

# UNG LIVSSTIL TÄBY

- EN RESULTATREDOVISNING OM IDROTT, HÄLSA,  
FÖRENINGSLIV OCH FYSISK AKTIVITET BLAND TÄBYS  
UNGA PÅ MELLANSTADIET 2018

LINDA LENGHEDEN, STIG ELOFSSON, ULF BLOMDAHL

## Innehåll

Inledning .....	1
Metod/genomförande .....	2
Mått på medlemskap i förening, idrottsförening och annan förening.....	2
Mått på fysiskt aktiv.....	3
Subjektivt mått.....	3
Objektivt mått .....	3
Mått på självskattad hälsa, besvär och livet som helhet.....	3
Mått på socioekonomisk bakgrund .....	4
Mått på svensk respektive utländsk bakgrund .....	4
Föreningslivet.....	6
Vilka föreningsformer är representerade? .....	7
Jämlikhet och medlemskap i föreningslivet.....	8
Socioekonomisk bakgrund.....	8
Svensk respektive utländsk bakgrund .....	9
Deltagande i förening över tid i Täby .....	10
Hur stor andel av föreningslivet utgörs av idrott? .....	12
Idrottsförening – Täby i relation till andra kommuner .....	13
Vad är viktigt inom idrotten för unga på mellanstadiet i Täby? .....	13
Förändringar över tid om vad som är viktigt inom idrotten .....	15
Slutat i förening .....	16
Slutat i förening över tid.....	18
Täbys största föreningsidrotter bland barn på mellanstadiet.....	19
Vilka är de största enskilda idrotterna i Täby?.....	19
Fotboll.....	20

Hälsa.....	21
Hur tycker barn att deras hälsa är i Täby? .....	21
Upplevda besvär .....	22
Bra hälsa och med i en idrottsförening .....	23
Hälsa och livskvalité – Täby i relation med andra kommuner .....	24
Fysisk aktivitet.....	26
Egenskattad fysisk aktivitet .....	26
Vilka idrotts- och motionsaktiviteter ägnar sig barn åt? .....	27
Egenskattad fysisk aktivitet – Täby i relation till andra kommuner .....	27
Fysisk aktivitet – utifrån objektiv skattning.....	29
Avslutande sammanfattning .....	30
Bilagor .....	31
Referenser .....	32

## Inledning

Idrott, föreningsliv och fysisk aktivitet utgör en stor och viktig del i många barn och ungas liv. Denna rapport visar hur deltagandet i föreningslivet ser ut i Täby idag, och i vissa avseenden jämfört med studien 2013. Andra motionsformer som många unga deltar i är dans, styrketräning och spontanidrott, vilka presenteras också. Rapporten belyser skillnader och/eller likheter med hänsyn till kön, socioekonomisk bakgrund samt svensk/utländsk bakgrund.

I Täby kommuns verksamhetsplan 2018 står: *”Ett viktigt utvecklingsområde är dock att skapa förutsättningar för fysisk aktivitet även utanför det organiserade föreningslivet. Kultur och fritid kommer bland annat att erbjuda aktiviteter för spontanidrott i samarbete med föreningslivet. Därutöver planeras åtgärder baserade på kommunens friluftspan som syftar till att skapa möjligheter för ett rörligt friluftsliv i kommunen”* (Verksamhetsplan 2018, Täby kommun sida 35).

En handlingsplan för ett hälsofrämjande arbete togs fram under 2017 (KFN 2017/97-59). Där återfinns målvärden såsom att andelen elever som tycker livet är härligt och att psykisk hälsa ska öka. Genom Ung livsstils studier går det att mäta, utvärdera och följa upp situationen för barn och unga.

Kultur- och fritidsnämnden beslutade (2016-10-18) att följa upp resultaten i *Ung livsstil* under 2018. Täby kommun kommer likt 2013, att genomföra studien bland barn och unga i mellanstadiet, högstadiet och i gymnasiet. Ung livsstil är ett fristående forsknings- och utvärderingsprojekt som sedan 1984 samarbetar med ett antal kommuner. Täby genomförde studien bland barn och unga första gången 2013/2014. För närvarande samarbetar Ung livsstil med 18 kommuner av olik storlek och befolkningssammansättning. Studien undersöker bland annat livsvillkor, fritidsvanor- och preferenser samt hälsosituation och trygghet. Ansvariga för undersökningarna är Ulf Blomdahl (forskningsledare) och Stig Elofsson (vetenskaplig ledare).

**Syftet men den här rapporten är att beskriva vanor, attityder och preferenser kring idrott, föreningsliv, hälsa samt fysisk aktivitet bland unga på mellanstadiet i Täby.**

## Metod/genomförande

Den här rapporten bygger på enkätsvar från studien Ung livsstil. Barn på mellanstadiet i Täby kommun har besvarat enkäten under skoltid. Samtliga skolor, klasser och elever ingår i urvalsramen, oavsett skolform. Utifrån detta har enskilda klasser valts ut slumpmässigt. Resultaten går på detta sätt att använda både för att uttala sig om Täby kommun som helhet och om olika bostadsområden som ingår i studien. Svarsfrekvensen är lika stor i de kommunala skolorna som grupp som i friskolorna som grupp. En anställd från kultur och fritid var närvarande i klasserna när enkäten fylldes i. Personen har introducerat enkäten för eleverna, samlat in dem och kunnat svara på eventuella frågor från eleverna. I tabell 1 redovisas antalet unga i urvalet, antal besvarade enkäter vid undersökningarna 2013 och 2018 samt svarsfrekvens.

**Tabell 1.** Urval, antal svarande och svarsfrekvens. Ung livsstil Täby kommun.

	Urval	Antal besvarade enkäter	Svarsfrekvens %
Mellanstadiet 2013	774	678	88
Mellanstadiet 2018	797	737	92

Rapporten bygger på de 737 barn i Täbys mellanstadieskolor som besvarade enkäten 2018, i vissa fall jämförs resultat med studien 2013 eller med andra kommuner. Svarsfrekvensen är 92 procent, det innebär att resultaten är representativa för kommunens unga.

### Mått på medlemskap i förening, idrottsförening och annan förening

Frågan som barn och unga svarar på för att avgöra om de är med i någon förening formuleras på följande vis: *Är du med i någon/några föreningar, organisationer, klubbar eller någon kyrka/moské?* (Om du är osäker på om det är en förening du är med i när du utför din aktivitet, så skriv ändå upp det här) *(Nej/Ja)*. **Om ja, vilken/vilka föreningar eller klubbar är du med i, vad sysslar ni med för aktiviteter?**

Eftersom många unga idag inte exakt vet om deras fritidsaktivitet ligger inom ramen för svenskt föreningsliv eller inte, har samtliga enkätsvar kontrollerats manuellt. Det innebär att svaren har granskats av personer från ledningsgruppen för Ung livsstil och anställda på kultur och fritid med god kännedom om det lokala föreningslivet. Därmed har de dansinstitut, gymkedjor och kulturskolor som inte är föreningar exkluderats. För medlemmar i idrottsförening kodas (bearbetas) även specifika idrottsgrenar som barnen är med i. Dessa sammanfattas i lagidrott respektive individuell idrott.

## Mått på fysiskt aktiv

Fysisk aktivitet mäts genom fler frågor i enkäten, dels genom medlemskap i idrottsförening, dels genom svar på frågan: *Hur ofta tränar/motionerar du på din fritid (efter skoltid) så att du blir andfådd eller svettas?* (Du ska alltså inte räkna de gånger du haft skolgymnastik). Svartalternativen är: Aldrig, mindre än 1 gång per vecka, 1 gång per vecka, 2-3 gånger per vecka, 4-5 gånger per vecka och mer än 5 gånger per vecka.

Enkäten undersöker också om och hur ofta barnen har cyklat, styrketränat, promenerat och varit på dansskola exempelvis balett, showdans och street dance. Det som också mäts är om de har idrottat/motionerat på egen hand minst 30 minuter, de ska då inte räkna de gånger när de tränat, idrottat, dansat med lärare/tränare.

## Subjektivt mått

Definitionen för fysiskt aktiv i det subjektiva måttet är att unga ska ha angett att de idrottat, motionerat minst två gånger/vecka.

## Objektivt mått

Det objektiva måttet avser fler aktiviteter som innebär fysisk aktivitet. Det undersöks genom fler frågor i enkäten. Det samlade måttet inkluderar dels organiserad verksamhet som idrottsförening, dansklasser och gruppträning, dels oorganiserade aktiviteter som gym och spontanidrott.

## Mått på självskattad hälsa, besvär och livet som helhet

I enkäten ingår tre mått som på olika sätt ger en bild av hur barnen bedömer sin hälsosituation. Som ett övergripande mått på hälsa används svaren från frågan: *”Hur tycker du din hälsa är?”*. Frågan har fem svartalternativ: bra, ganska bra, varken bra eller dålig, ganska dålig samt dålig.

Uppgifterna kring förekomst av olika besvär hämtas från en fråga där eleverna får ange hur ofta de har olika former av besvär. Frågan lyder: *”Hur ofta har du haft följande besvär under de tre senaste månaderna?”*. Frågan har följande svartalternativ: I stort sett varje dag, ungefär en gång i veckan, ungefär en gång i månaden samt sällan eller aldrig<sup>1</sup>.

Eleverna har också angett sin livskvalitet utifrån frågan: *”Hur tycker du att livet är som helhet?”* Livskvaliteten har bedömts på en skala mellan 1 (mycket dåligt) och 10 (mycket bra).

---

<sup>1</sup> De angivna besvären i enkäten är: huvudvärk, magont (inte mensvärk), svårt att somna/sova, trötthet (under dagen), deppighet, oro/ångest och stress.

## Mått på socioekonomisk bakgrund

Socioekonomisk situation kan mätas på flera sätt, t.ex. socialgrupp, socioekonomisk grupp, utbildning och inkomst. När barn och ungdomar själva ska svara på vilket yrke eller utbildning föräldrarna har blir de interna bortfallen stora eller mycket stora. Barn och ungdomar kan generellt inte svara på vilken inkomst föräldrarna har eller om familjen har tillgång till en kontantmarginal. Ung livsstil har sedan början på 1980-talet valt att mäta socioekonomisk situation med hjälp av ett antal frågor om boendeform och tillgång till fritidskapitalvaror. Utifrån tillgången till dessa materiella resurser har vi bildat fem grupper. Det interna bortfallet blir mycket litet. Detta mått har använts i flera andra studier (Blomdahl, 1990, Elofsson, 1998, Larsson, 2008, Elofsson & Blomdahl, 2017). Detta mått kopplas till Webers definition av social klass, vilket i sin tur kopplas till begreppet livschanser<sup>2</sup>. Även internationella studier använder allt mer likartade indikatorer på socioekonomisk bakgrund. I WHO:s hälsoenkät definieras de ungas socioekonomiska status ”utifrån svar på frågor om familjens ekonomi, bilinnehav, semestervanor, innehav av dator och om de unga har eget rum”<sup>3</sup>.

I Täby presenteras socioekonomisk grupp 3, 4 och 5 hopslaget. Det är för få elever i varje grupp för att särskilja dem från varandra. De fem grupperna är:

**Stora resurser:** Bor i villa/radhus + har tillgång till bil + båt som går att sova i + sommarstuga/hus utomlands.

**Ganska stora resurser:** Bor i villa/radhus/insatslägenhet/bostadsrättslägenhet + har tillgång till två av: bil, båt som går att sova i, sommarstuga/hus utomlands.

**Medelstora resurser:** Övriga t ex bor i hyreslägenhet + har tillgång till två av: bil, båt som går att sova i, sommarstuga/hus utomlands.

**Ganska små resurser:** Bor i hyreslägenhet + har tillgång till antingen bil, båt som går att sova i eller sommarstuga/hus utomlands.

**Små resurser:** Bor i hyreslägenhet. Har inte sommarstuga/hus utomlands, bil eller båt som går att sova i.

## Mått på svensk respektive utländsk bakgrund

Som grund för uppdelningen av utländsk och svensk bakgrund används uppgifter om huruvida ungdomarna själva och deras föräldrar är födda i Sverige eller inte. Frågorna i enkäten har följande formulering: *Är du (din pappa, mamma) född i Sverige? (Nej/Ja).*

Med utgångspunkt från svaren på dessa tre frågor grupperas respondenterna in i fyra grupper på följande sätt:

---

<sup>2</sup> Weber, M, **Ekonomi och samhälle**.

<sup>3</sup> Se DN, Kihlström, S, **Fattiga unga mår sämre**, DN onsdag 4 februari 2015. WHO:s studier kommer att publiceras i den ansedda tidningen The Lancet av Frank Eldgar.

**Svensk bakgrund:** Denna grupp består av de barn och ungdomar som liksom sina föräldrar är födda i Sverige.

**Ganska stark svensk bakgrund:** Denna grupp innefattar av följande tre grupper:

- \* Föräldrarna födda i Sverige. Barnet fött utomlands
- \* En av föräldrarna född i Sverige. Barnet fött i Sverige
- \* En av föräldrarna född i Sverige. Barnet fött utomlands

**Andra generationens invandrare:** Båda föräldrarna är födda utomlands. Barnet är fött i Sverige.

**Första generationens invandrare:** Båda föräldrarna är födda utomlands. Barnet är fött utomlands.

Notera att första och andra generationens invandrare presenteras som en grupp då det är för få individer inom varje grupp i Täby.



## Föreningslivet

Föreningslivet i Sverige omfattar såväl idrottsföreningar, scoutkårer, idéburna rörelser, politiska ungdomsförbund, kulturföreningar och olika frikyrkor. Föreningslivet bland barn och unga består till störst del av föreningar kopplade till svensk idrottsrörelse. Riksidrottsförbundet har 71 specialidrotter representerade. Ung livsstils material har möjlighet att dela in idrotter i lagbundna respektive individuella idrotter. Bland Täbys barn på mellanstadiet är många med i en förening. Majoriteten av dessa deltar i idrottsföreningar. Tabell 2 visar hur många som är med i olika typer av föreningar.

**Tabell 2.** Föreningstyper. Ung livsstil Täby mellanstadiet 2018.

	Killar	Tjejer	Totalt
Förening totalt	83	74	79
Idrottsförening	81	71	77
Lagbunden idrott	62	38	50
Individuell idrott	34	49	42
Övriga föreningar	6	7	7

Bland barn på mellanstadiet i Täby är 79 procent med i en förening, det är nio procentenheter fler killar jämfört med tjejer. 77 procent är med i en idrottsförening, även där är det fler killar som är med. Tjejer dominerar inom de idrotter som klassificeras som individuella. Ser vi till föreningslivet utanför idrotten är det ganska få mellanstadiebarn som är med, likartat mellan killar och tjejer.

## Vilka föreningsformer är representerade?

Avsnittet visar olika typer av föreningar som finns och hur stor andel av barn på mellanstadiet som deltar.

**Tabell 3.** Andel (%) medlemmar i olika typer av föreningar. Totalt och efter kön. Ung livsstil Täby mellanstadiet 2018.

	Killar	Tjejer	Totalt
Idrottsförening	81	71	77
Kulturföreningar (Ex. foto, cirkus, musikföreningar)	4	3	4
Scouter	4	3	3
Frikyrkor/religiösa samfund	1	2	1
Praktiska föreningar (Ex. schack, frimärken, modellbygge)	1	0	1
Idéburna föreningar (Ex. Röda korset, freds rörelsen, Vi unga)	0	1	0
Djurföreningar	0	1	0
Supporter i idrottsklubb	0	0	0
Politiska ungdomsförbund	0	0	0
Handikapporganisationer	0	0	0
Invandrarorganisationer	0	0	0
Elevorganisationer	0	0	0
Friluftsföreningar	0	0	0

Tabellen visar att idrotten intar en stark dominerande plats. Kulturföreningar når 4 procent och scouter når 3 procent av mellanstadiebarnen.

## Jämlikhet och medlemskap i föreningslivet

I detta kapitel studeras hur stor andel av killar och tjejer på mellanstadiet som deltar i föreningslivet. Det inkluderar förening totalt, idrottsföreningar och övriga föreningar. Detta med utgångspunkt utifrån socioekonomiska grupper och svensk respektive utländsk bakgrund.

### Socioekonomisk bakgrund

För att bilda socioekonomisk bakgrund används frågor om barnens boende form i kombination med vilka materiella resurser som hemmet har att tillgå. Exempel bil, båt och sommarställe. I Täby är det för få elever i de lägre socioekonomiska grupperna, därav en sammanslagning.

**Tabell 4.** Andel (%) medlemmar i förening totalt efter socioekonomisk bakgrund och kön. Ung livsstil Täby mellanstadiet 2018.

	Stora resurser	Ganska stora resurser	Medelstora resurser	Ganska små resurser	Små resurser	Signifikant
Killar	87	87	76			*
Tjejer	83	75	69			*
Totalt	86	81	73			**

+ p<0.10; \* p<0.05; \*\* p<0.01; \*\*\* p<0.001, Ns=Not significant<sup>4</sup>

Tabellen visar att barn som kommer från familjer med stora eller ganska stora resurser deltar mer i föreningslivet totalt. Hur det ser ut gällande idrottsförening visas i tabell 5.

**Tabell 5.** Andel (%) medlemmar i idrottsförening efter socioekonomisk bakgrund och kön. Ung livsstil Täby mellanstadiet 2018.

	Stora resurser	Ganska stora resurser	Medelstora resurser	Ganska små resurser	Små resurser	Signifikant
Killar	84	85	74			*
Tjejer	82	73	64			*
Totalt	83	79	69			**

+ p<0.10; \* p<0.05; \*\* p<0.01; \*\*\* p<0.001, Ns=Not significant

<sup>4</sup> Stjärnorna visar att resultaten är statistiskt signifikanta. Tre stjärnor betyder att resultaten är till 99,9 % säkra.

Vi ser att barn som kommer från familjer med stora eller ganska stora resurser, deltar mer i en idrottsförening, det gäller både killar och tjejer. Tabell 6 visar socioekonomisk fördelning efter kön för övrigt föreningsliv.

**Tabell 6.** Andel (%) medlemmar i annan förening än idrottsförening efter socioekonomisk bakgrund och kön. Ung livsstil Täby mellanstadiet 2018.

	Stora resurser	Ganska stora resurser	Medelstora resurser	Ganska små resurser	Små resurser	Signifikant
Killar	3	8	6			Ns
Tjejer	7	7	8			Ns
Totalt	5	7	7			Ns

+ p<0.10; \* p<0.05; \*\* p<0.01; \*\*\* p<0.001, Ns=Not significant

Vi ser att killar från familjer med stora ekonomiska resurser deltar minst i andra föreningar. I gruppen tjejer ser vi inga systematiska skillnader beroende på ekonomiska resurser.

### Svensk respektive utländsk bakgrund

Resultaten presenteras efter kön och svensk respektive utländsk bakgrund. I Täby är det för få elever som tillhör grupperna som har föräldrar födda i ett annat land, därav en sammanslagning.

**Tabell 7.** Andel (%) medlemmar i förening totalt efter svensk/utländsk bakgrund och kön. Ung livsstil Täby mellanstadiet 2018.

	Svensk bakgrund	Ganska stark svensk bakgrund	Första generationens invandare + Andra generationens invandare	Signifikant
Killar	84	83	77	Ns
Tjejer	77	68	64	Ns
Totalt	81	75	70	*

+ p<0.10; \* p<0.05; \*\* p<0.01; \*\*\* p<0.001, Ns=Not significant

Vi ser att barn med utländsk bakgrund deltar mindre i föreningslivet totalt, det gäller både killar och tjejer. Oberoende av svensk respektive utländsk bakgrund är det mindre vanligt att tjejer deltar i förening.

I tabell 8 ser vi medlemmar i idrottsförening med utgångspunkt i svensk respektive utländsk bakgrund.

**Tabell 8.** Andel (%) medlemmar i idrottsförening efter svensk/utländsk bakgrund och kön. Ung livsstil Täby mellanstadiet 2018.

	Svensk bakgrund	Ganska stark svensk bakgrund	Första generationens invandare + Andra generationens invandare	Signifikant
Killar	81	83	77	Ns
Tjejer	75	68	51	**
Totalt	79	75	64	*

+ p<0.10; \* p<0.05; \*\* p<0.01; \*\*\* p<0.001, Ns=Not significant

Tabellen visar att barn med utländsk bakgrund deltar mindre i en idrottsförening, det gäller både killar och tjejer. I gruppen tjejer är skillnaden störst, 24 procentenheter skiljer deltagandet beroende på om föräldrarna är födda i Sverige eller i ett annat land. Motsvarande siffra bland killar är 14 procentenheter.

**Tabell 9.** Andel (%) medlemmar i annan förening totalt efter svensk/utländsk bakgrund och kön. Ung livsstil Täby mellanstadiet 2018.

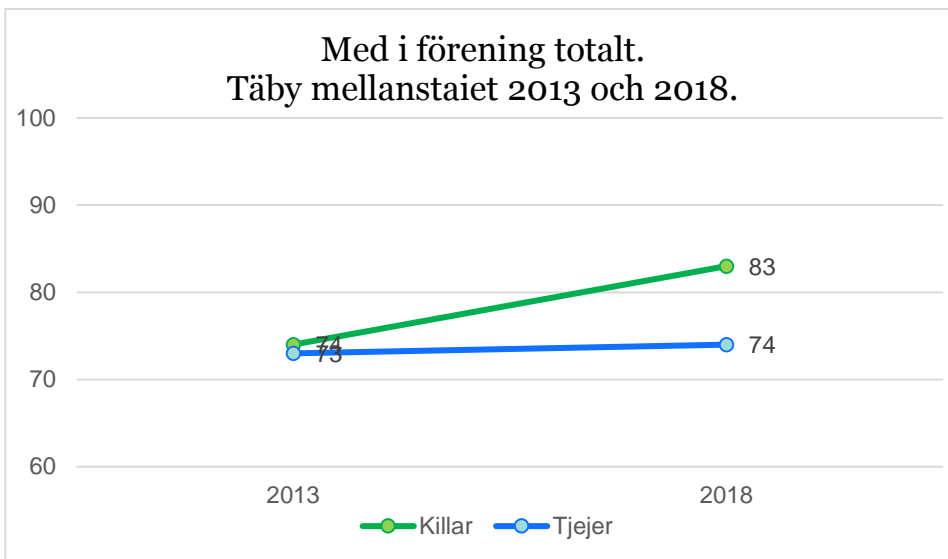
	Svensk bakgrund	Ganska stark svensk bakgrund	Första generationens invandare + Andra generationens invandare	Signifikant
Killar	7	2	11	Ns
Tjejer	7	5	15	Ns
Totalt	7	3	14	*

+ p<0.10; \* p<0.05; \*\* p<0.01; \*\*\* p<0.001, Ns=Not significant

Tabellen visar att barn med utländsk bakgrund, både killar och tjejer deltar i annat föreningsliv än idrott i större utsträckning än barn med båda föräldrarna födda i Sverige. Bland tjejer är det dubbelt så vanligt.

### Deltagande i förening över tid i Täby

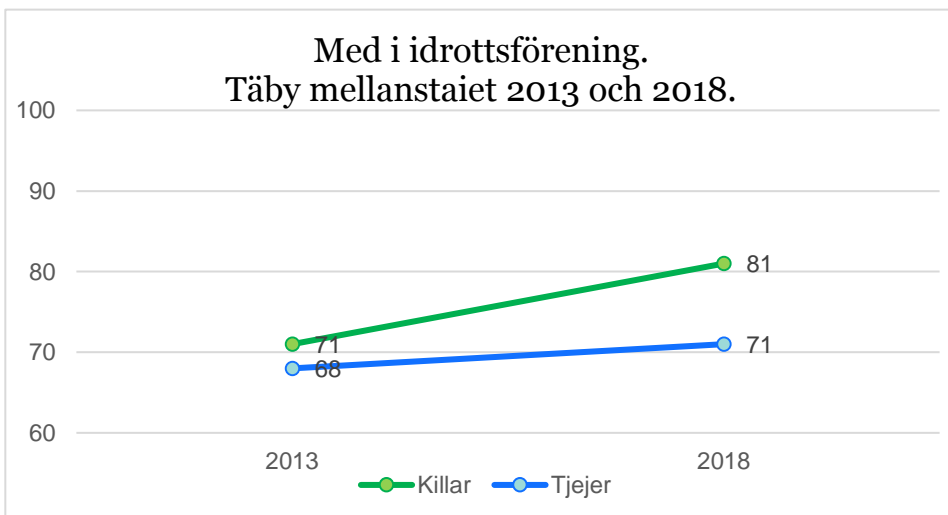
Följande kapitel redovisar andelen medlemmar i förening totalt, idrottsförening och annan förening bland unga på mellanstadiet 2013 och 2018.



**Figur 1.** Med i förening totalt. Efter kön och undersökningstillfälle. Ung livsstil Täby mellanstadiet.

Medlem i förening totalt har ökat bland unga i mellanstadiet i Täby. Bland killar på mellanstadiet har andelen som är med i någon förening ökat med 9 procentenheter; från 74 procent till 83 procent. Bland tjejer är förändringen liten.

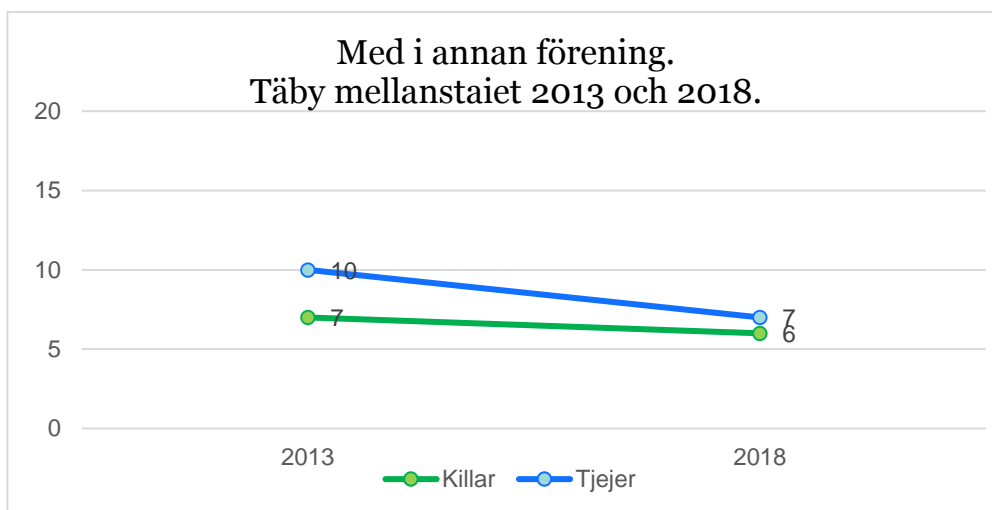
I figur 2 visas andelen i idrottsförening över tid.



**Figur 2.** Med i idrottsförening. Efter kön och undersökningstillfälle. Ung livsstil Täby mellanstadiet.

Att vara medlem i idrottsförening har ökat från 2013. Bland killar har andelen ökat med 10 procentenheter; från 71 procent till 81 procent. Bland tjejer är ökningen 3 procent, från 68 procent till 71 procent.

I figur 3 visas utvecklingen över tid av övriga föreningar.



**Figur 3.** Med i annan förening. Efter kön och undersökningstillfälle. Ung livsstil Täby mellanstadiet.

Andel medlemmar i annan förening (exempelvis kyrka, scout, kulturförening) är stabilt bland barn på mellanstadiet i Täby sedan 2013. Bland killar har det minskat med 1 procentenhet, från 7 till 6. Motsvarande siffror bland tjejer är 10 till 7 procentenheter.

### Hur stor andel av föreningslivet utgörs av idrott?

Idrotten är Sveriges största folkrörelse, i synnerhet bland barn och unga. I tabell 10 ser vi hur stor del av det totala föreningslivet som utgörs av medlemskap i en idrottsförening.

**Tabell 10.** Andel (%) av medlemskap i förening som utgörs av medlemskap i idrottsförening efter kön 2013 och 2018. Ung livsstil Täby.

	Mellanstadiet	
	Killar	Tjejer
2013	94	90
2018	95	86

Vi ser att andelen medlemskap som utgörs av idrottsförening är 95 procent bland killar och 86 procent bland tjejer. På mellanstadiet har medlemskap i idrottsförening bland tjejer sjunkit något sedan 2013, bland killar är det relativt oförändrat.

## Idrottsförening – Täby i relation till andra kommuner

Tabell 11 visar andelen barn i mellanstadiet som är med i en idrottsförening i de kommuner som genomfört Ung livsstil sedan 2014.

**Tabell 11.** Andel (%) barn på mellanstadiet som är med i en idrottsförening efter kön och kommun. Ung livsstil 2012-2018.

	Killar	Tjejer
Sävsjö 2014	74	68
Stockholm 2014	71	50
Huddinge 2015	67	57
Jönköping 2018	74	66
<b>Täby 2013</b>	<b>71</b>	<b>68</b>
<b>Täby 2018</b>	<b>81</b>	<b>71</b>

Tabellen visar att unga på mellanstadiet i Täby ligger högst när det gäller deltagande i idrottsförening, både bland killar och tjejer. Strax efter placerar sig Jönköping.

## Vad är viktigt inom idrotten för unga på mellanstadiet i Täby?

Ung livsstil undersöker vad som är viktigt vid idrott och motion genom frågan: *Hur viktigt tycker du det är att få göra följande saker när du idrottar/motionerar på fritiden? Räkna med i en förening, på egen hand eller med kompisar, tänk inte på skolidrotten.* Svartalternativen är mycket viktigt, ganska viktigt, inte särskilt viktigt och inte viktigt alls.

I tabell 12 presenteras det som angetts som mycket viktigt.



**Tabell 12.** Andel (%) som uppger att olika saker är ”mycket viktigt” vid idrott och motion? Ung livsstil Täby mellanstadiet 2018.

	Killar	Tjejer
Att ha kul	90	95
Att må bra	93	94
Att ha bra ledare/tränare	78	79
Att träna	78	73
Att lära mig nya saker	75	70
Att uppleva gemenskap	47	59
Att uppleva att kroppen är i rörelse/fartkänsla	71	58
Att få bra kondition	65	55
Att träffa kompisar	51	51
Att bygga upp min kropp	54	42
Att påverka hur träningen bedrivs	33	30
Att röra mig till musik	9	24
Att åka på läger och cuper	30	18
Att ha cupper med vinnare	32	12
Att tävla	29	12
Att bli bäst	23	7
Att vinna	22	7
Att ha serier med tabeller	20	6
Att alltid spela med i bästa laget	13	5

De värden som är viktigast för barn när de idrottar och motionerar är att må bra, ha kul, att träna och att ledarna/tränarna är bra. Det tycker både killar och tjejer. För tjejer är det viktigare eller något viktigare, jämfört med killar, att uppleva gemenskap och att röra sig till musik. Bland killar som grupp är att få bra kondition, att tävla, att vinna, att bygga upp sin kropp och att åka på läger och cuper är viktigare än bland tjejer. Två nya svarsalternativ finns med i denna fråga detta år jämfört med studien 2013. Dessa är hur viktigt barn tycker det är att ha serier med tabeller och att ha cuper med vinnare. Vi ser att killar jämfört med tjejer tycker det är viktigt.

## Förändringar över tid om vad som är viktigt inom idrotten

Tabell 13 jämför vad mellanstadiebarn tycker är mycket viktigt vid idrott och motion över tid.

**Tabell 13.** Vad är ”mycket viktigt” vid idrott och motion? Ung livsstil Täby mellanstadiet 2013 och 2018.

	Killar		Tjejer	
	2013	2018	2013	2018
Att ha kul	83	90	87	95
Att må bra	81	93	99	94
Att ha bra ledare/tränare	68	78	79	79
Att lära mig nya saker	47	75	51	70
Att träna	66	78	72	73
Att uppleva gemenskap	34	47	51	59
Att uppleva att kroppen är i rörelse/fartkänsla	43	71	50	58
Att få bra kondition	48	65	59	55
Att träffa kompisar	45	51	46	51
Att bygga upp/förändra <sup>5</sup> min kropp	36	54	39	42
Att påverka hur träningen bedrivs	25	33	24	30
Att röra mig till musik	9	9	36	24
Att åka på läger och cuper	30	30	22	18
Att ha cupper med vinnare	#	32	#	12
Att tävla	30	29	10	12
Att bli bäst	33	23	13	7
Att vinna	32	22	10	7
Att ha serier med tabeller	#	20	#	6
Att alltid spela med i bästa laget	18	13	8	5

# Ej undersökt

De största förändringarna tycks ha skett bland killarna. Killar på mellanstadiet tycker att det som blivit viktigare över tid är bland annat att träffa kompisar, att träna, vara med och påverka, ha kul, uppleva gemenskap och vikten av att ha bra tränare. Däremot att spela i det bästa laget

<sup>5</sup> I studien 2013 formulerades alternativet förändra min kropp, 2018 bygga upp min kropp.

och att bli bäst har fått mindre betydelse. Bland tjejer i samma ålder ser vi att det är viktigare nu än tidigare, att träffa kompisar, lära sig nya saker, att ha kul och påverka hur träningen bedrivs. Vikten av att vinna, att bli bäst och att alltid spela i det bästa laget har däremot fått mindre betydelse.

## **Slutat i förening**

Andelen barn som slutat i en förening det senaste året är 25 procent. Det är jämn könsfördelning, 26 procent av killarna och 24 procent av tjejerna. Idrotten står för 94 procent, bland killar 93 procent och bland tjejer 96 procent. Resten var scouter och kyrka. De idrotter som killar slutat med mest är fotboll (30 %), innebandy (9 %) och tennis (5 %). Bland tjejer är det idrotterna fotboll (17 %), gymnastik (12 %), friidrott (10 %) och simning (9 %).

Om vi ser till resultaten från 2013 var det 27 procent som slutat i en förening bland barn på mellanstadiet. 93 procent av de som slutat i en förening hade slutat i en idrottsförening, resten var scouter och kyrka. De vanligaste idrotterna att sluta med var fotboll, innebandy och tennis i gruppen killar. Bland tjejer var det fotboll, gymnastik, innebandy och tennis. Resultaten ser alltså likartade ut över tid.

Låt oss nu se vilka anledningar finns det till att barn slutar att idrotta i en förening och om det är några skillnader mellan killar och tjejer. I tabell 14 ser vi anledningar till varför barn har slutat i en förening. Tabell 15 visar hur det ser ut över tid.

**Tabell 14.** Orsaker till att barn slutat i förening. Andel (%). Ung livsstil. Mellanstadiet Täby 2018.

	Killar	Tjejer	Totalt
Jag tröttnade	34	33	34
Andra intressen	32	34	33
Dåliga ledare	16	15	16
Jag hade bara tid för att delta i en förening/klubb	15	12	14
Kompisar slutade	7	17	12
Jag längtade efter att få pröva något annat	11	11	11
Jag bytte till en bättre klubb	12	7	10
Läxorna tog för mycket tid	8	11	9
För mycket tävling	4	6	5
Jag kände att jag inte platsade längre	5	5	5
Jag fick en idrottsskada	4	4	4
Mina föräldrar kunde inte skjutsa mig	2	4	3
Ledarna toppade laget	4	2	3
Ledaren sa att jag inte platsade längre	1	0	1
För dyrt (det kostade för mycket pengar)	1	0	1

De vanligaste orsakerna till att barn slutar i en förening, både killar och tjejer är att de tröttnade, fick andra intressen samt att de tycker att ledarna var dåliga. Tjejer uppger också att det berodde på att kompisar slutade, medan killar menar att de bara hade tid att delta i en förening.

En viktig observation är att en mycket stor del av de som slutat i en idrottsförening fortfarande är med i en idrottsförening. Bland killar är det 26 procent som slutat i förening, av dessa är det endast 4 procent som lämnat idrottsrörelsen. Bland tjejer är motsvarande siffra 24 respektive 8 procent. I jämförelse med 2013 var det 6 procent av killarna och 8 procent av tjejerna som lämnat idrottsförening av de som slutat vara med i en förening.

## Slutat i förening över tid

Nedan ser vi orsaker till att barn slutat i förening och hur det varierat över tid.

**Tabell 15.** Orsaker till att barn slutat i förening. Andel (%). Ung livsstil. Mellanstadiet Täby 2013 och 2018.

	Killar		Tjejer	
	2013	2018	2013	2018
Andra intressen	33	32	29	34
Jag tröttnade	46	34	45	33
Kompisar slutade	10	7	8	17
Dåliga ledare	7	16	13	15
Jag hade bara tid för att delta i en förening/klubb	11	15	7	12
Läxorna tog för mycket tid	7	8	12	11
Jag längtade efter att få pröva något annat	6	11	8	11
Jag bytte till en bättre klubb	9	12	5	7
För mycket tävling	4	4	5	6
Jag kände att jag inte platsade längre	9	5	13	5
Jag fick en idrottsskada	6	4	8	4
Mina föräldrar kunde inte skjutsa mig	1	2	5	4
Ledarna toppade laget	#	4	#	2
För dyrt (det kostade för mycket pengar)	3	1	5	0
Ledaren sa att jag inte platsade längre	1	1	5	0

# Ej undersökt

Vi ser att fler av alternativen ligger stabilt över tid, däremot uppger färre barn att slutade på grund av att de tröttnade 2018 jämfört med 2013. Fler killar uppger däremot dåliga ledare som orsak till att sluta i förening i den senaste studien. Den största skillnaden över tid bland tjejer är att fler uppger 2018 att orsaken är att kompisar slutade jämfört med tidigare.

## Täbys största föreningsidrotter bland barn på mellanstadiet

Följande kapitel visar vilka enskilda idrotter som är störst bland barn i Täby inom ramen för föreningslivet. Resultaten visar också den största idrottens (fotboll) representation av killar respektive tjejer, hur den socioekonomiska fördelningen ser ut och hur stor andel som har svensk respektive utländsk bakgrund.

### Vilka är de största enskilda idrotterna i Täby?

I Täby är fotbollen störst liksom i de flesta svenska kommuner. Innebandy, ridsport, tennis och gymnastik är också idrotter som når många barn på mellanstadiet i Täby.

**Tabell 16.** Andel (%) som är med i de största idrotterna. Ung livsstil Täby mellanstadiet 2018.

Killar (%)		Tjejer (%)	
Fotboll	42	Fotboll	21
Innebandy	13	Gymnastik	17
Tennis	11	Ridsport	16
Hockey	8	Innebandy	13
Karate och kickboxning	5	Basket	5
Basket	5	Karate och kickboxning	4
Friidrott	4	Simning	4
Parkour	3	Friidrott	4
Simning	3	Konståkning	3
Handboll	3		

Vi ser att fotbollen är största idrott både bland killar och tjejer, det är dock dubbelt så stor andel killar som sysslar med fotboll. Det är 42 procent av killarna och 21 procent av tjejerna som är med i en fotbollsförening.

Innebandyn når lika stor andel killar som tjejer, och är den näst största idrotten i killgruppen. Bland tjejerna är innebandyn fjärde störst, efter gymnastiken och ridsporten som når 17 respektive 16 procentenheter.

## Fotboll

Följande avsnitt visar Täbys största idrott, fotbollen i detalj gällande deltagande efter kön, socioekonomisk bakgrund och svensk respektive utländsk bakgrund.

**Tabell 17.** Andel (%) som är med i en fotbollsförening efter socioekonomisk bakgrund och kön. Mellanstadiet Ung livsstil Täby 2018.

	Stora ekonomiska resurser	Ganska stora ekonomiska resurser	Medelstora ekonomiska resurser	Ganska små ekonomiska resurser	Små ekonomiska resurser
Killar	56	43		35	
Tjejer	33	22		14	
Totalt	45	32		25	

Vi ser att både bland killar och tjejer är det fler som är med i en fotbollsförening från de högre socioekonomiska grupperna.

**Tabell 18.** Andel (%) som är med i en fotbollsförening efter svensk/utländsk bakgrund och kön. Mellanstadiet Ung livsstil Täby 2018.

	Svensk bakgrund	Ganska stark svensk bakgrund	Första generationens invandare + Andra generationens invandare
Killar	44	33	46
Tjejer	24	15	13
Totalt	35	24	28

Killar med svensk och utländsk bakgrund deltar lika mycket i en fotbollsförening. Bland tjejer framträder däremot tydliga skillnader, det är endast något mer än hälften så vanligt att tjejer med utländsk bakgrund är med i en fotbollsförening jämfört med tjejer med svensk bakgrund.

## Hälsa

Det är allmänt känt att fysisk aktivitet och motion är viktigt och påverkar hälsan i en positiv riktning. Tidigare forskning visar att unga som deltar i en idrottsförening skattar sin hälsa bättre (Blomdahl & Elofsson 2017). Följande kapitel redovisar självskattad hälsa, upplevda besvär och sambandet mellan ”bra hälsa” och deltagandet i en idrottsförening bland barn på mellanstadiet.

### Hur tycker barn att deras hälsa är i Täby?

I tabell 19 ser vi hur killar respektive tjejer besvarat frågan *Hur tycker du att din hälsa är?*

**Tabell 19.** Hur är din hälsa? Andel (%) totalt och uppdelat efter kön. Ung livsstil Täby mellanstadiet 2018.

	Killar	Tjejer	Totalt
Bra	57	57	57
Ganska bra	35	33	34
Varken bra eller dålig	7	8	7
Ganska dålig	2	1	2
Dålig	0	1	1

Tabellen visar att barn på mellanstadiet i Täby skattar sin hälsa som bra eller ganska bra. En till två procent säger sig må dåligt eller ganska dåligt. Om det skett någon förändring sedan 2013 visas i tabell 20.



**Tabell 20.** Hur är din hälsa? Andel (%) totalt och uppdelat efter kön. Ung livsstil Täby mellanstadiet 2013 och 2018.

	Killar		Tjejer	
	2013	2018	2013	2018
Bra	62	57	62	57
Ganska bra	30	35	31	33
Varken bra eller dålig	8	7	6	8
Ganska dålig	0	2	0	1
Dålig	0	0	1	1

Vi ser att något färre barn 2018 jämfört med 2013 skattar sin hälsa som "Bra" jämfört med 2013. Något fler skattar sin hälsa som dålig eller ganska dålig, en ökning med 3 procentenheter. Förändringen är lika bland killar och tjejer.

### Upplevda besvär

Vilka besvär upplever sig barn i Täby att ha? Frågan till barnen lyder som följer: *Hur ofta har du haft följande besvär under de senaste tre månaderna?* Svartalternativen är: I stort sett varje dag, Ungefär en gång i veckan, Ungefär en gång i månaden och Sällan eller aldrig. I tabell 21 visas resultat för hur många som anger att de har olika besvär *ungefär en gång i veckan* och *i stort sett varje dag* efter kön.

**Tabell 21.** Andel (%) som uppger att de haft olika besvär varje dag och ungefär en gång i veckan. Ung livsstil Täby mellanstadiet 2018.

	Killar	Tjejer	Totalt
Trötthet under dagen	62	66	64
Svårt att somna/sova	44	57	51
Stress	39	51	45
Huvudvärk	30	36	33
Deppighet	24	32	28
Oro/ångest	17	34	25
Ont i magen	15	27	21

Vi ser att tjejer i mellanstadiet i högre utsträckning uppger att de har olika former av besvär jämfört med jämnåriga killar. Både bland killar och tjejer är de vanligaste besvären trötthet under dagen och svårt att somna/sova.

Relativt sett finns de största skillnaderna mellan killar och tjejer när det gäller oro/ångest och att ha ont i magen. När det gäller trötthet under dagen är könsskillnaderna små. Frågan är om andelen som har olika besvär har förändrats sedan 2013, här studeras andelen som uppger att de haft olika besvär i stort sett varje dag.

**Tabell 22.** Andel (%) som uppger att de haft olika besvär i stort sett varje dag. Efter kön och undersökningsår. Ung livsstil Täby mellanstadiet 2013 och 2018.

	Killar		Tjejer	
	2013	2018	2013	2018
Trötthet under dagen	21	26	26	26
Svårt att somna/sova	18	19	17	24
Stress	13	13	16	23
Oro/ångest	6	5	8	13
Deppighet	7	6	6	9
Huvudvärk	6	6	6	8
Ont i magen	4	3	5	6

Killar i mellanstadiet uppger i ungefär samma utsträckning de olika besvären 2018 som 2013, det som ökat något är alternativet trötthet under dagen. Tjejer anger stress, oro/ångest och svårt att somna/sova i större utsträckning 2018 jämfört med tidigare undersökning 2013. Det som avviker något mellan mättillfällena är att killar anger trötthet på dagen mer än tidigare.

### Bra hälsa och med i en idrottsförening

I flera rapporter har Ung livsstil visat att barn och unga som är med i en idrottsförening skattar sin hälsa bättre än de som inte är med (Blomdahl & Elofsson 2017). Tabell 23 visar sambandet mellan att vara med i en idrottsförening och att skatta sin hälsa som ”bra” i Täby.

**Tabell 23.** Självs kattad hälsa och medlemskap i idrottsförening. Ung livsstil Täby mellanstadiet 2018. Andel (%) som anger bra hälsa.

	Medlem i idrottsförening	Ej medlem i idrottsförening	Signifikant
Killar	63	31	***
Tjejer	63	41	***
Totalt	63	37	***

+ p<0.10; \* p<0.05; \*\* p<0.01; \*\*\* p<0.001, Ns=Not significant<sup>6</sup>

Unga som är med i en idrottsförening skattar sin hälsa mycket bättre än de som inte är med.

### Hälsa och livskvalité – Täby i relation med andra kommuner

I tabell 24 presenteras hälsa och livskvalité bland barn på mellanstadiet. Detta i jämförelse med andra kommuner som genomfört studien de senaste åren. Måttet på livskvalité utifrån frågan: *Hur tycker du att livet är som helhet?* Eleverna sätter ett kryss på en 10-gradig skala. Definitionen av "ej bra hälsa" är de som angett alternativen *varken bra eller dåligt, ganska dåligt* och *dåligt* på frågan: *hur tycker du att din hälsa är?* De andra svarsalternativen var *bra* och *ganska bra*.

**Tabell 24.** Hälsa och livskvalitet. Andel (%) som skattar sin hälsa som ej bra, genomsnittligt skattad livskvalitet (m) efter kön, kommun. Ung livsstil mellanstadiet 2012-2018.

Kommun	Ej bra hälsa (%)		Livskvalitet (m)	
	Killar	Tjejer	Killar	Tjejer
Sävsjö 2014	7	5	8.8	8.9
Huddinge 2015	10	13	8.8	8.4
Stockholm 2014	8	12	#	#
Jönköping 2018	1	1	8,9	8,4
Täby 2013	8	7	8.5	8.3
<b>Täby 2018</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>8,4</b>	<b>8,1</b>

# Ej undersökt

<sup>6</sup> Stjärnorna visar att resultaten är statistiskt signifikanta. Tre stjärnor betyder att resultaten är till 99,9 % säkra.

Få unga i mellanstadiet uppger dålig hälsa bland Täbys mellanstadiebarn, det är 2018 endast två procent bland både killar och tjejer. Detta gör att Täby kommer lägst om vi ser till hur många som inte har bra hälsa.

Ser vi till skattad livskvalité är bilden mindre positiv. Både bland killar och tjejer ligger Täby lågt bland de studerade kommunerna. Vi ska dock notera att barn i Täby i genomsnitt skattar sin livskvalité högt, liksom i de flesta andra kommunerna. Killar skattar livskvalitén bättre jämfört med tjejer.

## Fysisk aktivitet

Kapitlet beskriver hur fysiskt aktiva unga är på mellanstadiet i Täby kommun 2018. Definitionen av att vara fysiskt aktiv är enligt Folkhälsomyndigheten: *Fysisk aktivitet används som ett överordnat begrepp och innefattar kroppsrörelser under såväl arbete som fritid och olika former av kroppsövningar, till exempel idrott, lek, kroppsövning, gymnastik, motion och friluftsliv.*

FYSS (Fysisk Aktivitet i Sjukdomsprevention och Sjukdomsbehandling) har publicerat rekommendationer för barn och unga (6-17 år) gällande fysisk aktivitet. På hemsidan skriver de: *"Alla barn och ungdomar rekommenderas sammanlagt minst 60 minuters daglig fysisk aktivitet. Den fysiska aktiviteten bör vara av främst aerob karaktär och intensiteten måttlig till hög. [...] Aerob fysisk aktivitet på hög intensitet bör ingå minst tre gånger i veckan [...] Barn och ungdomar med sjukdomstillstånd eller funktionsnedsättning, som inte kan nå upp till rekommendationerna bör vara så aktiva som tillståndet medger[...]Hälsovinsterna är många".*

### Egenskattad fysisk aktivitet

Frågan barnen svarar på i Ung livsstil ställs såhär: *Hur ofta tränar/motionerar du på din fritid (efter skolan) så att du blir andfådd eller svettas? (Du ska alltså inte räkna de gånger du haft skolgymnastik).* I en följdfråga undersöks vilka aktiviteter som barnen har gjort. Det innebär att barnen skriver både aktiviteter inom föreningsidrotten, det som gjorts på egen hand och/eller motionsaktiviteter som exempel dans.

Det lägsta måttet<sup>7</sup> för att klassificeras som fysisk aktiv i våra studier är att barn och unga ska blivit svettiga och andfådda minst två gånger i veckan.

**Tabell 25.** Fysisk aktivitet enligt egenskattning, totalt samt efter kön. Andel (%). Ung livsstil Täby mellanstadiet 2018.

	Killar	Tjejer	Totalt
Aldrig	2	2	2
Mindre än 1 gång/ veckan	2	4	3
1 gång per vecka	5	9	7
2-3 gånger per vecka	38	38	38
4-5 gånger per vecka	33	33	33
Mer än 5 gånger per vecka	21	14	17

<sup>7</sup> För andra mått och grader av fysisk aktivitet visas i tabell 28 och 29.

Vi ser att barnen i Täby beskriver sig själva som fysiskt aktiva i stor utsträckning och att könsskillnaderna är små. 9 procent av killarna och 15 procent av tjejerna rör sig mindre än två gånger i veckan.

### Vilka idrotts- och motionsaktiviteter ägnar sig barn åt?

Barnen svarar på vilka aktiviteter de utfört när de svettats och blivit andfådda på fritiden. Det kan alltså både vara organiserade aktiviteter, spontana eller oorganiserade aktiviteter. Frågan ställdes såhär: *Vad har du gjort för idrott/motion när du tränat så du blir svettig och andfådd?* Tabell 26 visar de vanligaste aktiviteterna bland killar och tjejer.

**Tabell 26.** Andel (%) av olika motionsformer. Ung livsstil Täby 2018.

Killar (%)		Tjejer (%)	
Fotboll	50	Löpträning/jogga	38
Löpträning/jogga	31	Dans	30
Innebandy	17	Fotboll	27
Tennis	15	Gymnastik	17
Gym/styrketräning	13	Gym/styrketräning	17

Det vanligaste bland killar är fotboll och löpträning. Bland tjejer är det löpträning, dans och fotboll. Det är en blandning av organiserad och oorganiserad fysisk aktivitet.

### Egenskattad fysisk aktivitet – Täby i relation till andra kommuner

Hur mycket rör sig Täbys barn i relation till andra barn på mellanstadiet? I tabell 27 ser vi ett antal kommuner som sedan 2013 undersökt gruppen.

**Tabell 27.** Andel (%) barn på mellanstadiet som själva uppger sig vara fysiskt aktiva efter kön och kommun. Ung livsstil 2013-2018.

	<b>Killar</b>	<b>Tjejer</b>
Sävsjö 2014	79	65
Stockholm 2014	76	65
Huddinge 2015	66	56
Jönköping 2018	86	78
<b>Täby 2013</b>	87	81
<b>Täby 2018</b>	91	85

Täbys barn ligger genomgående högt när det gäller andelen som själva uppger att de är fysiskt aktiva.

## Fysisk aktivitet – utifrån objektiv skattning

En risk när personer ska rapportera fysisk aktivitet, är att de överskattar nivån och rapporterar till sin fördel. En metod för att försäkra sig är att använda fler indikatorer om fysisk aktivitet. Ung livsstil kompletterar frågan om det subjektiva måttet och om medlemskap i idrottsförening. I frågan om vad barnen sysslade med på fritiden under de senaste fyra veckorna finns alternativ som inbegriper fysisk aktivitet såsom dans, gruppträning och gym. Dessa olika mått används för att bilda det objektiva måttet.

I tabell 28 visas andelen som gör olika aktiviteter inom fysisk aktivitet.

**Tabell 28.** Andel (%) som inte är fysiskt aktiva efter olika mått. Ung livsstil Täby mellanstadiet 2018.

	Killar	Tjejer	Total
<u>Ej</u> tränat så man blir andfådd eller svettas (självskattad)	8	15	12
<u>Ej</u> med i idrottsförening	19	29	24
<u>Ej</u> med i idrottsförening eller dansskola	18	22	20
<u>Ej</u> med i organiserad verksamhet (idrottsförening, dansskola) eller gått på gym	16	20	18
<b><u>Ej</u> med i organiserad verksamhet (idrottsförening, dansskola), gått på gym eller idrottat spontant</b>	14	18	16

Vi ser att när vi inkluderar olika mått av fysisk aktivitet är det 14 respektive 18 procent som inte deltagit i varken organiserad eller oorganiserad fysisk aktivitet minst två gånger i veckan. Både det subjektiva och det objektiva måttet tyder på en hög andel av fysiskt aktiva i Täby. Utifrån det subjektiva måttet är något fler fysiskt aktiva bland tjejer. Ser vi till det objektiva måttet framträder dock inte någon direkt könsskillnad.



## Avslutande sammanfattning

1. Medlemskap i förening totalt och i idrottsförening har ökat bland barn på mellanstadiet i Täby sedan 2013. Detta gäller bland både killar och tjejer, störst ökning ser vi bland killar. Andelen tjejer i idrottsförening har ökat från 68 % till 71 %. Motsvarande siffra för killar är 71 % till 81 %.
2. De barn som tillhör högre socioekonomiska grupper deltar i förening och idrottsförening i högre grad jämfört med barn från lägre socioekonomiska grupper. Det gäller både killar och tjejer. Även i övriga kommuner Ung livsstil undersöker ser vi att barn i högre socioekonomiska grupper deltar mer i idrottsförening än de i lägre socioekonomiska grupper.
3. Barn, liksom sina föräldrar, som är födda i Sverige, deltar i förening och idrottsförening i högre grad jämfört med de barn som har utländsk bakgrund. Det gäller både killar och tjejer. I andra kommuner Ung livsstil undersöker föreningslivet, ser strukturen likadan ut.
4. De besvär som barnen anger att de har ungefär en gång i veckan eller i stort sett varje dag är trötthet under dagen, svårt att sova/somna och stress. Tjejer anger i högre grad jämfört med killar att de har de olika besvären.
5. Barn i Täby skattar sin hälsa, liksom 2013, som god. Omkring 90 procent av killarna och tjejerna på mellanstadiet uppger att deras hälsa är bra eller ganska bra.

## Bilagor

**Tabell 29.** Andel (%) unga på mellanstadiet som är med i olika föreningstyper 2013 och 2018.

	<b>2013</b>	<b>2018</b>	<b>+/- %</b>
<b>Förening totalt</b>			
Killar	74	83	+9
Tjejer	73	74	+1
Totalt	73	79	+6
<b>Idrottsförening</b>			
Killar	71	81	+10
Tjejer	68	71	+3
Totalt	69	77	+8
<b>Lagbunden idrott</b>			
Killar	48	62	+14
Tjejer	29	38	+9
Totalt	39	50	+11
<b>Individuell idrott</b>			
Killar	34	34	+/-0
Tjejer	48	49	+1
Totalt	41	42	+1
<b>Annann förening</b> (scouter/kyrka/samfund/kultur)			
Killar	7	6	- 1
Tjejer	10	7	- 3
Totalt	8	7	- 1

## Referenser

Blomdahl, Ulf & Elofsson, Stig (2017). *Jämställd eller jämlik!: en studie av hälsa och offentligt resursutnyttjande på fritidsområdet bland barn och ungdomar i Stockholm stad i jämförelse med andra kommuner*. Stockholm: Stockholms stad - Idrottsförvaltningen, Forskningsenheten. Tillgänglig på Internet: <http://www.stockholm.se/idrott/forskning>

*FYSS 2008: fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling*. 2. uppl. (2008). Stockholm: Statens folkhälsoinstitut. Tillgänglig på Internet: <http://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationer/FYSS-2008/>

*Vårt behov av rörelse: en idéskrift om fysisk aktivitet och folkhälsa*. (1996). Stockholm: Gothia