

Åsa Bringsén
Högskolan Kristianstad
291 88 Kristianstad
044-204098
Asa.bringsen@hkr.se

Hälsofrämjande föreningsidrott för högstadies flickor – vad är det?

Det finns flera positiva samband mellan idrott, fysisk aktivitet, hälsa och välbefinnande men få svenska ungdomar når upp till den rekommenderade dagliga fysiska aktivitetsnivån.

Initiativ behövs därför för att öka den fysiska aktivitetsnivån bland ungdomar på fritiden. De flesta barn och ungdomar är aktiva i idrottsföreningar någon gång under sin uppväxt men tonårspojkar är generellt sett mer idrottsligt aktiva än jämnåriga flickor. Det behövs därför mer kunskap om högstadies flickors erfarenhet av och syn på idrott för att idrottsaktiviteter ska kunna organiseras så att fler högstadies flickor kan och vill hålla på med idrott. Därför genomfördes 34 fokusgruppsintervjuer med 244 högstadies flickor i Skåne nordost 2011-2012. Resultatet analyserades med fokus på att identifiera salutogena faktorer relaterat till högstadies flickor och idrottslig aktivitet.

Resultatet visade att högstadies flickorna i regionen är en heterogen grupp som vill olika saker med sin fritid generellt och med idrott specifikt. På ett övergripande plan framkom det dock att föreningsidrotten var en potentiell hälsofrämjande socialisationsmiljö för högstadies flickors i Skåne nordost. Det dominerande resultatfokuserade tävlingsverksamheterna behöver dock kompletteras med andra typer av idrottsmiljöer. Fler idrottsmiljöer karakteriserade av aktivitetsglädje, sociala infallsvinklar, ett barnrättsligt perspektiv och jämlikhet kan sannolikt bidra till att idrottsrörelsen i större omfattning positivt bidrar till hälsa bland högstadies flickor i regionen. Den praktiska verksamheten i idrottsföreningarna behöver med andra ord organiseras utifrån och följa innehållet i idrottsrörelsens styrdokument, samtidigt som den anpassas efter olika målgruppers specifika behov utifrån den livssituation de befinner sig i för tillfället. Det finns ett behov av dialog och samarbete på olika nivåer inom idrottsrörelsen generellt men även kommunerna har här en viktig funktion att fylla.