kommer godt overens med foreldrene sine, bor i gode nærområder med et godt idrettstilbud og liker seg på skolen som finner veien til idretten og som passer inn i idretten. Tolket på denne måten kan dette være en påminnelse til idretten om at det finnes noen grupper av barn, som kanskje ikke har de beste oppvekstvilkårene, som ikke er med i idretten.

Mest sannsynlig handler de statistiske sammenhengene vi har funnet om både årsaker og seleksjon og da gjerne i komplekse vekselvirkningsforhold, der idretten i seg selv kan være et bidrag til bedre velferd for barn som deltar, samtidig som det ikke er tilfeldig hvilke barn som rekrutteres inn i idretten og hvem som slutter. Fra studier av ungdom vet vi at venner både er veier inn i idretten og at idretten styrker vennskap (Dalen & Seippel 2021). Studier av foreldres idrettsinvolvering viser det samme: Noen idretter krever foreldre med mange ressurser, med god økonomi og mulighet til å følge opp. Samtidig forteller foreldre som er involverte at deres idrettsinvolvering styrker båndene til barna (Stefansen et. al 2016). Og på et mer strukturelt nivå kan gode nærområder med gode

idrettstilbud bidra til høyere deltakelse som igjen styrker lokal integrasjon og opplevelse av nærområdene som gode.

Disse funnene kan derfor både leses som uttrykk for at det å drive med idrett kan ha positive ringvirkninger, og at idretten kanskje ikke klarer å rekruttere like godt blant barn med færre ressurser. En begrensning ved vår studie er at vi ikke skiller mellom ulike idrettskontekster og ulike motivasjonsklima. Ommundsen og kollegaers (2014) gjennomgang av forskning om betydningen idrettsdeltakelse kan ha på barns velvære – *well-being* – tyder på at ulik kvalitet ved treningsgrupper har stor innvirkning på den betydningen idrettsdeltakelsen har for barns velvære.

Oppsummert viser våre funn noe av det som også er vist fra ungdomsidretten: Idealet om idrett for alle er langt fra realisert i norsk idrett. Barns tilgang til å drive med idrett er et gode i seg selv – et velferdsgode. Omfattende kommunale og statlige midler brukes på idretten. Og det legges ned store menneskelige ressurser i form av dugnadsarbeid i barneidretten. Ulikhet i idrettsdeltakelse, og særlig økonomi som barriere, er en utfordring for idrettsbevegelsen.

6.4 Behov for nye studier av barns trenings og idrettsliv

I rapporten har vi gitt en oversikt over hvor mange barn som driver med idrett. Vi har også foretatt analyser som kan si noe mer om hvem disse barna er, hva de ellers driver med og hvordan de generelt har det i hverdagen sin. Studien handler om sider ved barns idrettsliv som det er viktig å få dokumentert. Et sentralt funn er at idretten rekrutterer bredt, samtidig som det er noen tydelige sosiale mønstre i deltakelse. Hvorfor det er slik har rapporten i mindre grad belyst. Siden det legges det ned svært mye ressurser i tilrettelegging av idrett for barn, er det viktig å få mer kunnskap om forhold som faktisk bidrar til bred rekruttering.

Men også om det motsatte, hvorfor er det så store sosiale forskjeller i idrettsdeltakelse blant barn.

I tillegg er det en rekke andre temaer som trenger mer oppmerksomhet fra forskere. NIFs evaluering av barneidrettsbestemmelsene konkluderte med at:

«det er lite forskningsbasert kunnskap om kvaliteten i norsk barneidrett. Vi vet en del om hvorfor barn og unge faller fra organisert idrett, men mangler fortsatt kunnskap om hva som faktisk skjer ute i de tusenvis av idrettslag som tilbyr idrettsaktiviteter for barn» (NIF 2007, s. 21).

Dette er fremdeles en treffende beskrivelse. Vi trenger flere studier av hvordan barn har det i norsk idrett. Vi mangler kunnskap om det lokale nivået, om hvordan trenere, foreldre og barn og unge som deltar tenker om trening og konkurranser for barn, og hva som faktisk foregår i barneidretten. Noen svenske studier har vist dette (Fundberg, 2007; Eliassen, 2009; Hertting 2007). Slike feltarbeid fra barneidretten mangler i Norge.

Idrettens barnerettigheter og bestemmelser nevnes ofte som norsk idretts viktigste verdidokument. Likevel vet vi svært lite om hvordan bestemmelsene og rettighetene faktisk følges opp. Hvilken betydning har de i norsk idrett? Og hva skjer når bestemmelsene brytes? Fra Sverige finnes noen studier av hvordan barns rettigheter i idretten faktisk praktiseres (Eliassen, 2017, Redelius et. al 2016). Og det finnes noen norske masteroppgaver om barneidrettsbestemmelsene. Men altså lite forskning etter Solenes sine historiske arbeider (2009) og Skirstads (2011, 2012) arbeider om politiske prosesser fram mot etablering og justeringer av bestemmelsene. Tilsvarende gjelder for ordningen med barneidrettsansvarlige i klubber. Dette er et relativt nytt tiltak. Vi vet lite om hvordan det praktiseres ute i klubber og hvilke potensialer en slik ordning har.

De idrettspsykologiske arbeidene om motivasjonsklima i idretten og trener – barn-trener-relasjoner bør følges opp

i nyere studier – også blant yngre barn. Ett viktig aspekt vil være å få mer kunnskap om hvorvidt barns opplevelse av betydningsfulle andre (trener, foreldre m.fl.) sammenfaller med de voksnes selvvurdering av sin egen involvering, kommunikasjon og samspill. Slik kunnskap kan bidra til bedre rolleforståelse og pedagogisk opptreden blant trenere, ledere og andre med ansvar for oppgaver i barneidretten.

Studiene vi har referert til omhandler 10-12-åringer - en aldersgruppe der idrettsdeltakelsen er svært høy, samt noen som strekker seg litt mot ungdomssegmentet. Men det er viktig å understreke at organiserte idrettstilbud tilbys yngre barn, førskolebarn inkludert. Økt kunnskap om de krefter som genererer en slik utvikling er viktig. Ommundsen (2011, s. 65) oppsummerer sin gjennomgang av forskning om allsidighet og tidlig spesialisering med at det «hviler et særlig ansvar på idrettsbevegelsen for å ta hensyn til de yngste barnas motiver, utvikling og forutsetninger, i og med at barn i dag «sluses inn i» den organiserte idretten i langt lavere alder enn før». Denne påminnelsen fra 2011 gjelder også i dag. Spørsmålene er mange: Hvor tidlig bør barn begynne med organisert idrett? Hvor tidlig bør idrettslag tilby aktiviteter til førskolebarn? Og hvordan bør disse tilbudene i så fall være? Dette er problemstillinger både for idretten og for forskere på feltet.

Endringer som er beskrevet fra ungdomsidretten – økende alvorliggjøring av idretten, økende krav om profesjonalisering (særlig profesjonelle trenere) kan også krype nedover i årsklassene. Idrettens barnerettigheter og bestemmelsene er ment å verne om barneidrettens egenverdi. Men krav om et mer «proft» idrettstilbud til barn – i bred forstand – kan åpne for mange problemstillinger knyttet til hva som er gode idrettstilbud, og hva som er gode oppvekstvilkår for barn. Også dette kan det være verdt å få mer kunnskap om i årene framover.

7. Litteratur

- Agergaard, S., Redelius, K. & Strandbu, Å. (2024). Children's rights to and in sport: A comparative analysis of organizational policies for rights-based children and youth sport in the Scandinavian countries. Upublisert artikkel. Sendt inn og til vurdering i tidsskrift.
- Andersen, P. L., & Bakken, A. (2018). Social class differences in youths' participation in organized sports: What are the mechanisms? *International Review for the Sociology of Sport Journal*, 1-17. <https://doi.org/10.1177/1012690218764626>
- Bakken, A. (2017). Sosiale forskjeller i ungdomsidretten - fattigdomsproblem eller sosial gradient Oppvekstrapporten 2017. Oslo: BUFDIR.
- Bakken, A. (2018). Ungdata. Nasjonale resultater 2018. NOVA Rapport 8/18. Oslo: Høgskolen i Oslo og Akershus.
- Bakken, A., Frøyland, L. R., & Sletten, M. A. (2016). Sosiale forskjeller i unges liv. Hva sier Ungdata-undersøkelsene? NOVA Rapport 3/16. Oslo: OsloMet - storbyuniversitetet.
- Bakken, A. (2022). Ungdata. Nasjonale resultater 2022. NOVA Rapport 5/22. Oslo: OsloMet - storbyuniversitetet.
- Bakken, A. & Strandbu, Å. (2023). Idrettsdeltakelse blant ungdom – før, under og etter koronapandemien. NOVA Rapport. Oslo: OsloMet - storbyuniversitetet.
- Barnekonvensjonen. (1989). Konvensjon om barnets rettigheter (20-11-1989). Lovdata. <https://lovdata.no/nav/lov/1999-05-21-30/bkn>
- Chroni, S., Medgard, M., Nilsen, D. A., Sigurjónsson, T., & Solbakken, T. (2018). Treneren i norsk idrett. En nasjonal kartlegging av trenere og trenerrollen [Coaches in Norwegian sport]. Høgskolen i innlandet.
- J. Côté, M. Vierimaa, (2014). The developmental model of sport participation: 15 years after its first conceptualization, *Science & Sports*, 29 (s. 63-69). <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2014.08.133>.
- Currie, C., M. Molcho, W. Boyce, B. Holstein, T. Torsheim og M. Richter (2008). Researching health inequalities in adolescents: The development of the Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC) Family Affluence Scale. *Social Science & Medicine* 66(6):1429–36.
- Dalen, H. B. (2021). Barn fra vestkanten mest aktive i Oslo. Statistisk sentralbyrå.
- Dalen, H. B. & Oppøyen, M.S. (2023). Friluftsliv i Norge. Status og historisk utvikling. Oslo: Statistisk sentralbyrå.
- Dalen, H.B.; Seippel, Ø. Friends in Sports: Social Networks in Leisure, School and Social Media. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, 18, 6197. <https://doi.org/10.3390/ijerph18126197>
- Dalene, K. E., Anderssen, S. A., Andersen, L. B., Steene-Johannessen, J., Ekelund, U., Hansen, B. H., & Kolle, E. (2018). Cross-sectional and prospective associations between sleep, screen time, active school travel, sports/exercise participation and physical activity in children and adolescents. *Bmc Public Health*, 18. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-6331-7>
- Eliassen, M. (2015). Idrettens barnerettigheter og bestemmelser i et barneperspektiv. En kvalitativ undersøkelse av 10-12 år gamle jenters erfaringer i turnsporten. Masteroppgave. NIH. Oslo.
- Eliasson, I. (2017). The gap between formalised children's rights and children's real lives in sport. *International Review for the Sociology of Sport*, 52(4), 470-496. <https://doi.org/10.1177/1012690215608516>
- Eliasson, I., Karp, S., & Wickman, K. (2017, 2017/07/03). Developing sports with a children's rights perspective? Intentions, methods, and priorities of development projects in local Swedish sports clubs. *European Journal for Sport and Society*, 14(3), 244-264. <https://doi.org/10.1080/16138171.2017.1349056>
- Ellingsen, J. E., & Danielsen, A. G. (2017). Norwegian Children's Rights in Sport and Coaches' Understanding of Talent. *The International Journal of Children's Rights*, 25(2), 412-437. <https://doi.org/10.1163/15718182-02502006>
- Enstad, F. & Bakken A. (2023). Ung i Oslo 2023. 5. til 7. trinn. NOVA rapport 7/23, Oslo: NOVA/OsloMet. <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/handle/11250/3065090>

- Enstad, F. & Bakken, A. (2022). Ungdata Junior 2022. Nasjonale resultater. Oslo, Oslomet.
- Eriksen, I. M. (2021). Teens' dreams of becoming professional athletes: the gender gap in youths' sports ambitions. *Sport in Society*, 1-15. <https://doi.org/10.1080/17430437.2021.1891044>
- Eriksen, I. M., & Seland, I. (2019). Ungdom, kjønn og fritid. Oslo: NOVA, Oslo Metropolitan
- Eriksen, I. M., & Stefansen, K. (2021). What are youth sports for? Youth sports parenting in working-class communities. *Sport, Education and Society*, 1-12. <https://doi.org/10.1080/13573322.2021.1894114>
- Espedalen, L., Bennich, K. & Strandbu, Å. (2021) Minoritetsforeldre i idretten. Rapport fra FOBU. Oslo: Norges idrettshøgskole
- Espedalen, L. E., & Seippel, Ø. (2022). Dropout and social inequality: young people's reasons for leaving organized sports. *Annals of Leisure Research*, 1-18. <https://doi.org/10.1080/11745398.2022.2070512>
- Espedalen, L. E., & Seippel, Ø. (2023). Why sports? Sketching a typology of young people's reasons for taking part in sports. Submitted paper
- Espedalen, L. E., & Strandbu, Å. (2023). Fotball, vafler, kioskvakt og dopapir: Minoritetsforeldres møter med norsk barne- og ungdomsidrett. In T. Wilhelmsen, E. Berg, K. V. Evensen, G. M. Solstad, & I. M. Thorjussen (Red.), *Bevegelsesfellesskap i oppveksten. Kritiske perspektiver på inkludering og mangfold*. Oslo.
- Friberg, J. H. (2005). Ungdom, fritid og deltakelse i det flerkulturelle Oslo. Fafo-notat 2005:16. Oslo: Fafo.
- Fundberg, J. (2003). Kom igen, gubbar! Om pojkfotboll och maskuliniteter. Carlssons förlag.
- Gurholt, K. P., Tort, I. H. D. & Eriksen, J. W. (2020) Studie av fritidsliv blant barn og unge i Oslo. Oslo: Norges idrettshøgskole
- Gjesdal, S., & Hedenborg, S. (2021). Engaging Minority Girls in Organized Youth Sport in Norway: A Case Study of a Project That Worked. *Front Sports Act Living*, 3, 781142. <https://doi.org/10.3389/fspor.2021.781142>
- Gjesdal, S., Wold, B., & Ommundsen, Y. (2019) Promoting additional activity in youth soccer: a half-longitudinal study on the influence of autonomy-supportive coaching and basic psychological need satisfaction, *Journal of Sports Sciences*, 37:3, 268-276, DOI: 10.1080/02640414.2018.1495394
- Gjesdal, S., Haug, E. M., & Ommundsen, Y. (2019) A Conditional Process Analysis of the Coach-Created Mastery Climate, Task Goal Orientation, and Competence Satisfaction in Youth Soccer: The Moderating Role of Controlling Coach Behavior, *Journal of Applied Sport Psychology*, 31:2, 203-217, DOI: 10.1080/10413200.2017.1413690
- Goksøy, M. (2022). Historien om norsk idrett. Oslo: Abstrakt forlag.
- Goksøy, M., & Olstad, F. (2002). Fotball! Norges fotballforbund 100 år. Oslo: Norges fotballforbund.
- Grue, L. (1985). Organisert idrettsaktivitet: en undersøkelse av ungdoms oppslutning om organisert idrett. Oslo: Kultur- og vitenskapsdepartementet. Ungdoms- og idrettsavdelingen (STUI).
- Guttmann, A. (2004). From Ritual to Record. The Nature of Modern Sports. Columbia: Columbia University Press.
- Haug, E., Robson-Wold, C., Helland, T., Jåstad, A., Torsheim, T., Fismen, A-S., Wold, B. & Samdal, O. (2020). Barn og unges helse og trivsel. Forekomst og sosial ulikhet i Norge og Norden. Bergen: Institutt for helse, miljø og likeverd – HMIL. Universitetet i Bergen
- Helle-Valle, J. (2008). Discourses on mass vs elite sport and pre-adult football in Norway. *International Review for the Sociology of Sport*, 43(4), 365-381. <https://doi.org/10.1177/1012690208099872>
- Helsedirektoratet. (2022). Barn og unge – generelle råd. <https://www.helsedirektoratet.no/faaglige-rad/fysisk-aktiviteti-forebygging-og-behandling/barn-og-unge#barn-unge-6-17-ar-rad-anbefalingfysisk-aktivitet>.

- Hertting, K. (2007). Den skøna foreningen mellom tøvling og medmenneskelighet. Om laderskap og lårprocesser i barnfotball Luleå Tekniska Universitet].
- Huizinga, J. (1955). Homo ludens. A study of the play element in culture. Boston: The Beacon Press.
- Ingebrigtsen, J. E. & Sæther, S.A. (2006) Barneidrettsbestemmelsene – tid for revidering? Trondheim: NTNU Samfunnsforskning AS.
- Ingebrigtsen, J. E. & Aspvik, N. P. (2010). Barns idrettsdeltakelse i Norge – Litteraturstudie av barn i idretten. Trondheim: NTNU Samfunnsforskning AS.
- Jacobsen, S. E., Andersen, P. L., Nordø, Å. D., Sletten, M. A., & Arnesen, D. (2021). Sosial ulikhet i barn og unges deltagelse i organiserte fritidsaktiviteter. Oslo: Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.
- Johansen, P. F., & Green, K. (2019, 2019/05/04). 'It's alpha omega for succeeding and thriving': parents, children and sporting cultivation in Norway. Sport, Education and Society, 24(4), 427-440. <https://doi.org/10.1080/13573322.2017.1401991>
- Krange, O., & Strandbu, Å. (2005). Ungdom, idrett og friluftsliv. Skillelinjer i ungdomsbefolkningen og endringer fra 1992 til 2002. NOVA-rapport..
- Kulturdepartementet. (2012). Den norske idrettsmodellen. Meld. St. 26 (2011-2012). Oslo: Kulturdepartementet.
- Kulturdepartementet. (2021). Sterkere tilbake – En mer inkluderende idrett. Regjeringens idrettsstrategi. Oslo: Kulturdepartementet.
- Loland, S. (2002). Idrett, kultur og samfunn (4. utg. ed.). Oslo: Gyldendal undervisning.
- Loland, S., & Ommundsen, Y. (1996). Values and Ideologies of Norwegian Children's Sport as Perceived by the General Population. European Physical Education Review, 2(2), 133-142. doi:10.1177/1356336x9600200205
- Lorentzen, H. (2007). Moraldannende kretsløp. Stat, samfunn og sivil engasjement. Abstrakt forlag.
- Lunde, C. & Brodal, P. (2023). Lek og læring i et nevroperspektiv. Oslo: Universitetsforlaget
- NIF (2019) Idrettens barnerettigheter. Bestemmelser om barneidrett. <https://www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett/idrettens-barnerettigheter/>
- NIF (2019). Idretten vil! Langtidsplan for norsk idrett 2019-2023. Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité. https://www.idrettsforbundet.no/siteassets/idrettsforbundet/idrettenvil2023-2027/pdf/idretten-vil_langtidsplan-for-norsk-idrett-20232027.pdf
- NIF (2023). Nøkkeltallsrapport 2022. Oslo: Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité.
- Ommundsen, Y. (2008). Fysisk aktivitet og psykososial helse. In Ø. Kvello (Ed.), Oppvekst. Om barn og unges utvikling og oppvekstmiljø (pp. 343 - 355). Gyldendal Akademiske
- Ommundsen, Y. (2009). Hvem er talentene, må vi spesialisere og hva er en god trener? In H. R. Johansen BT, Fjeld JB (Ed.), Nyere perspektiv innen idrett og idrettspedagogikk. Høyskoleforlaget.
- Ommundsen, Y., & Roberts, G. (2003). Juks og fanteri eller idrettmoral i fotball? Tre motivasjonsstudier hos unge spillere. Tildsskrift for Norsk Psykologiforening(40), 665-675.
- Ommundsen, Y., Roberts, G., Lemyre, P-N & Miller, B.W. (2006). Parental and coach support or pressure on psychosocial outcomes of pediatric athletes in soccer. Clinical Journal of Sports Medicine, 16 (6), 522-526.
- Ommundsen, Y. (2011). Spesialisere tidlig og plukke talenter-er det så lurt, 53-68. I D. V. Hanstad, G. Breivik, M. K. Sisjord, & H. B. Skaset (Eds.), Norsk idrett. Indre spenning og ytre press. Oslo: Akilles.

- Ommundsen, Y., Løndal, K., & Loland, S. (2014). Sport, Children, and Well-Being. In A. Ben-Aryeh, F. Casas, I. Frønes, & J. Korbin (Eds.), *Handbook of child well-being: Theories, methods and policies in global perspective*. (pp. 911-940). Dordrecht: Springer.
- Persson, M., Stefansen, K., & Strandbu, Å. (2020). Fotball som kjønnet mulighetsrom. Hvilken betydning har metafortellingen om kvinnefotball for unge jenters idrettsprosjekt? *Tidsskrift for kjønnsforskning*, 44(3), 231-245.
- Putnam, Robert D. (2000) *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon and schuster.
- Redelius, K, Kempe-Bergman, M, Larsson, B & Linghede, E (2016) *Gör idrotten som Idrotten vill: Barn- och ungdomsidrottens utformning i retorik och praktik*, FoU-rapport 2016:4, Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Reitlo, L. S. (2013). *Kjønnsforskjeller i barne- og ungdomsidretten - NIF's aktivitetstall 2006-2012*. Trondheim: NTNU Samfunnsforskning AS.
- Rosa, H. (2005). *Social Acceleration. A new theory of modernity*. Columbia University Press.
- Samdal, O. m.fl (2012). Sosial ulikhet i helse og læring blant barn og unge – Resultater fra den landsrepresentative spørreundersøkelsen Helsevaner blant skoleelever. En WHO-undersøkelse i flere land.. Bergen: HEMIL-senteret, Universitetet i Bergen.
- Sandvik, L. (2015). Friluftsliv og idrett appellerer stadig til barna. *Idrett og friluftsliv, Levekårsundersøkelsen, barn*. Statistisk sentralbyrå
- Seippel, Ø. (2005). Orker ikke, gidder ikke, passer ikke? Om frafallet i norsk idrett (Rapport 2005: 3). Oslo: Institutt for samfunnsforskning.
- Seippel, Ø., Abebe, D., & Strandbu, Å. (2012). Å trene, trener, har trent? En longitudinell undersøkelse av sammenhengen mellom treningsvaner i tenårene og tidlig voksenalder. NOVA-rapport.
- Seippel, Ø. (2016). Sprek, vakker og kjedelig? Trening og mening blant ungdom: 1985–2013. In Ø. Seippel, M. K. Sisjord, & Å. Strandbu (Red.), *Ungdom og idrett* (s. 93-112). Oslo: Cappelen Damm.
- Seippel, Ø., Strandbu, Å., & Sletten, M. A. (2011). *Ungdom og trening. Endring over tid og sosiale skillelinjer* (Rapport 3/11). Oslo: NOVA.
- Seland, I., Persson, M., & Eriksen, I. M. (2019). *Barn og unges fritid i et kjønns- og likestillingsperspektiv*. Oslo: NOVA OsloMet.
- Skirstad, B. (2011). Barneidrett som politikk og praksis. I D. V. Hanstad, G. Breivik, M. K. Sisjord, & H. B. Skaset (Eds.), *Norsk idrett. Indre spenning og ytre press*. Oslo: Akilles.
- Skirstad, B., Waddington, I., & Säfvenbom, R. (2012). Issues and problems in the organization of children's sport: A case study of Norway. *European Physical Education Review*, 18(3), 309-321. <https://doi.org/10.1177/1356336X12450790>
- Solenes, O. (2009). *Framtidens håp. Barneidrettsdiskursen i Norge 1920-1976*. Phd-grad. Norges idrettshøgskole
- Solenes, O. (2010). Barnekroppen og idretten. Ein historisk analyse av barneidretten i Norge 1937-1976. I Steinsholt, K. & Gurholt, K. (red) *Aktive liv*. Trondheim: Tapir forlag.
- Solenes, O. (2016). Tidleg organisering og institusjonalisering av ungdomsidretten i Norges idrettsforbund, 1946-1966. In Ø. Seippel, M. K. Sisjord, & Å. Strandbu (Red.), *Ungdom og idrett* (s. 33-51). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Solstad, G. M., Sandvik, M.R. & Sletten, M.A. (2022). Deltakelse, trivsel og inkludering i barne- og ungdomsidretten. Delrapport fra forskningen om Idrett for alle i Oslo. NOVA Rapport 1/22. Oslo: Storbyuniversitetet OsloMet.
- Solstad, G. M. & Bakken, A. (2020). Evaluering av "Idrett for alle i Oslo". Kartleggingsrapport 2020. NOVA Rapport 8/20 Oslo: Storbyuniversitetet OsloMet
- Stefansen, K, Smette, I., & Strandbu, Å. (2016b). Understanding the increase in parents' involvement in organized youth sports. *Sport, Education and Society*. <https://doi.org/10.1080/13573322.2016.1150834>
- Stefansen, K, Smette, I., & Strandbu, Å. (2016a). «De må drive med noe»: Idrettens mening i ungdomstida, fra foreldres perspektiv. In Ø. Seippel, M. K. Sisjord, & Å. Strandbu (Red.), *Ungdom og idrett* (s. 154-172). Oslo: Cappelen Damm.

- Steene-Johannessen, J. Anderssen, S. A., Bratteteig, M., Dalhaug, E. M., Andersen, I. D., Andersen, O. K., Kolle, E., Ekelund, U., & Dalane, K. E. (2019). Nasjonalt overvåkingsystem for fysisk aktivitet og fysisk form. Kartlegging av fysisk aktivitet, sedat tid og fysisk form blant barn og unge 2018 (ungKan3). Norges idrettshøgskole
- Strandbu, A. (2011). Barnets deltakelse. Hverdagslige og vanskelige beslutninger. Universitetsforlaget.
- Strandbu, Å., & Bakken, A. (2007). Aktiv Oslo-ungdom. En studie av idrett, minoritetsbakgrunn og kjønn (Rapport 02/07). Oslo: NOVA.
- Strandbu, Å. (2007). Idrett, kjønn, kropp og kultur. Minoritetsjenters møte med norsk idrett. Phd-avhandling Universitetet i Oslo.
- Strandbu, Å., Bakken, A., & Sletten, M. A. (2017). Exploring the minority-majority gap in sport participation: Different patterns for boys and girls? *Sport in Society*. <https://doi.org/10.1080/17430437.2017.1389056>
- Strandbu, Å., Gulløy, E., Andersen, P. L., Seippel, Ø., & Dalen, H. B. (2017). Ungdom, idrett og klasse: Fortid, samtid og framtid. *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 02(2), 132-151.
- Strandbu, Å., Stefansen, K., & Wiig, C. (2017). Læring i idrett og skole In O. Erstad & I. Smette (Eds.), *Ungdomsskole og ungdomsliv. Læring i skole, hjem og fritid* (pp. 136-149). Cappelen Damm Akademisk.
- Strandbu, Å., Stefansen, K., & Smette, I. (2016). En plass i jevnalderfellesskapet. Idrettens betydning i ungdomstida. In Ø. Seippel, M. K. Sisjord, & Å. Strandbu (Red.), *Ungdom og idrett* (s. 113-132). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Strandbu, Å., Stefansen, K., Smette, I., & Sandvik, M. R. (2017). Young people's experiences of parental involvement in youth sport. *Sport, Education and Society*. doi: <http://dx.doi.org/10.1080/13573322.2017.1323200>
- Strømme, S. B. (2000). *Fysisk aktivitet og helse: Anbefalinger*. Oslo, Statens råd for ernæring og fysisk aktivitet.
- Støckel, J. T., Strandbu, Å., Solenes, O., Jørgensen, P., & Fransson, K. (2010). Sport for children and youth in the Scandinavian countries. *Sport in Society*, 13(4), 625-642.
- Tangen, J. O. (2004). *Hvordan er idrett mulig? Skisse til en idrettsosologi*. Kristiansand: Høgskoleforlaget.
- Tønnesson, S. (1986). *Norsk idretts historie. Folkehelse, trim, stjerner. 1939 - 1986*. Oslo: Aschehoug.
- Vaage, O. F. (2015). *Fritidsaktiviteter 1997-2014. Barn og voksnes idrettsaktiviteter, friluftsliv og kulturaktiviteter. Resultater fra Levekårsundersøkelsene*. Oslo: Statistisk sentralbyrå.
- Wardle, J., K. Robb, and F. Johnson. 2002. Assessing socioeconomic status in adolescents: the validity of a home affluence scale. *Journal of Epidemiology and Community Health* 56(8):595-99.
- Wichstrøm, L. (1995). *Hvem Hva Hvor. Om ungdom og idrett. En landsdekkende surveyundersøkelse*. Oslo: Kulturdepartementet: Norges forskningsråd.
- Ødegård, G., Bakken, A., & Strandbu, Å. (2016). *Idrettsdeltakelse og trening blant ungdom i Oslo. Barrierer, frafall og endringer over tid (Rapport 7/2016)*. Oslo: Institutt for samfunnsforskning.
- Østhus, A. (2023). 3 av 4 barn deltar i organisert idrett på fritiden. Statistisk sentralbyrå. <https://www.ssb.no/kultur-ogfritid/kultur/statistikk/norsk-kulturbarometer/artikler/3%20av%204%20barn%20deltar%20i%20org>

