

Titel: Poster () Paper ()	Smak för motion – Fysisk aktivitet som livsstil och social markör
Författare, hemvist, e-post, tel-nr	Lars-Magnus Engström GIH, Stockholm lars-magnus.engstrom@gih.se Tel 070 7685005
Abstract: (använd Times New Roman 11 pt inom detta utrymme)	<p>Introduktion</p> <p>I takt med teknologiska landvinningar, förbättrade kommunikationer och ökad datorisering har våra liv blivit alltmer stillasittande och mindre fysiskt krävande. Samtidigt visar forskning att en sådan livsföring kan få dramatiska följder för hälsotillståndet. Den fysiska aktiviteten har förskjutits till fritiden där olika kulturformer utvecklas som man kan ta avstånd från eller bli delaktig i. Vilka är då dessa kulturformer och vilka är deltagarna?</p> <p>Syfte & teoretisk ram</p> <p>Två frågor är av centralt intresse: (1) Kan människors smak för fysisk aktivitet under fritid, liksom deras smak för olika fysiska aktiviteter/motionsformer ses som markörer för social position? samt (2) Vilken betydelse har erfarenheter från ungdomsåren för senare intresse för, eller avståndstagande från, att ägna sig åt någon form av fysisk aktivitet under sin fritid? Analysen av kroppsövningskulturens framträdelseformer, och förändringar med stigande ålder, tar utgångspunkt i Bourdieus resonemang om ”praktikens logiker” och hur livsstilar utvecklas där habitusbegreppet har en central betydelse.</p> <p>Metod</p> <p>Den första datainsamlingen, via frågeformulär, genomfördes 1968 av ca 2000 slumpmässigt utvalda elever i skolår 8. De var då de var i 15-årsåldern. Förnyad kontakt och informationsinsamling har sedan tagits med samma undersökningsgrupp vid ytterligare sex tillfällen 1973, 1978, 1983, 1994, 2001 (endast en del av gruppen) samt 2006/2007. Vid det senaste tillfället uppgick bortfallet till 23 procent. Studien har systematiskt avrapporterats. De resultat som presenteras i det följande gäller således en undersökning av samma individer från ca 15 till ca 53 års ålder, dvs. en uppföljning på ca 38 år.</p> <p>Resultat</p> <p>Analysen visar att de som ägnat sig åt fler idrotter, och också varit framgångsrika i idrottsämnet, oftare återfinns som motionsutövare ca fyrtio år senare än de som inte hade denna erfarenhet (63 jämfört med 22 procent). Mer förvånande är kanske att bland dem som hade höga betyg i teoretiska ämnen och tillhörde en hög socialgrupp i 15-årsåldern så var dryga 60 procent motionsaktiva, nästan 40 år senare, jämfört med dem som tillhörde en låg socialgrupp och därtill hade låga betyg. Här återfanns endast ca 20 procent. Här finns uppenbarligen ett slags ”socialt arv”.</p> <p>Hur ska det senare resultatet förstås? Förklaringen är att i medelåldern så är motionsutövning starkt knuten till social position, t ex till utbildningsnivå. Bland dem som hade en akademisk utbildning (>3 år) uppgav 60 procent att de motionerade jämfört med 25 procent bland dem med grundskola som högsta utbildning. De som hade höga betyg och/eller vuxit upp i en hög socialgrupp under uppväxt åren hade därigenom större möjligheter att nå en högre social position senare i livet och därmed hamna i grupp där många motionerar. Härigenom förklaras en stor del av sambandet. De som under barna- och ungdomsåren lärt sig att tävlingsidrotta tycks däremot inte ha någon större användning för denna lärdom som medelålders. Då råder andra bevekelsegrunder för att delta i motionsutövning, nämligen att ägna sig åt en fysisk aktivitet där sällan någon tävling och rangordning ingår.</p> <p>Ett viktigt resultat var också att intresse för naturmöten (t ex friluftsliv) var starkt knutet till benägenheten att utöva motion. De lågutbildade med ett sådant intresse bröt det sociala mönstret och bland dessa återfanns drygt 60 procent motionärer. Bland lågutbildade med ointresse för sådan verksamhet återfanns endast drygt 10 procent motionsutövare.</p> <p>Diskussion</p> <p>Människors habitus, som den t.ex. avspeglas inom kroppsövningsområdet, formas i hög grad av uppväxtmiljön och de erfarenheter som där görs. <i>Min slutsats blir därför att inläringsmöjligheterna i skolan måste både breddas och fördjupas.</i> Det gäller framför allt sådana grundläggande motoriska färdigheter som utgör nödvändiga förutsättningar för ett aktivt deltagande i skilda motionsformer och friluftaktiviteter. Alla barn måste därför ges möjligheter till kroppsligt lärande och utveckling av den fysiska och motoriska kompetensen. Här tycks aktiviteter med naturmöten och utomhusvistelser vara viktiga när det gäller att utveckla en smak för att som vuxen ägna sig åt fysisk aktivitet.</p>

