

Sport Svizzera 2020

Rapporto riguardante bambini e giovani



Sport Svizzera 2020

Rapporto riguardante bambini e giovani

Markus Lamprecht, Rahel Bürgi, Angela Gebert, Hanspeter Stamm

2021

Osservatorio Sport e Movimento Svizzera
c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG
Forchstrasse 212
CH-8032 Zurigo
Tel: +41 44 260 67 60
E-mail: info@sportobs.ch

Ufficio federale dello sport UFSP
Ufficio prevenzione infortuni upi
Suva
Swiss Olympic
Ufficio federale di statistica UST

Citazioni: Lamprecht, M., Bürgi R., Gebert A. & Stamm, H.P. (2021): Sport Svizzera 2020: Rapporto riguardante bambini e giovani
Macolin: Ufficio federale dello sport UFSP

Sommario

6	L'essenziale in breve
8	1. Introduzione
9	2. Quantità ed evoluzione dell'attività sportiva
11	3. Differenze secondo il genere e l'età
14	4. Discipline sportive
20	5. Desideri legati allo sport
22	6. Motivi della pratica sportiva
25	7. Gli inattivi
29	8. Differenze regionali
34	9. Provenienza sociale
36	10. Passato migratorio
39	11. Contesto sportivo
41	12. Sport nelle società sportive
51	13. Sport a scuola
55	14. Abilità sportive
56	15. Infortuni sportivi
58	16. Comportamento motorio
64	17. Metodo d'indagine e campioni

L'essenziale in breve

Il rapporto riguardante bambini e giovani di Sport Svizzera 2020 analizza il comportamento in materia di sport di bambini e giovani residenti in Svizzera di età compresa tra i 10 e i 19 anni. I seguenti punti sintetizzano brevemente i principali risultati dei singoli capitoli:

- I bambini e i giovani praticano oggi più sport rispetto al 2014. È stato dunque possibile arrestare la tendenza di decrescita osservata tra il 2008 e il 2014. In media i bambini di 10-14 anni praticano oggi 7,5 ore di sport extrascolastico alla settimana, i giovani di 15-19 anni 6,5 ore.
- Sia le ragazze sia le giovani donne hanno incrementato le ore di pratica sportiva negli ultimi sei anni. Nonostante le differenze tra i generi si siano ridotte dal 2014, i giovani maschi continuano a praticare un'attività sportiva maggiore rispetto alla controparte femminile a tutti i livelli di età. I bambini di 10-14 anni continuano ad essere più attivi sportivamente rispetto ai giovani di 15-19 anni. All'interno dei due gruppi di età vi sono però meno differenze rispetto a 12 anni fa e il numero delle ore di sport è diventato simile.
- Sia la fascia 10-14 anni con una media di 4,9 ore di attività sportive praticate sia la fascia 15-19 con 4,6 ore si sono dimostrate estremamente polisportive. Considerando lo sport in senso stretto, tra le ragazze sono particolarmente popolari la danza e la ginnastica, mentre tra i ragazzi il calcio è l'incontrastato numero uno. Con l'aumentare dell'età acquistano importanza le discipline sportive «lifetime»: nella fascia 15-19 anni è infatti in cima alla scala delle preferenze il cosiddetto «quintetto elvetico»: sci, nuoto, ciclismo, escursioni e jogging. Anche l'allenamento della forza è praticato sempre più spesso dai giovani.
- Quasi la metà dei bambini e giovani sportivamente attivi esprime il desiderio di praticare una disciplina sportiva più di frequente o di esercitarne una nuova. Tra le ragazze e le giovani donne il desiderio è più marcato rispetto a ragazzi e giovani uomini. Gli sport di lotta e la danza sono ai primi posti tra le discipline sportive che desiderano praticare i più piccoli ma anche i più grandi.
- Lo sport può essere praticato per numerosi motivi; per i bambini svolgono un ruolo importante il divertimento, il fitness, il piacere di muoversi nonché lo stare insieme agli amici; per i giovani si aggiungono motivazioni riguardanti la salute e la figura, la riduzione dello stress nonché obiettivi sportivi. Nella fascia dai 15 ai 19 anni lo sport ha in generale una buona immagine e risveglia numerose associazioni positive. Il 42 per cento dei giovani attivi nello sport partecipa a gare sportive, sebbene gli sport da competizione siano più apprezzati dai maschi che dalle femmine. Per entrambi i generi vale il principio che chi partecipa alle gare è particolarmente attivo.
- La quota di bambini e giovani sportivamente inattivi è diminuita negli ultimi sei anni e corrisponde oggi al 12 per cento tra i 10-14enni e al 18 per cento tra i 15-19enni. La motivazione più frequente fornita per l'inattività è la mancanza di tempo. Oltre l'80 per cento di bambini e giovani sportivamente inattivi ha praticato sport negli anni precedenti e raccolto nella maggior parte dei casi esperienze positive. Più della metà di chi non pratica sport vorrebbe volentieri ricominciare.
- Nelle zone rurali si pratica più sport rispetto alle città. Le differenze secondo il tipo di insediamento si sono acuite negli ultimi sei anni. Le differenze tra regioni linguistiche si sono invece ridotte e la Svizzera latina si è avvicinata ai valori della Svizzera tedesca. A seconda della regione linguistica le preferenze in merito alle discipline sportive sono leggermente diverse.
- La provenienza sociale influisce sull'attività sportiva dei bambini. Maggiori sono il grado di formazione e il reddito dei genitori, più frequente è la pratica sportiva. Inoltre, anche l'impegno dei genitori nello sport e nelle società influenza positivamente il livello di attività dei bambini.
- Per quanto concerne i giovani stranieri, le pronunciate differenze a seconda del genere sono diminuite negli ultimi sei anni. Rispetto al 2014 vi è oggi un numero nettamente superiore di giovani migranti sportivamente molto attivi. Tuttavia, i giovani di nazionalità straniera rimangono nettamente più inattivi rispetto ai giovani svizzeri. Con l'aumentare dell'età queste differenze si accentuano. A seconda della regione di provenienza la pratica sportiva settimanale della popolazione straniera può variare di molto.

- Lo sport può essere praticato in diversi contesti: centrale per la pratica sportiva regolare di bambini e giovani è la società sportiva. Due terzi dei bambini di 10-14 anni partecipano almeno una volta alla settimana all'offerta di una società. Le società sportive hanno nuovamente guadagnato importanza presso i bambini negli ultimi sei anni. Con l'aumento dell'età cresce l'importanza dello sport libero e non legato alle società: il 78 per cento dei 15-19enni fa sport anche al di fuori di esse, il 52 per cento lo fa regolarmente. Al contrario di quanto accade per i bambini, l'impegno nelle società dei giovani è in leggero calo.
- Il 67 per cento dei 10-14enni e il 41 per cento dei 15-19enni sono membri di una società sportiva. I membri di genere femminile e stranieri sono sottorappresentati nelle società. Anche tra i giovani che vivono nelle città le società sportive sono meno popolari. In media i bambini s'iscrivono a una società sportiva per la prima volta all'età di 6,5 anni. Società di ginnastica e di calcio sono le tipiche società per principianti. Importanti argomenti a favore di una partecipazione a una società sono l'allenamento regolare e il cameratismo. Il cambio e l'abbandono delle società sono ancora frequenti, ma non sono aumentati negli ultimi sei anni. L'impegno volontario dei giovani nello sport e per lo sport è aumentato negli ultimi sei anni.
- Gli allievi delle scuole danno ottime note all'educazione fisica obbligatoria e allo sport scolastico facoltativo e sono motivati da entrambe le offerte a praticare sport anche fuori dalla scuola. Oltre a ciò, il contesto scolastico propone preziose offerte rivolte in particolare anche ai bambini meno attivi, come attività nelle pause, lezioni in movimento, giornate di gioco e di sport nonché campi di sport scolastico.
- Più di due terzi dei 10-14enni valutano buona o molto buona la propria abilità di andare in bicicletta, saltare la corda, nuotare e sciare. Un bambino su dieci è anche bravo a giocolare o ad andare in snowboard. Le abilità sportive vengono valutate in modo differente a seconda di genere, nazionalità, provenienza sociale e luogo di domicilio.
- Circa un quinto dei bambini e dei giovani ha subito un infortunio durante la pratica sportiva nell'arco di un anno e ha dovuto ricevere cure mediche. I 15-19enni hanno subito infortuni più frequenti e più gravi rispetto ai 10-14enni. Mentre tra i bambini un infortunio su dieci è stato trattato in modo stazionario, tra i giovani la quota sale al 15 per cento. Circa il 40 per cento dei bambini e dei giovani è stato assente dalla scuola o dal lavoro a causa dell'infortunio subito. Un quinto degli infortuni si è verificato giocando a calcio.
- Il tempo complessivo di movimento dei bambini è aumentato negli ultimi sei anni. Oltre allo sport extrascolastico, contribuiscono a una vita attiva il percorso per andare a scuola e le attività svolte nel corso della giornata di scuola. Anche le attività svolte nel fine settimana hanno visto un incremento rispetto al 2014. Tra i 15-19enni quasi il 90 per cento soddisfa le attuali raccomandazioni di movimento per le persone adulte.

1. Introduzione

L'ultimo rapporto riguardante i bambini e i giovani di sei anni fa rilevava un netto calo dell'attività sportiva tra i giovani svizzeri. I risultati del 2020 erano quindi particolarmente attesi: l'attività sportiva dei 10-19enni continua a diminuire o nel frattempo è stato possibile arrestare la tendenza negativa? Quanto sportivi sono i bambini e i giovani in Svizzera e come, quando, dove e perché praticano sport? Il presente rapporto cerca di rispondere a queste domande e fornisce numerosi altri dati interessanti sul comportamento sportivo dei 10-19enni. Per chiarire subito il punto centrale: dal 2014 l'attività sportiva dei giovani svizzeri ha visto un notevole incremento.

Il rapporto è già alla terza edizione, dopo quelli del 2008 e del 2014. Come negli anni precedenti, l'indagine si è tenuta come parte del rilevamento nazionale «Sport Svizzera», del cui svolgimento è responsabile l'Osservatorio Sport e Movimento Svizzera (c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG). Il rilevamento condotto dal LINK Institut è stato effettuato nella primavera del 2019 e descrive quindi la situazione prima della pandemia da COVID-19.

Mentre la coorte di età dei 15-19enni è stata intervistata nell'ambito del rilevamento principale in modalità mista (scelta tra compilazione autonoma online e intervista telefonica), per i 10-14enni è stato fatto ricorso a intervistatori appositamente formati e l'indagine si è svolta esclusivamente in modalità telefonica. Dal momento che l'indagine riguardante i 10-14enni si differenzia in parte da quella concernente i 15-19enni, nel rapporto i risultati delle due coorti di età sono trattati in linea di principio separatamente. Benché i limiti di età non corrispondano alla definizione in uso di «infanzia» e «giovinanza», per i 10-14enni parliamo per semplicità di «bambini» e per i 15-19enni di «giovani». Quando parliamo di differenze di genere, parliamo di ragazzi e ragazze nel caso dei bambini, e di giovani donne e giovani uomini nel caso dei giovani.

Lo studio «Sport Svizzera 2020» è realizzato e finanziato dall'Ufficio federale dello sport UFSPD in collaborazione con Swiss Olympic, l'Ufficio prevenzione infortuni (lupi) e l'Istituto nazionale svizzero di assicurazione contro gli infortuni (Suva) ed è sostenuto dall'Ufficio federale di statistica. I Cantoni di Berna, di Basilea Campagna, dei Grigioni, di San Gallo, di Zugo e di Zurigo nonché le città di San Gallo, Rapperswil-Jona, Winterthur e Zurigo hanno partecipato al progetto con ulteriori rilevamenti a livello regionale.

Anche nel 2020 siamo stati ancora una volta in grado di creare una collaborazione eccellente e basata sulla fiducia con le persone e le organizzazioni coinvolte nel progetto. Senza questo lavoro di squadra realizzare uno studio così vasto sarebbe stato impossibile. Per questo vorremmo esprimere i nostri più sinceri ringraziamenti a tutti gli sponsor e partner di «Sport Svizzera», nonché a tutti gli esperti dell'Ufficio federale dello sport che sono stati coinvolti. Un ringraziamento speciale va ai 3407 bambini e giovani che ci hanno fornito informazioni molto dettagliate sul loro comportamento sportivo. La loro grande disponibilità a fornire informazioni e il tempo che hanno dedicato all'indagine hanno reso possibile il successo del progetto.

2. Quantità ed evoluzione dell'attività sportiva

La tendenza negativa è stata arrestata

I bambini e i giovani hanno incrementato la loro attività sportiva negli ultimi sei anni. Sia i 10-14enni sia i 15-19enni praticano oggi più sport rispetto al 2014. La tendenza negativa emersa tra il 2008 e il 2014 ha potuto essere arrestata. Oggi il numero delle ore di sport è perfino leggermente superiore rispetto al 2008.

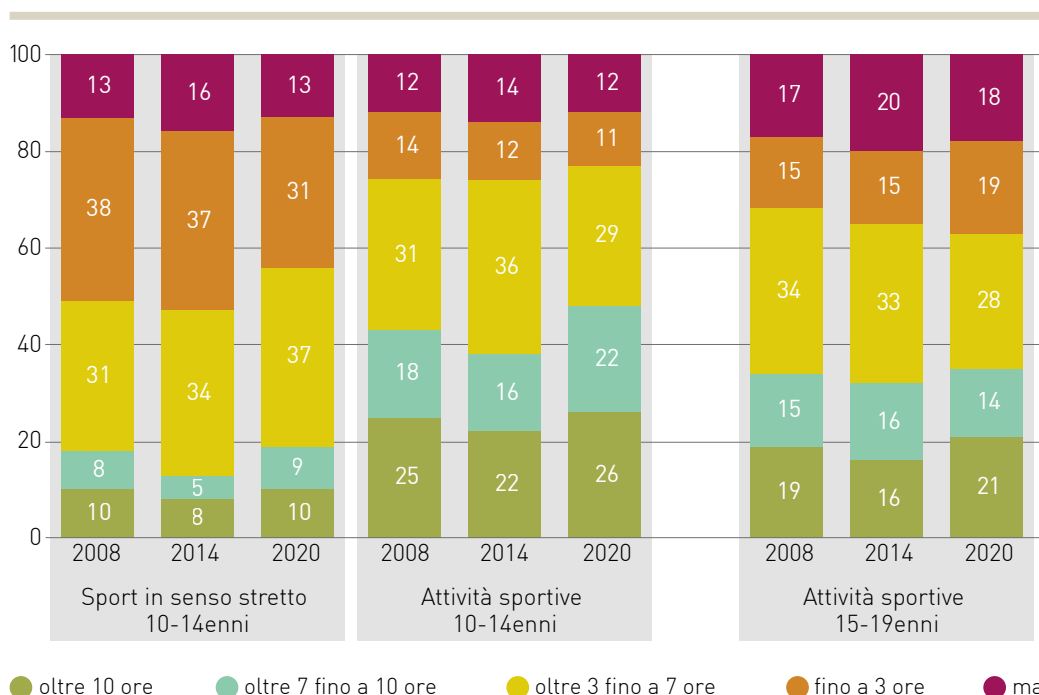
Differenza tra sport in senso stretto e attività sportive

Parliamo prima dell'attività sportiva dei 10-14enni. Poiché i bambini hanno un concetto di sport più ristretto rispetto ai giovani e agli adulti, e spesso non considerano come sport le attività sportive sporadiche o non organizzate, l'attività sportiva dei 10-14enni è stata rilevata in diverse fasi, come nel 2008 e nel 2014. Per iniziare sono state poste alcune domande sull'educazione fisica obbligatoria. In una seconda fase è stato chiesto se e quali discipline sportive venivano praticate oltre all'educazione fisica. In media i bambini attivi hanno indicato 2,2 discipline sportive. Sulla base dei dati relativi a frequenza e durata con la quale sono praticate queste discipline è stato calcolato il livello di attività sportiva in senso stretto. In una terza fase è stato infine domandato se vi fossero altre attività praticate di tanto in tanto quali ad esempio

nuoto, sci, calcio con gli amici, ciclismo, escursioni, slittino, danza o sport scolastico facoltativo. In media sono state indicate altre 2,7 attività sportive. Dai dati su tutte le discipline sportive indicate è stata calcolata l'«attività sportiva» in senso lato, che comprende quindi anche lo sport in senso stretto, ma non l'educazione fisica obbligatoria.

Il numero delle ore di sport è in crescita tra i 10-14enni

Dalla figura 2.1 si evince che ad oggi il 19 per cento dei 10-14enni pratica più di sette ore di sport in senso stretto a settimana. Considerando le attività sportive in senso lato, la quota di bambini attivi più di sette ore a settimana sale al 48 per cento. La quota di bambini che non praticano sport in senso stretto si attesta al 13 per cento, fermandosi al 12 per cento per quanto riguarda le attività sportive. Mentre la quota di bambini molto attivi è cresciuta in modo significativo tra il 2014 e il 2020, quella di inattivi si è ridotta. L'attività sportiva è oggi perfino leggermente superiore ai dati del 2008, come confermato dai valori medi di cui alla tabella 2.1. Nel 2020, sia la media aritmetica sia la mediana si collocano nettamente al di sopra dei valori del 2014 e sono anche leggermente superiori a quelli del 2008. Ad oggi i bambini di 10-14 anni praticano in media 4,5 ore di sport in senso stretto a settimana.



F 2.1: Attività sportiva dei giovani al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria dal 2008 al 2020 in numero di ore a settimana (in%)

Nota: nelle attività sportive è compreso anche lo sport in senso stretto, ma non l'educazione fisica scolastica obbligatoria. Numero intervistati: 10-14enni: 2008: 1530; 2014: 1525; 2020: 1501; 15-19enni: 2008: 1534; 2014: 1895; 2020: 1905. Chi pratica più di sette ore di attività sportive a settimana è di seguito designato come «sportivo molto attivo» (categoria verde).

Considerando tutte le attività sportive questo valore arriva a 7,5 ore. La mediana mostra che la metà dei bambini pratica settimanalmente almeno 3,5 ore di sport in senso stretto e 6,6 ore di attività sportive. Considerando anche l'educazione fisica obbligatoria, che non è compresa nelle cifre sopra citate, i bambini arrivano a un'attività sportiva media di 9,6 ore (mediana: 8,8 ore).

I 15-19enni praticano meno sport rispetto ai 10-14enni, ma più di sei anni fa

Per i giovani di 15-19 anni l'attività sportiva è calcolata in modo analogo a quella degli adulti. Non è stata quindi operata la distinzione tra sport in senso stretto e attività sportive, bensì è stato semplicemente chiesto quali discipline sportive – al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria – venivano praticate. Per poter tenere conto anche delle attività sportive esercitate solo in modo sporadico e irregolare, è stato chiesto agli intervistati di indicare anche gli sport che praticano solo di tanto in tanto, come lo sci, il trekking, il nuoto, il ciclismo, lo slittino o la danza. La registrazione dell'attività sportiva dei 15-19enni corrisponde quindi alla rilevazione delle attività sportive dei 10-14enni (sport in senso lato).

I giovani sportivamente attivi indicano in media 4,6 discipline sportive. Dai dati su frequenza e durata con le quali queste discipline sono praticate, è possibile ricavare l'attività complessiva, che è inferiore a quella dei bambini di 10-14 anni, ma leggermente superiore al 2014. Il 35 per cento dei 15-19enni pratica più di sette ore di sport a settimana; il 18 per cento è sportivamente inattivo. Tra questi due gruppi si colloca un gruppo corrispondente al 47 per cento che è attivo ogni settimana fino a sette ore. Anche se la proporzione di questo gruppo è rimasta relativamente costante dal 2008 (2008: 49%; 2014: 48%), negli ultimi sei anni è avvenuto un notevole spostamento interno: la quota di giovani attivi che pratica non più di tre ore di sport a settimana è aumentata di 4 punti percentuali dal 2014, mentre la quota di quelli attivi fra le tre e le sette ore è diminuita di 5 punti percentuali. In media i giovani raggiungono oggi le 6,5 ore di sport alla settimana a fronte delle 5,6 ore del 2014 e alle 6,1 del 2008. La metà dei giovani è attiva più di 4,9 ore a settimana, l'altra metà si colloca al di sotto di questo dato. Il valore mediano è rimasto praticamente invariato dal 2008. Per più della metà dei giovani (61%) alle ore di sport vanno aggiunte anche quelle dell'educazione fisica obbligatoria. Sommandole a quelle relative alle attività sportive della tabella 2.1, risulta che i 15-19enni praticano sport in media per 7,5 ore alla settimana (mediana: 6,1 ore).

Nei capitoli seguenti esamineremo più da vicino chi fa sport e quanto, quali attività sportive sono praticate in quali contesti, e chi ha aumentato le ore di sport negli ultimi sei anni.

T 2.1: Numero medio di ore di sport al di fuori dell'educazione fisica dal 2008 al 2020 in numero di ore a settimana

		Media aritmetica			Mediana		
		2008	2014	2020	2008	2014	2020
10-14enni:	sport in senso stretto	4,2	3,7	4,5	2,6	2,6	3,5
	attività sportive	7,3	6,6	7,5	6,0	5,5	6,6
15-19enni:	attività sportive	6,1	5,6	6,5	5,0	4,8	4,9

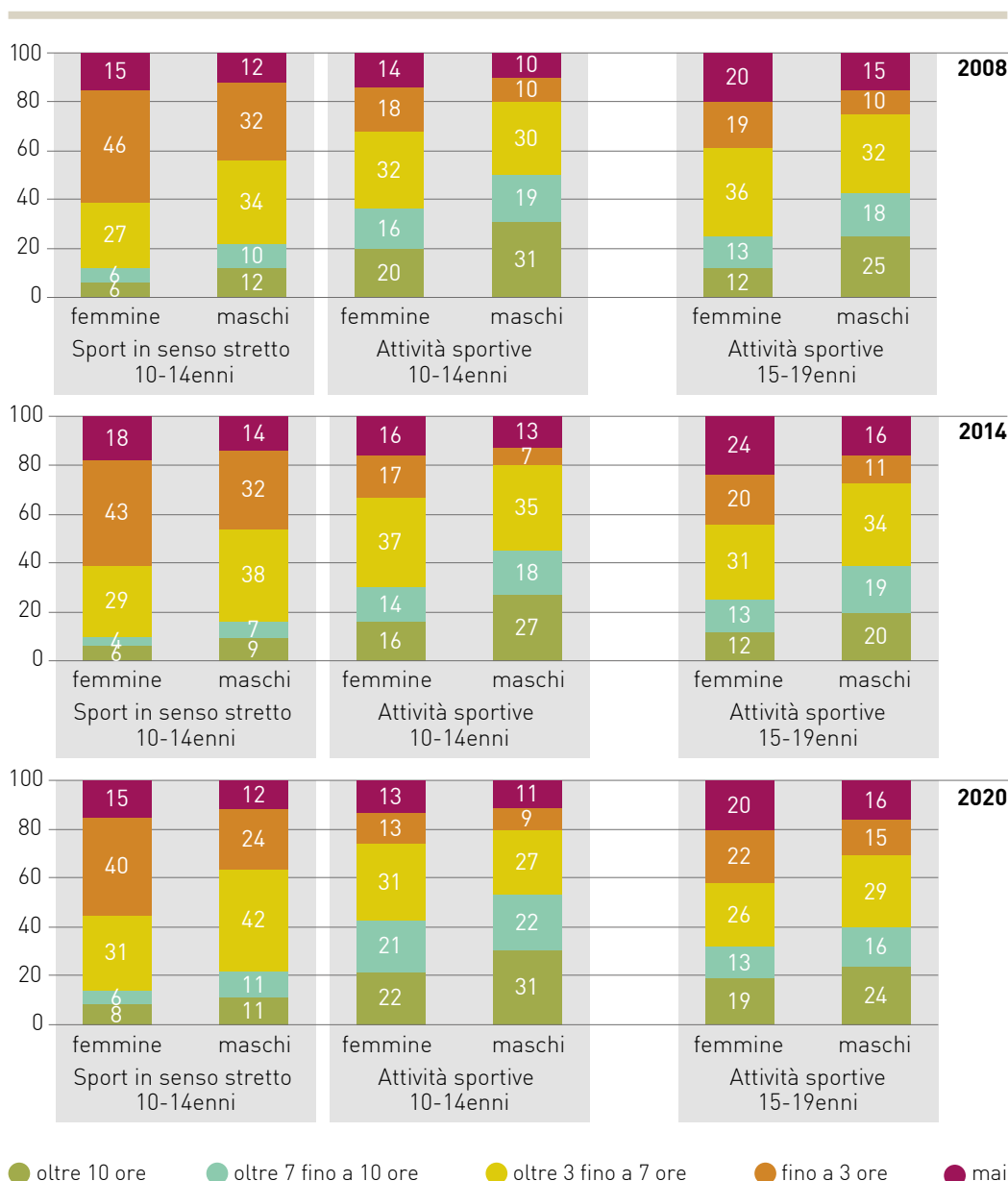
Nota: nelle attività sportive è compreso anche lo sport in senso stretto, ma non l'educazione fisica scolastica obbligatoria. Gli intervistati inattivi sono calcolati con il valore 0. Mentre la media aritmetica (media) è la somma di tutte le ore di sport divisa per il numero di giovani intervistati, la mediana (valore centrale) indica il valore che si trova nel mezzo, cioè dove la metà dei giovani è sotto di essa e l'altra metà sopra. Numero intervistati: 10-14enni: 2008: 1530; 2014: 1525; 2020: 1501; 15-19enni: 2008: 1534; 2014: 1895; 2020: 1905.

3. Differenze secondo il genere e l'età

I ragazzi totalizzano più ore di sport rispetto alle ragazze

I ragazzi praticano più sport rispetto alle ragazze. Sia tra i 10-14enni sia tra i 15-19enni i maschi totalizzano più ore di sport extrascolastico rispetto alle coetanee femmine. La differenza è evidente non solo nello sport in senso stretto, ma anche nelle attività sportive. Questo risultato non rappresenta una novità e si ritrova infatti anche nel 2008 e nel 2014. Negli ultimi 12 anni

le differenze di genere hanno visto tuttavia una leggera riduzione, in particolare per quanto concerne le attività sportive. Rispetto al 2008 e al 2014 vi è oggi un numero nettamente superiore di ragazze e giovani donne attive più di dieci ore a settimana.



F 3.1: Attività sportiva dei giovani al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria secondo il genere in numero di ore alla settimana 2008 fino al 2020 (in %)

Nota: nelle attività sportive è compreso anche lo sport in senso stretto, ma non l'educazione fisica obbligatoria. Numero intervistati: 10-14enni: 2008: 1530; 2014: 1525; 2020: 1501; 15-19enni: 2008: 1534; 2014: 1895; 2020: 1905.

● oltre 10 ore ● oltre 7 fino a 10 ore ● oltre 3 fino a 7 ore ● fino a 3 ore ● mai

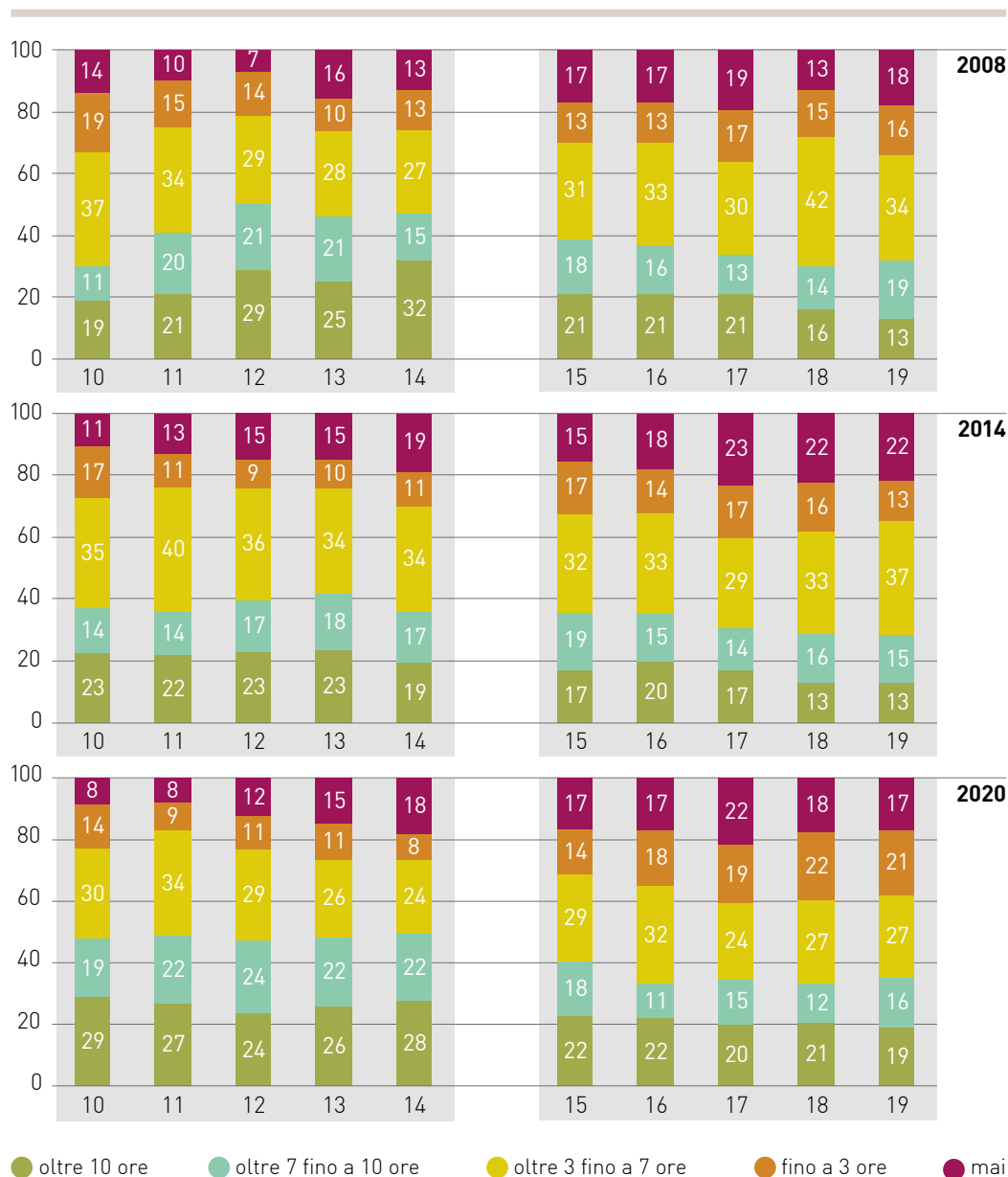
Maggiore aumento delle ore di sport presso le ragazze che presso i ragazzi

I dati dettagliati sull'attività sportiva dei ragazzi e delle ragazze di 10-14 anni al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria sono illustrati alla figura 3.1. Per quanto riguarda lo sport in senso stretto, il 14 per cento delle ragazze e il 22 per cento dei ragazzi totalizza più di sette ore a settimana, mentre per quanto concerne le attività sportive il 43 per cento delle ragazze e il 53 per cento dei ragazzi sono attivi per più di sette ore. La quota di 10-14enni molto attivi, che praticano ogni settimana più di sette ore di sport, è aumentata negli ultimi sei anni per le ragazze di 13 punti percentuali e per i ragazzi di 8 punti percentuali. Confrontando i valori attuali con quelli del 2008 si constata un incremento di 7 punti percentuali per le ragazze molto attive e di 3 punti percentuali per i ragazzi. Leggere differenze tra i generi e nel corso del tempo rispettivamente attorno ai 2 punti percentuali emergono

anche per la quota di inattivi. Una riduzione delle differenze di genere può essere tuttavia stabilita soprattutto per quanto riguarda le attività sportive dei 10-14enni molto attivi, dove le ragazze hanno chiaramente recuperato terreno.

Oggi le giovani donne molto attive sono nettamente di più rispetto al 2008 e al 2014

I mutamenti che abbiamo potuto osservare tra i 10-14enni si sono verificati anche per i 15-19enni. Tra i giovani uomini il 40 per cento è attivo per più di sette ore a settimana, mentre tra le giovani donne questo dato raggiunge il 32 per cento. Tuttavia, mentre per le giovani donne questa quota è aumentata di 7 punti percentuali negli ultimi sei anni, per i giovani uomini l'incremento si è fermato a 1 punto percentuale. L'incremento tra le giovani donne può in parte essere spiegato con il boom del fitness degli ultimi anni. Oggi, infatti, la percentuale di giovani donne di



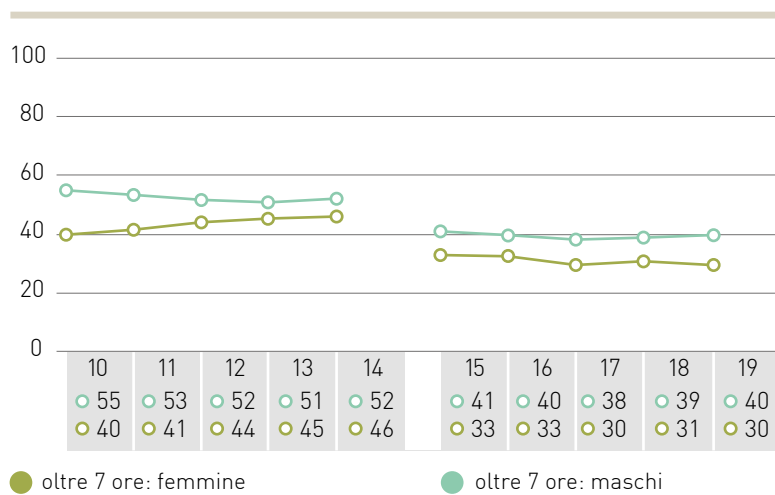
F 3.2: Attività sportive dei giovani al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria secondo l'età in numero di ore alla settimana 2008 fino al 2020 (in %)

Nota: nelle attività sportive è compreso anche lo sport in senso stretto, ma non l'educazione fisica scolastica obbligatoria. Numero intervistati: 10-14enni: 2008: 1530; 2014: 1525; 2020: 1501; 15-19enni: 2008: 1534; 2014: 1895; 2020: 1905.

15-19 anni che possiede un abbonamento in un centro fitness è nettamente superiore rispetto al 2014. Come sarà evidente al capitolo 10, tra le giovani donne molto attive vi sono più giovani migranti rispetto a qualche anno fa.

Ancora più evidente è la riduzione delle differenze di genere rispetto al 2008: tra i giovani uomini il gruppo degli attivi per più di sette ore diminuisce di 3 punti percentuali, mentre aumenta di 7 punti presso le giovani donne. Mentre la quota di giovani uomini inattivi è rimasta stabile dal 2008, la quota delle giovani donne inattive risulta significativamente ridotta con 4 punti percentuali in meno e torna oggi, con 20 punti percentuali, al valore del 2008. Inoltre, dato che più giovani uomini non fanno più di tre ore di sport a settimana rispetto al 2008 e al 2014, c'è un aumento più marcato nel gruppo di coloro che sono meno attivi che nel caso delle giovani donne.

F 3.3: Attività sportive dei giovani al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria per genere ed età (percentuale di giovani che praticano più di sette ore di attività sportive a settimana)



Nota: nelle attività sportive è compreso anche lo sport in senso stretto, ma non l'educazione fisica obbligatoria. Numero intervistati: 10-14enni: 1501; 15-19enni: 1905. Per eliminare gli outlier casuali dovuti al numero relativamente basso di casi, la perequazione è stata eseguita calcolando la media aritmetica con i due punti vicini (media mobile).

Maggiore costanza dell'attività sportiva nel corso della vita

Il numero di ore di sport tra i 10 e i 19 anni è più costante rispetto al passato. Nel 2008 l'attività sportiva aumentava nettamente fino al 12esimo anno, per poi calare progressivamente a partire dai 14 anni. Oggi l'attività sportiva dei bambini di 10 anni è allo stesso livello di quella dei 14enni e quella dei 15enni e solo di poco superiore a quella dei 19enni. Mutamenti nel corso della vita sono però evidenti tra le inattive e gli inattivi: tra i 10 e i 14 anni, infatti, la quota di bambini sportivamente inattivi raddoppia passando dall'8 al 18 per cento. Poi però la quota non continua a crescere e resta di poco inferiore al 20 per cento anche tra i 18enni e 19enni. Contrariamente al 2008 e al 2014 troviamo tuttavia un aumento dei meno attivi, che totalizzano al massimo tre ore di sport a settimana. Questo gruppo cresce tra i 15 e i 18 anni passando dal 14 al 22 per cento.

Passaggi critici tra i diversi livelli scolastici

Per quanto riguarda l'abbandono dello sport e lo scioglimento nell'inattività, il periodo tra i 10 e i 14 anni appare già come una fase critica (cfr. figura 3.2). La quota di inattive e inattivi raddoppia nel periodo tra la scuola primaria e quella secondaria. Per quanto concerne la riduzione delle ore di sport dei giovani molto attivi, la fase cruciale sembra invece essere il passaggio al termine della formazione obbligatoria. La quota di giovani che praticano più di sette ore di sport a settimana crolla dal 50 per cento dei 14enni al 33 per cento dei 16enni.

La differenza di genere è presente a tutte le età

Finora, abbiamo ipotizzato che le differenze di genere tra gli adolescenti aumentino con l'età, poiché le giovani donne riducono la loro attività sportiva prima dei giovani uomini. Oggi questa diversa evoluzione non è più osservabile. La figura 3.3 mostra che a tutte le età i ragazzi e i giovani uomini molto attivi sono più numerosi rispetto alle ragazze e alle giovani donne. Le differenze emergono già in età molto giovane e continuano, senza acuirsi, fino agli anni giovanili. È interessante notare che le differenze più marcate si constatano tra i bambini più piccoli: i ragazzi sono infatti molto attivi già da piccoli. Le ragazze, tuttavia, recuperano tra gli 11 e 13 anni e le differenze di genere si riducono leggermente.

4. Discipline sportive

Le tipiche discipline sportive «lifetime» come lo sci, il nuoto, il ciclismo o le escursioni sono apprezzate fin da piccoli

I 10-14enni menzionano il calcio come la disciplina sportiva in senso stretto più praticata. Considerando le attività sportive in generale, lo sci, il nuoto e il ciclismo si collocano prima del calcio. Anche tra i 15-19enni lo sci, il nuoto e il ciclismo si confermano in cima all'elenco delle attività sportive più popolari prima di escursioni, jogging, allenamento della forza, calcio, fitness e danza.

I bambini attivi praticano in media cinque diverse discipline sportive, con tendenza all'aumento

La tabella 4.1 fornisce una panoramica dettagliata delle discipline sportive che i bambini di 10-14 anni menzionano come sport in senso stretto e come altre attività sportive. Per quanto concerne lo sport in senso stretto i bambini attivi indicano in media 2,2 discipline sportive, che corrispondono esattamente al valore medio dei rilevamenti del 2008 e del 2014. Se si considerano le altre attività sportive, che praticano sporadicamente in aggiunta, vengono citate 2,7 attività. Questo valore è progressivamente aumentato negli ultimi anni (2008: 2,1 attività; 2014: 2,5 attività). Nel complesso i bambini attivi di 10-14 anni praticano oggi in media 4,9 diverse discipline sportive e sono quindi diventati ancora una volta leggermente più polisportivi, in quanto nel 2014 la media si fermava a 4,7 discipline. Il valore mediano si colloca, oggi come nel 2014, a cinque attività sportive.

Il calcio resta chiaramente il numero uno tra i 10-14enni

Nello sport in senso stretto il calcio rimane chiaramente in testa alla classifica e viene indicato dal 29 per cento dei bambini. Più del 10 per cento dei 10-14enni menzionano per lo sport in senso stretto ginnastica (15%), ciclismo (14%), nuoto (13%), sci (11%) e danza (11%). La voce «ginnastica» riassume diverse discipline sportive come ginnastica attrezzistica e artistica, ginnastica ritmica, trampolino o ruota di Rhön. Spesso con «ginnastica» si intende semplicemente l'appartenenza al reparto giovanile di una società di ginnastica. Nell'ambito della categoria «ginnastica» la disciplina ginnastica/squadra giovanile è menzionata con maggiore frequenza insieme alla ginnastica agli attrezzi e al trampolino. Nel complesso, il 58 per cento dei 10-14enni che indicano come disciplina sportiva la «ginnastica» è membro di una società di ginnastica. Vengono inoltre nominati di frequente le arti marziali, dove acquistano un peso particolare soprattutto il karate e il judo, l'equitazione, il tennis, il jogging, l'unihockey, l'atletica leggera, la pallavolo, la

pallacanestro, l'escursionismo, l'arrampicata nonché lo skateboard, il waveboard e il kickboard. Tutte le altre discipline sportive vengono indicate da meno del 3 per cento dei bambini come sport in senso stretto.

Grande variazione della frequenza della pratica sportiva

Se si includono anche le altre attività sportive, sci, nuoto, e ciclismo vanno a collocarsi davanti al calcio. Come attività sportive vengono nominate spesso le escursioni e, con minore frequenza, slittino, jogging, snowboard e pattinaggio su ghiaccio (cfr. 2ª colonna della tabella 4.1). Inoltre, quando si calcola la pratica globale di uno sport, si deve tener conto del fatto che anche i bambini che dicono di non fare sport di tanto in tanto vanno a nuotare, in bicicletta o a sciare o fanno una passeggiata (cfr. capitolo 7). Queste attività sono conteggiate nella 3ª colonna della tabella 4.1. Per poter valutare l'importanza di una disciplina sportiva si deve considerare inoltre che queste vengono praticate con diversa frequenza e differente durata. Mentre l'allenamento della forza, il calcio e il ciclismo vengono di norma praticati più volte a settimana, la maggior parte dei 10-14enni arriva al massimo a cinque giorni all'anno di slittino, pattinaggio su ghiaccio o sci di fondo. Se calcoliamo il numero totale di ore in cui una disciplina sportiva è praticata dai 10-14enni, il calcio è chiaramente al primo posto con 23,3 milioni di ore all'anno. Sopra i cinque milioni di ore annuali troviamo anche sci (14,9 mio. di ore), ciclismo (13,0 mio. di ore), nuoto (10,5 mio. di ore) nonché ginnastica (6,7 mio. di ore). Dati dettagliati sull'esposizione complessiva delle discipline sportive sono disponibili nel rapporto «Sport Svizzera 2020: Factsheets discipline sportive» (in tedesco e francese).

Il boom delle escursioni tra gli adulti ha effetto anche sui bambini

Negli ultimi sei anni, tra i 10-14enni hanno guadagnato popolarità soprattutto le escursioni, lo sci e la ginnastica, quest'ultima nello specifico per quanto riguarda il trampolino. Per contro, snowboard, slittino e inline skating hanno perso terreno. Le escursioni, che hanno visto l'incremento più consistente, mostrano come il boom dell'escursionismo, che è stato identificato nel rapporto di base di Sport Svizzera 2020, sta interessando i bambini. Dato che molte escursioni si fanno insieme in famiglia, l'aumento dell'entusiasmo dei genitori per l'escursionismo si trasmette ai figli. L'incremento per quanto concerne lo sci è piuttosto sorprendente, ma avviene in gran parte a spese dello snowboard. Se ci domandiamo quali discipline sportive sono responsabili dell'aumento del numero di ore di sport osservato nei capitoli 2 e 3, troviamo

	Attività sportive degli attivi di 10-14-anni*		Citazioni complessive ** (incl. attività sporadiche degli inattivi)			
	Sport in senso stretto (Citazione in % dei bambini di 10-14 anni)	Attività sportive (Citazione in % dei bambini di 10-14 anni)	Citazione (in % dei 10-14enni)	Variazione 2014-2020 (in punti percentuali)	Frequenza della pratica (numero medio di giorni all'anno)***	Percentuale di ragazze di ragazze (in %)**
Sci (escluse escursioni con sci)	11,3	55,6	59,2	+6,0	12	48
Nuoto	13,1	50,5	55,4	-2,1	35	53
Ciclismo (escluso rampichino)	13,7	50,1	54,8	-2,5	90	51
Calcio	29,0	45,8	49,0	-1,7	90	28
Passeggiate, escursioni in montagna	3,6	24,9	27,0	+9,3	10	53
Ginnastica	14,7	18,1	18,4	+4,6	45	65
Jogging, corsa	7,0	14,9	15,7	+0,3	45	62
Danza	11,2	15,1	15,5	+1,6	45	86
Tennis	7,7	9,7	9,8	-1,2	45	34
Slittino, bob	0,2	9,3	9,8	-2,5	5	51
Unihockey	7,0	9,1	9,1	-0,2	45	21
Pallacanestro	4,6	7,9	9,1	-1,1	45	30
Snowboard (escluse escursioni con snowboard)	1,7	8,3	8,9	-4,0	13	56
Arti marziali, difesa personale	8,3	8,7	8,7	+1,3	45	29
Equitazione, sport equestri	7,9	8,4	8,4	-0,2	45	89
Skateboard, waveboard, kickboard	3,0	7,7	8,1	-0,3	45	39
Pattinaggio su ghiaccio	1,6	6,7	7,2	+0,8	5	76
Pallavolo, beach volley	4,7	6,4	6,7	+1,3	45	73
Arrampicata, alpinismo	3,1	6,2	6,2	+2,6	12	51
Atletica leggera	5,2	5,8	5,9	+2,2	45	70
Inline skating, pattinaggio a rotelle	1,6	5,0	5,1	-2,5	13	78
Tennistavolo	2,7	4,9	5,1	+0,6	45	16
Badminton	2,4	4,3	5,0	-1,7	20	39
Rampichino	2,6	4,1	4,3	+0,1	45	16
Hockey su ghiaccio	2,7	3,9	4,1	+0,8	70	12
Pallamano	2,6	3,3	3,3	+0,1	67	34
Fitness, fitness in gruppo	2,0	2,7	2,8	+0,1	73	68
Allenamento della forza, rafforzamento muscolare	2,0	2,3	2,3	+1,5	132	53
Sci di fondo	0,7	2,1	2,1	-0,6	5	59
Tiro	1,9	2,1	2,1	+0,6	45	39
Windsurf, kitesurf	0,5	1,1	1,2	+0,5	15	51
Golf	0,8	1,0	1,1	+0,2	30	13
Vela	0,3	0,6	0,6	-0,2	-	-
Escursioni con sci, snowboard, racchette	0,3	0,5	0,5	+0,2	-	-
Yoga, pilates, body mind	0,4	0,5	0,5	+0,4	-	-
Immersioni	0,3	0,5	0,5	-0,1	-	-
Canoismo, torrentismo	0,2	0,3	0,5	+0,3	-	-
Squash	0,3	0,3	0,3	+0,3	-	-
Canottaggio	0,1	0,1	0,1	-0,1	-	-
Walking	0,0	0,1	0,1	-0,1	-	-
Altre discipline ludiche e di squadra	2,8	3,8	3,9	+1,4	45	25
Altre discipline sportive di avventura	0,6	1,1	1,1	-0,1	45	29
Altre discipline sportive di resistenza	0,4	0,8	0,8	+0,1	29	60
Altre discipline sportive	3,4	4,9	5,1	+0,5	45	45

Nota: numero intervistati: 1501. Le discipline sportive della lista sono in gran parte termini riassuntivi delle singole discipline menzionate. Nell'indagine «Sport Svizzera 2020» la lista riassuntiva delle discipline sportive è stata leggermente modificata. Per il confronto con il 2014 i valori sono stati ricalcolati per entrambe le indagini. Le variazioni 2014-2020 che non hanno importanza a fini statistici sono riportate in grigio. *Sono state considerate solo le citazioni da parte di intervistati che dichiarano di fare sport. **Sono stati considerati anche i dati degli inattivi, se questi hanno menzionato la disciplina come attività motoria praticata in modo occasionale (cfr. capitolo 7). ***La pratica media e la percentuale di ragazze sono state calcolate solo se l'attività sportiva in oggetto è stata menzionata da almeno dieci intervistate.

che la ginnastica (+2,9 milioni di ore all'anno), lo sci (+2,9 milioni di ore), l'atletica leggera (+1,2 milioni di ore), le arti marziali (+0,8 milioni di ore) e le escursioni (+0,6 milioni di ore), in particolare, sono praticati molto più spesso dai bambini di 10-14 anni.

La danza è il numero uno tra le ragazze

Ragazze e ragazzi hanno preferenze diverse per quanto riguarda le discipline sportive. La percentuale più alta di ragazze si trova nell'equitazione, nella danza, nell'inline skating, nel pattinaggio su ghiaccio, nella pallavolo e nell'atletica leggera. Hockey su ghiaccio, golf, rampichino, tennistavolo e unihockey hanno le percentuali più basse di ragazze. Di conseguenza, l'ordine delle attività sportive più praticate è diverso per le ragazze rispetto ai ragazzi (cfr. tabella 4.2). Per quanto concerne lo sport in senso stretto dominano la classifica delle ragazze danza, ginnastica, nuoto, equitazione, ciclismo, sci e calcio, mentre tra i ragazzi sono in testa calcio, ciclismo, arti marziali, nuoto, unihockey, sci e tennis. Mentre la disciplina favorita dalle ragazze – la danza – si trova in fondo alla lista delle preferenze dei ragazzi, il calcio è ora molto popolare anche tra le ragazze.

Anche i 15-19enni sono diventati ancora più polisportivi

Le preferenze relative alle discipline sportive dei 15-19enni figurano alla tabella 4.3. Per i giovani non viene più operata la distinzione tra sport in senso stretto e attività sportive. In media i giovani attivi citano 4,6 discipline sportive, nelle quali sono incluse anche quelle praticate sporadicamente. Il numero delle discipline sportive praticate è passato da una media di 3,3 nel 2008 e 3,8 nel 2014 alla cifra attuale. Una parte del recente incremento è tuttavia da ricondurre al cambio di metodo di calcolo (cfr. capitolo 17). Come per i bambini, anche per i giovani le attività sportive praticate sporadicamente da chi si definisce inattivo vengono conteggiate nell'esposizione complessiva, incrementando ancora una volta leggermente i valori per nuoto, sci, camminate e ciclismo (cfr. colonna 2 alla tabella 4.3).

T 4.2: Attività sportive praticate con maggiore frequenza da ragazze e ragazzi di 10-14 anni (in % del totale di ragazze e ragazzi)

	Ragazze				Ragazzi		
	Sport in senso stretto	Attività sportive	Citazione complessiva*		Sport in senso stretto	Attività sportive	Citazione complessiva*
Danza	21,5	27,3	28,0	Calcio	45,3	64,2	68,1
Ginnastica	21,2	24,7	24,9	Ciclismo	14,8	48,0	52,2
Nuoto	15,4	55,4	60,7	Arti marziali	11,2	11,9	11,9
Equitazione	14,5	15,7	15,7	Nuoto	11,0	46,3	50,6
Ciclismo	12,6	52,4	57,5	Unihockey	10,8	13,7	13,7
Sci	12,0	55,8	58,9	Sci	10,6	55,4	59,5
Calcio	10,9	25,3	27,7	Tennis	10,3	12,4	12,5
Jogging	8,8	19,5	20,1	Ginnastica	9,0	12,1	12,5
Pallavolo	7,5	9,9	10,3	Pallacanestro	6,4	10,8	12,2
Atletica leggera	7,3	8,5	8,6	Jogging	5,3	10,8	11,6
Arti marziali	5,1	5,2	5,2	Hockey su ghiaccio	4,8	6,4	6,8
Tennis	4,7	6,8	6,8	Rampichino	4,4	6,6	6,9
Escursioni	4,2	27,4	29,7	Tennistavolo	4,4	7,8	8,2
Arrampicata	3,4	6,5	6,5	Skateboard	4,4	9,5	9,6
Fitness	3,2	3,8	4,0	Atletica leggera	3,4	3,5	3,5
Pattinaggio su ghiaccio	3,0	10,7	11,4	Badminton	3,3	5,7	5,9
Unihockey	2,7	4,0	4,0	Pallamano	3,3	4,2	4,2
Pallacanestro	2,5	4,7	5,6	Escursioni	3,0	22,6	24,6

Nota: numero intervistati: 1501. *Sono stati considerati anche i dati degli inattivi, se questi hanno menzionato la disciplina come attività motoria praticata in modo occasionale (cfr. capitolo 7).

	Attività sportive dei 15-19enni attivi*	Citazioni complessive (incl. attività sporadiche degli inattivi)**			
	Citazione (in % di tutti i giovani di 15-19 anni)	Citazione (in % di tutti i giovani di 15-19 anni)	Variazione 2014-2020 (in punti percentuali)	Frequenza della pratica (numero medio di giorni per anno)***	Percentuale di giovani donne (in %)**
Sci (escluse escursioni con sci)	40,3	42,8	+1,7	10	49
Nuoto	37,5	40,2	+2,1	20	58
Ciclismo (escluso rampichino)	34,8	36,8	+4,3	40	54
Passeggiate, escursioni in montagna	27,0	29,0	+13,7	10	61
Jogging, corsa	27,5	28,5	-2,3	30	56
Allenamento della forza, rafforzamento muscolare	22,1	22,5	+16,7	100	45
Calcio	21,0	22,0	-5,9	51	21
Fitness, fitness in gruppo	15,6	15,6	-7,0	62	60
Danza	13,6	14,6	-1,1	44	90
Snowboard (escluse escursioni con snowboard)	11,6	12,3	-5,3	10	60
Pallavolo, beachvolley	8,3	8,7	+0,5	24	65
Pallacanestro	7,9	8,6	+0,5	25	28
Arti marziali, difesa personale	8,2	8,4	+2,0	70	41
Ginnastica	7,2	7,5	+2,0	56	69
Tennis	6,1	6,2	-1,4	20	30
Slittino, bob	5,6	5,8	+2,2	1	69
Rampichino	5,0	5,2	+1,1	25	27
Equitazione, sport equestri	4,9	5,2	+0,5	50	95
Unihockey	4,3	4,5	-1,7	31	20
Pattinaggio su ghiaccio	4,5	4,5	+3,0	3	80
Arrampicata, alpinismo	4,2	4,2	+2,3	10	58
Yoga, pilates, body mind	3,9	4,0	+2,7	51	89
Badminton	3,6	3,7	-0,1	20	42
Tennistavolo	3,6	3,7	+1,7	5	31
Atletica leggera	3,1	3,2	+0,6	50	67
Skateboard, waveboard, kickboard	2,8	3,1	+1,3	45	52
Hockey su ghiaccio	2,7	2,8	+0,1	31	9
Sci di fondo	2,7	2,7	+1,3	6	40
Tiro	2,5	2,5	+1,5	35	17
Pallamano	2,5	2,5	-0,2	106	43
Inline skating, pattinaggio a rotelle	1,9	2,0	-2,3	9	79
Escursioni con sci e snowboard, racchette	2,0	2,0	+1,5	5	47
Windsurf, kitesurf	1,3	1,4	+0,2	9	50
Immersioni	0,9	1,0	+0,8	10	58
Canottaggio	0,8	0,8	+0,6	67	19
Squash	0,7	0,7	-0,3	3	21
Golf	0,6	0,6	-0,3	30	36
Canoismo, torrentismo	0,5	0,5	+0,4	4	50
Vela	0,3	0,3	-0,2	-	-
Walking, nordic walking	0,2	0,2	-0,2	-	-
Aqua fitness	0,1	0,1	-0,1	-	-
Altre discipline ludiche e di squadra	3,8	3,8	+1,8	79	19
Altre discipline sportive di avventura senza lo skating	2,5	2,6	+1,6	12	20
Altre discipline sportive di resistenza	1,2	1,2	+0,3	30	55
Altre discipline sportive	4,1	4,5	+2,4	20	29

Nota: numero intervistati: 1906. Le discipline sportive della lista sono in gran parte termini riassuntivi delle singole discipline menzionate. Nell'indagine «Sport Svizzera 2020» la lista riassuntiva delle discipline sportive è stata leggermente modificata. Per il confronto con il 2014 i valori sono stati ricalcolati per entrambe le indagini. Le variazioni 2014-2020 che non hanno importanza a fini statistici sono riportate in grigio. *Sono state considerate solo le citazioni da parte di intervistati che dichiarano di fare sport. **Sono stati considerati anche i dati degli inattivi, se questi hanno menzionato la disciplina come attività motoria praticata in modo occasionale (cfr. capitolo 7). ***La pratica media e la percentuale di giovani donne sono state calcolate solo se l'attività sportiva in oggetto è stata menzionata da almeno dieci intervistate.

Il «quintetto elvetico» è popolare tra i giovani

Con lo sci, il nuoto, il ciclismo, le escursioni e il jogging, le discipline sportive «lifetime» che sono già in cima alla scala di popolarità tra i giovani sono quelle che sono anche in testa per quanto concerne l'intera popolazione domiciliata in Svizzera dai 15 anni in su, e che sono descritte nel rapporto di base «Sport Svizzera 2020» come il «quintetto elvetico». Tra i giovani di 15-19 anni, l'ordine è tuttavia un po' diverso, in particolare lo sci è ancora significativamente più popolare rispetto alle escursioni. L'allenamento della forza e il fitness sono altre due discipline sportive che si collocano nella parte alta della classifica e rientrano nelle prime dieci anche per la popolazione generale. Un po' diversa è la situazione per gli sport di squadra: mentre calcio, pallavolo e pallacanestro sono ancora molto popolari tra i giovani, queste discipline sportive diventano sempre meno importanti con l'aumentare dell'età.

Degni di nota sono gli slittamenti che avvengono tra i 10-14enni e i 15-19enni. Confrontando la tabella 4.1 con la tabella 4.3 si evince che i numeri di chi pratica calcio, ciclismo, sci, nuoto e ginnastica diminuiscono drasticamente, mentre crescono in modo netto quelli di chi pratica allenamento della forza, fitness e jogging. Tra le discipline sportive di squadra, oltre al calcio e all'unihockey, perdono partecipanti anche l'hockey su ghiaccio e la pallamano, mentre la pallacanestro riesce a mantenere le cifre invariate e la pallavolo guadagna perfino un po' di terreno tra i giovani.

Crescita per allenamento della forza e escursioni

Se si considerano le variazioni nel corso del tempo, colpisce la marcata crescita di allenamento della forza e escursioni, mentre fitness, calcio e snowboard fanno registrare un significativo decremento tra il 2014 e il 2020. Hanno guadagnato più di 2 punti percentuali anche ciclismo, pattinaggio su ghiaccio, yoga, arrampicata, slittino e nuoto, mentre perdono più di 2 punti percentuali l'inline skating e il jogging. Nel complesso, più discipline sportive sono cresciute che diminuite negli ultimi sei anni.

In tutti questi confronti, è sempre importante tenere presente la frequenza della pratica delle varie discipline sportive. Un aumento del numero di persone ha un effetto molto diverso sullo slittino – che si pratica in media un solo giorno all'anno – che sull'allenamento della forza, che si pratica in media cento giorni all'anno. Oltre all'allenamento della forza anche pallamano, arti marziali, canottaggio, fitness e ginnastica sono praticati più di una volta alla settimana dalla metà degli intervistati. Il calcio, lo yoga, l'equitazione, l'atletica leggera, lo skateboard e la danza hanno tutti una frequenza media di circa una volta alla settimana. Oltre allo slittino, il pattinaggio su ghiaccio, lo squash, il canoismo, il tennistavolo e le escursioni con gli sci sono praticati dalla metà degli intervistati per non più di cinque giorni all'anno. I seguenti sport hanno un'esposizione totale di più di 5 milioni di ore all'anno tra i giovani: allenamento della forza (9,1 mio. di ore), sci (8,9 mio. di ore), ciclismo (7,8 mio. di ore) e calcio (7,2 mio. di ore). L'aumento di gran lunga maggiore negli ultimi sei anni è stato nell'allenamento della forza, che è stato praticato solo per 2,3 milioni di ore all'anno nel 2014.

Le giovani donne rimangono in gran parte tra di loro mentre praticano equitazione, danza, yoga e pattinaggio su ghiaccio.

Infine, anche tra i giovani vale la pena di considerare le differenze di genere: troviamo infatti una quota di donne pari almeno all'80 per cento per equitazione, danza, yoga e pattinaggio su ghiaccio, mentre hockey su ghiaccio, tiro, canottaggio e unihockey hanno una quota di partecipazione femminile del 20 per cento al massimo. Presso le giovani donne troviamo in cima alle preferenze il «quintetto elvetico» con nuoto, sci, ciclismo, escursioni e jogging, mentre tra i giovani uomini il calcio e l'allenamento della forza sono ancora leggermente più popolari di jogging e escursioni (cfr. tabella 4.4). Con la pallavolo e il calcio, solo due discipline ludiche rientrano tra le prime 15 tra le giovani donne, mentre arrivano a cinque tra i giovani uomini: calcio, pallacanestro, tennis, unihockey e pallavolo. Il calo sopra menzionato riguardante il calcio è presente solo tra i giovani uomini e non tra le giovani donne.

T 4.4: Le attività sportive più frequenti praticate dai giovani di 15-19 anni secondo il genere (in % di tutte le giovani donne e i giovani uomini)

	Giovani donne			Giovani uomini	
	Attività sportive	Citazione complessiva*		Attività sportive	Citazione complessiva*
Nuoto	40,8	45,0	Sci	42,9	45,5
Sci	37,8	40,3	Calcio	34,6	35,6
Ciclismo	36,1	38,4	Nuoto	33,9	35,1
Escursioni	31,9	34,0	Ciclismo	33,5	35,1
Jogging	30,2	31,2	Allenamento della forza	25,0	25,6
Danza	23,4	25,3	Jogging	24,8	25,7
Allenamento della forza	19,3	19,5	Escursioni	21,7	23,5
Fitness	18,1	18,2	Fitness	12,9	12,9
Snowboard	13,3	14,4	Pallacanestro	11,9	12,8
Pallavolo	10,4	10,9	Arti marziali	10,0	10,2
Ginnastica	9,6	10,0	Snowboard	9,8	10,1
Equitazione	9,1	9,6	Tennis	8,8	9,0
Calcio	8,3	9,2	Rampichino	7,7	7,8
Slittino	7,6	7,7	Unihockey	7,0	7,4
Pattinaggio su ghiaccio	6,9	6,9	Pallavolo	6,2	6,3

Nota: numero intervistati: 1906. *Sono stati considerati anche i dati degli inattivi, se questi hanno menzionato la disciplina come attività motoria praticata in modo occasionale (cfr. capitolo 7).

5. Desideri legati allo sport

Molti bambini e giovani vorrebbero praticare ancora più sport

L'incremento dell'attività sportiva al quale abbiamo assistito negli ultimi sei anni (cfr. capitolo 2) dovrebbe continuare in futuro. L'elevata percentuale di bambini e giovani che vorrebbero aumentare le proprie ore di sport indica un notevole potenziale. Circa la metà dei bambini e dei giovani attivi esprime il desiderio di praticare più spesso una disciplina sportiva o di provarne una nuova. Tra le ragazze e le giovani donne questo desiderio è più marcato che tra i ragazzi e i giovani uomini; ciò potrebbe in futuro ridurre ulteriormente le attuali differenze di genere.

Arti marziali, danza e calcio sono tra le discipline sportive desiderate più citate dai bambini di 10-14 anni

Tra i bambini attivi di 10-14 anni, il 43 per cento vorrebbe rafforzare ulteriormente il proprio impegno in campo sportivo. Il 57 per cento di questi bambini esprime il desiderio di imparare una nuova disciplina sportiva, mentre il 43 per cento vorrebbe intensificare una disciplina sportiva già praticata. Il desiderio di praticare sport è più forte tra le ragazze che tra i ragazzi (49% contro 38%) ed è cresciuto di 4 punti percentuali rispetto al 2014. Tra i ragazzi invece è leggermente diminuito (-3 punti percentuali).

Mentre due terzi dei bambini che vorrebbero praticare sport nominano una disciplina sportiva che vorrebbero iniziare a praticare o praticare di più, un terzo cita più di una disciplina sportiva. In testa alla classifica delle discipline sportive desiderate (definite discipline sportive ideali nel rapporto del 2014) figurano arti marziali, danza e calcio (cfr. tabella 5.1). Mentre la danza è scelta quasi esclusivamente dalle ragazze, il rapporto tra i generi per le arti marziali e il calcio è sorprendentemente equilibrato. I bambini di 10-14 anni vorrebbero inoltre praticare più di frequente ginnastica, pallavolo, nuoto, tennis ed equitazione. Queste discipline sportive erano tra le prime della lista già sei anni fa. Rispetto al 2014, oggi vengono nominate leggermente più spesso come discipline sportive desiderate le arti marziali e la ginnastica, mentre il tennis e il badminton sono citati un po' meno di frequente.

Il livello dell'attuale impegno sportivo non ha praticamente alcun influsso sul desiderio di praticare sport. Tra i bambini attivi per un massimo di tre ore a settimana, il 44 per cento vorrebbe aumentare il proprio impegno nello sport e tra i bambini molto attivi che fanno più di dieci ore di sport a settimana la cifra è solo leggermente superiore (45%). Tuttavia, i bambini che desiderano praticare sport, con una media di 5,3 attività sportive citate, sono più polisportivi di

quelli che non lo desiderano (4,7 attività sportive nominate). Tra i diversi anni di nascita i bambini di 10-14 anni non presentano praticamente alcuna differenza per quanto riguarda il desiderio di praticare sport; i bambini di origine straniera (59% con desiderio di praticare sport) e i bambini che non sono membri di una società sportiva (49% con desiderio di praticare sport) esprimono tuttavia un po' più di frequente il desiderio di praticare una disciplina sportiva più spesso o di iniziarne una nuova.

Solo pochi bambini desiderano ridurre il loro impegno nello sport

Per poter verificare fino a che punto l'aumento delle ore di sport nella disciplina sportiva desiderata va a scapito di un'altra disciplina, è stato anche chiesto ai bambini dai 10 ai 14 anni se volessero ridurre il loro coinvolgimento in uno sport. Ciò accade in un numero relativamente raro di casi. Il 14 per cento dei bambini attivi nomina una disciplina sportiva che in futuro vorrebbe praticare con meno frequenza o non praticare più. Le discipline sportive praticate spesso ricevono ovviamente più menzioni. Poco più della metà dei bambini che desidera ridurre la pratica di una disciplina sportiva (56%) desidera al tempo stesso aumentare l'impegno in un'altra disciplina. I bambini che vorrebbero ridurre la partecipazione ad almeno una delle loro attività sportive sono di tendenza maschi, più polisportivi, membri di una società sportiva e praticano più spesso sport in senso stretto. L'età sembra invece non avere praticamente alcun influsso sul desiderio o meno di ridurre la pratica di una disciplina sportiva.

Il desiderio di rafforzare l'impegno sportivo è particolarmente elevato tra le giovani donne

Tra i 15-19enni sportivamente attivi, il 46 per cento vorrebbe praticare più spesso una disciplina sportiva o iniziarne una nuova. Tra le giovani sportive, è il 52 per cento a esprimere il desiderio di rafforzare il proprio impegno in campo sportivo, tra i giovani sportivi questo dato si ferma al 40 per cento. Rispetto al 2014 il desiderio di praticare sport è aumentato nettamente tra le giovani donne (dal 43% al 52%) e leggermente tra i giovani uomini (dal 38% al 40%).

Il desiderio dei giovani di aumentare il loro impegno nello sport è simile a quello dei bambini. I giovani più polisportivi di 15-19 anni esprimono sovente il desiderio di praticare più spesso una disciplina sportiva o di iniziarne una nuova, mentre il numero di ore di sport settimanale ha un influsso subordinato. I giovani con il desiderio di ampliare il proprio impegno praticano in media la stessa quantità di sport rispetto a quelli senza questo desiderio (7,6 risp. 7,7 ore alla settimana). Inoltre, tra i giovani adulti, l'esigenza di

ampliare il proprio impegno sportivo non cambia con l'evolvere dell'età. Da notare che il desiderio di ampliare la pratica sportiva è il più elevato tra i doppi cittadini svizzeri (52%) e i giovani attivi al di fuori di società e centri fitness (50%).

Arti marziali, danza, allenamento della forza, jogging: le discipline sportive desiderate dei 15-19enni

Nel 44 per cento dei casi i giovani citano più di una disciplina sportiva che vorrebbero cominciare o praticare più spesso. La lista dei desideri è dominata da arti marziali, danza, allenamento della forza e jogging

[cfr. tabella 5.1]. Rispetto al 2014 è riscontrabile uno slittamento dal fitness in generale al più specifico allenamento della forza. Mentre l'allenamento della forza viene oggi nominato molto più di frequente rispetto a sei anni fa tra le discipline sportive desiderate, i giovani menzionano il fitness un po' più di rado. Più spesso rispetto al 2014 vengono menzionati anche nuoto e jogging, entrambi caratterizzati da un'alta quota di preferenze femminili. Nell'allenamento della forza il rapporto tra i generi è invece equilibrato.

T 5.1: Discipline sportive ideali di chi pratica sport

	10-14enni			15-19enni		
	Citazione	Variazione 2014-2020	Percentuale di ragazze	Citazione	Variazione 2014-2020	Percentuale di donne
	(in % di chi pratica sport)	(in punti percentuali)	(in %)	(in % di chi pratica sport)	(in punti percentuali)	(in %)
Arti marziali, difesa personale	5,8	+1,9	49	7,6	+0,3	52
Danza	4,8	-0,7	95	6,9	+1,1	96
Nuoto	2,9	+0,2	61	4,3	+1,7	66
Allenamento della forza, rafforzamento muscolare	0,6	+0,6	50	6,1	+5,5	47
Jogging, corsa	1,6	+1,0	57	5,1	+2,7	72
Calcio	4,5	-0,8	42	2,0	+0,1	47
Pallavolo, beachvolley	3,0	+0,4	82	2,7	+0,2	78
Pallacanestro	3,1	0,0	29	1,7	+0,1	50
Equitazione, sport equestri	2,7	-0,2	97	2,0	+0,6	88
Fitness, fitness in gruppo	1,1	-0,2	50	3,2	-2,8	68
Ginnastica	3,2	+1,3	86	1,5	+0,5	96
Tennis	2,9	-1,0	39	1,5	-1,2	58
Arrampicata, alpinismo	2,2	+1,0	55	1,8	+0,1	77
Sci (escluse escursioni con sci)	1,9	+1,1	44	1,3	-0,4	38
Yoga, pilates, body mind	0,2	+0,2	100	2,3	+1,1	100
Unihockey	1,9	-0,7	8	0,7	-0,5	25
Windsurf, kitesurf	0,4	+0,2	20	1,9	+1,0	58
Ciclismo (escluso rampichino)	0,8	0,0	55	1,5	0,0	29
Pallamano	1,7	-0,2	35	0,7	0,0	45
Badminton	0,9	-0,7	8	1,2	+0,6	65
Hockey su ghiaccio	1,5	+0,5	35	0,7	+0,1	33
Snowboard (escluse escursioni con snowboard)	0,8	-0,2	70	1,2	0,0	80
Tiro	0,5	-0,2	33	1,4	+1,0	39
Skateboard, waveboard, kickboard	0,8	-0,1	10	1,0	+0,8	53
Rampichino	0,9	+0,4	8	0,9	+0,4	29
Atletica leggera	1,2	-0,1	88	0,5	0,0	100
Pattinaggio su ghiaccio	0,7	-0,1	100	0,6	+0,4	60
Passeggiate, escursioni in montagna	0,3	+0,1	75	0,8	+0,6	62
Tennistavolo	0,9	+0,6	8	0,3	0,0	40

Nota: numero di intervistati (solo attivi): 10-14enni: 1316; 15-19enni: 1646. Sono riportate tutte le discipline sportive citate da almeno dieci persone sportive. Le variazioni 2014-2020 che non hanno importanza a fini statistici sono riportate in grigio.

6. Motivi della pratica sportiva

Sono molte le ragioni che spingono alla pratica sportiva

I motivi per praticare sport sono numerosi. Tra i bambini sono in cima alla lista il divertimento, il fitness, il piacere di fare sport e movimento nonché lo stare insieme agli amici. Tra i giovani si aggiungono salute, raggiungimento di obiettivi sportivi, riduzione dello stress, rilassamento e la sfida per avere un bell'aspetto esteriore. In linea di principio lo sport è legato a molte associazioni positive: quando pensano allo sport ai giovani vengono in mente movimento, allenamento, salute, sforzo e piacere.

Il divertimento è al primo posto tra i bambini

Per i bambini dai 10 ai 14 anni, i motivi della pratica sportiva sono stati chiesti con una domanda aperta. Le risposte alla domanda «Perché fai sport? Cosa è particolarmente importante per te nella pratica sportiva?» sono state attribuite a diverse categorie. In media un bambino menziona 2,3 ragioni per cui pratica sport. La maggior parte dei bambini – quasi i due terzi di chi pratica sport – sottolinea l'importanza del divertimento durante la pratica sportiva. Circa un terzo vorrebbe essere in forma e allenato o pensa che l'esercizio e lo sport siano semplicemente fonte di gioia. Per un quinto abbondante dei bambini, lo stare insieme agli amici è una motivazione importante. Un sesto di essi sottolinea che lo sport è salutare e che permette alle persone di sfogarsi e di scaricare lo stress. Inoltre, vengono citati come motivi per praticare sport lo stare fuori all'aria aperta, il miglioramento delle prestazioni e lo svago. Meno del 5 per cento menziona la competizione, il fatto che nello sport ci si può misurare e confrontare con altri, il dimagrimento o il rafforzamento muscolare. Solo in singoli casi viene menzionato che genitori o fratelli hanno portato a praticare sport o che si è stati mandati a fare sport dai genitori.

Rispetto al 2014 le motivazioni per praticare sport dei bambini non hanno subito grandi cambiamenti. Il potersi sfogare, la salute, lo stare insieme agli amici vengono oggi menzionati un po' più di frequente, mentre il fitness e il piacere di fare sport vengono nominati con una frequenza leggermente inferiore. Come nel 2014, tra i 10-14enni colpisce l'esiguità delle differenze tra i generi. I ragazzi sottolineano un po' più spesso lo stare insieme agli amici, il fitness e il miglioramento delle prestazioni. Le ragazze, secondo le aspettative, citano un po' più spesso la salute e il piacere di fare il movimento e affermano più dei ragazzi anche di volersi sfogare e scaricare lo stress.

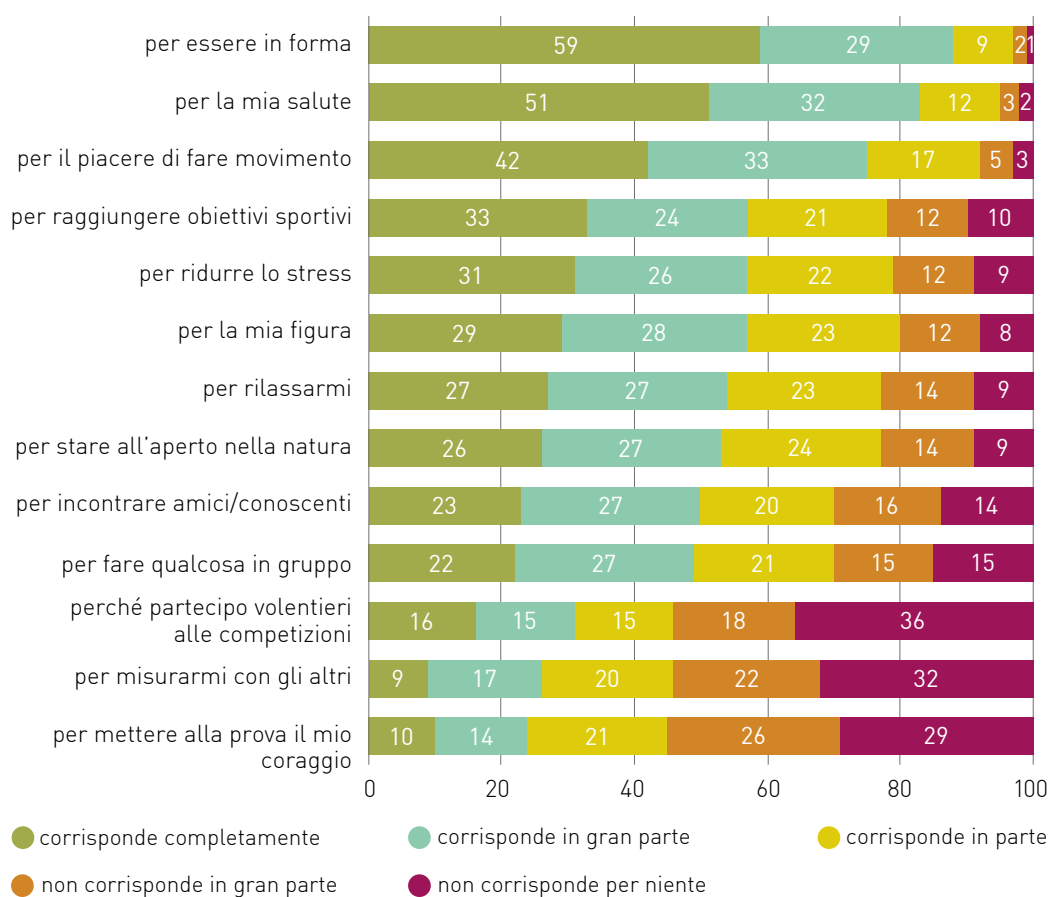
In età giovanile fitness, salute e piacere (gioia) di fare movimento si collocano prima di prestazione e competizione

Per registrare le motivazioni della pratica sportiva dei 15-19enni sono state proposte diverse ragioni per fare sport, orientate sull'indagine «Bernier Motiv- und Zielinventar» (in tedesco; inventario bernese dei motivi e degli obiettivi nello sport del tempo libero e della salute). Per ciascuna di queste motivazioni è stato chiesto quanto esse fungano da spinta per la propria pratica sportiva (cfr. figura 6.1). I motivi principali per la pratica sportiva dei giovani sono fitness, salute e piacere di muoversi. Inoltre, nella pratica sportiva si punta anche a raggiungere obiettivi, ridurre lo stress, fare qualcosa per avere un bell'aspetto esteriore, rilassarsi, stare all'aperto nella natura o insieme ad amici e conoscenti. La partecipazione a competizioni, il misurarsi con gli altri e la dimostrazione di coraggio sono motivazioni citate solo da una minoranza degli intervistati.

	Tutti		Giovani donne		Giovani uomini	
	2014	2020	2014	2020	2014	2020
Partecipazione a competizioni/eventi sportivi	47	42	36	35	57	49
Nessuna partecipazione	53	58	64	65	43	51
Tornei di società/club, ad es. tornei di pallavolo o calcio	33	32	22	24	43	40
Altre competizioni con classifica, ad es. percorso a ostacoli, corse, gare di ciclismo	17	16	16	16	17	16
Manifestazioni sportive senza classifica, ad es. attraversate di laghi, slowUp	3	5	3	6	4	5

T 6.1: Partecipazione a gare e manifestazioni sportive (in % di chi pratica sport)

Nota: numero di intervistati (solo chi pratica sport) 2014: 1527; 2020: 1645. Per il tipo di gare erano consentite più risposte.



Con la pubertà aumentano le differenze di genere per quanto concerne le ragioni per praticare sport

In età giovanile si accentuano le differenze di genere, quasi ininfluenti tra i 10-14enni. Tra le giovani donne e i giovani uomini, invece, vi sono alcune differenze notevoli e significative a livello statistico nelle motivazioni che spingono alla pratica sportiva. Le giovani donne menzionano con maggiore frequenza body shaping, riduzione dello stress e rilassamento, mentre i giovani uomini si focalizzano su motivi quali compagnia, prestazione e competizione.

Il numero di chi partecipa a gare diminuisce

La maggiore importanza della motivazione nella competizione tra i maschi è confermata quando si chiede specificamente della partecipazione alle competizioni. Il 42 per cento dei giovani attivi tra i 15 e i 19 anni partecipa a gare (cfr. tabella 6.1). I giovani uomini si misurano nelle competizioni sportive più spesso delle giovani donne. Ciò è dovuto soprattutto al fatto che i giovani uomini s'impegnano di più nelle società e prendono parte ai tornei delle stesse. Nelle competizioni al di fuori delle società come gare di ciclismo, percorsi a ostacoli o manifestazioni di danza nonché nelle manifestazioni sportive senza classifica non vi sono differenze di genere: a queste manifestazioni prendono parte le giovani donne tanto quanto i giovani uomini. Nel 2014 il 47 per cento dei giovani attivi partecipava a competizioni, percentuale che si

è ridotta di 5 punti negli ultimi sei anni. Responsabili di questo calo sono quasi esclusivamente i giovani uomini, tra i quali la quota di chi partecipa alle competizioni passa dal 57 al 49 per cento, mentre rimane quasi invariata tra le giovani donne (36% risp. 35%). Tuttavia, i giovani uomini non solo sono più propensi a competere rispetto alle giovani donne, ma competono anche di più. I maschi che gareggiano prendono parte in media a 15 competizioni all'anno, le donne a 11. Il contrario accade per le competizioni senza classifica: in questo caso le donne hanno all'attivo più partecipazioni (6 contro 4).

Le sportive e gli sportivi che disputano competizioni sono particolarmente attivi

Chi partecipa a gare ed eventi sportivi è particolarmente attivo. Le sportive e gli sportivi 15-19enni che partecipano a competizioni arrivano in media a 9,7 ore di sport a settimana (mediana 7,7), mentre le sportive e gli sportivi che non disputano gare totalizzano solo 6,2 ore (mediana 4,4). Dal 2014 le ore di sport di chi disputa competizioni sono cresciute nettamente, passando da 8,2 a 9,7 ore. Tra le altre sportive e gli altri sportivi il numero di ore settimanali è aumentato da 5,8 a 6,2 ore. Gli sportivi che disputano competizioni praticano in media circa un'ora in più di sport a settimana rispetto alle sportive che disputano competizioni; tra gli altri sportivi non troviamo invece differenze di genere significative. Ciò è da ricondurre

in particolare al fatto che le giovani sportive che non disputano competizioni negli ultimi sei anni hanno incrementato nettamente le ore settimanali di sport, passando da 5,3 a 6,1.

Allo sport sono legate molte associazioni positive

Tra i giovani di 15-19 anni lo sport ha una buona immagine e risveglia molte associazioni positive. Nel sondaggio online i giovani potevano scegliere da un elenco di 30 termini quelli che associavano allo sport. Il risultato è riportato alla figura 6.2. Innanzitutto, si può sottolineare ancora una volta che lo sport soddisfa le necessità più diverse e svolge le funzioni più varie. I giovani, infatti, associano allo sport una media di dieci diversi termini. I termini che vengono menzionati spesso insieme sono contrassegnati dallo stesso colore alla figura 6.2. Tuttavia, nessun raggruppamento chiaro può essere distinto. Chi dice prestazione dice più spesso anche fatica, allenamento e autodisciplina, senza escludere però la citazione di termini quali salute, movimento, libertà o rilassamento. Solo obbligo e bell'aspetto esteriore sembrano conciliarsi male con il divertimento.

Anche tra gli inattivi lo sport ha una buona immagine

Il fatto che i termini non si escludano a vicenda è anche dovuto al fatto che alcuni termini ricevono un indice di gradimento molto alto. Il movimento viene citato da oltre il 90 per cento, l'allenamento e la salute da oltre il 70 per cento di tutti i giovani. Più della metà di tutti i giovani di 15-19 anni nomina anche fatica, divertimento, prestazione, autodisciplina e fitness. È particolarmente degno di nota il fatto che termini negativi come dovere, commercio, violenza e doping sono associati allo sport da meno del 10 per cento, e corruzione e truffa da meno del 5 per cento dei giovani, e sono quindi appena leggibili nella figura 6.2. Perfino chi si dichiara inattivo lega molto di rado lo sport ad associazioni negative. In generale, i giovani inattivi menzionano meno termini; in particolare divertimento e comunità vengono citati nettamente di meno. Per contro, solo un termine, obbligo, è menzionato leggermente più frequentemente dagli inattivi che dagli attivi. Per quanto concerne le differenze di genere, emergono differenze simili a quelle riscontrate per i motivi. Le giovani donne legano con una frequenza leggermente maggiore lo sport a sensazione corporea, bell'aspetto esteriore, salute e rilassamento, mentre i giovani uomini lo associano più spesso ai termini gioco, concorrenza, prestazione e comunità. Questi risultati non sorprendono molto se si pensa che i giovani uomini non solo praticano più spesso sport da competizione ma sono anche più sovente attivi nelle società sportive (cfr. a tale proposito anche il cap. 12).



F 6.2: Termini che i 15-19enni associano allo sport

Nota: numero intervistati: 1804 (sondaggio online). Immagine delle parole chiave a seconda della frequenza con cui sono stati menzionati i termini. I colori mostrano, sulla base di un'analisi dei fattori, quali termini sono spesso scelti in congiunzione. Solo tra le categorie di colore grigio c'è una correlazione negativa, cioè coloro che hanno scelto l'obbligo e il bell'aspetto esteriore insieme non hanno praticamente mai menzionato il termine divertimento.

7. Gli inattivi

Il numero degli inattivi è diminuito

Il 12 per cento dei 10-14enni e il 18 per cento dei 15-19enni non praticano sport al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria. Negli ultimi sei anni la quota delle persone inattive è diminuita di 2-3 punti percentuali e si colloca oggi allo stesso livello del 2008 (cfr. figura 2.1).

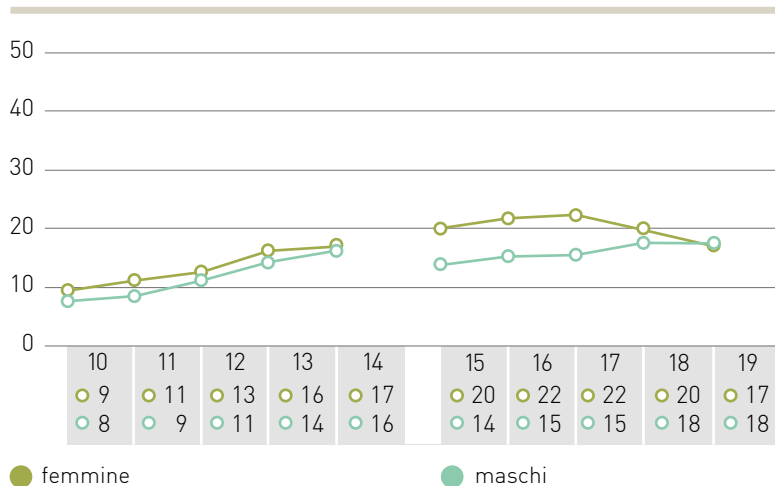
La figura 7.1 mostra come cambia la quota di persone inattive tra i 10 e i 19 anni. Fino ai 14 anni, l'inattività cresce di continuo sia tra i ragazzi sia tra le ragazze. La quota delle ragazze sportivamente inattive è solo leggermente più alta di quella dei ragazzi. Tra i giovani adulti si riscontrano invece alcune differenze tra i generi. Mentre l'inattività aumenta leggermente tra i giovani uomini fino all'età adulta, diminuisce di nuovo tra le giovani donne a partire dai 17 anni, per poi tornare al livello dei giovani uomini quando queste raggiungono l'età adulta. Così, per entrambi i generi, l'abbandono dello sport inizia in giovane età e corre sorprendentemente parallelo per ragazze e ragazzi, con l'eccezione dell'inizio della giovane età adulta.

La grande maggioranza dei bambini e dei giovani inattivi ha fatto esperienze positive con lo sport

Oltre l'80 per cento delle inattive e degli inattivi ha in passato praticato sport al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria (10-14enni: 83%; 15-19enni: 81%). Quasi tutti l'hanno fatto negli anni precedenti regolarmente, vale a dire almeno una volta alla settimana. Nella maggior parte dei casi gli inattivi non sono quindi da sempre contrari per principio allo sport.

Non sono nemmeno le brutte esperienze a rovinare ai bambini il piacere per la pratica sportiva. Tra i bambini inattivi con esperienze sportive, l'86 per cento afferma di aver fatto esperienze positive, l'11 per cento parla di esperienze miste e solo il 3 per cento di esperienze negative. Le buone esperienze sono più spesso fatte nelle società. Tuttavia, anche con le esperienze negative lo sport nelle società è menzionato più spesso. Tra le esperienze positive sono menzionati anche lo sport libero e lo sport scolastico facoltativo, ma entrambi i contesti sono molto raramente associati a esperienze negative, a differenza dello sport nelle società. Tra i 15-19enni cresce la quota degli inattivi che non guardano solo in termini positivi alla loro passata «carriera sportiva»: il 56 per cento degli ex attivi parla di esperienze positive, il 40 di esperienze miste e il 4 di esperienze negative.

F 7.1: Percentuale di inattivi secondo età e genere (in percentuale dei giovani che affermano di non praticare sport al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria)



Nota: numero intervistati: 10-14enni: 1501 (185 inattivi); 15-19enni: 1906 (260 inattivi). Per eliminare gli outlier casuali dovuti al numero relativamente basso di casi, la perequazione è stata eseguita calcolando la media aritmetica con i due punti vicini (media mobile).

I «pantofolai» sono molto rari

Solo circa il 2-3 per cento di tutti i bambini e i giovani non hanno mai avuto accesso allo sport. Si tratta sempre di più di bambini con un passato migratorio. Tra i giovani, c'è un numero sproporzionato di giovani donne di origine straniera che non ha avuto accesso allo sport nella propria infanzia. Come motivazione per la loro inattività, questo gruppo indica di frequente che non ha voglia o interesse per lo sport.

I giovani che non hanno mai praticato sport al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria hanno fatto esperienze diverse con l'educazione fisica obbligatoria. Mentre il 29 per cento parla di esperienze (perlopiù) positive, il 51 per cento di esperienze miste e il 20 per cento di esperienze (perlopiù) negative.

Mancanza di tempo e di voglia e altri interessi sono le ragioni principali dell'inattività

A tutti gli inattivi è stato chiesto di menzionare le ragioni dell'inattività. Le risposte sono elencate alla tabella 7.1. Per i bambini sono state chieste ragioni simili a quelle dei giovani. Tuttavia, mentre ai bambini sono state poste domande aperte al telefono e le loro risposte sono state assegnate alle categorie predefinite, i giovani che hanno completato il sondaggio online hanno selezionato le loro motivazioni su una lista. Questa differenza nei metodi spiega perché i giovani indicano un numero nettamente maggiore di ragioni rispetto ai bambini. Le motivazioni secondo le quali i bambini non fanno movimento non si differenziano però in linea di principio da quelle dei giovani. Nel complesso vengono nominati più di frequente la mancanza di tempo e di voglia, il troppo lavoro e lo stress nonché altri passatempi e interessi. Circa una persona inattiva su dieci non trova l'offerta adeguata e tra i giovani si aggiungono gli orari di lavoro in parte scomodi e troppo lunghi nonché motivazioni finanziarie. Le esperienze negative vengono menzionate solo di rado e i divieti da parte dei genitori praticamente mai.

Attività motorie sportive degli inattivi

Le persone che affermano di non praticare sport non sono completamente inattive. Alla domanda se vi siano attività come ad esempio sci, escursioni, nuoto, ciclismo, slittino o danza che vengono comunque praticate di tanto in tanto risponde in modo affermativo l'88 per cento degli inattivi di 10-14 anni e il 65 per cento degli inattivi di 15-19 anni. Rispetto al 2014, la percentuale di inattivi che pratica saltuariamente uno sport è diminuita, leggermente per quanto concerne i 10-14enni (da 91 a 88%) e nettamente per i 15-19enni (da 87 a 65%). Il numero delle inattive e degli inattivi si è dunque ridotto negli ultimi sei anni, ma il gruppo rimanente è diventato al tempo stesso più inattivo. Tra le attività sportive praticate in modo occasionale dagli inattivi rientrano in primo luogo nuoto, ciclismo, sci e escursioni e tra i bambini anche il calcio. Tutte le attività sportive che figurano alla tabella 7.2 non vengono però praticate con una frequenza o un'intensità tali da permettere ai bambini e ai giovani di definirsi sportivamente attivi. Ciò è confermato – con l'eccezione delle escursioni – anche per i tempi di esposizione del «quintetto elvetico»: in media le persone sportivamente inattive che affermano di praticare in modo occasionale una disciplina sportiva «lifetime» arrivano annualmente a un numero nettamente inferiore di ore rispetto alle sportive e agli sportivi.

	10-14enni	15-19enni
Mancanza di tempo	28	53
Mancanza di voglia e divertimento	24	30
Troppo lavoro, stress a scuola	14	28
Altri passatempi e interessi	11	22
Mancanza di un'offerta adeguata	12	10
Orari di lavoro scomodi e troppo lunghi	*	18
Motivi finanziari, lo sport è troppo costoso	1	13
Lo sport non fa per me	7	7
Faccio abbastanza movimento, sono in forma	*	11
Motivi di salute	*	8
Esperienze o ricordi negativi	1	7
Pratico altre attività motorie	3	5
Infortuni	6	3
Lungo tragitto per andare al lavoro	*	7
Scomodità del luogo e dell'orario di allenamento	2	4
Il tempo impiegato va a scapito della famiglia	*	3
Infrastrutture inadeguate	1	*
Divieti dei genitori	1	*
Non ho amici con i quali praticare sport	0	*
Altri motivi	21	*

T 7.1: Motivi per cui non si pratica sport (in % di tutti gli inattivi)

Nota: numero di intervistati (inattivi): 10-14enni: 185; 15-19enni: 260. *Dato non rilevato tra i bambini di 10-14 anni o tra i giovani di 15-19 anni.

	10-14enni		15-19enni	
	Citazione (in % di tutti gli inattivi)	Percentuale di ragazze (in %)*	Citazione (in % di tutti gli inattivi)	Percentuale di giovani donne (in %)*
Nuoto	40,0	53	19,9	79
Ciclismo (escluso rampichino)	38,9	51	13,9	59
Sci (escluse escursioni con sci)	30,6	40	18,0	50
Passeggiate, escursioni in montagna	17,8	50	14,2	55
Calcio	27,2	35	7,1	42
Jogging, corsa	6,1	36	6,7	56
Pallacanestro	9,4	41	4,5	33
Danza	3,9	71	7,1	100
Snowboard	5,0	22	5,2	79
Passeggiate (con il cane)	6,7	50	3,7	100
Skateboard, waveboard, kickboard	3,3	83	2,2	50
Ginnastica	2,8	20	2,2	67
Badminton	5,0	78	0,7	-
Slittino, bob	4,4	38	1,1	-
Pallavolo, beachvolley	2,2	-	2,2	83
Rampichino	2,8	20	1,1	-
Allenamento della forza, rafforzamento muscolare	0,6	-	2,6	29
Pattinaggio su ghiaccio	4,4	63	0,0	-
Tennistavolo	2,2	-	0,7	-
Equitazione, sport equestri	0,0	-	1,9	100
Arti marziali, difesa personale	0,0	-	1,9	40

T 7.2: Attività motorie praticate occasionalmente dagli inattivi

Nota: numero di intervistati (inattivi): 10-14enni: 185; 15-19enni: 260. La tabella riporta tutte le forme di movimento citate complessivamente da almeno cinque intervistati di 10-14 anni o di 15-19 anni. *Se le persone sono meno di cinque non viene indicata la percentuale di ragazze e giovani donne.

Molti inattivi e inattive vorrebbero tornare a praticare sport

Il 74 per cento dei bambini inattivi e il 52 per cento dei giovani inattivi vorrebbero ricominciare a praticare uno sport. Questi valori corrispondono esattamente a quelli del 2014. Tra le ragazze e le giovani donne il desiderio di tornare ad essere attive è molto più marcato rispetto a quello di ragazzi e giovani uomini. L'83 per cento delle ragazze, ma solo il 64 per cento dei ragazzi, vorrebbero ricominciare a praticare sport; tra le giovani donne questo dato corrisponde al 60 per cento, mentre tra i giovani uomini si ferma al 42 per cento. Anche per quanto riguarda la disciplina sportiva ideale vi sono differenze a seconda del genere e dell'età (cfr. tabella 7.3). Al primo posto tra i ragazzi troviamo il calcio, tra le giovani donne la danza. Molti inattivi praticerebbero volentieri anche le arti marziali; i più piccoli tendono inoltre più spesso verso la pallacanestro, i più grandi verso l'allenamento della forza o il fitness.

I presupposti per ricominciare a praticare sport sono più tempo e un'offerta adeguata

Condizioni importanti per i 10-14enni per ricominciare a praticare sport sono più tempo e un'offerta adeguata nelle vicinanze. Un aiuto proviene anche da amici e amiche che possono sostenere e motivare. Tra i bambini inattivi che vorrebbero nuovamente praticare uno sport, il 26 per cento ricomincerebbe se avesse più tempo e meno impegni. Il 20 per cento avrebbe bisogno di un'offerta adeguata nelle vicinanze, il 9 per cento vorrebbe essere motivato da un coetaneo e il 7 per cento desidera che partecipi anche una buona amica o un buon amico. Per il 9 per cento lo sport dovrebbe essere davvero divertente, per l'8 per cento promuovere la salute. Infine, il 4 per cento vorrebbe un'offerta corrispondente alle proprie capacità e il 3 per cento dovrebbe superare l'ostacolo finanziario.

Agli inattivi di 15-19 anni sono state chieste non solo le condizioni ma anche i motivi per cui tornerebbero a praticare sport. Più di frequente, vale a dire dall'88 per cento, è stata indicata la ragione fitness/salute. Inoltre, sono stati citati i seguenti gruppi di motivazioni: figura/aspetto (68%), rilassamento/riduzione dello stress (65%), piacere di fare movimento (53%), natura (36%), contatto/stare insieme (34%) e rischio/sfida (30%). La motivazione nominata meno di frequente è quella relativa a competizione e prestazione (18%).

	10-14enni		15-19enni	
	Citazione (in % di tutti gli inattivi)	Percentuale di ragazze (in %)*	Citazione (in % di tutti gli inattivi)	Percentuale di giovani donne (in %)*
Danza	6,7	92	10,5	89
Calcio	12,8	35	6,0	38
Arti marziali, difesa personale	8,3	47	9,0	75
Pallacanestro	12,2	55	4,1	55
Fitness, fitness in gruppo	2,2	–	7,9	90
Allenamento della forza, rafforzamento muscolare	0,0	–	9,4	64
Nuoto	5,0	44	4,1	64
Tennis	5,6	50	2,6	57
Jogging, corsa	1,1	–	3,7	60
Ginnastica	6,1	100	0,4	–
Pallavolo, beachvolley	2,2	–	3,0	75
Unihockey	3,9	43	0,7	–
Pallamano	2,8	100	0,7	–
Badminton	3,3	50	0,0	–
Arrampicata, alpinismo	1,1	–	1,5	–
Atletica leggera	2,2	–	0,7	–
Yoga, pilates, body mind	0,0	–	1,9	100

T 7.3: Forme di sport e movimento che gli inattivi vorrebbero praticare in futuro

Nota: numero di intervistati (inattivi): 10-14enni: 185; 15-19enni: 260. La tabella riporta tutte le forme di movimento citate complessivamente da almeno cinque intervistati di 10-14 anni o di 15-19 anni. *Se le persone sono meno di cinque non viene indicata la percentuale di ragazze e giovani donne.

8. Differenze regionali

Legame tra luogo di domicilio e attività sportiva

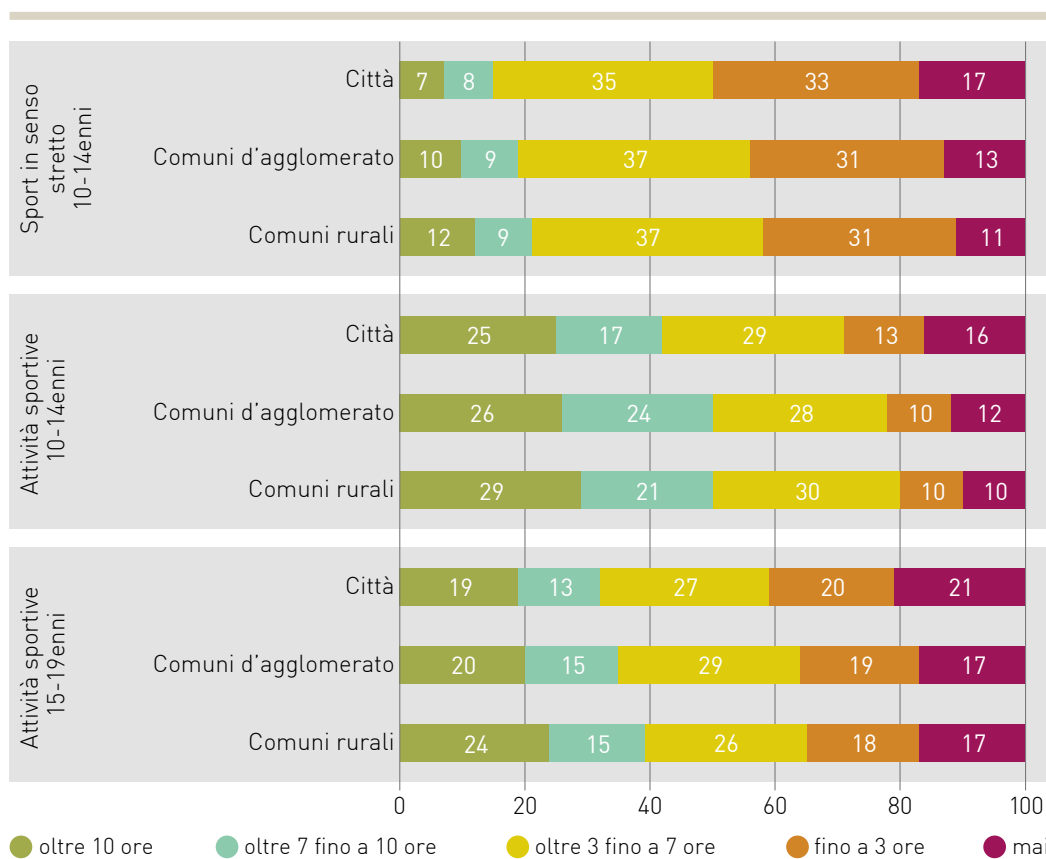
La pratica sportiva di bambini e giovani non è uniforme in tutta la Svizzera. Le dimensioni, il tipo e la collocazione del luogo di domicilio influiscono sull'attività sportiva. In questo contesto, le differenze per tipo d'insediamento sembrano essersi rafforzate negli ultimi sei anni, mentre quelle tra regioni linguistiche si sono indebolite.

In campagna si pratica più sport rispetto alla città

Osserviamo innanzitutto le differenze tra città e campagna della figura 8.1. Nelle regioni rurali i bambini e i giovani praticano sport in quantità leggermente maggiore rispetto a quelli che vivono nelle aree urbane. Ciò è vero per entrambi i gruppi di età e riguarda lo sport in senso stretto così come le attività sportive. Nei comuni rurali troviamo sia più persone molto attive sia meno inattive e inattivi rispetto alle città. I valori dei comuni d'agglomerato si collocano nel mezzo. Già nel 2014 era emerso che i bambini e tendenzialmente anche i giovani che crescono in comuni rurali passano più ore a praticare sport. Le differenze si

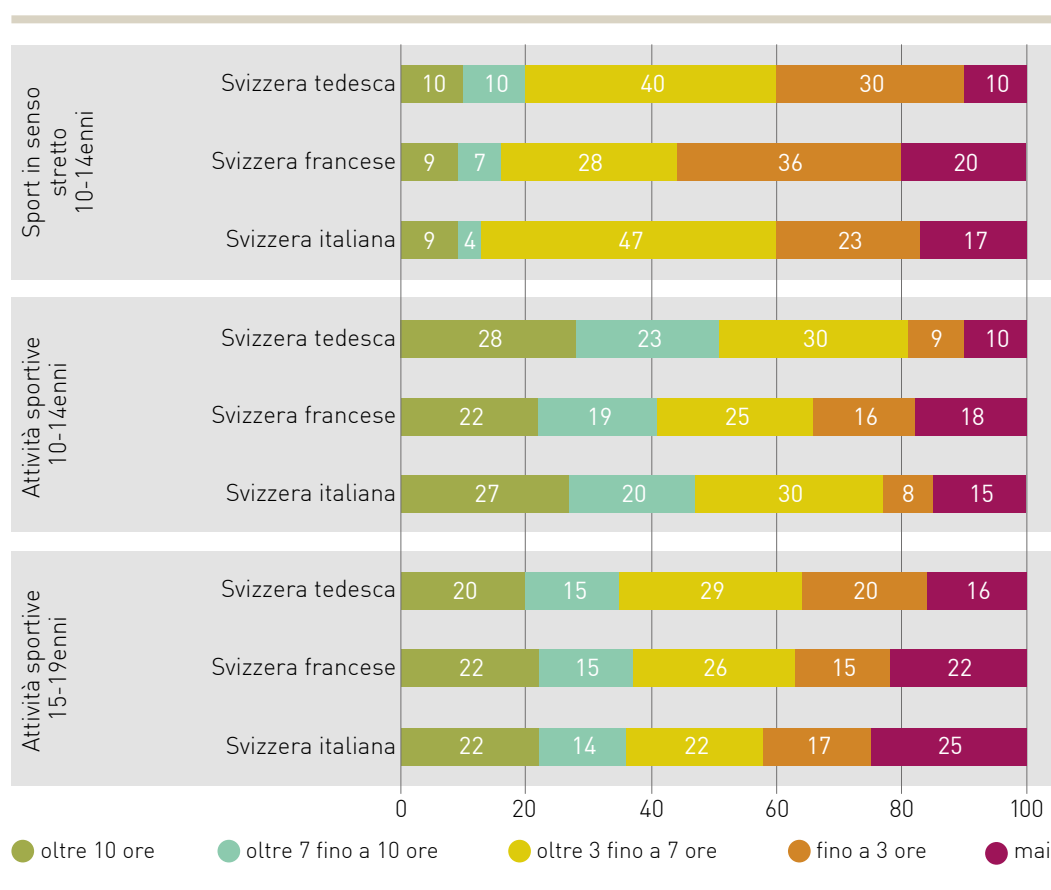
sono accentuate negli ultimi sei anni, benché l'attività sportiva sia cresciuta sia in campagna, sia negli agglomerati e nelle città. In campagna l'attività sportiva è aumentata un po' di più rispetto alle città.

I risultati sono ancora più notevoli perché questa differenza tra città e campagna è assente tra gli adulti. Tra i bambini e i giovani l'attività sportiva cala invece all'aumentare delle dimensioni dei comuni. Questa differenza può essere spiegata con più probabilità dalle diverse appartenenze alle società. I giovani e in particolare i bambini in campagna sono chiaramente attivi più spesso nelle società sportive; e le persone che fanno parte di una società sportiva si caratterizzano per un'attività sportiva nettamente più elevata (cfr. capitolo 12). In età adulta, l'importanza delle società sportive per l'accumulo di ore di sport è meno centrale e altri contesti come, in particolare, i centri fitness guadagnano importanza.



F 8.1: Attività sportiva secondo il tipo di insediamento (in %)

Nota: numero degli intervistati: 10-14enni: 1501; 15-19enni: 1906.



F 8.2: Attività sportiva nelle tre regioni linguistiche (in%)

Nota: numero degli intervistati: 10-14enni: 1501; 15-19enni: 1906.

Le differenze tra regioni linguistiche si sono ridotte

La figura 8.2 evidenzia che la pratica sportiva non è omogenea in tutte le regioni linguistiche. Vi sono differenze a seconda che si considerino lo sport in senso stretto o le attività sportive, che si studino le persone attive o quelle inattive o che si parli di bambini o di giovani. Le differenze non sono tuttavia più così nette come negli anni precedenti e non si può più distinguere una chiara divisione tra la Svizzera latina e la Svizzera tedesca. Nella Svizzera francese e in quella italiana i bambini e i giovani praticano oggi nettamente più sport rispetto al 2008 e al 2014. Ciò è confermato dai valori medi della tabella 8.1. Mentre nella Svizzera tedesca, dopo un crollo nel 2014, siamo tornati al livello del 2008, le ore medie di sport praticate dai bambini e dai giovani nella Svizzera francese e italiana sono ben al di sopra del livello del 2008. Le differenze tra città e campagna sono presenti in tutte le regioni linguistiche.

Le differenze di genere sono presenti in tutte le regioni linguistiche

Se ci concentriamo anche sulle differenze di genere, emerge che in tutte e tre le regioni linguistiche i ragazzi e giovani uomini praticano più sport rispetto alle ragazze e alle giovani donne (cfr. tabella 8.2). Le differenze sono sempre più o meno simili indipendentemente dall'età e indipendentemente dal fatto che si tratti di sport in senso stretto o di attività sportive in senso più ampio. Rispetto a questo modello vi è solo una divergenza degna di nota: nella Svizzera italiana le ragazze si distinguono di poco dai ragazzi per quanto riguarda lo sport in senso stretto, ma mostrano differenze ancora più marcate se si considerano le attività sportive. Con l'aumentare dell'età quest'ultima differenza si rafforza notevolmente. Tra i 15 e i 19 anni i giovani uomini nella Svizzera italiana praticano circa il doppio di ore di sport rispetto alle giovani donne.

T 8.1: Numero medio di ore di sport praticate dagli intervistati al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria dal 2008 al 2014 in numero di ore settimanali per regione linguistica (in %)

	Media aritmetica			Mediana		
	2008	2014	2020	2008	2014	2020
10-14enni: Sport in senso stretto						
Svizzera tedesca	4,7	3,9	4,8	3,5	2,6	3,7
Svizzera francese	3,0	3,2	3,8	1,7	2,6	2,6
Svizzera italiana	3,7	3,5	4,3	2,6	2,6	3,6
10-14enni: Attività sportive						
Svizzera tedesca	8,1	7,0	8,0	6,9	6,0	7,1
Svizzera francese	5,3	5,5	6,3	3,6	4,8	5,3
Svizzera italiana	6,5	6,0	7,5	5,3	5,2	6,6
15-19enni: Attività sportive						
Svizzera tedesca	6,4	5,8	6,3	5,2	5,0	4,9
Svizzera francese	5,7	5,2	7,4	4,5	4,1	4,9
Svizzera italiana	4,8	4,7	6,4	3,5	3,7	4,4

Nota: numero intervistati: 10-14enni: 2008: 1530; 2014: 1525; 2020: 1501; 15-19enni: 2008: 1534; 2014: 1895; 2020: 1906. La media aritmetica è calcolata dividendo la somma di tutte le ore di sport per il numero degli intervistati. La mediana è il valore centrale: la metà degli intervistati si colloca al di sotto, l'altra metà al di sopra di questo valore.

T 8.2: Numero medio di ore di sport praticate dagli intervistati al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria in numero di ore settimanali secondo il genere e la regione linguistica

	Media aritmetica		Mediana	
	Ragazze/ giovani donne	Ragazzi/ giovani uomini	Ragazze/ giovani donne	Ragazzi/ giovani uomini
10-14enni: Sport in senso stretto				
Svizzera tedesca	4,3	5,2	3,0	3,9
Svizzera francese	3,2	4,4	1,7	3,9
Svizzera italiana	3,9	4,7	3,5	3,9
10-14enni: Attività sportive				
Svizzera tedesca	7,4	8,5	6,5	7,5
Svizzera francese	5,5	7,1	4,2	6,2
Svizzera italiana	6,5	8,7	5,4	7,7
15-19enni: Attività sportive				
Svizzera tedesca	5,9	6,6	4,5	5,6
Svizzera francese	6,5	8,2	4,0	6,2
Svizzera italiana	4,3	8,4	2,0	6,8

Nota: numero intervistati: 10-14enni: 1501; 15-19enni: 1906. La media aritmetica è calcolata dividendo la somma di tutte le ore di sport per il numero degli intervistati. La mediana è il valore centrale: la metà degli intervistati si colloca al di sotto, l'altra metà al di sopra di questo valore.

Svizzera tedesca		Svizzera francese		Svizzera italiana	
Sci	62	Sci	53	Sci	60
Nuoto	60	Calcio	44	Nuoto	55
Ciclismo	59	Nuoto	43	Ciclismo	52
Calcio	51	Ciclismo	43	Calcio	45
Escursioni	30	Escursioni	21	Escursioni	24
Ginnastica	22	Danza	14	Ginnastica	13
Jogging	18	Pallacanestro	13	Tennis	13
Danza	17	Tennis	11	Jogging	10
Slittino	12	Jogging	11	Pallavolo	10
Unihockey	11	Ginnastica	10	Unihockey	10
Snowboard	11	Equitazione	8	Danza	9
Arti marziali	9	Arti marziali	7	Pallacanestro	9
Skateboard	9	Slittino	6	Tennistavolo	9
Tennis	9	Pallavolo	6	Pattinaggio su ghiaccio	9
Equitazione	9	Aletica leggera	6	Inline skating	7
Pattinaggio su ghiaccio	8	Badminton	6	Equitazione	7
Pallacanestro	8	Skateboard	6	Arti marziali	7
Pallavolo	7	Rampichino	6	Rampichino	6
Arrampicata	7	Tennistavolo	6	Hockey su ghiaccio	6
Aletica leggera	6	Arrampicata	5	Aletica leggera	6

T 8.3: Sport preferiti dai bambini di 10-14 anni per regione linguistica (in %)

Nota: numero intervistati: Svizzera tedesca: 958; Svizzera francese: 344; Svizzera italiana: 199. Oltre alle risposte di chi pratica sport, nel calcolo rientrano anche i dati degli inattivi, se questi hanno citato una delle discipline sportive della lista come attività motoria da loro praticata. Le denominazioni delle discipline sportive sono state in parte semplificate (cfr. tabella 4.1).

Nessuna differenza di principio nelle preferenze per le varie discipline sportive tra le regioni linguistiche

Benché gli stessi sport siano in cima alla scala di popolarità in tutte le regioni linguistiche, uno sguardo più attento rivela alcune differenze notevoli (cfr. tabelle 8.3 e 8.4). Sia tra i 10-14enni sia tra i 15-19enni lo sci è al primo posto in tutte le regioni linguistiche. Unica eccezione sono i giovani della Svizzera tedesca, che menzionano il nuoto con una frequenza leggermente maggiore rispetto allo sci. Tra i bambini, oltre allo sci, si collocano tra i primi cinque in tutte le regioni linguistiche nuoto, ciclismo, calcio e escursioni. Tra i giovani nella Svizzera tedesca e nella Svizzera francese il jogging sostituisce il calcio; tra i giovani della Svizzera italiana il jogging rientra tra i primi cinque a scapito del ciclismo.

Ginnastica nella Svizzera tedesca, pallacanestro nella Svizzera francese, pallavolo nella Svizzera italiana

Considerando i 10-14enni è evidente che nuoto, ciclismo e ginnastica sono particolarmente amati nella Svizzera tedesca. La pallacanestro viene praticata più spesso dai bambini della Svizzera francese. Tennis, pallavolo e tennistavolo godono di un particolare gradimento nella Svizzera italiana. In generale si può notare che i bambini della Svizzera francese praticano rispettivamente citano meno attività sportive rispetto ai bambini della Svizzera tedesca e italiana.

Tra i 15-19enni questi rapporti cambiano e sono i giovani della Svizzera italiana a nominare il numero minore di attività sportive. L'elevata quota di sciatori, nuotatori e ciclisti in età infantile diminuisce nettamente con l'aumentare dell'età nella Svizzera italiana e tra i giovani adulti va a collocarsi in parte sotto ai valori dei romandi, dove le quote di partecipazione tra le coorti di età restano sorprendentemente stabili. Anche tra i 15-19enni la Svizzera tedesca mostra una quota sopra la media di nuotatori e di ciclisti, nonché di chi pratica l'allenamento della forza. La pallacanestro come anche lo sci e le arti marziali godono di un gradimento sopra la media tra i ragazzi della Svizzera francese. Lo stesso accade per il rampichino tra i giovani della Svizzera italiana.

Svizzera tedesca		Svizzera francese		Svizzera italiana	
Nuoto	44	Sci	47	Sci	35
Sci	42	Ciclismo	31	Nuoto	31
Ciclismo	40	Nuoto	31	Jogging	28
Jogging	31	Escursioni	27	Escursioni	26
Escursioni	30	Jogging	22	Calcio	21
Allenamento della forza	25	Calcio	20	Ciclismo	20
Calcio	23	Allenamento della forza	17	Allenamento della forza	17
Fitness	16	Fitness	16	Fitness	10
Danza	15	Danza	14	Rampichino	10
Snowboard	14	Arti marziali	12	Snowboard	10
Pallavolo	9	Pallacanestro	11	Ginnastica	7
Ginnastica	8	Snowboard	7	Pallavolo	7
Pallacanestro	8	Pallavolo	7	Tennis	6
Arti marziali	7	Tennis	6	Danza	5
Slittino	7	Badminton	6	Yoga	4
Tennis	6	Rampichino	6	Unihockey	4
Unihockey	5	Ginnastica	6	Equitazione	4
Equitazione	5	Arrampicata	6	Pallacanestro	4
Pattinaggio su ghiaccio	5	Tennistavolo	5	Arti marziali	4
Rampichino	5	Equitazione	5	Atletica leggera	4

T 8.4: Sport preferiti dai giovani di 15-19 anni per regione linguistica (in %)

Nota: numero intervistati: Svizzera tedesca: 1350; Svizzera francese: 411; Svizzera italiana: 145. Oltre alle risposte di chi pratica sport, nel calcolo rientrano anche i dati degli inattivi, se questi hanno citato una delle discipline sportive della lista come attività motoria da loro praticata. Le denominazioni delle discipline sportive sono state in parte semplificate (cfr. tabella 4.3).

9. Provenienza sociale

La provenienza sociale incide sull'attività sportiva

La formazione e il reddito dei genitori influenzano l'attività sportiva dei bambini. Inoltre, l'entusiasmo dei genitori per lo sport si trasmette anche ai bambini. Il boom dello sport degli ultimi sei anni non ha né aumentato né ridotto l'influenza dei genitori sul comportamento sportivo dei bambini. Correlazioni comparabili erano già evidenti nel 2008 e nel 2014.

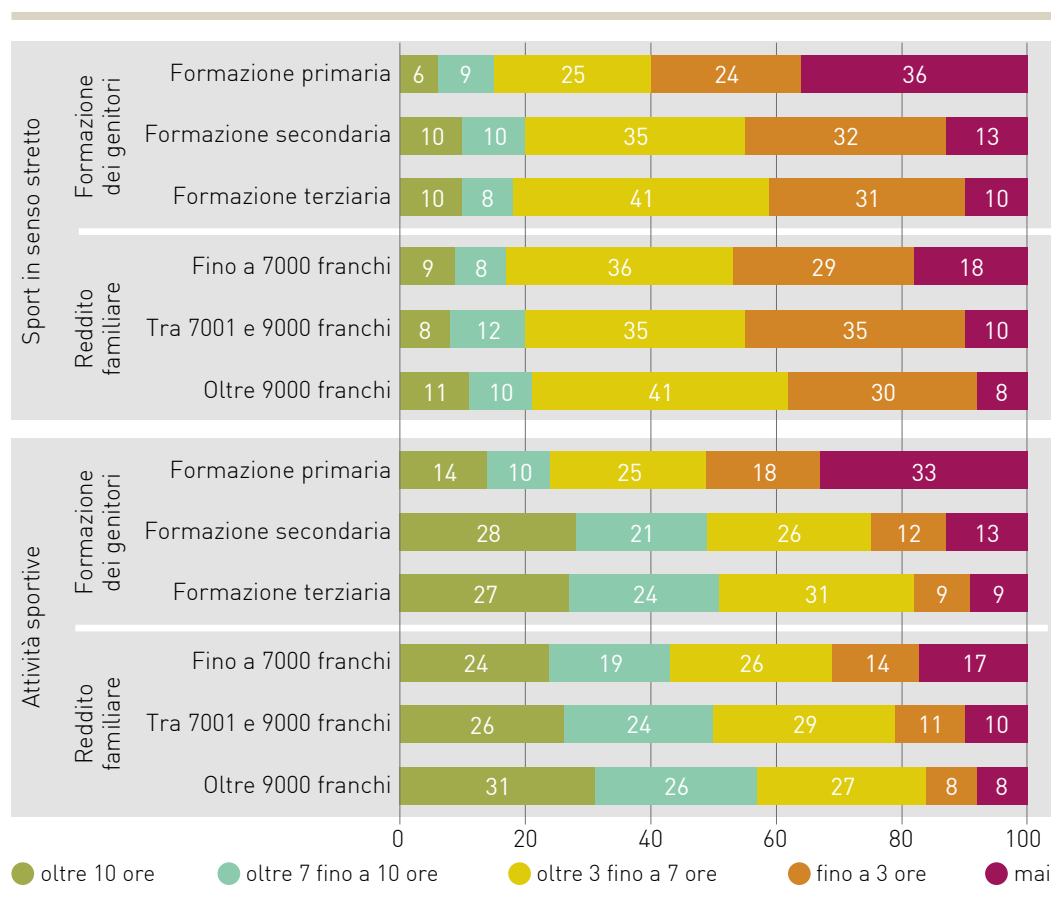
Il gradiente sociale del reddito familiare

La figura 9.1 mostra innanzitutto come la formazione e il reddito dei genitori incidono sull'attività sportiva dei bambini. La domanda concernente l'influsso della provenienza sociale può essere analizzata solo per i bambini di 10-14 anni, in quanto per loro è stata realizzata in aggiunta una breve intervista con un genitore. I dati sul reddito si riferiscono al reddito familiare netto, i dati sulla formazione al livello più alto di formazione del genitore intervistato insieme al bambino. Per quanto concerne il reddito familiare è possibile identificare un cosiddetto gradiente sociale. L'attività sportiva dei bambini aumenta con ogni grado di reddito. Anche i bambini di genitori con un reddito

basso praticano molto sport, tuttavia la percentuale degli inattivi è doppia rispetto ai bambini che vivono in un'economia domestica più benestante.

L'influenza della formazione dei genitori

In termini di formazione, c'è una differenza sorprendente tra i bambini i cui genitori hanno frequentato solo la scuola dell'obbligo e quelli i cui genitori hanno proseguito la formazione superiore. Se i genitori hanno frequentato solo la scuola dell'obbligo, la probabilità che i bambini praticino sport poco o per niente al di fuori della scuola è nettamente più alta. Bisogna dire, però, che i figli di genitori con un basso livello di formazione sono un piccolo gruppo. Solo per il 6 per cento di tutti i bambini il genitore intervistato aveva frequentato solo la scuola dell'obbligo. Si tratta soprattutto di genitori che spesso definiscono anche sé stessi come inattivi, che provengono dall'estero – soprattutto da Paesi dell'Europa meridionale e orientale – e che dispongono di un reddito basso. L'effetto complessivo della formazione dei genitori sul comportamento sportivo è quindi inferiore rispetto a quanto farebbe pensare la figura 9.1. Per i bambini di genitori con una formazione professionale le cifre



F 9.1: Attività sportiva dei 10-14enni secondo la formazione dei genitori* e il reddito familiare (in %)

Nota: numero intervistati: formazione: 1472; reddito familiare: 1369. *I dati si riferiscono al genitore che ha acconsentito all'intervista del figlio e in seguito ha risposto ad alcune domande sull'attività sportiva e sulle caratteristiche socioeconomiche del nucleo familiare.

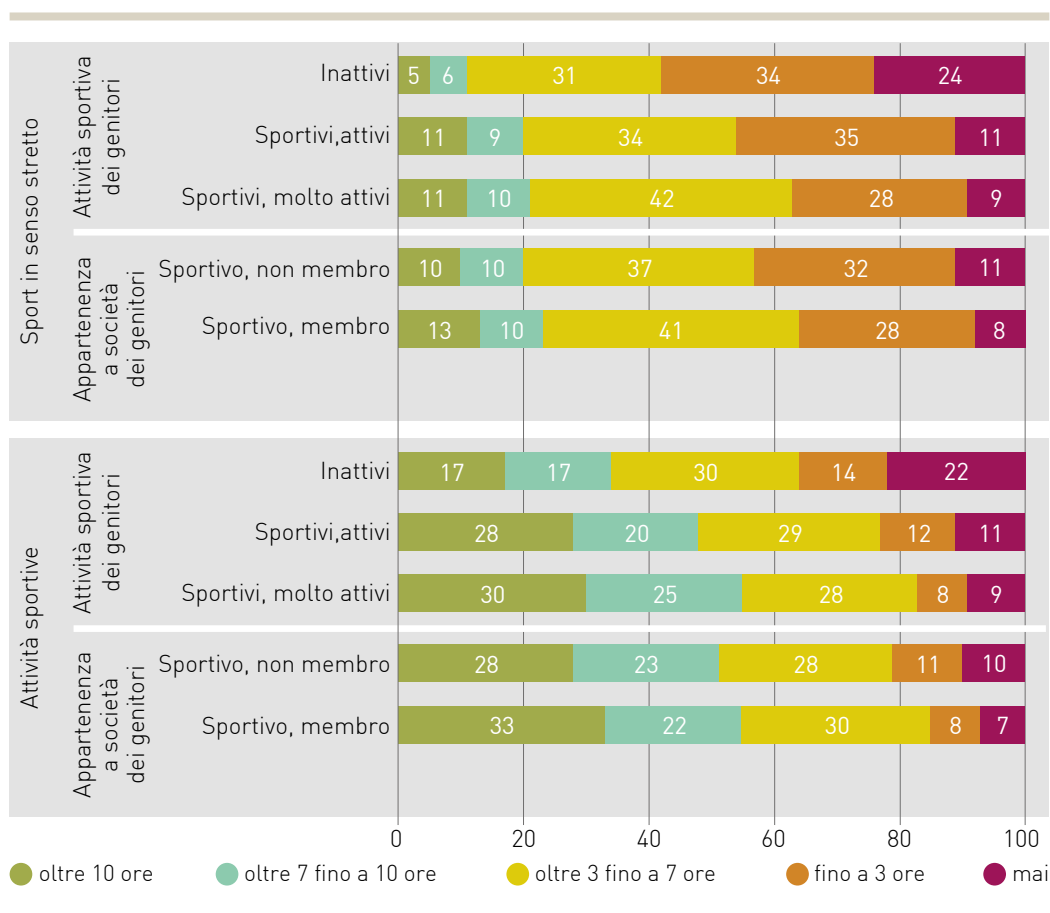
sono simili a quelle dei figli di genitori con una formazione di livello terziario. Unicamente la quota degli inattivi e degli sportivi occasionali è un po' più elevata per i primi.

L'entusiasmo per lo sport dei genitori si trasferisce ai figli

Oltre alla formazione e al reddito dei genitori, anche il loro comportamento in termini di sport svolge un ruolo centrale (cfr. figura 9.2). I figli di genitori che non praticano sport raggiungono un numero di ore di pratica sportiva nettamente inferiore rispetto ai figli di genitori attivi. L'appartenenza a una società dei genitori ha un ulteriore effetto positivo sul comportamento sportivo dei bambini. L'entusiasmo per lo sport dei genitori viene quindi trasferito ai figli. Naturalmente, anche molti figli di genitori inattivi hanno avuto modo di accedere all'offerta sportiva. Tuttavia, per loro il percorso sembra essere un po' meno semplice, e una parte significativa non è molto attiva nello sport. Chiarmente, non hanno il modello, il sostegno e la motivazione da parte dei loro genitori. Anche in questo caso bisogna considerare che conosciamo solo l'attività sportiva di un genitore. Se avessimo informazioni sul comportamento sportivo dell'intera famiglia, è probabile che le correlazioni sarebbero ulteriormente rafforzate.

Il fattore d'influenza maggiore è l'attività sportiva dei genitori

I vari effetti della provenienza – formazione, reddito e comportamento sportivo dei genitori – sono noti per essere legati tra loro (cfr. rapporto di base di Sport Svizzera 2020). La formazione influenza il reddito e la situazione socioeconomica si ripercuote anche sull'attività sportiva. Per verificare se tutti questi fattori agiscono indipendentemente e quale di questi ha la maggiore influenza sul comportamento sportivo dei bambini, tutti i fattori di influenza sono stati misurati simultaneamente in un modello statistico più complesso (analisi multivariata della varianza). Da ciò emerge che l'attività sportiva dei genitori ha l'influsso maggiore sull'attività sportiva dei figli. Un ulteriore effetto indipendente e significativo hanno la formazione e il reddito familiare, ma non l'appartenenza a una società sportiva. Formazione e reddito familiare hanno ciascuno un effetto indipendente simile sull'attività sportiva dei bambini. Questi risultati si osservano sia per quanto riguarda lo sport in senso stretto sia per quanto concerne l'attività sportiva considerata in senso più ampio. Infine, c'è un altro fattore d'influenza che ha un effetto simile all'istruzione e al reddito dei genitori: lo status migratorio e la nazionalità dei bambini. Esamineremo questo fattore separatamente nel prossimo capitolo.



F 9.2: Attività sportiva dei bambini di 10-14 anni secondo l'attività sportiva e l'appartenenza a una società sportiva dei genitori* (in %)

Nota: numero intervistati: 1480.
*I dati si riferiscono al genitore che ha acconsentito all'intervista del figlio e in seguito ha risposto ad alcune domande sull'attività sportiva e sulle caratteristiche socioeconomiche del nucleo familiare.

10. Passato migratorio

Lo status migratorio come fattore d'influenza indipendente

Alla fine del capitolo 9 abbiamo constatato che oltre a formazione, reddito e attività sportiva dei genitori, anche lo status migratorio influenza l'attività sportiva dei bambini. Questo influsso sarà approfondito più da vicino di seguito. In generale si può affermare che i bambini e i giovani con passato migratorio praticano meno sport di quelli senza passato migratorio. All'interno della popolazione migrante vi sono tuttavia marcate differenze a seconda del Paese di provenienza, della durata del soggiorno in Svizzera e del genere.

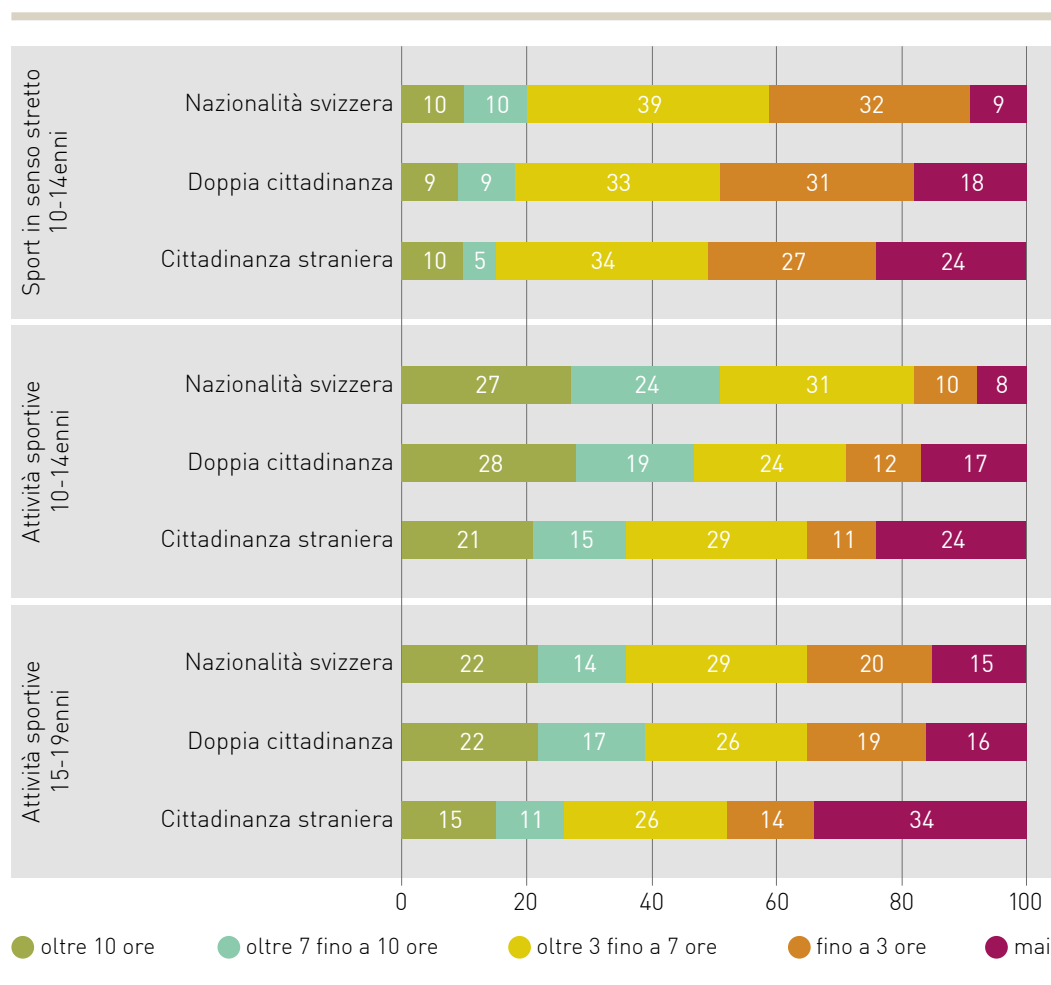
I bambini con passato migratorio sono più spesso inattivi

La figura 10.1 mostra che i bambini e i giovani con nazionalità svizzera praticano più sport dei bambini e dei giovani con nazionalità straniera. Le differenze sono più nette tra le inattive e gli inattivi che tra le sportive e gli sportivi molto attivi. La quota di bambini e giovani inattivi nella popolazione migrante è chiaramente superiore a quella della popolazione Svizzera,

benché anche tra la popolazione migrante vi sia un notevole numero di bambini che praticano sport per molte ore a settimana. Nel caso dello sport in senso stretto i bambini con nazionalità straniera che totalizzano più di dieci ore di sport sono tanti quanti quelli con nazionalità svizzera.

Tra i 15-19enni le differenze si accentuano

Tra i giovani le differenze si rafforzano. Quasi la metà dei 15-19enni senza passaporto svizzero non fa sport o lo pratica solo occasionalmente. Diversa è la situazione se si considerano i giovani con doppia cittadinanza: a partire dai 15 anni i giovani con doppia cittadinanza praticano sport quanto gli svizzeri senza passato migratorio. Ciò indica che il comportamento sportivo della popolazione migrante converge con la popolazione locale con l'aumentare della durata del soggiorno in Svizzera.



F 10.1: Attività sportiva di bambini e giovani secondo la nazionalità* (in%)

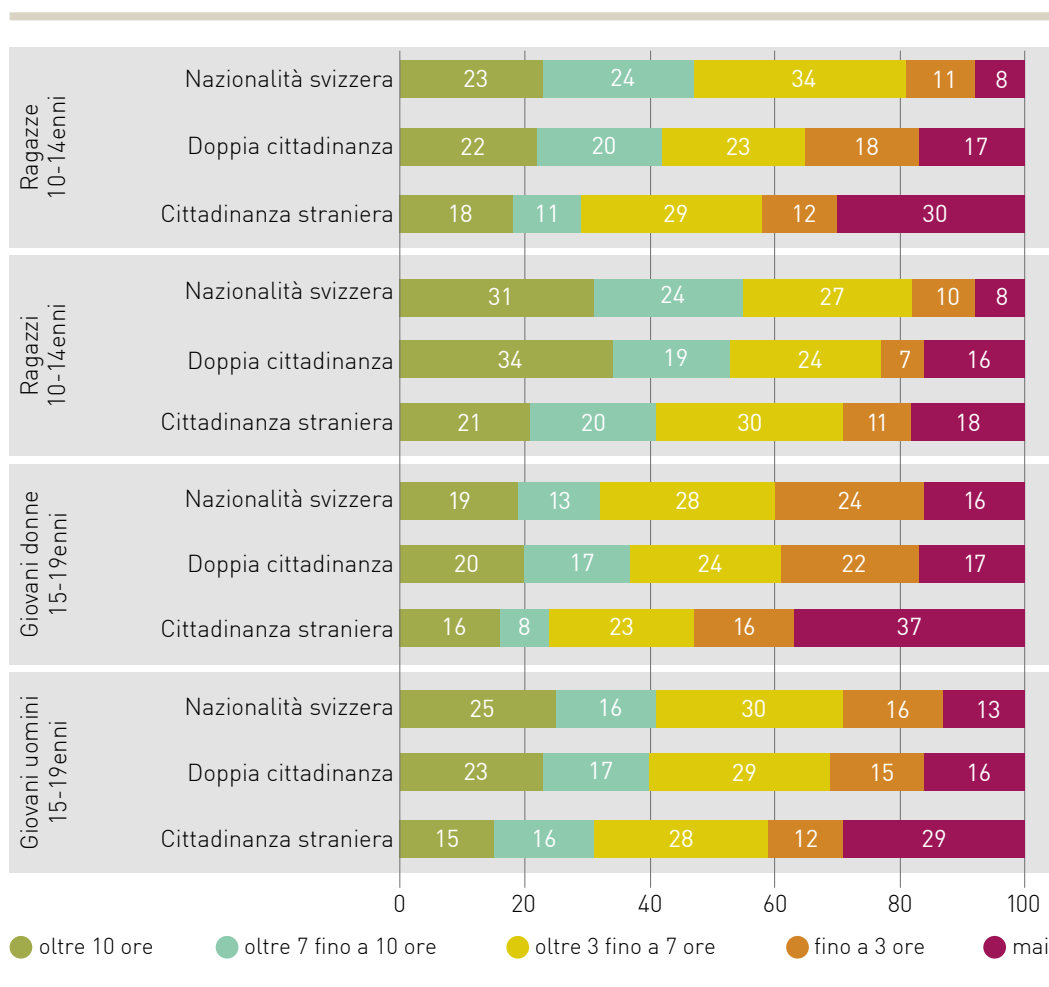
Nota: numero intervistati: 10-14enni: 1501; 15-19enni: 1904.
*Nelle figure e nelle tabelle del presente rapporto, la definizione «nazionalità svizzera» è utilizzata per gli svizzeri di nascita, mentre quella di «nazionalità straniera» è impiegata per gli intervistati che hanno almeno una cittadinanza straniera, ma non quella svizzera. Tra i «doppia cittadinanza» rientrano gli intervistati con nazionalità svizzera e straniera, se la nazionalità svizzera non è stata ottenuta prima di quella straniera.

Le differenze di genere si sono indebolite nella giovane popolazione migrante

Indipendentemente dalla nazionalità e dallo status migratorio i ragazzi e i giovani uomini praticano più sport rispetto alle ragazze e alle giovani donne (cfr. figura 10.2). Tra le ragazze e le giovani donne la correlazione tra nazionalità e attività sportiva è tuttavia un po' più marcata che tra i ragazzi e i giovani uomini. La grande differenza tra i generi nel comportamento sportivo, ancora riscontrabile nel 2008 e nel 2014, si è tuttavia indebolita negli ultimi sei anni. Rispetto al 2014 vi è oggi un numero nettamente più elevato di ragazze e giovani donne migranti molto attive: tra le ragazze la quota di attive che praticano più di sette ore di sport è salita dal 20 al 29 per cento, tra le giovani donne dall'11 al 24 per cento. Al tempo stesso, però, le giovani migranti inattive sono ancora sopra alla media. Alla riduzione della differenza tra i generi ha contribuito anche il fatto che i giovani migranti negli ultimi sei anni hanno chiaramente ridotto la loro attività sportiva e la quota di inattivi tra i 15-19enni stranieri è aumentata di 16 punti percentuali.

Grandi differenze nell'attività sportiva a seconda del Paese di provenienza

Quando si interpretano i cambiamenti nel comportamento sportivo dei migranti, è importante tenere presente come è cambiata la composizione della popolazione migrante. La tabella 10.1 mostra che l'attività sportiva dei migranti può essere molto diversa a seconda della loro regione di provenienza. Mentre i giovani migranti dell'Europa centrale e settentrionale, e in una certa misura quelli extraeuropei, si caratterizzano per un alto livello di attività sportiva, i giovani migranti e soprattutto le giovani donne migranti dell'Europa meridionale e orientale sono chiaramente meno attivi della media.



F 10.2: Attività sportiva secondo il genere e la nazionalità* (in %)

Nota: numero intervistati: 10-14enni: 1501; 15-19enni: 1904.
*Nelle figure e nelle tabelle del presente rapporto, la definizione «nazionalità svizzera» è utilizzata per gli svizzeri di nascita, mentre quella di «nazionalità straniera» è impiegata per gli intervistati che hanno almeno una cittadinanza straniera, ma non quella svizzera. Tra i «doppia cittadinanza» rientrano gli intervistati con nazionalità svizzera e straniera, se la nazionalità svizzera non è stata ottenuta prima di quella straniera.

Anche se si possono osservare alcuni spostamenti nella composizione della popolazione migrante per Paese di provenienza tra le indagini del 2008, del 2014 e del 2020, questi non possono spiegare i cambiamenti nel comportamento sportivo delle giovani e dei giovani migranti. In altre parole, l'aumento dell'attività sportiva tra le giovani donne migranti dal 2008 non è dovuto al fatto che i migranti provengono sempre più spesso dall'Europa centrale e settentrionale. Allo stesso modo, la diminuzione dell'attività sportiva tra i giovani migranti non può essere attribuita a un aumento della migrazione dai paesi dell'Europa meridionale e orientale.

		Ragazze/ giovani donne	Ragazzi/ giovani uomini
10-14enni			
Nazionalità	Nazionalità svizzera	6,6	7,5
	Doppia cittadinanza	5,1	7,7
	Nazionalità straniera	4,3	6,1
Regione di provenienza dei giovani con cittadinanza straniera (compresi i doppi cittadini)	Europa centrale e settentrionale	6,9	7,2
	Europa meridionale e orientale	4,3	6,1
	extraeuropei	3,0	7,0
15-19enni			
Nazionalità	Nazionalità svizzera	4,6	5,9
	Doppia cittadinanza	4,9	5,9
	Nazionalità straniera	1,8	4,5
Regione di provenienza dei giovani con cittadinanza straniera (compresi i doppi cittadini)	Europa centrale e settentrionale	5,7	6,5
	Europa meridionale e orientale	2,9	4,5
	extraeuropei	3,1	4,5

T 10.1: Numero medio di ore di sport settimanali al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria a seconda di genere, nazionalità e regione di provenienza (mediana delle attività sportive)

Nota: numero intervistati: 10-14enni: 1501; 15-19enni: 1904. La mediana è il valore centrale: la metà degli intervistati si colloca al di sotto, l'altra metà al di sopra di questo valore.

11. Contesto sportivo

Le società sportive sono essenziali per una pratica sportiva regolare

L'importanza delle società sportive continua a essere alta tra i bambini dai 10 ai 14 anni. La quota di 10-14enni che pratica sport almeno una volta a settimana in una società è passata negli ultimi sei anni dal 60 al 68 per cento. L'incremento della pratica sportiva nelle società non è avvenuto a scapito dello sport non organizzato. Infatti, anche le attività sportive non organizzate con compagni e amici, con i genitori o anche da soli sono aumentate rispetto al 2014. Quest'ultima considerazione vale anche per i 15-19enni. Le attività sportive regolari dei giovani hanno luogo oggi un po' più spesso in un contesto non legato alle società e un po' meno spesso nelle società.

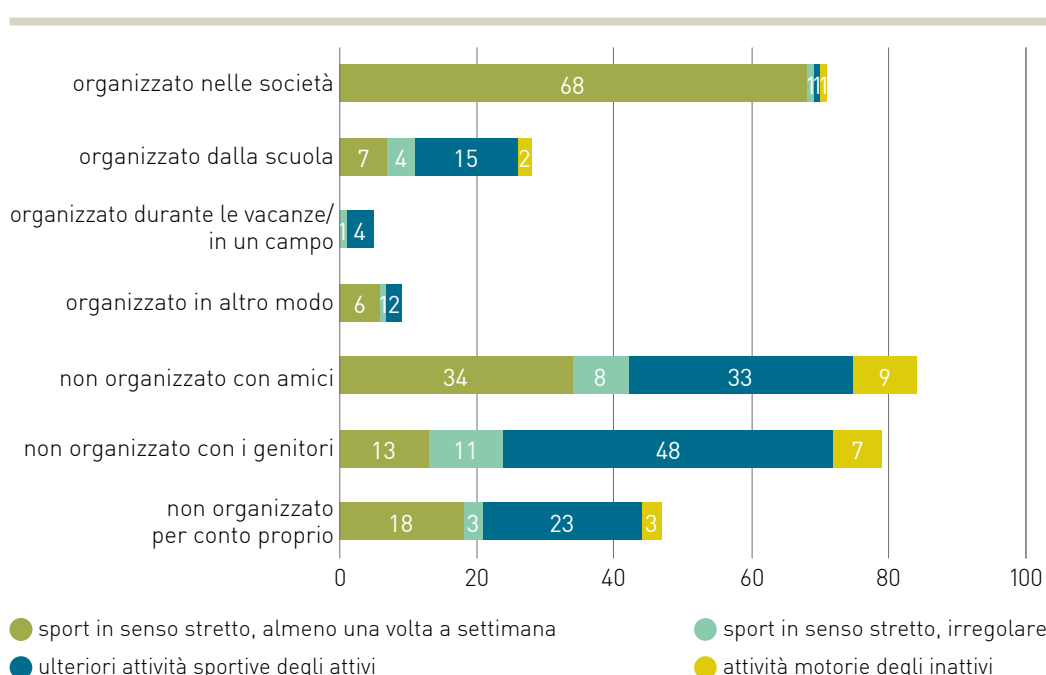
Lo sport nelle società continua a crescere tra i bambini di 10-14 anni

La figura 11.1 fornisce una panoramica dei diversi contesti in cui sono attivi i bambini di 10-14 anni. Il 68 per cento fa sport regolarmente – vale a dire almeno una volta alla settimana – in una società. Lo sport nelle società è considerato «sport in senso stretto»; le altre attività sportive non si tengono quasi mai in una società. Rispetto al 2014, la quota di bambini che fanno sport regolarmente in una società è cresciuta di 7 punti percentuali.

Il 28 per cento dei 10-14enni prende parte ad attività sportive e motorie organizzate dalla scuola. Poiché lo sport scolastico obbligatorio è qui escluso, è probabile che si tratti principalmente di sport scolastico facoltativo, ma anche di altre manifestazioni ed eventi sportivi organizzati dalla scuola. Ciò è ulteriormente supportato dal fatto che si tratti per un'alta percentuale di attività sportive e motorie più irregolari. Al contrario dell'impegno nelle società sportive, le percentuali di partecipazione alle attività organizzate dalla scuola sono rimaste praticamente invariate.

Le attività sportive non organizzate nella cerchia familiare e degli amici restano importanti

Di minore importanza sono le attività che si svolgono al di fuori della scuola, durante le vacanze o in un campo, e le attività altrimenti organizzate. Sono invece degne di nota – sia per lo sport in senso stretto sia per le altre attività sportive – quelle attività non organizzate che si praticano insieme agli amici, con i genitori o da soli. Negli ultimi sei anni le attività non organizzate hanno visto tendenzialmente un incremento: tra le attività con gli amici è aumentato soprattutto lo «sport in senso stretto», mentre tra le attività con i genitori hanno guadagnato terreno soprattutto le altre attività sportive come, ad esempio, le escursioni. Per l'incremento dell'attività sportiva dei 10-14enni sono quindi responsabili per lo sport in



F 11.1: Contesto nel quale praticano sport i bambini di 10-14 anni (percentuale di persone che praticano una o più discipline nel relativo contesto, in %)

Nota: numero intervistati: 1501.

senso stretto soprattutto le società sportive nonché lo sport non organizzato praticato con gli amici, mentre per le altre attività sportive è decisivo principalmente lo sport non organizzato praticato da soli o con i genitori.

I giovani praticano perlopiù sport non legato a organizzazioni

Tra i 15-19enni lo sport libero e non legato a organizzazioni guadagna importanza e diventa il contesto più importante (cfr. figura 11.2). Il 78 per cento dei giovani pratica sport al di fuori delle organizzazioni; il 52 per cento lo fa regolarmente, il 26 per cento non regolarmente. La quota di giovani che praticano sport non organizzato è aumentata negli ultimi anni, passando da 73 a 78 punti percentuali. Questo incremento è da ricondurre soprattutto all'impegno sportivo più regolare. I 15-19enni, dunque, non solo praticano più sport, ma anche più regolarmente sport non organizzato. Per quanto concerne lo sport non organizzato si aggiungono anche ulteriori 8 punti percentuali dei giovani che si definiscono inattivi, ma che partecipano occasionalmente ad attività sportive al di fuori delle organizzazioni (cfr. a questo proposito anche il capitolo 7). Questa quota, tuttavia, è nettamente diminuita negli ultimi sei anni.

I giovani partecipano di più a offerte sportive scolastiche non obbligatorie

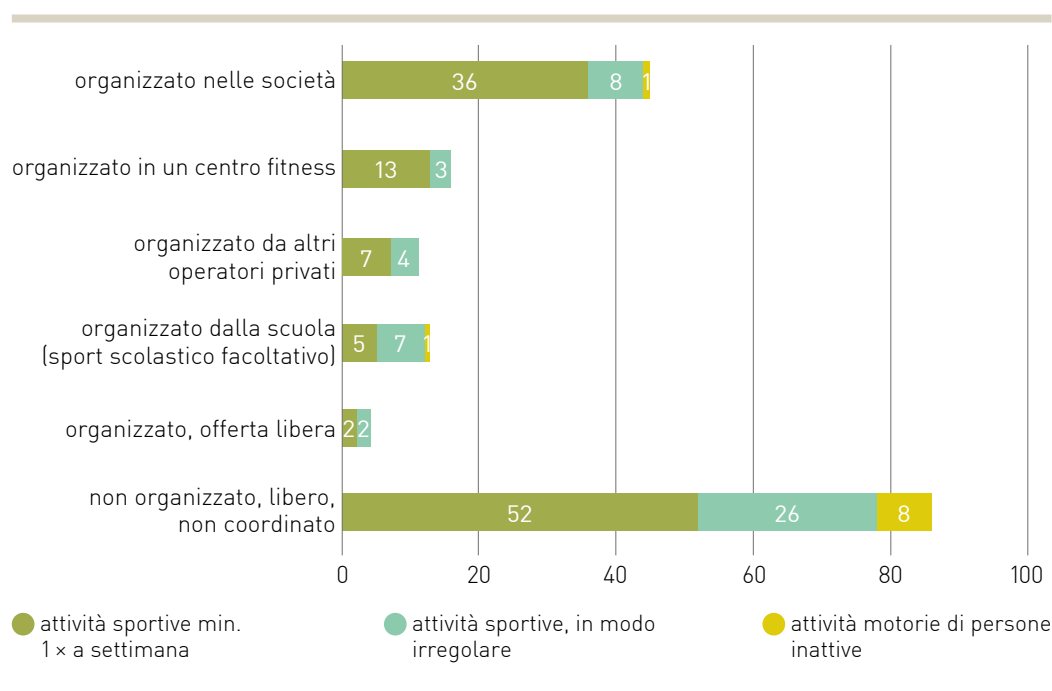
Con l'aumentare dell'età le società sportive perdono chiaramente d'importanza. Il 44 per cento dei 15-19enni pratica ancora un'attività sportiva in una società, il 36 per cento lo fa almeno una volta a settimana. La percentuale dei giovani che si allenano settimanalmente nelle società sportive è leggermente calata negli ultimi sei anni, mentre è cresciuta la percentuale di giovani che prendono parte a un'of-

ferta di una società in modo irregolare. Lo stesso vale per l'allenamento nei centri fitness. È chiaramente aumentata la quota di giovani che prendono parte regolarmente alle offerte organizzate dalla scuola. Se nel 2014 erano solo il 5 per cento, oggi partecipa a queste offerte scolastiche non obbligatorie il 13 per cento dei giovani intervistati.

Elevato sfruttamento delle infrastrutture per i giovani di 15-19 anni

L'elevata frequenza dell'attività sportiva dei giovani nei diversi contesti richiede un'ampia e varia infrastruttura sportiva. Il 74 per cento di tutti i giovani di 15-19 anni utilizza palestre e palazzetti dello sport, il 54 per cento lo fa almeno una volta a settimana. Un elevato sfruttamento è identificabile anche per piscine all'aperto (42% di sfruttamento, 3% di sfruttamento settimanale), campi di calcio (39%, 12%), piscine coperte (37%, 4%), piscine presso laghi o fiumi (35%, 2%), altri impianti esterni e campi sportivi (32%, 9%), campi di ghiaccio e piste di ghiaccio artificiali (29%, 2%), centri fitness e sportivi privati (28%, 17%), possibilità di praticare sport all'interno dell'area della scuola (25%, 11%), campi di beach volley e beach soccer (21%, 1%), percorsi vita (19%, 1%), impianti da arrampicata o bouldering (16%, 1%) nonché possibilità di fare sport e spazi per il movimento nel contesto abitativo (15%, 3%). Inoltre, lo sport viene praticato spesso nella natura (52%, 23%) o a casa (51%, 25%).

Per andare ad allenarsi i giovani utilizzano spesso i mezzi pubblici (mezzo di trasporto consueto per il 25% di tutti i giovani che praticano sport), vanno a piedi (18%), in bicicletta (17%), con mezzi motorizzati (16%) oppure utilizzano vari mezzi di trasporto (22%). Il restante 2 per cento dei giovani ricorre ad altri mezzi di trasporto come skateboard o kickboard.

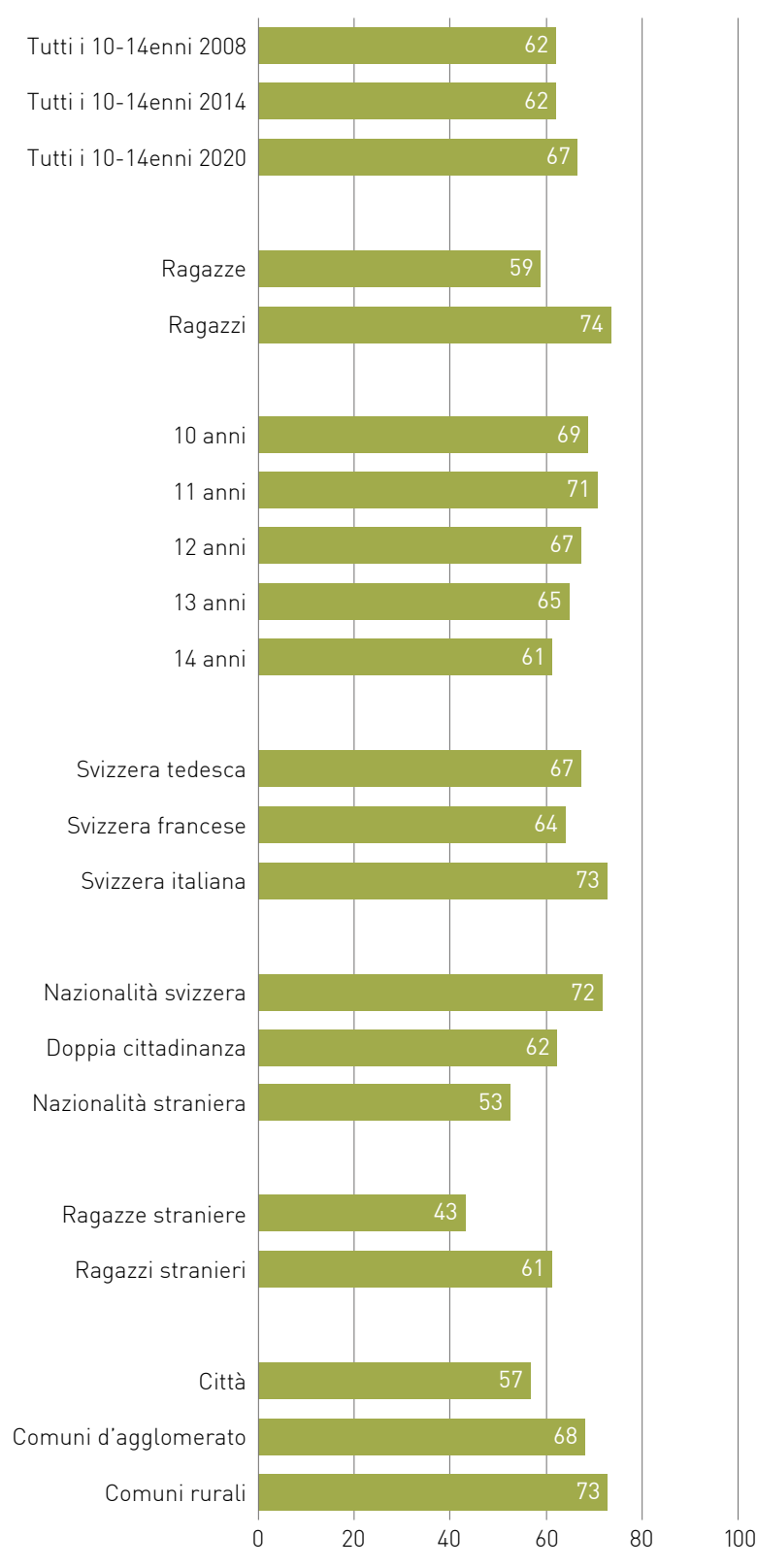


F 11.2: Contesto nel quale praticano sport i giovani di 15-19 anni (percentuale di persone che praticano una o più discipline nel relativo contesto, in%)

Nota: numero intervistati: 1906

12. Sport nelle società sportive

F 12.1: Percentuale di bambini tra i 10 e i 14 anni affiliati a una società sportiva



Nota: numero intervistati: 1501.

Le società sportive come colonna portante dello sport per bambini e giovani

La grande importanza delle società sportive svizzere per la pratica sportiva di bambini e giovani non è evidente solo nelle analisi del contesto (cfr. capitolo 11), ma anche per quanto concerne le appartenenze alle società. Oggi i bambini membri di una società sportiva sono più numerosi rispetto a sei anni fa, tra i giovani invece si riscontra un leggero calo. In questo capitolo approfondiremo nel dettaglio l'importanza delle società sportive per giovani e bambini e le sfide che ne conseguono.

Due terzi dei 10-14enni sono membri di una società sportiva

La figura 12.1 mostra che il 67 per cento dei bambini è membro di una società sportiva. Il 75 per cento dei membri di società sportive di 10-14 anni è attivo in una società, il 21 per cento in due e il 4 per cento addirittura in tre e più società. Rispetto al 2008 e al 2014 la quota di membri di società sportive è cresciuta di 5 punti percentuali. Come nelle precedenti rilevazioni, i ragazzi sono attivi nelle società più delle ragazze (74% contro 59%); la differenza di genere, tuttavia, si è indebolita negli ultimi sei anni. L'appartenenza a una società sportiva è aumentata del 6 per cento per le ragazze e del 4 per cento per i ragazzi. Tra i bambini più piccoli l'appartenenza a società sportive ha visto l'incremento più importante, tanto che oggi contiamo il maggior numero di membri di una società tra gli 11enni. L'appartenenza a una società sportiva è aumentata di più nella Svizzera francese e soprattutto nella Svizzera italiana, riducendo ancora di più le differenze tra la Svizzera tedesca e quella latina. Molto più importanti rispetto alle differenze tra regioni linguistiche sono quelle tra città e campagna. Nelle aree rurali il 73 per cento dei bambini è membro di una società sportiva, negli agglomerati questo dato scende al 68 per cento, per scendere al 57 per cento nelle aree urbane.

L'impegno nelle società delle ragazze con nazionalità straniera cresce nettamente, ma resta comunque sotto la media

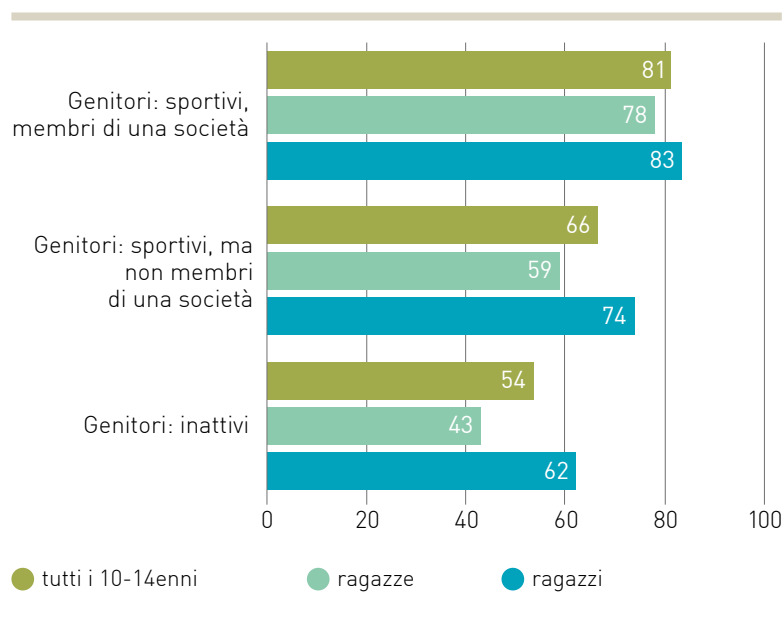
Continua ad esservi una differenza importante tra i bambini con e senza passato migratorio. Tra i bambini con nazionalità straniera solo il 53 per cento è attivo in una società. Inoltre, in questo segmento è sempre notevole la differenza tra i generi. Tra le ragazze con passaporto straniero solo il 43 per cento è membro di una società sportiva. Al contrario dei giovani con nazionalità straniera, questa quota è tuttavia aumen-

tata nettamente negli ultimi anni. Nel 2008 solo il 26 per cento delle ragazze con nazionalità straniera era membro di una società sportiva, dato che sale al 37 per cento nel 2014 e al 43 per cento di oggi. Tra i ragazzi con passaporto straniero i valori hanno subito una riduzione passando dal 65 per cento del 2008 al 63 per cento del 2014 e al 61 per cento di oggi. La differenza tra i generi è quindi sempre marcata, ma si è ridotta nettamente negli ultimi 12 anni. Come per l'attività sportiva (cfr. capitolo 10) queste variazioni non possono essere ricondotte semplicemente allo spostamento nella composizione della popolazione migrante per regione di provenienza.

Il comportamento sportivo dei genitori influisce sull'impegno nelle società

I fattori di provenienza sociale (formazione, reddito e attività sportiva dei genitori), che influiscono sull'attività sportiva dei bambini, hanno un effetto anche sull'appartenenza alle società sportive. I figli di genitori con una formazione limitata e un reddito basso sono meno attivi nelle società sportive. Tra formazione media ed elevata e tra reddito medio e alto le differenze sono invece minime. Un importante influsso ha anche il comportamento sportivo dei genitori (cfr. figura 12.2). Se almeno un genitore è membro di una società sportiva, anche l'81 per cento dei bambini è attivo in una società sportiva.

F 12.2: Percentuale di 10-14enni affiliati a una società sportiva, a seconda dell'impegno sportivo dei genitori* e del genere



Nota: numero intervistati: 1480. *Le indicazioni si riferiscono al genitore che ha acconsentito all'intervista del figlio e ha quindi risposto in prima persona ad alcune domande relative all'attività sportiva e ad alcune caratteristiche socioeconomiche dell'economia domestica.

L'impegno in una società delle ragazze è più strettamente dipendente dal comportamento sportivo dei genitori

Tra i figli di genitori che praticano sport, attivi al di fuori delle società, troviamo pur sempre un 66 per cento di bambini membri di una società sportiva. Se il genitore intervistato è inattivo, il 54 per cento dei figli è membro di una società sportiva. Particolarmente degno di nota è il fatto che il comportamento sportivo dei genitori ha effetti più marcati presso le ragazze che presso i ragazzi. Le ragazze sembrano essere ancora più dipendenti dalla funzione di modello e dal sostegno dei loro genitori rispetto ai ragazzi. Se il genitore intervistato è inattivo, solo il 43 per cento delle ragazze partecipa a una società sportiva. Colpisce il fatto che il coinvolgimento dei figli di genitori inattivi nelle società non sia quasi cambiato negli ultimi sei anni, mentre le ragazze con madri o padri che fanno sport nelle società hanno ora una probabilità significativamente maggiore di fare parte di una società sportiva rispetto a sei anni fa.

Gli effetti della provenienza possono cumularsi

Se la forza dei fattori qui discussi viene misurata simultaneamente usando un'analisi multivariata della varianza, l'effetto più forte viene dal genere. Indipendentemente da ciò, anche la nazionalità, l'impegno sportivo dei genitori e il luogo di domicilio (città-campagna) hanno un'influenza sul fatto che un bambino diventi membro di una società oppure no. Gli effetti si rafforzano in parte a vicenda. Così la quota di membri di una società per le ragazze domiciliate in città con cittadinanza straniera e genitori inattivi scende al 21 per cento.

La società di ginnastica è il numero uno tra le ragazze, il club di calcio tra i ragazzi

La tabella 12.1 elenca le discipline sportive esercitate dai bambini nelle società. Le ragazze sono attive soprattutto nelle società di ginnastica, i ragazzi nei club di calcio. Altre attività popolari da praticare nelle società includono danza, atletica leggera, pallavolo, calcio, nuoto e tennis per le ragazze, e tennis, ginnastica, unihockey e hockey su ghiaccio per i ragazzi. L'appartenenza a società per quanto riguarda la ginnastica e il calcio è rimasta praticamente invariata negli ultimi anni e anche per il resto le variazioni si mantengono entro limiti stretti. Negli ultimi sei anni tra le ragazze hanno guadagnato terreno soprattutto i club di atletica leggera (+2,3 punti percentuali), tra i ragazzi i club di hockey su ghiaccio (+1,6 punti percentuali). Le ragazze con nazionalità straniera scelgono discipline sportive simili a quelle delle ragazze svizzere. Anche tra loro le società di ginnastica sono al primo posto – tuttavia in modo meno pronunciato – seguite dai club di karate, danza e tennis, tutti caratterizzati da un gradimento simile. Tra i ragazzi stranieri il club di calcio è chiaramente al primo posto.

T 12.1: Società sportive a seconda della percentuale di iscritti tra i 10-14enni, per genere (in %)

Ragazze			Ragazzi		
	Percentuale di tutti i 10-14enni	Percentuale di tutti i 10-14enni nelle società sportive		Percentuale di tutti i 10-14enni	Percentuale di tutti i 10-14enni nelle società sportive
Società di ginnastica	18,8	31,9	Club di calcio	31,0	42,2
Scuola di danza	7,1	12,0	Club di tennis	7,6	10,3
Club di atletica leggera	4,9	8,4	Società di ginnastica	6,9	9,4
Club di pallavolo	4,9	8,4	Club di unihockey	4,8	6,5
Club di calcio	4,2	7,2	Club di hockey su ghiaccio	3,3	4,5
Club di nuoto	4,0	6,7	Club di sci	2,5	3,4
Club di tennis	3,2	5,5	Club di judo	2,3	3,1
Club di equitazione	2,3	3,8	Club di atletica leggera	2,3	3,1
Club di sci	2,1	3,6	Club di karate	2,1	2,9
Club di unihockey	2,0	3,4	Club di nuoto	2,1	2,9
Club di pattinaggio su ghiaccio	1,6	2,6	Club di badminton	1,9	2,6
Club di pallamano	1,6	2,6	Club di pallamano	1,9	2,6
Gruppo di aerobica	1,3	2,2	Club di pallacanestro	1,6	2,2
Club di karate	1,3	2,2	Club di ciclismo e rampichino	1,4	1,9
Club di judo	1,0	1,7	Società di tiro	1,4	1,9
Club di pallacanestro	0,8	1,4	Club di tennistavolo	1,4	1,9
Società di tiro	0,8	1,4	Club di scherma	1,0	1,4
Club alpino	0,6	1,0	Club di pallavolo	1,0	1,4
Società di corsa d'orientamento	0,6	1,0	Club di lotta svizzera	0,9	1,2

Nota: numero intervistati: 1501.

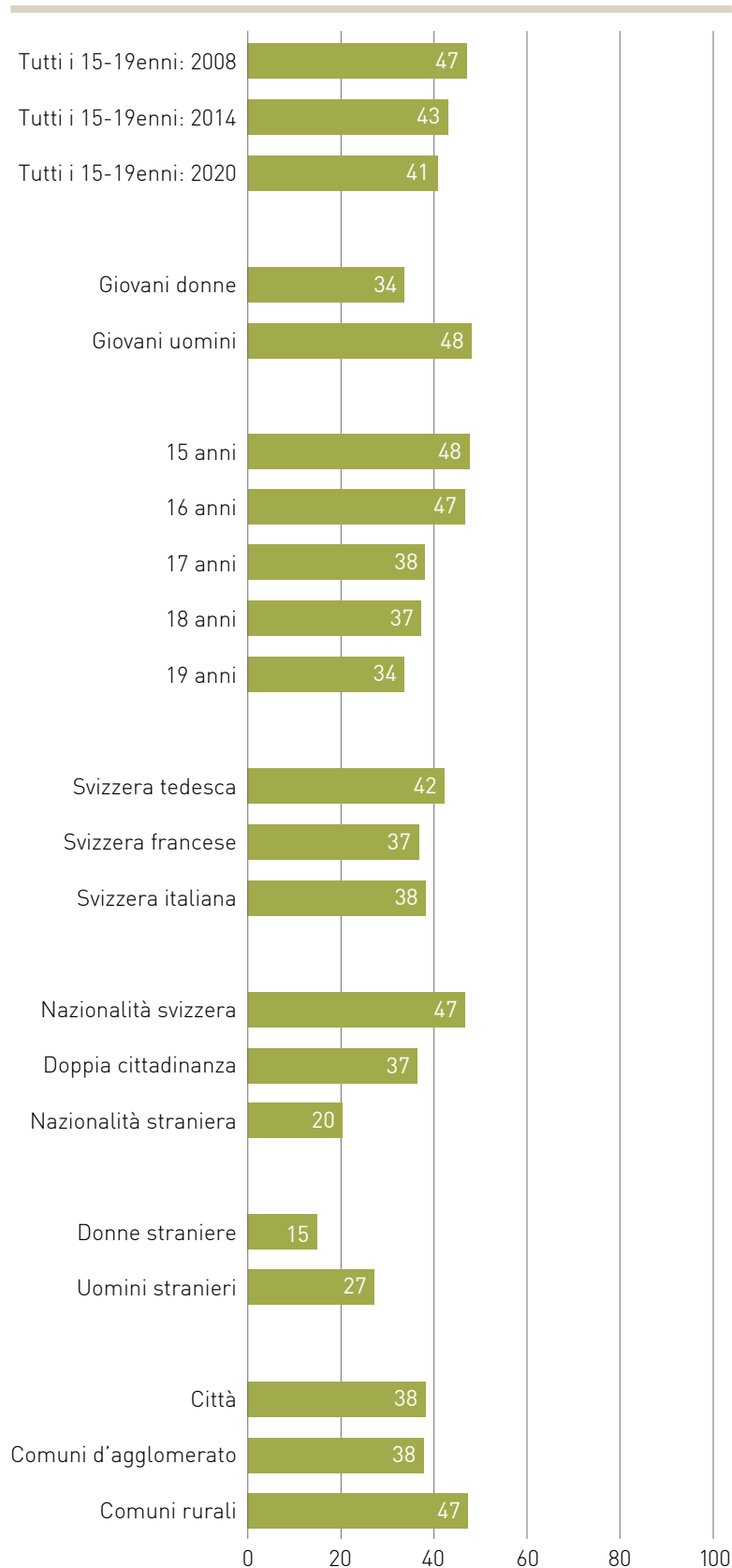
Dopo aver potuto constatare che l'impegno nelle società dei genitori influenza quello dei figli, si pone anche la questione di quanto il tipo di disciplina sportiva dei genitori sia «trasmesso» ai figli. L'11 per cento dei ragazzi e il 14 per cento delle ragazze pratica oggi nelle società la stessa disciplina sportiva che il genitore intervistato pratica o ha praticato in precedenza a livello agonistico. Tra le discipline sportive «trasmesse» più di frequente troviamo l'atletica leggera. Per il 29 per cento dei giovani che praticano l'atletica leggera nelle società, i genitori sono o erano già coinvolti in competizioni di atletica. Per la pallamano sono il 22 per cento, per la pallavolo il 17 per cento, per il tennis e la ginnastica il 16 per cento e per il calcio il 12 per cento.

Più bambini nelle organizzazioni giovanili rispetto a sei anni fa

Il 17 per cento dei bambini di 10-14 anni fa parte di un'organizzazione giovanile come ad esempio gli scout, Jungwacht, Blauring o Cevi o Jungshar. Circa il 70 per cento di questi bambini è al tempo stesso membro di una società sportiva. Prendendo in considerazione tutti i 10-14enni, il 12 per cento è sia membro di una società sportiva sia di un'organizzazione giovanile, mentre il 55 per cento partecipa solo all'offerta di una società sportiva e il 5 per cento solo a quella di un'organizzazione giovanile. Un po' più di

un bambino su quattro (28%) non è attualmente attivo né in una società sportiva né in un'organizzazione giovanile.

Chi partecipa all'offerta di un'organizzazione giovanile lo fa in media già da 4,2 anni ed è attivo per 2,4 ore a settimana. L'età media nelle organizzazioni giovanili è leggermente più bassa che nelle società sportive. Mentre a 10 anni il 21 per cento dei bambini partecipa a un'organizzazione giovanile, questo dato scende al 14 per cento all'età di 14 anni. Con una quota del 17 per cento tra le ragazze e del 16 per cento tra i ragazzi, il rapporto tra i generi nelle organizzazioni giovanili è praticamente equilibrato; i bambini con il passaporto svizzero sono però molto più numerosi di quelli con nazionalità straniera (21 contro 9%). Infine, le organizzazioni giovanili hanno una tradizione prevalentemente nella Svizzera tedesca (21%), mentre sono meno popolari nella Svizzera francese e italiana, con una quota dell'8 per cento ciascuna. Negli ultimi sei anni le organizzazioni giovanili hanno guadagnato cinque punti percentuali, con un incremento più marcato tra i ragazzi (da 11 a 16%) che tra le ragazze (da 14 a 17%).

F 12.3: Percentuale dei 15-19enni affiliati a una società sportiva

Nota: numero intervistati: 1905.

Tra i 15-19enni i due quinti sono membri di una società sportiva

Tra l'età infantile e quella giovanile, l'appartenenza alle società diminuisce in modo netto. Tra i 15-19enni fa ancora parte di un'associazione sportiva il 41 per cento dei giovani (cfr. figura 12.3). Tra i membri delle società, il 76 per cento è attivo in una società, il 19 per cento in due e il 5 per cento in tre o più. Nel corso dell'età giovanile l'appartenenza alle società sportive continua a calare passando dai 48 punti percentuali tra i 15enni ai 34 punti percentuali tra i 19enni.

Le differenze di genere, regione e nazionalità registrate tra i bambini di 10-14 anni, sono riscontrabili anche tra i giovani di 15-19 anni. Così i giovani uomini sono più sovente membri di una società sportiva rispetto alle giovani donne, i giovani in campagna lo sono più spesso rispetto a quelli in città e i giovani adulti senza passato migratorio lo sono più di frequente rispetto a quelli con passato migratorio; tra questi ultimi è riscontrabile, inoltre, una chiara differenza di genere. Tra i 15 e i 19 anni solo il 15 per cento delle giovani donne con nazionalità straniera è ancora membro di una società sportiva; tra i giovani stranieri questa percentuale sale al 27 per cento. Le differenze di genere non cambiano molto tra l'infanzia e l'adolescenza, le differenze tra città e campagna tendono a diminuire, mentre le differenze tra nazionalità aumentano significativamente. Da un lato, questo è probabilmente dovuto al fatto che i giovani migranti lasciano le società sportive più rapidamente; dall'altro, è più difficile per loro (ri)entrare in una società sportiva.

L'appartenenza dei giovani alle società è in calo fin dal 2008

Se guardiamo a come sono cambiate le iscrizioni alle società tra i 15-19enni negli ultimi 12 anni, scopriamo che la percentuale di membri delle società sportive è scesa costantemente dal 47 per cento nel 2008 al 43 per cento nel 2014 fino al 41 per cento di oggi. È degno di nota il fatto che negli ultimi sei anni abbiamo assistito a un calo delle iscrizioni alle società sportive solo tra i giovani uomini, non tra le giovani donne. Il calo è particolarmente forte tra i giovani uomini di nazionalità straniera. Mentre nel 2008 (49%) e nel 2014 (45%) quasi la metà dei giovani stranieri era ancora membro di una società sportiva, oggi è poco più di uno su quattro (27%). Tra le giovani donne straniere, la percentuale di membri delle società sportive in tutti e tre i sondaggi è tra il 14 e il 15 per cento. Il declino delle iscrizioni alle società è in parte a favore dell'iscrizione a un centro fitness. Infatti, la percentuale di giovani che hanno un abbonamento a un centro fitness è aumentata dal 18 al 20 per cento dal 2014.

T 12.2: Sport più frequentemente praticati nelle società dai 15-19enni, in percentuale e per genere

Giovani donne			Giovani uomini		
	Percentuale di tutte le 15-19enni	Percentuale di tutte le 15-19enni nelle società sportive		Percentuale di tutte le 15-19enni	Percentuale di tutte le 15-19enni nelle società sportive
Ginnastica	7,4	20,2	Calcio	16,0	31,2
Pallavolo, beachvolley	4,6	12,4	Arti marziali	6,4	12,4
Danza	4,3	11,6	Unihockey	4,0	7,8
Atletica leggera	2,8	7,7	Tiro	3,4	6,5
Calcio	2,7	7,5	Tennis	2,9	5,7
Arti marziali	2,7	7,5	Hockey su ghiaccio	2,5	4,8
Nuoto	2,1	5,8	Ginnastica	2,4	4,6
Passeggiate, escursioni in montagna	1,8	5,0	Sci	2,3	4,4
Tennis	1,7	4,7	Pallamano	2,3	4,4
Pallamano	1,6	4,4	Pallavolo, beachvolley	1,7	3,4
Fitness, fitness in gruppo	1,5	4,1	Badminton	1,5	2,9
Equitazione, sport equestri	1,5	4,1	Pallacanestro	1,5	2,9
Sci	1,0	2,8	Atletica leggera	1,5	2,9
Jogging, corsa	1,0	2,8	Jogging, corsa	1,3	2,5
Allenamento della forza, rafforzamento muscolare	0,9	2,5	Nuoto	1,2	2,3
Unihockey	0,9	2,5	Allenamento della forza, rafforzamento muscolare	1,1	2,1

Nota: numero intervistati: 1906.

Leggeri spostamenti nelle discipline sportive praticate nelle società tra infanzia ed età giovanile

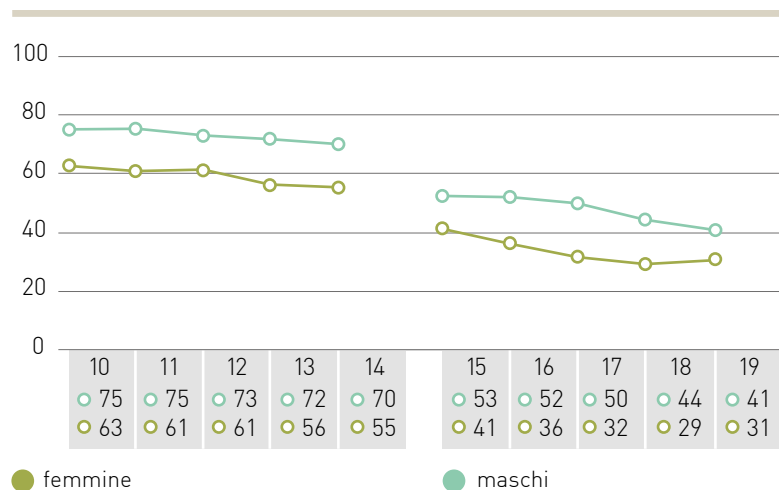
La tabella 12.2 mostra quali sport fanno i giovani uomini e le giovani donne nelle società sportive. Tra le giovani donne, la società di ginnastica continua ad essere al primo posto, seguita da pallavolo, danza, atletica leggera, calcio e arti marziali. Tra i giovani uomini, il calcio è ancora una volta il numero uno indiscusso, seguito da arti marziali, unihockey, tiro, tennis e hockey su ghiaccio. Se confrontiamo gli sport più frequentemente praticati nelle società dai 15-19enni (tabella 12.2) con le società preferite dai 10-14enni (tabella 12.1), troviamo che le iscrizioni ai club di ginnastica tra le donne diminuiscono notevolmente con l'aumentare dell'età e che le giovani donne abbandonano le società anche nella danza, nell'atletica leggera, nel nuoto, nel calcio, nel tennis, nell'unihockey e nello sci. Le arti marziali, l'escursionismo, il fitness e l'allenamento della forza, la pallavolo e la pallamano, d'altra parte, stanno resistendo bene o addirittura guadagnando nuovi membri femminili. Tra i giovani uomini, c'è stato un maggior declino nelle società di calcio e di tennis e in quelle di ginnastica. D'altro canto, i club di tiro, pallavolo, arti marziali e pallamano stanno guadagnando nuovi membri maschi. Un confronto delle iscrizioni alle società tra il 2014 e il 2020 mostra che le società di ginnastica sono al primo posto tra le giovani donne, e le società di tiro lo sono tra i giovani uomini. D'altra parte, hanno invece

perso terreno le società di danza tra le giovani donne e le società di calcio, tennis e unihockey tra i giovani uomini.

Con l'età l'abbandono delle società aumenta in modo continuo

Mentre il 67 per cento di tutti i bambini tra i 10 e i 14 anni partecipa attivamente a una società sportiva, la cifra per i 15-19 anni si arresta al 41 per cento (cfr. figure 12.1 e 12.3). La figura 12.4 mostra il modello esatto di abbandono tra le femmine e i maschi. La percentuale di membri di una società tra le donne è tra i 10 e i 18 punti percentuali inferiore a quella degli uomini in tutti i gruppi di età. Sia per i ragazzi sia per le ragazze, la percentuale di membri di una società è più alta all'età di 10 anni, rimane costantemente alta fino all'età di 12 anni, e poi diminuisce in modo costante dall'età di 13 anni. Tra i 15 e i 17 anni, il declino è un po' più rapido tra le donne che tra gli uomini. L'abbandono dello sport nelle società avviene quindi un po' prima tra le giovani donne. È interessante notare, tuttavia, che la percentuale di donne che partecipano agli sport nelle società aumenta di nuovo tra le giovani donne di 19 anni. Questo aumento è già stato osservato nel 2014 e mostra che alcune donne ritrovano la strada delle società dopo essere diventate maggiorenti. Per conoscere meglio le cause e le circostanze dell'abbandono delle società, osserveremo ora più da vicino i motivi e le ragioni dell'abbandono.

F 12.4: Appartenenza a società sportive rispetto a genere ed età (percentuale dei giovani che sono membri attivi in una società sportiva)



Nota: numero intervistati: 10-14enni: 1501; 15-19enni: 1905. Per eliminare gli outlier casuali dovuti al numero relativamente basso di casi, la perequazione è stata eseguita calcolando la media aritmetica con i due punti vicini (media mobile).

Lo stare insieme agli amici come spinta importante

Le motivazioni dell'appartenenza alle società sono rappresentate nelle tabelle 12.3 e 12.4. Mentre le motivazioni dei 10-14enni sono state chieste apertamente al telefono e poi assegnate alle varie categorie, le motivazioni dei 15-19enni erano elencate. A causa di questa differenza metodologica, i motivi individuali ricevono significativamente più menzioni tra i giovani che tra i bambini e rendono anche impossibile un confronto con gli anni precedenti.

T 12.3: Motivi per l'appartenenza a una società sportiva per i 10-14enni

	Citazione (in % di tutti i membri di società)
Anche amici/compagni sono nella società	55.1
Mi piace lo sport	39.9
Mi piacciono gli allenamenti	37.4
Mi piace l'allenatore/il monitore	16.1
Per via delle competizioni	12.1
Sono fiero di appartenere alla società	2.5
Per via della vicinanza	1.8
Per via di altre persone	1.2
Per via di genitori/parenti	0.6
Perché ho un esempio da seguire	0.5

Nota: numero intervistati: 1006 (membri di società). Riassunto delle risposte alla domanda: «Nella tua società sportiva, che cosa ti piace in particolare?»

Fattori decisivi per l'appartenenza a una società sono, oltre alla pratica di una disciplina sportiva adeguata e a un buon allenamento, anche gli aspetti sociali. Molti giovani membri hanno amici nella stessa società e citano questo come un motivo importante per l'appartenenza a una società, sia tra i 10-14enni sia tra i 15-19 anni. I bambini e i giovani vogliono poter praticare il loro sport preferito con gli amici in un allenamento regolare e ben gestito. Il piacere delle competizioni è menzionato significativamente meno spesso dai bambini e tende ad essere citato meno frequentemente rispetto a sei anni fa. Tuttavia, se le competizioni sono date come categoria tra i giovani adulti, il motivo della competizione è selezionato anche da quasi la metà dei giovani. I genitori sembrano giocare un ruolo meno importante nella decisione di entrare in una società sportiva per i bambini dai 10 ai 14 anni, e anche la vicinanza e i modelli all'interno della società non sono argomenti validi per l'appartenenza alle società per la grande maggioranza. Tra i 15-19enni, il prezzo basso e la tradizione non sono ragioni centrali per essere attivi in una società sportiva.

I ragazzi dai 10 ai 14 anni che partecipano a un'organizzazione giovanile danno anche molta importanza allo stare insieme ai loro amici. Quasi i tre quinti si trovano bene nell'organizzazione giovanile anche perché ci sono i loro compagni e amici. La maggioranza pensa anche che nell'organizzazione giovanile si possano fare molte cose interessanti e divertenti, e poco meno di un terzo menziona il fatto di poter stare all'aperto e nel bosco. Come previsto, le competizioni nelle organizzazioni giovanili sono citate molto meno frequentemente come argomento per l'adesione rispetto a quanto accade per le società sportive.

I bambini si uniscono alle società sportive sempre più presto

La tendenza dei bambini a unirsi a società sportive in età sempre più giovane ha continuato a rafforzarsi. Dei 10-14enni che hanno già fatto parte di una società sportiva o di un'organizzazione giovanile, un terzo non aveva ancora compiuto sei anni al momento dell'ingresso nella società. Sei anni fa, il 25 per cento dei bambini entrava in una società sportiva o in un'organizzazione giovanile a cinque anni o meno. Circa la metà di tutti gli iscritti per la prima volta aveva un'età compresa tra i sei e gli otto anni, mentre il restante 18 per cento aveva più di otto anni. Prima si entra in una società, prima la si abbandona o la si cambia. Dei ragazzi dai 10 ai 14 anni che hanno già cambiato società, tre quarti vi sono entrati per la prima volta a meno di otto anni.

T 12.4: Motivi per l'appartenenza a una società sportiva per i 15-19enni

	Citazione (in % di tutti i membri di società)
Allenamento regolare a orari fissi	67,2
Anche amici/compagni sono nella società	65,2
Questa disciplina sportiva si pratica al meglio in una società	60,8
Buona offerta sportiva o allenamento	57,4
Competizioni, tornei	47,1
Comunità e cameratismo nella società	47,0
Buon/a allenatore/trice	44,8
Per via della vicinanza	40,0
Per tradizione e abitudine	19,4
Prezzo contenuto, buon rapporto prezzo/prestazioni	13,5

Nota: numero di intervistati: 773 (membri di società).

I bambini entrano a far parte di una società per la prima volta in media a 6,5 anni. Nel 2014 l'età media del primo ingresso risultava essere esattamente di sette anni. Le ragazze oggi entrano nelle società praticamente alla stessa età dei ragazzi. La differenza di genere che abbiamo riscontrato sei anni fa è ora evidente solo tra le ragazze di nazionalità straniera, che arrivano alle società un po' più tardi, a un'età media di 7,4 anni. Non ci sono grandi differenze tra le regioni linguistiche. L'età d'ingresso è solo leggermente più bassa nella Svizzera francese e italiana che nella Svizzera tedesca.

Società di ginnastica e club di calcio sono le tipiche società per esordienti

Le tipiche società per esordienti sono le società di ginnastica e i club di calcio. Il 21% dei 10-14enni con un'affiliazione attuale o precedente a una società sportiva ha iniziato la sua carriera in un club di calcio o in una società di ginnastica. Seguono le organizzazioni giovanili (8%), i club di nuoto (6%), i club di tennis

(6%), i club di danza (4%), i club di judo (4%), i club di atletica (4%), i club di karate (3%) e i club di unihockey (3%). I ragazzi sono significativamente più propensi a entrare nelle società sportive attraverso i club di calcio (34% contro 5%), le ragazze attraverso le società di ginnastica (33% contro 13%). Grandi differenze di genere si vedono anche nella danza, dove le ragazze che entrano in una società sono praticamente tra di loro. Ulteriori differenze possono essere identificate anche in relazione alla nazionalità: i bambini con un passato migratorio iniziano la loro carriera nelle società più spesso nei club di calcio, i bambini senza un passato migratorio entrano nello sport di società più spesso attraverso le società di ginnastica.

Cambi frequenti di società già negli anni giovanili

La ricerca del giusto sport, del giusto allenamento e dei giusti compagni è probabilmente in gran parte responsabile dei frequenti abbandoni e dei cambi di società. Il 48 per cento di tutti i 10-14enni ha già lasciato una società sportiva o un'organizzazione giovanile. Tra i ragazzi (52%), lasciare una società è un po' più comune che tra le ragazze (44%). Inoltre, il numero di abbandoni è più alto nella Svizzera tedesca (53%) e nella Svizzera italiana (58%) che nella Svizzera francese (35%). Di regola ad essere responsabile dell'abbandono dei bambini non è l'abbandono completo dello sport nelle società, ma un cambio di società. Il 29 per cento dei 10-14enni ha già cambiato società una volta e il 19 per cento più volte. In pochi casi – il 2 per cento di tutti i bambini – ci sono stati anche quattro o più cambi di società.

I cambi di società diventano abbandoni

Con l'aumentare dell'età, il numero di persone che abbandona le società aumenta naturalmente. Tra i giovani adulti, il 68 per cento ha già lasciato una volta una società sportiva. Le differenze di genere invece si affievoliscono con l'aumentare dell'età: i giovani uomini si distinguono solo leggermente dalle giovani donne (69% contro 66%). Tuttavia, le differenze tra la Svizzera tedesca (71%), la Svizzera italiana (78%) e la Svizzera francese (57%) continuano a essere presenti.

Oltre alla frequenza, tra gli abbandoni delle società dei bambini e dei giovani vi è un'altra differenza decisiva: mentre tra i bambini si tratta nella maggioranza dei casi di un cambio, i giovani abbandonano più spesso definitivamente lo sport nelle società. La tabella 12.5 illustra questa differenza: per il 34 per cento dei 10-14enni si tratta di un cambio e solo il 14 per cento si allontana definitivamente dallo sport nelle società. Per contro, solo il 27 per cento dei giovani cambia società, mentre una quota molto superiore (41%) ha abbandonato del tutto lo sport nelle società. Confrontando i dati della tabella 12.5 con i valori del 2014 si scopre che la quota di bambini e giovani che non sono mai stati membri di una società o che non l'hanno mai cambiata è rimasto quasi identico. Inoltre, anche la percentuale di abbandoni è rimasta negli ultimi sei

T 12.5: Defezioni e passaggi di società da parte dei giovani (in %)

	Bambini 10-14 anni	Giovani 15-19 anni
Intervistati che non sono mai stati iscritti a una società	20	19
Intervistati precedentemente iscritti a una società	14	41
Affiliati che hanno già cambiato società almeno una volta	34	27
Affiliati che non hanno mai cambiato società	32	13
Totale	100	100

Nota: numero intervistati: 10-14enni: 1494; 15-19enni: 1906.

anni abbastanza stabile. Mentre c'è stato un leggero spostamento dall'abbandono al cambio di società tra i ragazzi di 10-14 anni, la tendenza opposta può essere osservata tra i 15-19enni.

I motivi dell'abbandono delle società sono diversi

Le ragioni per lasciare le società sono elencate nella tabella 12.6. Molte delle motivazioni date dai bambini rientrano in due categorie: per un buon terzo, il divertimento e l'interesse perseguiti sono andati persi; per un quinto, il passaggio a un altro sport è stata la ragione principale. Tra i giovani, un cambio di sport è stato addirittura indicato come motivo di abbandono da più della metà degli intervistati. In contrasto con i bambini, tuttavia, i 15-19enni fanno anche riferimento con relativa frequenza alla loro insoddisfazione per l'allenamento e gli orari di allenamento, nonché ai loro problemi con il monitore. Tuttavia, queste ragioni potrebbero anche essere menzionate più frequentemente dai bambini se fossero offerte loro come categorie di risposta analogamente al sondaggio online per i giovani adulti. Altre ragioni selezionate più spesso dai 15-19enni, ma quasi mai menzionate dai bambini, sono il rendimento scolastico che ne avrebbe sofferto, gli obiettivi di rendimento che non sono stati raggiunti, gli amici che se ne sono andati a loro volta e altri interessi e passatempi che sono diventati più importanti.

Il ritorno allo sport nelle società è possibile

Se si chiede ai non membri attivi nello sport se potrebbero pensare di entrare (di nuovo) in una società sportiva, emerge il seguente quadro tra i 10-14enni: il 46 per cento risponde con «sì», il 31 per cento con «sì, in certe circostanze» e il 23 per cento con «no». Tra i giovani di 15-19 anni, il 27 per cento ha risposto «sì», mentre il 41 per cento si iscriverebbe in determinate circostanze e il 32 per cento non potrebbe immaginare di entrare in una società. Il desiderio di fare ancora sport in una società diminuisce quindi con l'aumentare dell'età. Tuttavia, anche tra i giovani adulti, circa i due terzi dei non membri attivi nello sport potrebbero essere convinti ad entrare in una società sportiva.

Nel caso dei bambini di 10-14 anni, sono state poste ulteriori domande sui presupposti che renderebbero possibile o più facile entrare in una società (cfr. tabella 12.7). Più tempo e desiderio, ma anche un'offerta adeguata in cui ci si sente a proprio agio, così come il sostegno e la motivazione di altre persone sono qui in primo piano.

	10-14enni	15-19enni*
Perduto interesse/voglia/piacere per quello sport	35	38
Passaggio ad altri sport	20	55
Troppo stress/troppe pressioni	7	11
Orari di allenamento poco pratici	6	18
Non mi piaceva l'allenamento	6	27
Problemi/insoddisfazione con l'allenatore/monitore	5	20
Avrei dovuto dedicare più tempo per ulteriori allenamenti	5	10
Cambio di domicilio; ci siamo trasferiti	5	8
Problemi con altri giovani, mobbing	5	7
Per via della scuola: le prestazioni scolastiche ne hanno sofferto	4	11
Motivi di ordine organizzativo: cambiamenti nell'offerta sportiva	4	5
Non sono riuscito a raggiungere gli obiettivi di prestazione che mi ero prefissato in quella disciplina sportiva	3	8
Anche il mio (migliore) amico è andato via	3	5
Anche altri amici sono andati via	2	9
Motivi di salute	2	-
Incidente, infortunio	1	7
Altri interessi/hobby (al di fuori dello sport)	1	12
I genitori mi hanno spinto a smettere	1	1
Motivi economici: lo sport era/è diventato troppo caro	0	2
Nessun motivo	1	5

T 12.6: Motivi per precedenti abbandoni di società sportive (in % di tutti i giovani che hanno lasciato una società sportiva)

Nota: numero intervistati: 735 10-14enni e 528 15-19enni che hanno già lasciato una società sportiva e hanno citato un motivo per l'abbandono. *Tra i 15-19enni sono stati intervistati solo membri attuali di una società. Gli intervistati avevano la possibilità di indicare più risposte; la somma dei valori pertanto non è il 100 per cento.

T 12.7: Presupposti per un eventuale (ri)avvicinamento a una società sportiva (citazioni in % di tutti i 10-14enni che prendono in considerazione l'idea di (ri)affiliarsi)

	in %
Più tempo	25
Maggiore/vero piacere	14
Offerta adeguata nelle vicinanze	14
Dovrei essere motivato, convinto da altre persone	10
Socializzazione	8
Livello di prestazione adeguato	5
Orari d'allenamento diversi, offerte più flessibili	4
Un buon allenatore o una buona attività in allenamento	2
Chiari obiettivi da perseguire	1

Nota: numero intervistati: 241 10-14enni che prendono in considerazione l'idea di affiliarsi di nuovo a una società sportiva. Gli intervistati avevano la possibilità di indicare più risposte. Sono stati citati altri presupposti isolati, non riportati nella tabella.

I giovani svolgono molto lavoro volontario per lo sport

Molti giovani non sono solo membri di una società sportiva, bensì s'impegnano anche volontariamente e gratuitamente per la loro società. La tabella 12.8 mostra che il 27 per cento di tutti i 15-19enni e il 48 per cento dei giovani membri di società svolgono attività di volontariato nello e per lo sport. Questo comporta in particolare ruoli di supporto, ma ben il 10 per cento dei giovani adulti ricopre una carica specifica in una società. L'impegno volontario dei 15-19enni nello e per lo sport è aumentato negli ultimi sei anni (dal 24% al 27%). In particolare, è aumentato il coinvolgimento delle giovani donne (dal 20% al 25%). I giovani uomini hanno ancora una probabilità leggermente maggiore di essere coinvolti nello sport rispetto alle giovani donne; tuttavia, se si tiene conto che le giovani donne sono anche meno rappresentate nelle società sportive, il rapporto si inverte. La percentuale di membri di genere femminile che ricopre una carica nelle società è quasi raddoppiata negli ultimi sei anni (dal 13% al 24%) ed è ora superiore a quella dei giovani uomini.

Tanti monitori e monitorici, ma anche arbitri o giudici

Dei 15-19enni impegnati nelle società sportive, il 15 per cento ricopre una carica nel consiglio, il 64 per cento è attivo come allenatore o monitor, il 29 per cento è in servizio come arbitro o giudice e il 16 per cento assume una funzione in occasione di un evento della società o sportivo. Mentre le giovani donne sono significativamente più propense ad essere attive come monitorici (54% contro 44%; solo monitori senza allenatori), i giovani uomini ricoprono più spesso una posizione di arbitro o giudice (38% contro 19%). La somma dei valori non è 100 per cento perché il 40 per cento dei volontari esercita più di una funzione nella propria società. In media, 1,8 ore alla settimana sono dedicate a una carica, per le funzioni di supporto queste ore salgono a 2,7 ore al mese in media (cfr. tabella 12.9). Circa la metà di chi ricopre una carica e circa i tre quarti di chi svolge una funzione di supporto sono completamente non pagati. Gli altri ricevono compensi più o meno elevati. La proporzione di volontari che ricevono un compenso è aumentata negli ultimi sei anni sia per chi ricopre una carica sia per chi svolge una funzione di supporto. È interessante notare che la percentuale di giovani adulti che ricevono in gran parte o del tutto un compenso è in realtà più alta che per i volontari adulti. Tuttavia, questo è probabilmente dovuto meno alla maggiore compensazione e più alle minori esigenze dei giovani.

T 12.8: Impegno benevolo e volontario per lo sport da parte dei giovani tra i 15 e i 19 anni

	Totale		Giovani uomini		Giovani donne	
	in % di tutti i 15-19enni	in % dei membri attivi	in % di tutti i 15-19enni	in % dei membri attivi	in % di tutti i 15-19enni	in % dei membri attivi
Incarico all'interno della società	10	21	10	19	9	24
Incarico esterno alla società	5	9	6	9	4	9
Supporto interno/per la società	17	34	19	33	15	36
Supporto esterno alla società	8	11	7	9	8	14
Impegno volontario nello sport	27	48	29	47	25	51

Nota: numero intervistati: 1904 (tutti i 15-19enni) risp. 773 (membri attivi). Gli intervistati potevano indicare più forme di impegno.

		Incarico all'interno della società (in ore o %)	Funzioni di supporto* (in ore o %)
Impegno in termini di tempo	media aritmetica	1,8 ore a settimana	2,7 ore al mese
	mediana	1,5 ore a settimana	1,6 ore al mese
Retribuzione	nessuna retribuzione	48	71
	in parte retribuito	30	18
	in gran parte retribuito	13	8
	retribuito del tutto	9	3
Soddisfazione	molto soddisfatto	50	38
	perlopiù soddisfatto	44	43
	parzialmente soddisfatto	6	14
	piuttosto insoddisfatto	0	3
	molto insoddisfatto	0	2

T 12.9: Tempo dedicato all'impegno benevolo nello sport, retribuzione e soddisfazione (15-19enni)

Nota: numero intervistati: 180 con un incarico all'interno di una società; 311 persone che esercitano funzioni di supporto. *Funzione di supporto nella/per la società nonché incarichi e funzioni di supporto al di fuori della società.

Elevata soddisfazione e grande potenziale per il lavoro volontario

La quota di 15-19enni soddisfatti della propria carica è elevata in modo incoraggiante. Tra chi ricopre una carica, il 50 per cento è molto soddisfatto e il 44 per cento perlopiù soddisfatto. Con queste cifre non sorprende che il 56 per cento di chi svolge un incarico volontario sceglierebbe in ogni caso di riprenderlo se fosse chiamato a decidere nuovamente. Il 33 per cento deciderebbe di riprendere l'incarico a determinate condizioni e solo l'11 per cento non lo farebbe (perlopiù) o almeno non per tutti gli incarichi. Tra i giovani membri di società che al momento non ricoprono una carica, il 36 per cento potrebbe pensare di farlo in futuro. La disponibilità tra i giovani uomini è un po' più elevata che tra le giovani donne (38% contro 33%). Una disponibilità più elevata emerge anche tra i membri di società che svolgono già funzioni di supporto. Tra di essi, la quota di persone che potrebbe immaginarsi di ricoprire una carica in futuro è nettamente superiore alle persone che al momento non s'impegnano in modo volontario nella società (44% contro 32%). Le funzioni di supporto rappresentano quindi un buon

presupposto per impegnarsi ulteriormente e in modo più ampio nella società. Una condizione è tuttavia che la società richieda questo impegno. Tra i 15-19enni che potrebbero immaginarsi di assumere un incarico, al 65 per cento non è ancora stata fatta una richiesta concreta in tal senso. Evidentemente il potenziale di coloro che assumerebbero una carica volontaria è ancora alto. Soprattutto osservando i tassi di abbandono tra i giovani adulti, è consigliabile familiarizzare i membri con i compiti della società già in giovane età. Soprattutto tra le giovani donne, un legame più stretto con la società si crea spesso attraverso un impegno volontario.

13. Sport a scuola

Lo sport scolastico come presupposto importante per uno stile di vita attivo

Nell'analizzare le attività sportive dei bambini e dei giovani, ci siamo finora concentrati sullo sport al di fuori della scuola. Lo sport scolastico obbligatorio è stato deliberatamente escluso. Il presente capitolo ha lo scopo di colmare questa lacuna e di mostrare quali opportunità sportive sono disponibili per i bambini di 10-14 anni nel contesto scolastico.

La grande maggioranza dei 10-14enni frequenta tre ore di educazione fisica obbligatoria alla settimana. Oltre all'educazione fisica obbligatoria, l'11 per cento dei bambini partecipa a sport scolastici facoltativi. Con una nota media di 5,2, lo sport scolastico facoltativo ottiene addirittura un punteggio leggermente migliore tra gli allievi rispetto all'educazione fisica obbligatoria, con una nota complessiva di 5,0. Inoltre, il contesto scolastico offre ulteriori preziose opportunità sotto forma di lezioni in movimento, attività durante l'intervallo, giornate di gioco e sport, campi sportivi scolastici e altre preziose attività, che sono estremamente popolari e sono in grado di aumentare il livello di attività fisica dei bambini in età scolastica.

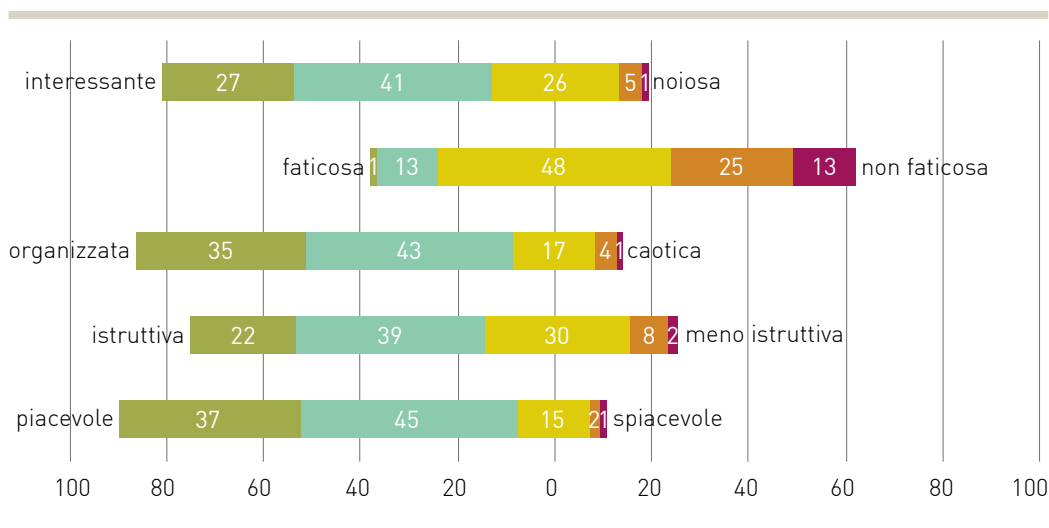
La maggior parte dei bambini frequenta ogni settimana tre lezioni di educazione fisica obbligatoria

Il 72 per cento dei bambini tra i 10 e i 14 anni dice che normalmente dovrebbe frequentare tre lezioni di educazione fisica obbligatoria a settimana. Il 3 per cento ha più di tre lezioni a settimana, il 25 per cento riferisce meno di tre lezioni. Sulla base dei dati disponibili non è possibile valutare se in questi casi si tratta della mancata soddisfazione del requisito obbligatorio delle tre lezioni o se si tratta semplicemente di doppie lezioni.

Oltre al numero di lezioni settimanali di sport, il sondaggio chiedeva anche quanto regolarmente si svolgevano tali lezioni. Per l'83 per cento dei bambini di 10-14 anni, le lezioni di educazione fisica non vengono praticamente mai cancellate, mentre il 17 per cento ha dichiarato che almeno una lezione viene cancellata ogni tanto. A questo gruppo è stato chiesto più dettagliatamente quanto spesso le lezioni di educazione fisica erano state effettivamente cancellate nelle ultime quattro settimane. Mentre il 35 per cento non aveva mai perso una lezione nell'ultimo mese, il 31 per cento aveva perso una lezione, il 18 per cento aveva perso due lezioni e il 16 per cento ne aveva perse almeno tre.

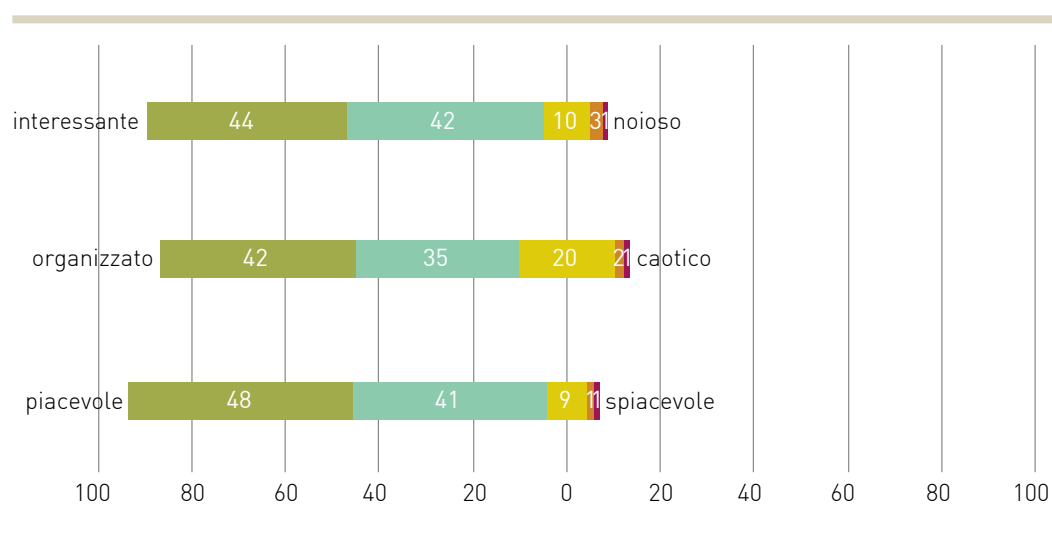
L'educazione fisica obbligatoria è apprezzata e valutata positivamente dagli allievi

Quando si chiede ai bambini dai 10 ai 14 anni se sono a conoscenza degli obiettivi di insegnamento dell'educazione fisica, il 46 per cento risponde affermativamente. Un altro 19 per cento è almeno parzialmente consapevole degli obiettivi, e il 35 per cento non sembra esserlo. Obiettivi di lezione noti e chiaramente definiti possono aiutare i bambini a percepire le lezioni come positive e ben strutturate. Il grafico 13.1 mostra che la maggioranza degli allievi percepisce positivamente le lezioni di educazione fisica. La maggior parte dei bambini considera le lezioni piacevoli, organizzate, interessanti ed educative. Solo in termini di intensità le lezioni di sport potrebbero essere un po' più faticose. La buona valutazione si riflette anche nel voto complessivo che gli allievi danno alle lezioni di educazione fisica. In media, i bambini hanno dato all'educazione fisica una nota di 5, e solo il 3 per cento ha dato una nota insufficiente.



F 13.1: Valutazione dell'educazione fisica da parte dei 10-14enni (in %)

Nota: numero intervistati: a seconda della coppia di termini tra 1476 e 1486. Agli intervistati è stato chiesto, ad esempio, se trovano noiose o interessanti le lezioni di educazione fisica della loro scuola; la risposta poteva essere graduata («molto noiosa», «piuttosto noiosa», «un po' e un po'», «piuttosto interessante», «molto interessante» ecc.). La figura rappresenta quanto gli intervistati erano d'accordo con le diverse affermazioni. Più le risposte si avvicinano a uno dei poli, tanto maggiore è il grado di accordo per tale polo.



F 13.2: Valutazione dello sport scolastico facoltativo da parte dei 10-14enni (in %)

Nota: numero intervistati: a seconda della coppia di termini tra 164 e 165. Ai bambini dai 10 ai 14 anni è stato chiesto se lo sport scolastico facoltativo nella loro scuola fosse noioso o interessante. I bambini potevano dare il loro giudizio su cinque livelli con «molto noiosa», «piuttosto noiosa», «un po' e un po'», «piuttosto interessante», «molto interessante». La figura rappresenta quanto gli intervistati erano d'accordo con le diverse affermazioni. Più le risposte si avvicinano a uno dei poli, tanto maggiore è il grado di accordo per tale polo.

È positivo che la buona valutazione abbia un'ampia base e che non ci siano quasi differenze secondo il genere, l'età, la nazionalità e la regione linguistica. Solo con l'aumentare dell'età le lezioni di educazione fisica sono giudicate un po' più faticose, meno interessanti e meno istruttive. Le lezioni di educazione fisica sono valutate come più istruttive e interessanti dai bambini di 10-14 anni nella Svizzera italiana. I bambini della Svizzera tedesca tendono a dare note leggermente migliori alle lezioni di educazione fisica, mentre i bambini della Svizzera francese danno note leggermente peggiori. Una nota di 4 o inferiore è anche attribuita più spesso da bambini più grandi, da bambini che non sono molto attivi nello sport o da bambini con un passato migratorio.

Lo sport scolastico facoltativo entusiasma anche i bambini meno attivi

Oltre all'educazione fisica obbligatoria, molte scuole offrono anche sport scolastici facoltativi. Il 57 per cento dei bambini tra i 10 e i 14 anni riferisce che la propria scuola offre un tale programma. Il 20 per cento dei bambini che ha accesso a tali programmi ne beneficia attualmente, il 29 per cento vi ha partecipato in passato. Complessivamente, l'11 per cento di tutti i bambini dai 10 ai 14 anni partecipa attualmente a sport scolastici facoltativi. Anche se lo sport scolastico facoltativo è aperto a un numero di bambini simile a quello del 2014 (55%), un numero leggermente inferiore di bambini vi partecipa oggi rispetto a sei anni fa (14%).

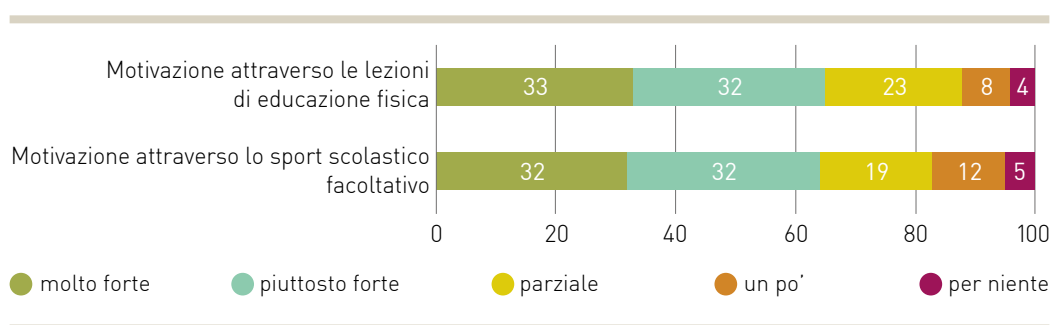
Nonostante il leggero calo della domanda, lo sport scolastico facoltativo riesce ancora a compensare in qualche modo le differenze di comportamento sportivo sopra descritte. A differenza dello sport nelle società, le ragazze e la popolazione migrante partecipano leggermente più spesso allo sport scolastico facoltativo rispetto ai ragazzi e ai bambini senza un passato migratorio. In particolare, le ragazze con un passato migratorio partecipano a questa offerta sco-

lastica più spesso della media. Un altro aspetto positivo è che lo sport scolastico facoltativo attrae anche gli sportivi meno attivi e i bambini che non fanno parte di una società sportiva. C'è anche un'interessante differenza in termini di luogo di domicilio: i bambini che crescono in un ambiente urbano partecipano significativamente più spesso allo sport scolastico facoltativo rispetto ai bambini dei comuni di agglomerato e dei comuni rurali.

Se si chiede ai 10-14enni cosa piace loro particolarmente dello sport scolastico facoltativo, più di un terzo dei bambini partecipanti risponde che apprezza particolarmente il fatto di poter provare un nuovo sport (36%). Per il 35 per cento, gli aspetti sociali giocano un ruolo importante e in particolare lo stare con amici e compagni. Un buon quinto sottolinea anche che lo sport scolastico facoltativo permette di sfogarsi, staccare la spina e divertirsi. D'altra parte, il fatto che lo sport scolastico facoltativo sia un'offerta di custodia durante la pausa pranzo o dopo la scuola, o che i bambini possano beneficiare di un'offerta di prova in una società sportiva, non sembrano essere motivazioni importanti dal punto di vista dei bambini e sono solo molto raramente menzionate come ragioni di partecipazione.

La nota massima per lo sport scolastico facoltativo

Come per l'educazione fisica obbligatoria, valutazioni e giudizi sono stati raccolti anche per lo sport scolastico facoltativo. Come si può vedere nella figura 13.2, lo sport scolastico facoltativo è percepito dai bambini partecipanti come estremamente interessante, organizzato e divertente e, con una nota media di 5,2, riceve anche una valutazione complessiva leggermente migliore dell'educazione fisica obbligatoria. Mentre solo il 4 per cento dei partecipanti dà allo sport scolastico volontario una nota insufficiente, un quarto dei bambini impartisce addirittura la nota più alta (6).



F 13.3: Funzione motivazionale dell'educazione fisica obbligatoria e dello sport scolastico facoltativo per la pratica dello sport extra-scolastico (in % dei 10-14enni)

Nota: educazione fisica: tutti i 10-14enni, n=1486; sport scolastico facoltativo: tutti i 10-14enni che hanno già partecipato una volta allo sport scolastico facoltativo, n=399.

Lo sport scolastico ha una funzione importante per la promozione dello sport e del movimento

Per la promozione dello sport e del movimento, è particolarmente prezioso che l'ambiente scolastico raggiunga tutti i bambini indipendentemente dallo status sociale e dall'origine, e sia in grado di ispirarli allo sport e al movimento. La figura 13.3 mostra che lo sport scolastico raggiunge effettivamente questo obiettivo in modo sostenibile. Sia l'educazione fisica obbligatoria sia lo sport scolastico facoltativo motivano fortemente un terzo dei bambini partecipanti a praticare sport al di fuori della scuola. Un altro terzo è piuttosto motivato dalle due offerte e circa un quarto è parzialmente motivato. Solo il 12 per cento dei bambini tra i 10 e i 14 anni non è motivato dall'educazione fisica obbligatoria a partecipare a sport al di fuori della scuola; nel caso degli sport scolastici facoltativi, la percentuale è leggermente più alta, il 17 per cento.

Il materiale di gioco può incentivare il movimento nelle pause

Oltre all'educazione fisica obbligatoria e allo sport scolastico facoltativo, ci sono altre offerte nel contesto scolastico che hanno lo scopo di aiutare i bambini a fare più movimento e sport nella loro vita quotidiana. Due terzi dei bambini di 10-14 anni hanno materiale a scuola per giocare e muoversi durante le pause. Nella Svizzera tedesca (75%) questa offerta è più diffusa che nella Svizzera francese (46%) e nella Svizzera italiana (52%). Nei comuni rurali (72%) questa offerta è un po' più frequente che in città (65%) e negli agglomerati (63%).

Il fatto che un'offerta adeguata porti effettivamente a fare più esercizio durante le pause è dimostrato in modo notevole dalle seguenti cifre. Complessivamente, il 62 per cento dei bambini dichiara di fare spesso esercizio fisico durante le pause, il 17 per cento lo fa occasionalmente e il 21 per cento lo fa meno di frequente. Tra gli allievi che hanno materiale a disposizione per giocare, la percentuale di bambini che si muove spesso è significativamente più alta (69%) che tra quelli senza materiale (47%). Indipendentemente dal fatto che il materiale sia disponibile o meno, i ragazzi mostrano un livello maggiore di attività durante le pause. Mentre il 67 per cento degli allievi fa spesso esercizio fisico, solo il 56 per cento delle allieve lo fa.

Bambini con necessità di fare più movimento durante le lezioni scolastiche

Durante le lezioni, le pause e i compiti di movimento possono aiutare ad aumentare la concentrazione dei bambini e migliorare le loro prestazioni di apprendimento. Il 47 per cento dei bambini tra i 10 e i 14 anni ha l'opportunità di muoversi durante le lezioni come parte di brevi pause di movimento o percorsi con compiti da svolgere. I bambini della Svizzera tedesca e francese beneficiano allo stesso modo di tali offerte (48% risp. 50%); nella Svizzera italiana, tali programmi sembrano essere stati finora meno popolari (22%). Le lezioni in movimento sono meno diffuse nelle aree urbane (41%) che negli agglomerati (47%) o nelle aree rurali (53%). I bambini che hanno l'opportunità di fare esercizio fisico durante le lezioni scolastiche, in realtà si esercitano più spesso e sono quindi meno propensi a sentire il bisogno di fare più esercizio. Tra i bambini che beneficiano delle lezioni in movimento, il 48 per cento esprime il desiderio di fare più attività motoria in classe, rispetto al 57 per cento dei bambini senza opportunità di praticare un'attività motoria.

Giornate di gioco e sport nonché campi sportivi sono offerte importanti

Oltre alle offerte già menzionate nella quotidianità scolastica, molte scuole organizzano regolarmente giornate di gioco e di sport e campi sportivi. Quasi il 90 per cento degli allievi dai 10 ai 14 anni ha potuto partecipare a una giornata di gioco o di sport organizzata dalla scuola nell'ultimo anno scolastico. Il 62 per cento dei bambini tra i 10 e i 14 anni ha partecipato a un campo sportivo, con circa la metà dei campi organizzati dalla scuola. Dei campi organizzati dalla scuola, il 57 per cento erano campi obbligatori. Il 34 per cento degli intervistati ha partecipato a un campo di sport sulla neve, il 38 per cento a un altro campo sportivo. Il restante 28 per cento aveva già sperimentato entrambi i tipi di campo.

I bambini raccolgono per lo più esperienze positive nei campi. A due terzi è piaciuto molto il campo sportivo, mentre il 26 per cento segnala un gradimento buono. Esperienze meno positive o negative sono riportate molto raramente (1%). Le ragazze partecipano ai campi sportivi un po' meno spesso dei ragazzi, ma hanno più spesso esperienze molto buone. I bambini stranieri sono meno propensi a frequentare i campi sportivi, ma quando lo fanno, riportano esperienze altrettanto positive dei bambini svizzeri.

Anche ai giovani adulti è stato chiesto della loro partecipazione ai campi e delle loro esperienze. Tra i 15-19enni, il 60 per cento ha già partecipato a un campo sportivo. Poco meno della metà dei giovani che ha avuto accesso a un campo ha partecipato sia a un campo di sport sulla neve sia a un altro campo sportivo. Per il 20 per cento, la partecipazione è limitata a un campo di sport sulla neve e per il 32 per cento a un altro campo sportivo. Anche i 15-19enni riportano in gran parte esperienze molto buone o buone (52% rispettivamente 34%), ma esperienze meno positive o negative sono state fatte un po' più spesso che tra i bambini (4%). Analogamente alle ragazze, anche le giovani donne partecipano un po' meno frequentemente ai campi sportivi, ma non differiscono dai loro coetanei maschi nelle esperienze che hanno avuto. Vale la pena notare che l'effetto nazionalità è più forte tra i giovani adulti. Non solo i ragazzi tra i 15 e i 19 anni con un passato migratorio partecipano meno frequentemente ai campi sportivi, ma hanno anche un numero significativamente inferiore di esperienze buone o molto buone.

14. Abilità sportive

Abilità nel ciclismo, nel salto della corda, nel nuoto e nello sci al top, mentre vi è un potenziale di miglioramento per quanto concerne lo skateboard, il jonglage e lo snowboard

Per saperne di più sulle abilità sportive dei bambini, i 10-14enni dovevano valutare su una scala a 5 punti quanto bene padroneggiavano certi sport e attività motorie (cfr. figura 14.1). Ne risulta che i bambini sono particolarmente abili nel ciclismo. Quasi due quinti dicono di saper andare molto bene in bicicletta, e un altro 51 per cento dice di saper andare bene in bicicletta. Solo il 2 per cento si considera un ciclista dalle scarse abilità. Anche nel salto con la corda, nel nuoto e nello sci, più di due terzi riportano capacità buone o molto buone. Al contrario del salto con la corda e del nuoto, c'è tuttavia anche una considerevole percentuale (15%) che sa sciare male o per niente. Circa il 40 per cento dei bambini attestano buone capacità di pattinaggio e inline skating, e poco meno di un quarto sa andare in skateboard o waveboard. D'altra parte, solo un bambino su dieci afferma di destreggiarsi bene nel jonglage o nello snowboard.

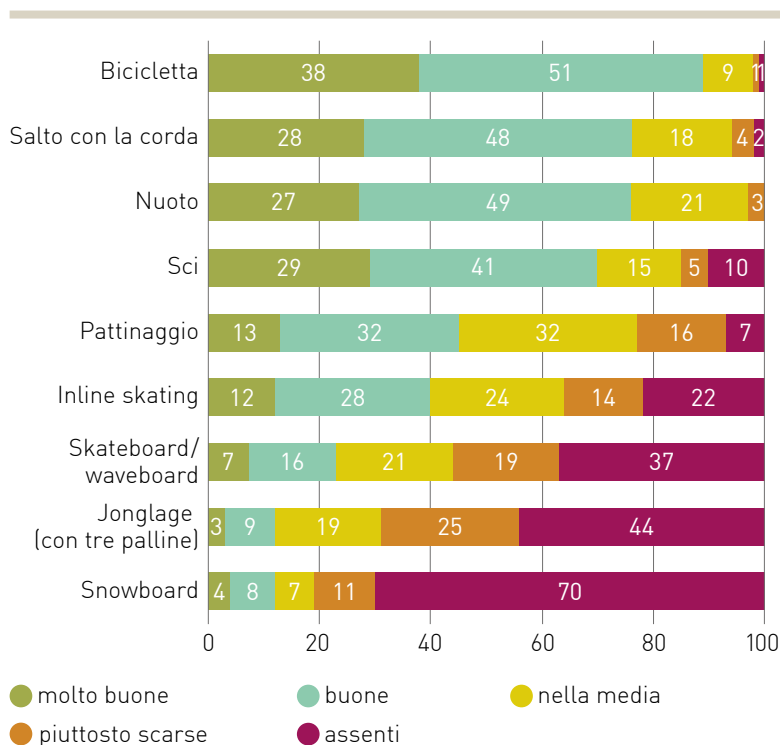
I bambini in campagna sciano meglio, quelli in città sono più bravi nel pattinaggio

A seconda del genere, della nazionalità, della provenienza sociale e del luogo di domicilio, si possono trovare alcune interessanti differenze nelle abilità sportive. Secondo la loro valutazione, le ragazze sono migliori nel pattinaggio, nell'inline skating e nel salto con la corda, mentre i ragazzi valutano meglio le loro abilità di giocolieri. I bambini svizzeri si considerano più bravi nel nuoto, nello sci, nello snowboard e nell'inline skating rispetto ai bambini stranieri, e anche i bambini delle famiglie più benestanti valutano le loro capacità negli sport invernali come lo sci e lo snowboard come più alte di quelli delle classi sociali inferiori.

I bambini che vivono in campagna dicono di essere più bravi a sciare, mentre quelli che vivono in città sono più bravi a pattinare. Ci sono anche differenze tra le regioni linguistiche: nella Svizzera francese, i bambini sono leggermente più bravi nel pattinaggio e nello sci, mentre i bambini della Svizzera tedesca valutano meglio le loro capacità nello snowboard, nello skateboard e nell'inline skating. Non sorprende che con l'aumento dell'attività sportiva aumentino anche le abilità sportive. I bambini che fanno molto sport valutano le loro abilità nelle varie attività sportive come migliori rispetto ai bambini di 10-14 anni che fanno poco o nessuno sport. Solo nel caso del pattinaggio e del jonglage questa correlazione non può essere osservata.

In questo contesto occorre notare criticamente che la valutazione delle abilità sportive utilizzata qui è una valutazione soggettiva, che dipende sempre da quale quadro di riferimento viene utilizzato. Per esempio, l'aumento delle abilità sportive nel proprio gruppo di età o nella propria classe scolastica, così come i modelli nei social media, possono portare a una valutazione più critica. Poiché queste autovalutazioni non sono adatte come indicatore per fare affermazioni sui cambiamenti nelle abilità sportive, un confronto nel tempo è stato deliberatamente omesso.

F 14.1: Abilità sportive dei bambini tra i 10 e i 14 anni in diverse discipline sportive (in %)



Nota: numero di intervistati: a seconda dell'abilità sportiva da 1482 a 1501.

15. Infortuni sportivi

Gli infortuni non aumentano nonostante l'incremento dell'impegno sportivo

Come succedeva sei anni fa, un buon quinto dei bambini e dei giovani si sono infortunati mentre facevano sport nell'ultimo anno. Anche se la percentuale di giovani infortunati è poco diversa da quella dei bambini, i 15-19enni hanno più probabilità di subire lesioni multiple e più gravi rispetto ai 10-14enni. Poco più del 40 per cento dei bambini e dei giovani infortunati ha saltato la scuola o il lavoro a causa dell'infortunio che ha subito. Un quinto degli infortuni si è verificato giocando a calcio.

Ragazze e ragazzi colpiti dagli infortuni con la stessa frequenza

Esattamente il 20 per cento dei bambini tra i 10 e i 14 anni si è infortunato negli ultimi 12 mesi prima del sondaggio mentre faceva sport in modo tale che la lesione richiedesse l'intervento di un medico. Non ci sono quasi differenze tra ragazze e ragazzi con la sola eccezione dei ragazzi più giovani che si infortunano un po' più frequentemente (cfr. figura 15.1). Tuttavia, questo è dovuto principalmente al fatto che i ragazzi di 10-11 anni fanno più sport delle ragazze (cfr. figura 3.3).

La grande maggioranza dei bambini infortunati (72%) ha subito un solo infortunio negli ultimi 12 mesi, mentre il 18 per cento ne aveva subiti due e il 10 per cento addirittura tre o più. La percentuale di bambini che si sono infortunati più di una volta è aumentata di 6 punti percentuali rispetto al 2014, il che si spiega con l'aumento delle ore di sport settimanali (cfr. capitolo

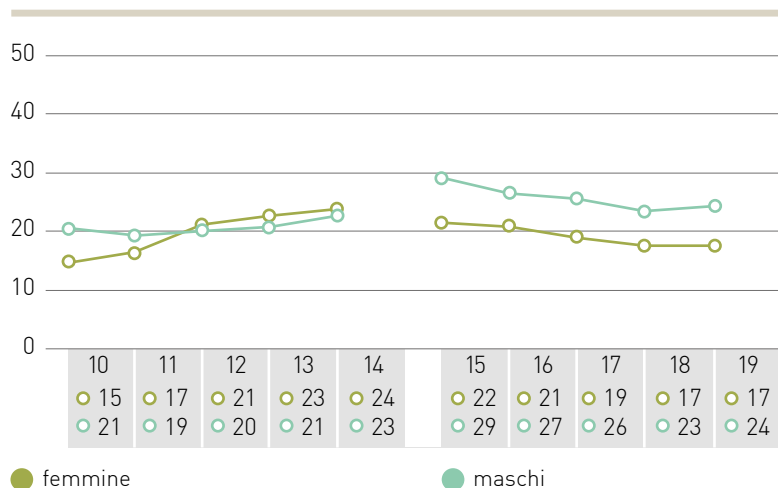
2). Fortunatamente, la maggior parte degli infortuni non erano tanto gravi da richiedere cure ospedaliere. Solo un bambino infortunato su dieci ha dovuto essere trattato come paziente in ospedale, dove ha trascorso una media di 1,8 notti. Per il 39 per cento dei ragazzi tra i 10 e i 14 anni infortunati, l'infortunio ha provocato assenze da scuola. In media, questi bambini sono stati assenti da scuola per 2,7 giorni.

I giovani non si infortunano più spesso, ma in modo più grave dei bambini

Con una quota del 22 per cento, esattamente lo stesso numero di giovani tra i 15 e i 19 anni ha subito un infortunio rispetto al 2014. Come per i bambini, però, anche la percentuale di giovani infortunati più di una volta è aumentata. Sei anni fa, il 27 per cento degli infortunati si era infortunato più di una volta; nel 2020 questa quota sale al 38 per cento. Il 26 per cento ha avuto due infortuni e il 12 per cento tre o più.

In contrasto con i 10-14 anni, una chiara differenza di genere può essere osservata tra i 15-19 anni (cfr. figura 15.1). Mentre il 19 per cento delle giovani donne si sono infortunate nell'ultimo anno, i giovani uomini che hanno subito un infortunio sono stati il 26 per cento. Per il 15 per cento dei giovani infortunati, l'infortunio ha portato a un trattamento in ospedale, che ha comportato una durata media di soggiorno di 2,6 notti. Non solo la quota di trattamenti stazionari mostra che gli infortuni sono spesso più gravi tra i giovani che tra i bambini, ma anche la frequenza e la lunghezza del tempo perso dal lavoro confermano questo dato. Il 43 per cento degli adolescenti infortunati non è stato in grado di lavorare a causa dell'infortunio, e per questi l'assenza è durata in media 19 giorni.

F 15.1: Percentuale dei giovani che si sono infortunati praticando sport nei 12 mesi precedenti all'intervista, per età e genere (in %)



Nota: numero intervistati: 10-14enni: 1501; 15-19enni: 1906.

10-14enni		15-19enni	
Disciplina sportiva	in %	Disciplina sportiva	in %
Calcio	20,4	Calcio	22,6
Ginnastica	11,8	Ginnastica	5,3
Ciclismo	5,7	Pallacanestro	5,0
Sci	5,2	Arti marziali, difesa personale	4,8
Skateboard, waveboard, kickboard	3,3	Sci	4,5
Snowboard	3,0	Pallamano	4,1
Atletica leggera	2,9	Equitazione, sport equestri	3,0
Pallacanestro	2,9	Jogging, corsa	2,6
Equitazione, sport equestri	2,4	Pallavolo, beachvolley	2,6
Jogging, corsa	2,1	Danza	2,5
Pallamano	2,1	Ciclismo	2,4
Pattinaggio su ghiaccio	1,9	Rampichino	2,3
Arti marziali, difesa personale	1,6	Hockey su ghiaccio	2,1
Altre discipline sportive*	34,7	Altre discipline sportive	36,2

T 15.1: Discipline sportive in cui i bambini e i giovani si infortunano (in % di tutti gli infortuni)

Nota: numero intervistati: 10-14enni: 1501; 15-19enni: 1906. Nella risposta poteva essere indicato un solo sport. In caso di più infortuni negli ultimi 12 mesi, gli intervistati dovevano indicare lo sport in cui si era verificato l'infortunio più serio. *Comprese le attività non specifiche di una disciplina sportiva nell'ambito dell'educazione fisica obbligatoria.

Elevato rischio di infortuni per le discipline sportive di squadra e la ginnastica

La tabella 15.1 mostra gli sport in cui i bambini e i giovani si sono infortunati negli ultimi 12 mesi. Sia tra i 10-14enni che tra i 15-19enni, circa un quinto degli infortuni si è verificato mentre giocavano a calcio. Per entrambi i gruppi di età, la ginnastica segue al secondo posto. Rispetto ai giovani, tuttavia, la percentuale di lesioni da ginnastica è significativamente più alta tra i bambini (12% contro 5%). Più frequentemente dei giovani adulti, i bambini si infortunano anche mentre vanno in bicicletta, così come con lo skateboard, il waveboard e il kickboard, mentre tra i giovani l'attenzione è rivolta agli sport di squadra e alle arti marziali.

Naturalmente, più spesso uno sport viene praticato, maggiore è il rischio di infortuni. Non sorprende quindi che il calcio e la ginnastica, due degli sport più popolari, siano in testa alla tabella 15.1. Se prendiamo in considerazione il numero di persone che praticano uno sport, la ginnastica, la pallamano e l'atletica leggera presentano il maggior rischio di infortuni tra i bambini, mentre tra i giovani sono gli sport di squadra (pallamano, calcio, hockey su ghiaccio, pallacanestro e unihockey), ma anche ginnastica, equitazione, arti marziali, atletica leggera e rampichino a rivelarsi relativamente pericolosi.

16. Comportamento motorio

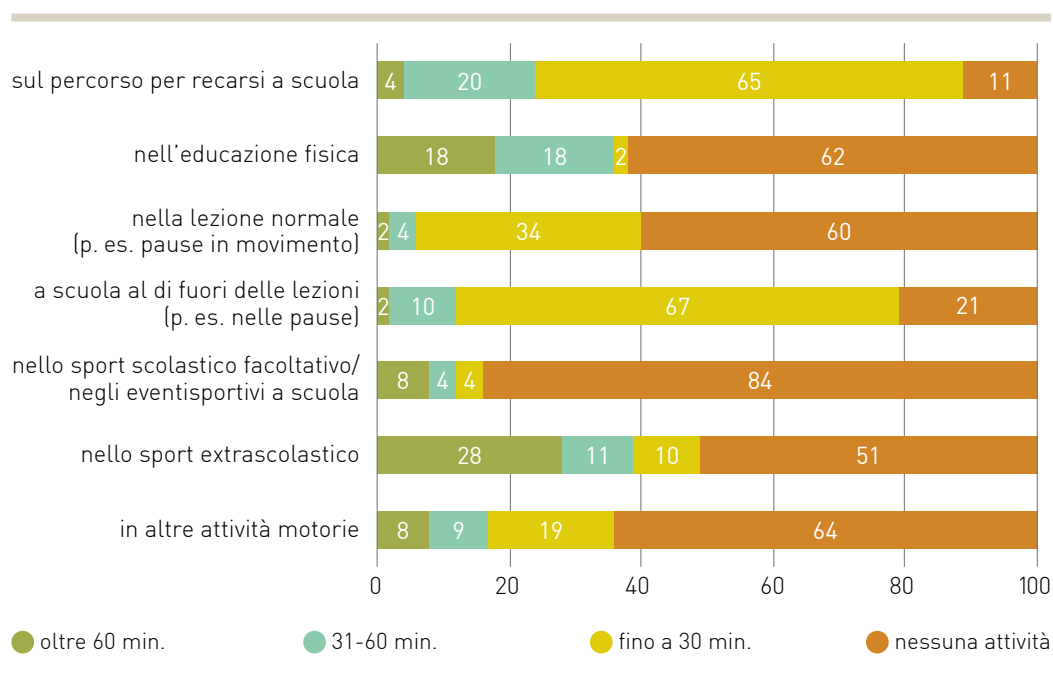
Molti bambini e giovani si muovono a sufficienza nella quotidianità

Analogamente all'attività sportiva, anche le attività motorie nella quotidianità hanno visto un aumento presso i 10-14enni. Oltre allo sport extrascolastico, contribuiscono a una vita attiva il percorso per andare a scuola e le attività svolte nel corso della giornata di scuola. È positivo notare che rispetto al 2014 anche le attività nel fine settimana hanno conosciuto un incremento e oggi solo poco più di un bambino su sette è inattivo nei fine settimana. Tra i 15-19enni quasi il 90 per cento soddisfa le attuali raccomandazioni di movimento per le persone adulte.

La scuola e lo sport extrascolastico come importanti fonti di movimento per i bambini

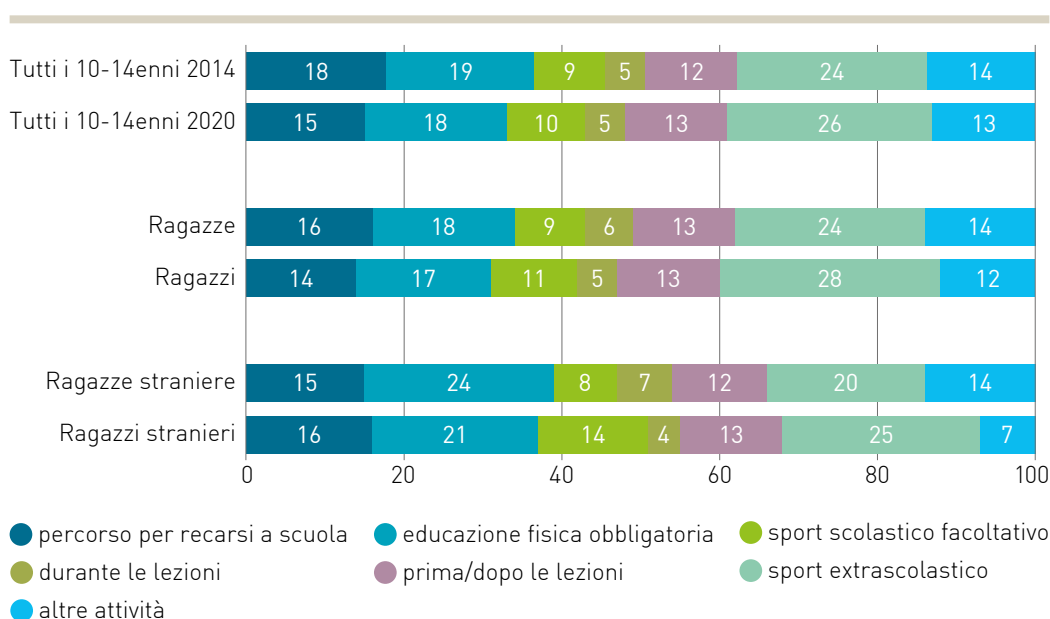
Lo sport – che si tratti di attività sportive nel contesto scolastico o nel tempo libero, per esempio nell'ambito di una società sportiva – contribuisce molto a una vita attiva dei bambini e dei giovani. Inoltre, anche altre attività fisiche possono giocare un ruolo importante quando si tratta di condurre una vita attiva e salutare. Oltre alle attività sportive, ai bambini dai 10 ai 14 anni è stato quindi chiesto anche quanto spesso fanno esercizio fisico in generale in un giorno di riferimento. Se il giorno prima dell'intervista era un giorno di scuola, «ieri» è stato preso come giorno di riferimento, altrimenti il giorno di riferimento era l'ultimo giorno di scuola prima dell'intervista.

Il grafico 16.1 mostra che la grande maggioranza dei bambini (89%) era fisicamente attiva mentre andava a scuola nel giorno di riferimento. Tuttavia, due terzi dei bambini non si sono mossi per più di 30 minuti. Quattro quinti dei bambini si sono anche esercitati a scuola al di fuori delle lezioni (ad esempio prima o dopo le lezioni o durante le pause). Come nel caso di andare a scuola a piedi, tuttavia, la maggior parte di loro ha trascorso meno di mezz'ora a fare esercizio. Un numero particolarmente elevato di bambini si è esercitato per più di un'ora durante gli sport extrascolastici (28%) e durante le lezioni di educazione fisica (18%). Soprattutto nel caso dello sport extrascolastico, i bambini ora fanno esercizio molto più frequentemente e più a lungo di quanto non facessero sei anni fa. Nel 2014, per esempio, solo due quinti dei bambini tra i 10 e i 14 anni avevano fatto esercizio fisico durante gli sport extrascolastici nel giorno di riferimento, mentre il 22 per cento lo aveva fatto per più di un'ora. Nel 2020, quasi la metà dei bambini (49%) ha menzionato l'attività motoria nel contesto dello sport extrascolastico, e per il 28 per cento questa è durata più di un'ora.



F 16.1: Attività motorie dei bambini di 10-14 anni nel giorno di riferimento nei diversi contesti (in %)

Nota: numero intervistati: 1501.



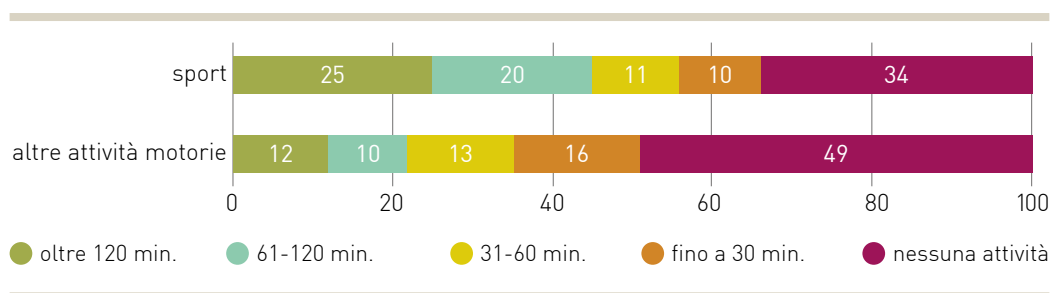
F 16.2: Percentuale dei diversi contesti delle attività motorie dei 10-14enni nel giorno di riferimento
Nota: Numero intervistati: 1501.

Per i bambini stranieri il contesto scolastico è più importante per accumulare tempo di movimento

Il fatto che lo sport extrascolastico sia ancora più importante oggi di quanto lo fosse nel 2014 si evince anche dalla figura 16.2. Mentre sei anni fa questo contesto rappresentava il 24 per cento del tempo totale di attività fisica di una giornata scolastica, nel 2020 la percentuale sale al 26. Al contrario, la quota del contesto scolastico, e soprattutto quella del tragitto verso la scuola, ha perso un po' della sua importanza nello stesso periodo. Per i ragazzi e i bambini senza un passato migratorio, lo sport extrascolastico gioca un ruolo superiore alla media, mentre per le ragazze e i bambini stranieri, il contesto scolastico gioca un ruolo più importante. Rispetto al 2014, tuttavia, le differenze di genere si sono ridotte, poiché lo sport extrascolastico è aumentato in proporzione tra le ragazze (+4 punti percentuali), mentre la quota tra i ragazzi è rimasta stabile.

Due terzi dei bambini sono sportivamente attivi nel fine settimana

Oltre al tempo trascorso a fare movimento in un giorno di scuola, è stato rilevato anche il tempo trascorso a fare movimento durante il fine settimana. A questo scopo, i bambini dai 10 ai 14 anni dovevano dichiarare per quanto tempo erano stati attivi nello sport o in altre attività motorie nell'ultimo fine settimana prima dell'intervista. Due terzi dei bambini hanno dichiarato di aver fatto sport durante l'ultimo fine settimana, e un quarto lo ha fatto per più di due ore. Al contrario, poco più di un terzo dei bambini, 5 punti percentuali in meno rispetto al 2014, non ha praticato alcuno sport durante il fine settimana di riferimento. Il 51 per cento dei bambini ha anche partecipato ad altre attività motorie durante il fine settimana, e per un buon quinto queste sono durate per più di un'ora (vedi grafico 16.3).



F 16.3: Attività motorie dei bambini di 10-14 anni nel fine settimana di riferimento (in %)
Nota: numero intervistati: 1501.

Il tempo di attività motoria tra i 10-14enni è aumentato negli ultimi sei anni

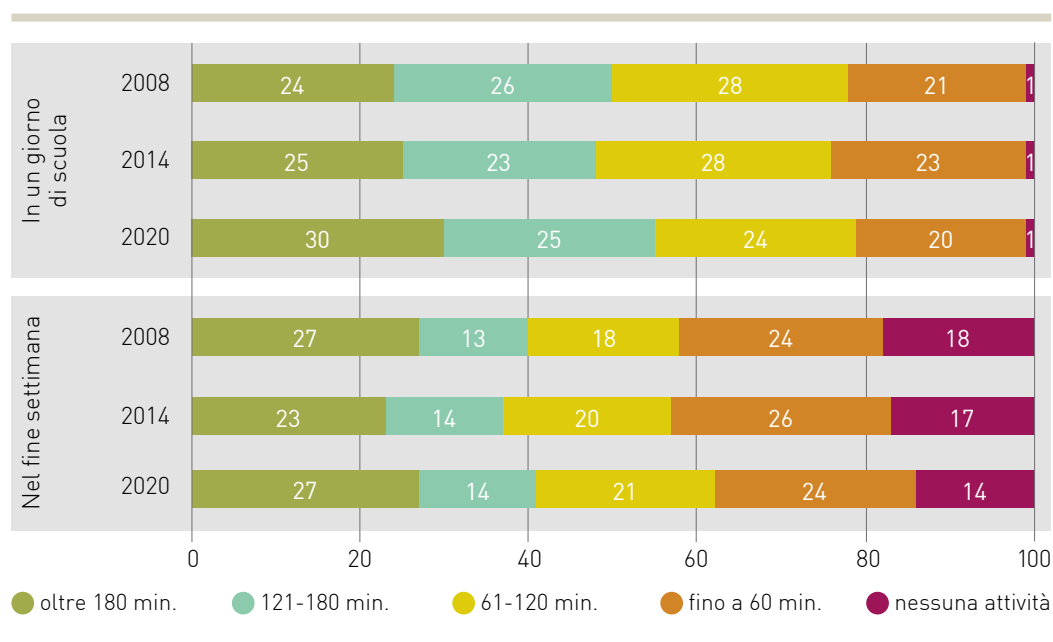
Nel capitolo 2, abbiamo visto che i bambini dai 10 ai 14 anni hanno aumentato significativamente la loro attività sportiva extrascolastica negli ultimi sei anni e che il numero di ore di sport oggi è addirittura leggermente superiore a quello del 2008. La figura 16.4 mostra che questo aumento dell'attività sportiva non ha portato i bambini a fare meno esercizio nella vita quotidiana, ma si riflette in un aumento dell'attività totale. Per il calcolo dell'attività motoria totale, sono stati sommati i tempi di attività fisica dei singoli contesti. Anche se la percentuale di bambini che non fa alcuna attività motoria o la fa per meno di un'ora in un giorno di scuola è rimasta praticamente invariata rispetto al 2008 e al 2014, significativamente più bambini ora raggiungono un tempo di attività motoria giornaliera di più di tre ore durante la settimana. Un leggero aumento del tempo di attività motoria è evidente anche nei fine settimana. Mentre nel 2008 e nel 2014 meno di tre quinti dei bambini si esercitavano per più di 60 minuti durante il fine settimana, il 62 per cento dei bambini raggiunge questo livello nel 2020. In particolare, la percentuale di bambini che non fa praticamente nessuna attività motoria durante il fine settimana risulta costantemente ridotta dal 2008.

Diversi tempi di attività motoria a seconda di genere, età, regione linguistica e nazionalità

L'aumento del tempo di attività motoria negli ultimi sei anni si riflette anche nella tabella 16.1, che mostra i minuti medi di attività motoria in un giorno di scuola e nel fine settimana. Sia la media aritmetica sia la mediana sono significativamente più alte nel 2020 nei giorni di scuola e nei fine settimana rispetto al 2014. Poiché tutti i gruppi di popolazione sono stati in grado di aumentare il loro tempo di attività motoria in misura simile negli ultimi sei anni, si possono ancora

osservare notevoli differenze tra generi, età, regioni e nazionalità. I ragazzi fanno esercizio fisico significativamente più delle ragazze, soprattutto nei giorni di scuola. Nei fine settimana, tuttavia, le ragazze sono state in grado di aumentare un po' la loro attività rispetto al 2014, riducendo così il divario di genere. Nei giorni di scuola, i bambini di 10 e 11 anni fanno più esercizio rispetto a quelli di 12 e 14 anni, mentre nei fine settimana, ad eccezione dei valori più bassi per i 14enni, i tempi di esercizio tendono a convergere rispetto al 2014.

Mentre i bambini della Svizzera francese hanno livelli di attività motoria superiori alla media nei giorni di scuola, mostrano livelli inferiori alla media durante il fine settimana. Nella Svizzera italiana, invece, i bambini fanno molta meno attività fisica nei giorni di scuola rispetto ai bambini della Svizzera francese e tedesca. Infine, troviamo anche le note differenze nel comportamento in materia di attività motoria secondo la nazionalità. I bambini di nazionalità svizzera e con doppia cittadinanza fanno attività motoria in misura simile nei giorni feriali e nei fine settimana; i bambini di nazionalità straniera, invece, mostrano un livello di attività fisica significativamente inferiore. Tuttavia, è degno di nota il fatto che le ragazze straniere non sono quasi mai riuscite ad aumentare il loro tempo di attività fisica durante la settimana dal 2014, ma sono chiaramente più attive durante il fine settimana rispetto a sei anni fa.



F 16.4: Attività motorie totali dei 10-14enni nel giorno di riferimento e nel fine settimana di riferimento (in %)

Nota: numero intervistati: 1501.

	In un giorno di scuola		Nel fine settimana	
	Media aritmetica	Mediana	Media aritmetica	Mediana
Tutti i 10-14enni 2008	130	120	164	120
Tutti i 10-14enni 2014	132	115	139	90
Tutti i 10-14enni 2020	151	135	157	120
Ragazze	142	120	150	110
Ragazzi	160	145	164	120
10 anni	159	140	166	120
11 anni	167	150	163	120
12 anni	144	132	158	120
13 anni	140	130	155	120
14 anni	144	130	145	120
Svizzera tedesca	151	135	167	120
Svizzera francese	155	135	134	90
Svizzera italiana	141	113	160	120
Nazionalità svizzera	154	135	164	120
Doppia cittadinanza	153	135	154	120
Nazionalità straniera	136	115	134	98
Ragazze straniere	123	109	127	90
Ragazzi stranieri	149	132	140	120

T 16.1: Tempo medio di attività motoria dei 10-14enni nel giorno di riferimento secondo genere, età, regione linguistica e nazionalità (in minuti)

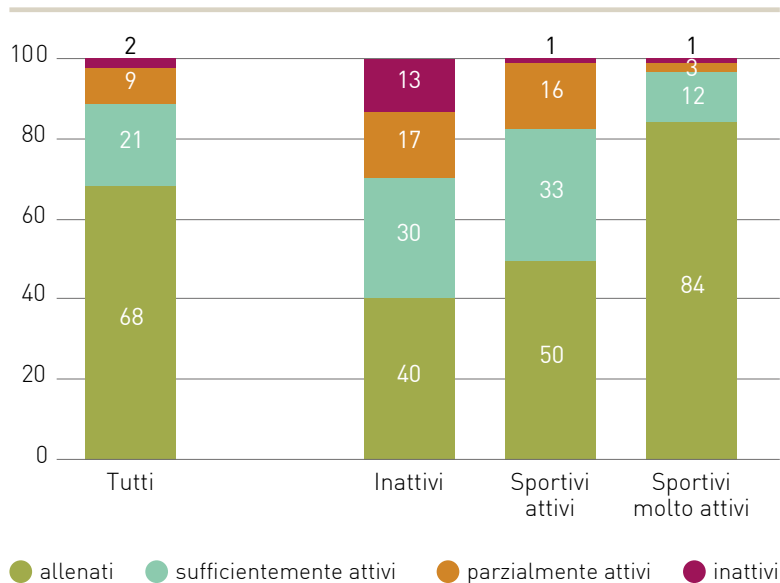
Nota: numero intervistati: 1501. La media aritmetica è calcolata dividendo la somma di tutte le ore di sport per il numero degli intervistati. La mediana è il valore centrale: la metà degli intervistati si colloca al di sotto, l'altra metà al di sopra di questo valore.

La maggior parte dei 15-19enni soddisfa le attuali raccomandazioni di movimento

Tra i giovani, la quantità di attività motoria non è stata rilevata separatamente per giorno della settimana e fine settimana e per diversi contesti, ma è stata limitata da un lato alla domanda se e quanto spesso si suda normalmente durante una settimana di attività motorie nella vita quotidiana, al lavoro o nel tempo libero. D'altra parte, è stato anche chiesto se, quanto spesso e per quanto tempo si rimane almeno un po' senza fiato durante le attività meno intense. Sulla base di queste informazioni, è possibile calcolare quale quota di giovani tra i 15 e i 19 anni soddisfa le attuali raccomandazioni di movimento dell'Ufficio federale dello sport, dell'Ufficio federale della sanità pubblica, della Suva, dell'Ufficio prevenzione infortuni (upi) e della rete HEPA. Queste sono considerati soddisfatte per gli adulti se fanno esercizio fisico per almeno 150 minuti a settimana a media intensità (restare leggermente senza fiato) o 75 minuti a settimana ad alta intensità (sudare). A causa di un cambiamento nella formulazione della domanda, nel 2020 non è più possibile verificare contemporaneamente se le raccomandazioni di movimento per i bambini sono state rispettate.

La stragrande maggioranza dei 15-19enni (89%) è considerata «allenata» o «sufficientemente attiva» in termini di comportamento motorio e quindi soddisfa le attuali raccomandazioni di movimento per gli adulti. Non sorprende che ci sia una chiara correlazione tra l'attività sportiva e il comportamento motorio (cfr. figura 16.5). I 15-19enni molto attivi, che praticano attività sportive più volte alla settimana per un totale di almeno tre ore, soddisfano le raccomandazioni di movimento molto più spesso (96%) degli atleti meno attivi (83%) e dei giovani inattivi (70%).

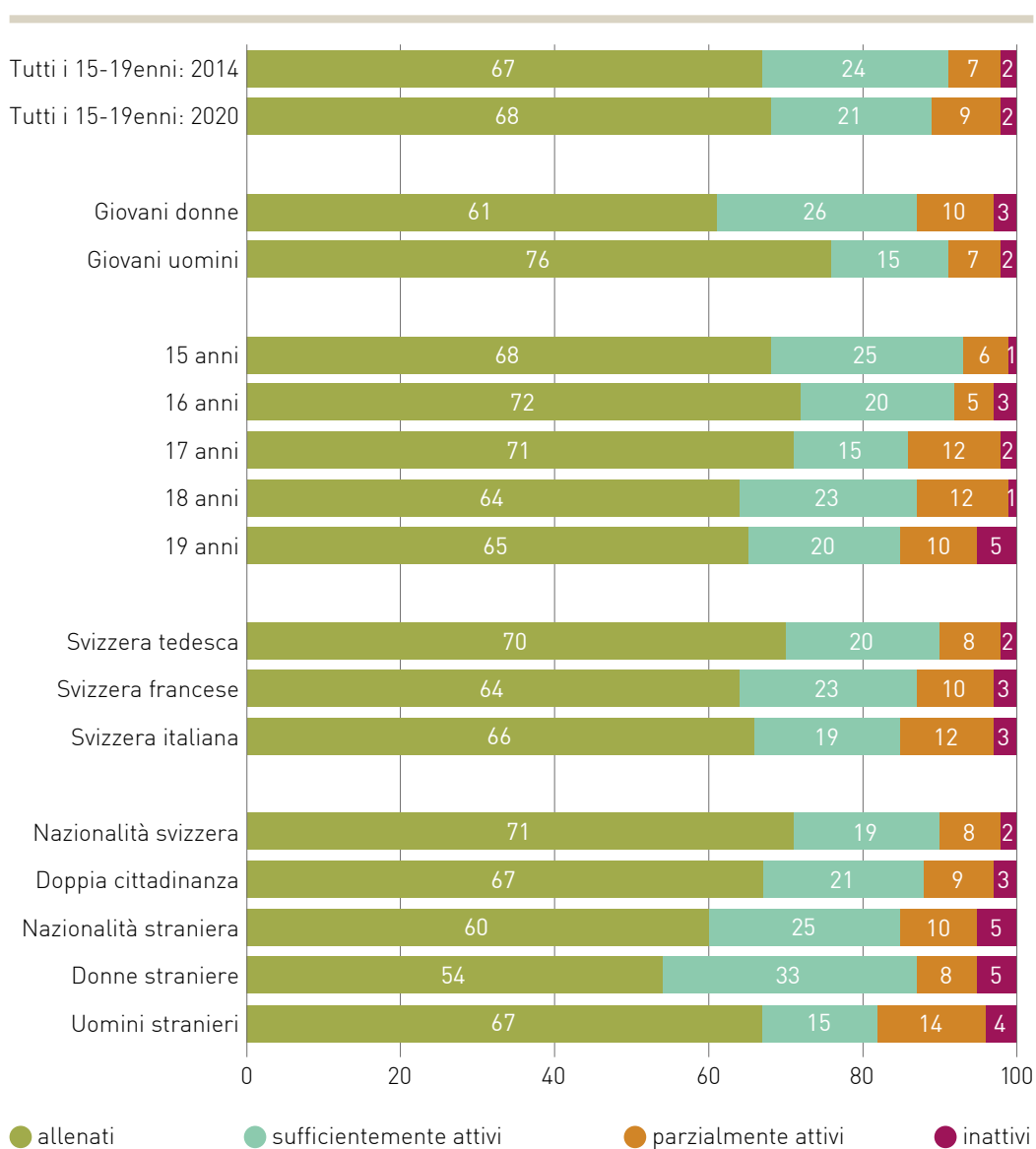
Un alto livello di impegno nello sport aiuta quindi in modo dimostrabile a raggiungere la quantità minima di attività motoria che è rilevante per la salute. Tuttavia, anche tra coloro che fanno molto sport, c'è una minoranza che non soddisfa le raccomandazioni di movimento. Si tratta soprattutto di persone che fanno sport meno intensivi come lo yoga, il pilates, il body mind, il tiro o la danza. D'altra parte, la figura 16.5 mostra chiaramente che è possibile soddisfare le raccomandazioni di movimento con una vita quotidiana fisicamente attiva anche senza sport.

F 16.5: Soddisfazione delle raccomandazioni di movimento e legame con l'attività sportiva dei 15-19enni (in %)

Nota: numero intervistati: 1893. Categorie attività sportiva: inattivi: nessuna attività sportiva; sportivi molto attivi: più volte a settimana per un totale di 3 e più ore; sportivi attivi: tutti gli altri sportivi. Categorie comportamento motorio: allenati: almeno tre giorni in cui si suda (attività intense); sufficientemente attivi: attività settimanale moderata > 150 min. o due giorni in cui si suda; parzialmente attivi: 30-149 min. alla settimana di attività moderata o un giorno in cui si suda. A questo proposito è possibile confrontare anche l'indicatore relativo a sport e promozione del movimento su www.sportobs.ch.

Anche tra i giovani genere, età, regione linguistica e nazionalità influenzano il comportamento motorio

A differenza di quanto accaduto per i bambini, non c'è stato un aumento dell'attività motoria complessiva tra i 15-19enni negli ultimi sei anni. Piuttosto, la percentuale di giovani adulti che soddisfano le raccomandazioni di movimento è diminuita leggermente di 2 punti percentuali rispetto al 2014. I giovani uomini sono leggermente più propensi delle giovani donne a soddisfare le raccomandazioni di movimento, e con l'avanzare dell'età, una percentuale crescente di 15-19enni non soddisfa più le raccomandazioni minime. Come per l'attività sportiva, le note differenze per regione linguistica e nazionalità sono evidenti anche nel comportamento motorio – con un'eccezione degna di nota: sebbene le donne straniere facciano chiaramente meno sport degli uomini stranieri (cfr. capitolo 10) e la percentuale di persone «allenate» tra i giovani stranieri sia significativamente più alta che tra le giovani donne straniere, una quota maggiore di queste ultime (87%) soddisfa le raccomandazioni di attività fisica rispetto agli uomini stranieri (82%). Chiaramente, le attività quotidiane e lo sport nel contesto scolastico sono in grado di ridurre le grandi differenze nel comportamento sportivo.



17. Metodo d'indagine e campioni

Il rapporto riguardante bambini e i giovani nell'ambito del sondaggio nazionale «Sport Svizzera» è stato realizzato per la terza volta nel 2020, dopo il 2008 e il 2014. Come negli anni precedenti, l'Osservatorio Sport e Movimento Svizzera (c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG) è stato responsabile della realizzazione del sondaggio. La rilevazione vera e propria è stata gestita dal LINK Institut. Come nel 2008 e nel 2014, i sondaggi sui bambini di 10-14 anni sono stati condotti esclusivamente tramite intervista telefonica. Il gruppo target degli adulti, e quindi anche i 15-19enni, è stato intervistato in modalità mista per la prima volta nel 2020. Le persone interessate erano libere di scegliere se volevano rispondere alle domande in modo indipendente attraverso uno strumento di autocompilazione online (computer-assisted web interview [CAWI]) o come parte di un'intervista telefonica assistita da computer (CATI). Informazioni più dettagliate sul metodo e la realizzazione del sondaggio tra gli adulti si trovano nel rapporto di base «Sport Svizzera 2020».

Il questionario su Sport Svizzera è stato sviluppato dall'Osservatorio Sport e Movimento Svizzera in stretta collaborazione con gli sponsor e i partner dello studio sulla base delle precedenti indagini. Per l'indagine sui 10-14enni, è stato usato un questionario per bambini sviluppato appositamente. I 15-19enni, invece, sono stati intervistati con lo stesso strumento della popolazione adulta, anche se questo è stato integrato con alcune domande aggiuntive per i giovani. A causa del passaggio a un'indagine a modalità mista, il questionario per gli adulti ha dovuto essere adattato al nuovo quadro metodologico. Tutti gli strumenti del sondaggio possono essere richiesti all'Osservatorio Sport e Movimento Svizzera.

Prima della rilevazione, tutti gli intervistatori sono stati formati e istruiti. Inoltre, dal 21 al 24 gennaio 2019 sono stati condotti dei pretest per verificare la funzionalità e la comprensibilità degli strumenti di indagine. La finestra ufficiale del sondaggio si è estesa dal 7 marzo al 17 agosto 2019. Per eliminare il più possibile gli effetti stagionali, il sondaggio è stato condotto in tre tranches scaglionate ed elaborate a circa sette settimane di distanza l'una dall'altra. Le interviste telefoniche sono state condotte nei laboratori LINK di Zurigo (tedesco), Losanna (francese) e Lugano (italiano).

Il campione di base di «Sport Svizzera 2020» è stato estratto da una popolazione composta da tutte le persone di 15 anni e più domiciliate in Svizzera che potevano essere intervistate in tedesco, francese o italiano. La popolazione target è stata estratta a caso dal quadro di campionamento per le indagini sulle persone e sulle economie domestiche (SRPH) dell'Ufficio federale di statistica. Per il rapporto riguardante bambini e giovani, è stato possibile attingere ai dati di 736 giovani di questo campione. Questi dati sono stati integrati con un ulteriore campione di 1170 giovani, per un totale di 1906 giovani adulti di 15-19 anni. Per il gruppo di età 10-14 anni, sono stati intervistati altri 1501 bambini i cui indirizzi sono stati ottenuti anche in questo caso dall'SRPH. Durante queste interviste telefoniche, un genitore ha anche fornito informazioni sul proprio comportamento sportivo e sui dati socio-demografici della famiglia. Allo stesso tempo, è stato possibile ottenere il consenso dei genitori per intervistare i bambini.

Nel periodo precedente l'indagine, le persone interessate e, nel caso dei 10-14enni, i rispettivi genitori sono stati informati dello studio tramite lettera postale dell'Ufficio federale dello sport. La lettera spiegava gli obiettivi del sondaggio e come sarebbe stato condotto, e richiamava l'attenzione sulla protezione dei dati. Per i 15-19enni, la lettera conteneva anche i dati di accesso personali per il questionario online. Oltre alle informazioni sullo studio contenute nella lettera, sono stati creati anche una hotline e un sito Internet a scopo informativo. Grazie a ulteriori misure di accompagnamento (lettere di sollecito, contatti telefonici ecc.) e intervistatori motivati, è stato raggiunto un tasso di risposta (escluso l'overflow dei contatti) di circa il 60 per cento tra i bambini di 10-14 anni e del 70 per cento tra i giovani di 15-19 anni. La tabella 17.1 mostra che i numeri di telefono mancanti sono stati la ragione più comune per non completare un'intervista, mentre i rifiuti e i problemi di lingua o di salute sono stati relativamente rari.

	10-14enni	15-19enni*
Indirizzi attivati	3024	2013
Contatti aperti, overflow di contatti	405	344
Indirizzi attivati senza overflow di contatti	2619	1669
Totale mancate risposte	1117	499
– di cui problema con il numero di telefono	809	402
– di cui non raggiungibili	56	37
– di cui rifiuti	161	30
– di cui problemi di lingua, età, salute	40	9
– di cui restituzioni di lettere	41	19
– di cui altro	10	2
Interviste realizzate*	1501	1170
– di cui D	950	733
– di cui F	344	327
– di cui I	207	110
– di cui CAWI (in parentesi quota in %)	–	1114 (95%)
Sfruttamento senza overflow dei contatti (in %)	57,3	70,1
Sfruttamento con overflow dei contatti (in %)	49,6	58,1
Durata dell'intervista CATI: media aritmetica (in min.)	34,9	34,3
Durata dell'intervista CAWI: media aritmetica (in min.)	–	46,4

T 17.1: Panoramica dei tassi di partecipazione e delle mancate

Nota: *Solo dati del campione supplementare «giovani» (n=1170), a cui si aggiungono 736 15-19enni dal campione di base.

La durata media delle interviste telefoniche è stata di circa 35 minuti per i bambini di 10-14 anni. I giovani dai 15 ai 19 anni hanno impiegato in media 46 minuti per completare il questionario online o 35 minuti per un'intervista telefonica. La maggior parte delle interviste sono state condotte in tedesco (10-14 anni: 63%; 15-19 anni: 63%), poco meno di un quarto in francese (10-14 anni: 23%; 15-19 anni: 28%) e una percentuale minore in italiano (10-14 anni: 14%; 15-19 anni: 9%). Per garantire che il campione, composto da vari sottocampioni, sia rappresentativo della rispettiva popolazione domiciliata in Svizzera e che la dimensione delle regioni sia correttamente rappresentata, è stata introdotta una ponderazione per regione. La ponderazione per età e genere, d'altra parte, è stata eliminata. I presenti risultati si basano su dati ponderati; i numeri dei casi sono dati non ponderati e si riferiscono al numero effettivo di persone intervistate.

Anche se «Sport Svizzera» è il sondaggio più completo sul comportamento sportivo condotto in Svizzera, e i dati sono stati raccolti e analizzati secondo rigorosi criteri scientifici, bisogna tener presente che le indagini a campione hanno sempre un certo margine di errore. La misura più conosciuta per il controllo statistico di questo margine di errore è il cosiddetto intervallo di confidenza. La dimensione dell'intervallo di confidenza è calcolata utilizzando la seguente formula

$$V = \pm 2 \sqrt{\frac{p(100-p)}{n}}$$

V = intervallo di confidenza

p = percentuale di intervistati che hanno dato una determinata risposta (in punti percentuali)

n = grandezza del campione non ponderata

Così, per esempio, se il 40,2 per cento di tutti i 15-19enni del campione dichiara di nuotare, il valore «vero» nella popolazione si trova tra il 38,0 e il 42,4 per cento con una probabilità del 95 per cento (intervallo di confidenza: +/-2,2 punti percentuali). Nel caso della pallamano, che è nominata come sport dal 2,5 per cento di tutti i 15-19enni, il valore «vero» si trova tra 1,8 e 3,2 per cento con una probabilità del 95 per cento (intervallo di confidenza: +/-0,7 punti percentuali).

I risultati presentati sono stati ulteriormente convalidati con varie analisi (multivariate) e testati per la significatività statistica. Per ragioni di spazio, la presentazione delle analisi corrispondenti non è stata inclusa nel testo. In linea di principio, tuttavia, vengono discusse solo le differenze statisticamente significative.

A causa del cambiamento del metodo di indagine da CATI a modalità mista per il campione di adulti, alcune formulazioni di domande e categorie di risposta hanno dovuto essere leggermente adattate. La formulazione esatta delle domande e le differenze tra CATI e CAWI possono essere trovate nel questionario, che può essere richiesto all'Osservatorio Sport e Movimento Svizzera. Se gli aggiustamenti del questionario hanno un'influenza notevole sui risultati, questo dato è stato considerato di conseguenza nell'interpretazione.

Ulteriori dettagli sui metodi e sullo svolgimento del sondaggio si trovano nel rapporto separato sui metodi di «Sport Svizzera 2020».

Foto di copertina: ©Galina Barskaya – stock.adobe.com

Osservatorio sport e movimento Svizzera
c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG
Forchstrasse 212
CH-8032 Zurigo
info@sportobs.ch
www.sportobs.ch

Ufficio federale dello sport UFSP
2532 Macolin
info@baspo.admin.ch
www.ufspo.ch

Edizione: 2021

Tutti i diritti riservati. Riproduzione e diffusione di ogni tipo, anche parziali,
sono possibili solo previa autorizzazione dell'editore e con indicazione della fonte.