Sport Svizzera 2014
Rapporto riguardante bambini e giovani

swiss olympic
for the spirit of sport

upi

suvaliv
sicurezza nel tempo libero

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Dipartimento federale dell'interno DFI
Ufficio federale di statistica UST

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO

Sport Svizzera 2014

Rapporto riguardante bambini e giovani

Markus Lamprecht, Adrian Fischer, Doris Wiegand, Hanspeter Stamm

2015

Osservatorio Sport e Movimento Svizzera
c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG

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

Citazione: Lamprecht, M., Fischer, A., Wiegand, D. & Stamm, H.P. (2015):
Sport Svizzera 2014: Rapporto riguardante bambini e giovani Macolin: Ufficio federale dello sport UFSPO.

Sommario

L'essenziale in breve 4

1. Introduzione 6

2. Quantità ed evoluzione dell'attività sportiva 7

3. Differenze secondo il sesso e l'età 9

4. Discipline sportive 11

5. Desideri 17

6. Motivazioni della pratica sportiva 19

7. Gli inattivi 21

8. Differenze regionali 25

9. Provenienza sociale 28

10. Passato migratorio 30

11. Contesto sportivo 32

12. Sport nelle società sportive 33

13. Sport a scuola 46

14. Abilità sportive 48

15. Infortuni sportivi 49

16. Comportamento motorio 51

17. Metodo d'indagine e campioni 55

L'essenziale in breve

I dati presentati in questo rapporto si fondano su un sondaggio rappresentativo svolto su giovani tra i 10 e i 19 anni che vivono in Svizzera. Di seguito una sintesi dei singoli capitoli.

- I giovani in Svizzera sono sportivi entusiasti. Considerando tutte le attività sportive svolte al di fuori delle lezioni di educazione fisica, tra i 10 e i 14 si praticano in media 6,6 ore di sport a settimana, mentre tra i 15 e i 19 le ore sono 5,6. In confronto al 2008 l'attività sportiva dei giovani è tuttavia in calo.
- In particolare, l'attività sportiva subisce una riduzione costante a partire dai 13 anni. In tutte le fasce d'età i ragazzi fanno più sport delle ragazze.
- I giovani possono scegliere tra una vasta gamma di sport e sfruttano appieno questa offerta, sperimentando molte discipline. La tendenza di praticare contemporaneamente diversi sport ha continuato ad aumentare negli ultimi sei anni. Per i ragazzi il primo posto va senza dubbio al calcio, mentre danza, ginnastica e nuoto sono particolarmente apprezzati dalle ragazze. Con l'età le preferenze si evolvono e ci si concentra su un numero leggermente inferiore di discipline, mantenendo tuttavia un atteggiamento polisportivo.
- Considerando i desideri espressi dai giovani, la tendenza a praticare contemporaneamente le discipline più diverse è destinata a consolidarsi in futuro. Calcio, danza, arti marziali e fitness sono indicate con frequenza tra le discipline che i giovani vorrebbero praticare.
- Molti sono i motivi che spingono a fare sport: per i giovani sono importanti soprattutto il divertimento, l'essere allenati e in forma e la possibilità di stare con gli amici. La competizione è ricercata soprattutto dai ragazzi. Chi partecipa a gare ed eventi sportivi si caratterizza per un'attività sportiva superiore alla media. In generale lo sport gode di un'immagine eccellente tra i giovani.
- Il 14 per cento dei giovani tra i 10 e i 14 anni e il 20 per cento di quelli tra i 15 e i 19 si definiscono inattivi. La maggior parte degli inattivi non sono tuttavia da sempre contrari per principio allo sport. In genere hanno avuto buone esperienze e mantengono un'immagine positiva dello sport. Praticano occasionalmente attività motorie e vorrebbero ricominciare ad avere una vera e propria attività sportiva. La momentanea inattività viene motivata soprattutto con la mancanza di tempo.
- I giovani in campagna praticano più sport rispetto a quelli che vivono nelle città. Con l'aumento dell'età le differenze tra città e campagna scompaiono, ma permangono quelle tra le regioni linguistiche. L'attività sportiva è più intensa nella Svizzera tedesca che nelle regioni di lingua francese e italiana. Soprattutto nuoto e ciclismo sono molto meno diffusi nelle regioni latine.
- La provenienza sociale influenza il comportamento sportivo. L'attività sportiva dei figli di genitori con un buon reddito e con un elevato livello di istruzione è sopra la media. Indipendentemente dallo status sociale, l'entusiasmo dei genitori si trasmette anche ai figli.
- I giovani con un passato migratorio praticano meno sport rispetto ai coetanei svizzeri. Di questo dato è responsabile soprattutto una marcata differenza tra i sessi nei giovani di nazionalità straniera. In particolare le bambine e le ragazze provenienti dall'Europa meridionale o sudorientale sono meno attive e partecipano molto meno alle società sportive.
- I bambini più giovani che praticano sport con frequenza e regolarità sono di norma membri di una società sportiva. Con il passare degli anni lo sport praticato in seno a una società perde importanza a vantaggio di quello non legato alle società.
- Il 62 per cento dei giovani tra i 10 e i 14 anni e il 43 per cento di quelli tra i 15 e i 19 sono membri di una società sportiva. L'età in cui i bambini entrano nelle società diminuisce e i passaggi da una società all'altra sono più frequenti. L'uscita dalle società è costante, ma per le ragazze inizia prima rispetto ai ragazzi. Cameratismo, allenamento regolare e possibilità di gareggiare sono importanti ragioni per diventare membri di una società sportiva. Molti giovani partecipano attivamente al lavoro della società, assumendo un incarico o aiutando nei servizi di assistenza.
- L'educazione fisica riceve giudizi positivi e viene definita interessante, ben organizzata e proficua. L'educazione fisica e lo sport scolastico facoltativo motivano a praticare lo sport anche al di fuori della scuola. Lo sport scolastico facoltativo cerca infatti di rivolgersi anche a giovani (ancora) poco sportivi. Molto popolari e amati sono i campi di sport sulla neve, ai quali hanno partecipato almeno una volta la metà dei bambini tra i 10 e i 14 anni e i due terzi dei giovani tra i 15 e i 19 anni.

- Ciclismo, nuoto e sci sono le discipline in cui i bambini dai 10 ai 14 anni riescono meglio. I bambini sono più esperti nello skateboard, mentre le bambine eccellono nel pattinaggio su ghiaccio. I giovani con passato migratorio e con meno possibilità economiche sono meno esperti nello sci.
- Nei dodici mesi precedenti il sondaggio, circa un quinto dei giovani ha subito infortuni tali da richiedere l'intervento di un medico. Nella maggioranza dei casi gli infortuni non hanno avuto gravi conseguenze ed è stato possibile trattarli in modo ambulatoriale.
- Oltre allo sport fuori della scuola, sono soprattutto le attività motorie e sportive nel contesto scolastico a garantire che i giovani si muovano a sufficienza. Dal momento che questa affermazione vale soprattutto per i giovani meno attivi, la scuola in questo caso ha la funzione di riequilibrare in parte le differenze dovute alla provenienza sociale. Tuttavia, negli ultimi sei anni, il tempo dedicato dai giovani al movimento è diminuito.

1. Introduzione

Quanto sono sportivi i giovani in Svizzera e come si è evoluto il loro comportamento sportivo negli ultimi anni? Quali sono le discipline e i contesti preferiti e quali sono le necessità e i desideri dei giovani? Quale importanza assumono le società sportive e la scuola? Vi sono differenze a livello sociale e regionale? Queste sono le domande analizzate dal presente rapporto sul comportamento sportivo dei giovani tra i 10 e i 19 anni in Svizzera. Le risposte si fondano sullo studio «Sport Svizzera 2014», che oltre al sondaggio sulla popolazione residente di età compresa tra i 15 e i 74 anni contiene anche un ulteriore rilevamento riguardante i bambini dai 10 ai 14 anni.

Osservatorio Sport e Movimento Svizzera (c/o Lamprecht & Stamm, Sozialforschung und Beratung) si occupa dello studio «Sport Svizzera». Il sondaggio è stato effettuato per la terza volta (dopo quelli del 2000 e del 2008) e nel frattempo si è affermato come importante strumento di osservazione dello sport in Svizzera. Già nel 2008 i bambini e i giovani sono stati oggetto di un rapporto separato, che ha permesso di illustrare l'evoluzione del comportamento sportivo nel tempo anche presso i giovani. Questi dati dovranno rappresentare la base scientifica per le decisioni in materia di politiche giovanili e per una pianificazione sportiva basata su prove concrete.

L'Ufficio federale dello sport finanzia e coordina lo studio «Sport Svizzera 2014» in collaborazione con Swiss Olympic, upi – Ufficio prevenzione infortuni, Suva e Ufficio federale di statistica. Hanno contribuito al progetto con ulteriori rilevamenti a livello regionale anche i Cantoni di Argovia, Basilea Campagna, Ginevra, Grigioni, San Gallo e Zurigo nonché le città di San Gallo, Winterthur e Zurigo. Il LINK Institut ha condotto l'indagine telefonica rappresentativa (cfr. capitolo 17).

Mentre nell'indagine principale i giovani tra i 15 e i 19 anni sono stati inclusi tra gli adulti e hanno partecipato sia a un sondaggio telefonico sia a uno online, i bambini dai 10 ai 14 anni hanno risposto a un questionario ad hoc, effettuato esclusivamente al telefono. Il sondaggio per i bambini dai 10 ai 14 anni si distingue in alcuni punti da quello destinato ai ragazzi dai 15 ai 19. Nel presente rapporto, pertanto, i risultati riguardanti le due fasce di età sono sempre considerati separatamente. Nel caso di un'ulteriore suddivisione secondo il sesso, per gli intervistati dai 10 ai 14 anni parliamo di bambine e bambini, per quelli dai 15 ai 19 anni di ragazze e ragazzi.

Cogliamo infine l'occasione per ringraziare tutti i responsabili e i partner di Sport Svizzera nonché gli esperti dell'Ufficio federale dello sport per l'eccellente collaborazione, il prezioso sostegno e la fiducia. Un ringraziamento particolare va naturalmente ai 3429 giovani che ci hanno parlato in modo molto aperto e dettagliato del loro comportamento sportivo, dei loro desideri e della loro attività motoria rendendo possibile la realizzazione di questo studio.

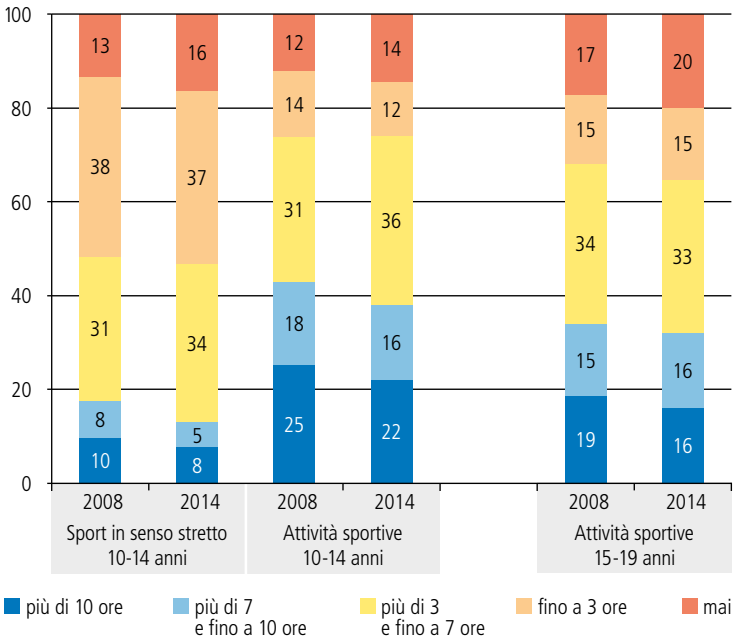
2. Quantità ed evoluzione dell'attività sportiva

L'attività sportiva dipende dal significato attribuito allo sport

Quanto sport praticano i bambini dai 10 ai 14 anni? La risposta non è facile e dipende da cosa viene considerato come «sport». Prendendo in considerazione lo sport in senso stretto, circa la metà (47 %) dei bambini tra i 10 e i 14 anni è attivo per più di tre ore a settimana, mentre il 16 per cento non pratica sport al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria. Ampliando tuttavia il concetto di sport e includendo anche altre attività motorie risulta che circa i tre quarti (74 %) dei bambini è attivo per più di tre ore a settimana e solo il 14 per cento è inattivo (cfr. figura 2.19).

Come si distingue lo sport in senso stretto dalle attività sportive in senso lato? Già il primo rapporto del 2008 ha mostrato che i bambini dai 10 ai 14 anni danno al concetto di sport un significato più circoscritto rispetto ai giovani e agli adulti. In questa fascia d'età le attività sportive sporadiche e non organizzate spesso non vengono calcolate come sport. Per questo motivo il rilevamento si è svolto a più livelli, chiedendo prima informazioni sullo sport in senso stretto («Quali discipline sportive pratichi al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria?»). Per tutte le discipline menzionate sono state poi richieste la frequenza e la durata dell'attività. Questi dati sono stati utilizzati per calcolare l'attività sportiva settimanale. Infine l'indagine si è concentrata sulle altre attività sportive («Ci sono altre attività sportive che pratichi ogni tanto come nuoto, sci, calcio con gli amici, ciclismo, passeggiate, slittino, danza o sport scolastico facoltativo?»). Anche per queste attività sono state registrate la frequenza e la durata. Nel primo caso parliamo dunque di sport (in senso stretto), nel secondo di attività sportive (in senso lato), che comprendono sempre anche lo sport in senso stretto.

F 2.1: Attività sportiva dei giovani al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria nel 2008 e nel 2014 in numero di ore settimanali (in %)



Nota: nelle attività sportive è compreso anche lo sport in senso stretto, ma non l'educazione fisica obbligatoria. Numero di persone intervistate: Bambini 10-14 anni: 2008: 1530, 2014: 1525; giovani 15-19 anni: 2008: 1534, 2014: 1895. Le cifre per il 2008 sono state ricalcolate per renderle completamente confrontabili con i valori attuali e possono pertanto differire leggermente da quelle pubblicate nel rapporto del 2008.

I giovani praticano meno sport rispetto a sei anni fa

L'attività sportiva dei giovani dai 10 ai 14 anni è diminuita negli ultimi sei anni (cfr. figura 2.1), sia per lo sport in senso stretto sia per le altre attività sportive. Il calo è evidente soprattutto tra i bambini molto attivi. La percentuale di quelli impegnati in un'attività per più di sette ore si è ridotta negli ultimi sei anni di 5 punti percentuali sia per lo sport sia per le attività sportive. Inoltre, la percentuale di chi non pratica sport o attività sportive al di fuori dell'educazione fisica scolastica è leggermente aumentata: nel 2008 in media un bambino tra i 10 e i 14 anni praticava 4,2 ore di sport, oggi solo 3,7. Per le attività sportive il valore medio è sceso da 7,3 a 6,6 (cfr. tabella 2.1).

Anche tra i giovani dai 15 ai 19 si osserva una riduzione dell'attività: tra il 2008 e il 2014 il numero medio delle ore dedicate allo sport è sceso da 6,1 a 5,6. Per questa fascia di età non si distingue più tra sport in senso lato e in senso stretto: il rilevamento riguarda l'attività sportiva nel suo complesso. In generale i giovani tra i 15 e i 19 anni sono meno attivi rispetto ai bambini. Se il 38 per cento dei bambini dai 10 ai 14 anni pratica più di sette ore di sport, questa percentuale scende a 32 per cento per i giovani dai 15 ai 19 anni. Il capitolo 3 illustra in dettaglio questo calo dell'attività sportiva in funzione dell'età.

T 2.1: Numero medio di ore di sport al di fuori dell'educazione fisica nel 2008 e nel 2014 in numero di ore settimanali (in %)

		2008		2014	
		media aritm.	**mediana**	**media aritm.**	**mediana**
Bambini 10-14 anni:	sport in senso stretto	4,2	2,6	3,7	2,6
	Attività sportive	7,3	6,0	6,6	5,5
Ragazzi 15-19 anni:	Attività sportive	6,1	5,0	5,6	4,8

Nota: nelle attività sportive è compreso anche lo sport in senso stretto, ma non l'educazione fisica obbligatoria. Agli inattivi è attribuito il valore 0. Mentre nella media aritmetica la somma di tutte le ore di sport viene divisa per il numero di intervistati, la mediana è il valore centrale, vale a dire che una metà degli intervistati si colloca sotto questo valore e l'altra metà al di sopra. Numero di persone intervistate: Bambini 10-14 anni: 2008: 1530, 2014: 1525; giovani 15-19 anni: 2008: 1534, 2014: 1895.

3. Differenze secondo il sesso e l'età

I bambini praticano più sport rispetto alle bambine

Osservando l'attività sportiva secondo il sesso, saltano subito agli occhi le notevoli differenze tra bambine e bambini (cfr. figura 3.1). Le bambine praticano molto meno sport rispetto ai bambini, non solo per quanto concerne lo sport in senso stretto, ma anche per le attività sportive. Le differenze persistono anche tra i più grandi. La percentuale di bambini e ragazzi attivi per più di sette ore è nettamente superiore a quella di bambine e ragazze. Tra queste ultime la percentuale di intervistate poco attive o inattive è più elevata. Questo risultato non è nuovo ed era stato rilevato nella stessa misura anche nel 2008. Mentre nel frattempo le differenze secondo il sesso tra gli adulti si sono equilibrate (cfr. rapporto di Sport Svizzera 2014), quelle tra i giovani persistono.

Il calo dell'attività sportiva descritto al capitolo 2 tra il 2008 e il 2014 è indipendente dal sesso (cfr. figura 3.1). La percentuale di persone molto attive scende tra le bambine come tra i bambini, tra le ragazze come tra i ragazzi.

F 3.1: Attività sportiva dei giovani al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria secondo il sesso nel 2008 e nel 2014 in numero di ore settimanali (in %)

Nota: nelle attività sportive è compreso anche lo sport in senso stretto, ma non l'educazione fisica obbligatoria. Numero di persone intervistate: bambini 10-14 anni: 2008: 1530, 2014: 1525; giovani 15-19 anni: 2008: 1534, 2014: 1895.

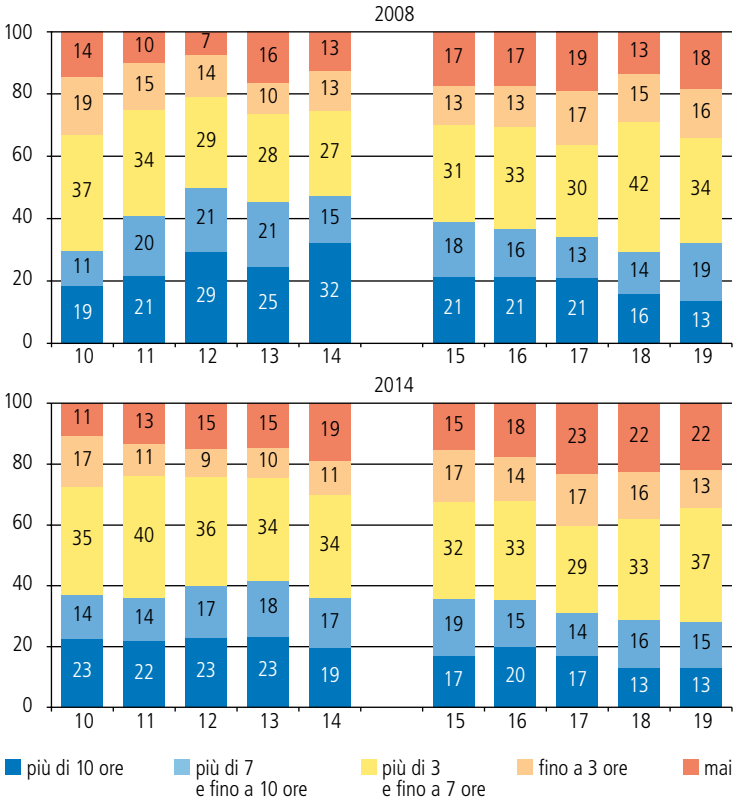
L'attività sportiva subisce una riduzione costante a partire dai 13 anni

L'evoluzione dell'attività sportiva tra i 10 e i 19 anni è chiaramente rappresentata nella figura 3.2. Mentre il volume dell'attività è relativamente stabile tra i 10 e i 13 anni, questo inizia a diminuire a partire dai 14 anni, con il calo più evidente tra i 16 e i 17 anni, vale a dire una volta conclusa la scuola dell'obbligo. L'incremento degli inattivi tra i 16 e i 17 anni si verifica sia tra i giovani che iniziano un apprendistato sia tra gli allievi delle scuole medie. Tra gli apprendisti, tuttavia, a partire dai 17 anni la quota di inattivi è superiore di circa 10 punti in tutte le fasce di età rispetto a quella degli allievi delle scuole medie.

Il calo dell'attività sportiva tra il 2008 e il 2014 non può essere attribuito a una fascia di età specifica. Tuttavia è evidente che l'aumento dell'attività riscontrato nel 2008 tra i 10 e i 12 anni procede oggi con meno decisione e che l'attività sportiva tra i 12 e i 14 anni è nettamente inferiore rispetto a sei anni fa sia per le bambine sia per i bambini.

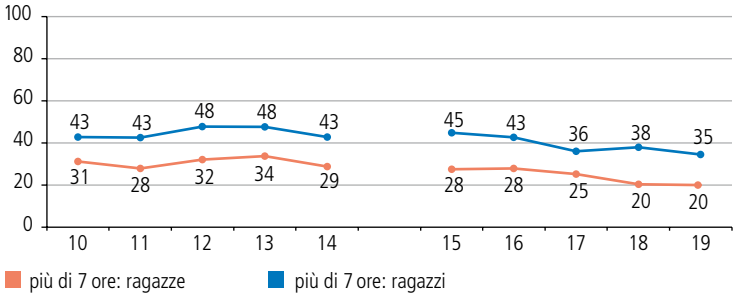
Particolarmente interessante è il fatto che il calo dell'attività sportiva segue lo stesso andamento per ragazze e ragazzi. La figura 3.3 mostra che le curve hanno un andamento quasi parallelo e che in tutti i gruppi di età le ragazze molto attive sono chiaramente meno rispetto ai ragazzi. Al contrario di quanto spesso si ritiene, il calo dell'attività sportiva tra le ragazze non avviene a un ritmo superiore rispetto a quello dei ragazzi; le differenze secondo il sesso sussistono infatti già tra i bambini di 10-11 anni.

F 3.2: Attività sportiva dei giovani al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria secondo l'età nel 2008 e nel 2014 in numero di ore settimanali (in %)



Nota: nelle attività sportive (in senso lato) è compreso anche lo sport in senso stretto, ma non l'educazione fisica obbligatoria. Numero di persone intervistate: Bambini 10-14 anni: 2008: 1530, 2014: 1525; giovani 15-19 anni: 2008: 1534, 2014: 1895.

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



Nota: nelle attività sportive (in senso lato) è compreso anche lo sport in senso stretto, ma non l'educazione fisica obbligatoria. Numero di persone intervistate: bambini 10-14 anni: 1525; giovani 15-19 anni: 1895.

4. Discipline sportive

Il calcio conquista il primo posto tra le discipline praticate dai bambini di 10-14 anni

L'attività sportiva dei giovani analizzata nei capitoli 2 e 3 risulta dai dati forniti in merito alle discipline praticate. Nelle tabelle 4.1. e 4.2 sono elencate le diverse discipline sportive praticate dai bambini di 10-14 anni. I dati mostrano che la classifica delle discipline sportive cambia a seconda che si considerino le attività sportive in generale o lo sport in senso stretto (cfr. a questo proposito il cap. 2).

Considerando tutte le attività sportive indicate dai bambini, indipendentemente dall'intensità e dalla frequenza, le preferite risultano essere nuoto, ciclismo, sci e calcio. Circa la metà dei bambini dai 10 ai 14 anni pratica almeno occasionalmente queste discipline. Più di un decimo dei bambini in questa fascia di età annovera inoltre passeggiate, jogging, danza, ginnastica, snowboard, slittino, tennis e unihockey tra le attività praticate.

L'immagine cambia considerando solo lo sport in senso stretto: il calcio si piazza chiaramente al primo posto tra i bambini dai 10 ai 14 anni. Il 28 per cento dei bambini in questa fascia di età afferma di praticare il calcio. Ciclismo, nuoto, ginnastica, sci e danza mantengono buone posizioni in classifica ma sono menzionate solo dal 10 per cento degli intervistati come discipline praticate in senso stretto. Più del 5 per cento dei bambini indicano inoltre tennis, equitazione, jogging, arti marziali, unihockey e pallacanestro, mentre le passeggiate sono considerate come disciplina sportiva solo dal 3 per cento degli intervistati.

La prospettiva cambia ancora considerando il fattore della frequenza. Mentre muscolazione, ciclismo, calcio e skateboard vengono praticati più volte a settimana, passeggiate e discipline sportive invernali come sci, snowboard, pattinaggio su ghiaccio, sci di fondo o slittino sono praticate più di rado. Sommando tutte le ore in cui i bambini dai 10 ai 14 anni residenti in Svizzera praticano ciascuna disciplina sull'arco di un anno, il calcio è chiaramente al primo posto con circa 23 milioni di ore. Il ciclismo raggiunge invece i 18 milioni, lo sci i 12 milioni, il nuoto i 10 milioni e la ginnastica sfiora i 4 milioni. Superano i 2 milioni di ore annuali anche snowboard, passeggiate, unihockey, danza, arti marziali, skateboard, waveboard e kickboard nonché il tennis. Totalizzano infine più di un milione di ore jogging, pallacanestro, hockey su ghiaccio, equitazione, pallavolo, badminton, pallamano e atletica leggera.

Bambine e bambini hanno preferenze diverse

Nella scelta delle discipline sportive sussistono nette differenze secondo il sesso. Mentre nuoto, ciclismo, sci e passeggiate sono praticati in ugual misura da entrambi i sessi (cfr. ultima colonna della tabella 4.1), i bambini dominano per quanto concerne calcio, unihockey, pallacanestro, skateboard, arti marziali, tennistavolo, rampichino, hockey su ghiaccio, tiro, muscolazione, golf e vela. Le bambine sono invece in netta maggioranza per quanto riguarda danza, ginnastica, equitazione, pattinaggio su ghiaccio, pallavolo e fitness/aerobica. Le discipline e le attività sportive praticate con maggiore frequenza da bambini e bambine sono rappresentate nella tabella 4.2.

L'evoluzione delle preferenze negli ultimi sei anni nella fascia di età 10-14 è invece illustrata nella tabella 4.1. Sci, danza, skateboard, tennis, pallacanestro, rampichino e jogging hanno avuto in incremento di almeno due punti percentuali, mentre ciclismo, calcio, inline skating, unihockey e atletica leggera hanno visto diminuire la loro popolarità. Il calo nel ciclismo e nel calcio viene relativizzato considerando l'incremento del rampichino e il fatto che il calcio viene sì indicato con meno frequenza per quanto concerne l'attività sportiva e lo sport in senso stretto, ma non ha perso terreno nell'ambito dello sport societario. Il 18 per cento dei bambini di 10-14 anni gioca a calcio in una società, esattamente come nel 2008. A diminuire è dunque solo il dato relativo alla pratica sporadica e non organizzata, mentre quella organizzata resta stabile.

Più discipline sportive non implicano una maggiore attività sportiva

Nel complesso è evidente che negli ultimi sei anni il numero delle discipline che hanno guadagnato popolarità è superiore rispetto a quelle che l'hanno persa. Questo dato sorprende considerando la riduzione dell'attività sportiva tra i bambini di 10-14 constatata nei capitoli 2 e 3. Questa contraddizione si spiega prendendo in considerazione il numero di discipline sportive praticate dai bambini attivi. Mentre nel 2008 i bambini di 10-14 anni indicavano in media quattro discipline tra le attività sportive, nel 2014 ne nominavano cinque (mediana: 2008: 4, 2014: 5; media aritmetica: 2008: 4,3; 2014: 4,7). Ciò significa che i bambini di 10-14 anni oggi praticano un numero maggiore di attività sportive rispetto a sei anni fa, ma con minore durata e frequenza, tanto che l'attività complessiva negli ultimi sei anni non solo non è aumentata, ma si è addirittura ridotta. Un numero maggiore di attività non è quindi automaticamente sinonimo di un'attività maggiore. Questo risultato vale tuttavia solo per lo sport in senso lato e non per le discipline in senso stretto, che vengono praticate con maggiore frequenza e intensità. Sia nel 2008 sia nel 2014 i bambini di 10-14 anni hanno indicato in media due discipline sportive in senso stretto (mediana: 2008: 2, 2014: 2; media aritmetica: 2008: 2,2, 2014: 2,2).

T 4.1: Discipline sportive praticate dai bambini di 10-14 anni

	Attività sportive dei bambini attivi di 10-14 anni*		Citazioni complessive** (incl. attività sporadiche degli inattivi)			
	Sport in senso stretto (citazione in % di tutti i bambini di 10-14 anni)	Attività sportive (citazione in % di tutti i bambini di 10-14 anni)	Citazione (in % di tutti i bambini di 10-14 anni)	Variazione 2008-2014 (in punti percentuali)	Frequenza della pratica (numero medio di giorni all'anno)***	Percentuale di bambine (in %)***
Nuoto	14,2	50,2	57,4	–0,3	30	54
Ciclismo (escluso rampichino)	15,1	50,7	57,3	–5,3	90	48
Sci (escluse escursioni con sci)	10,4	48,2	53,2	+12,2	12	49
Calcio	28,2	45,7	50,8	–4,0	90	28
Passeggiate, escursioni in montagna	2,6	15,5	17,7	–1,1	12	52
Jogging, corsa	8,2	14,2	15,3	+2,1	45	60
Danza, balletto, danza jazz	10,4	13,2	13,9	+5,5	45	89
Ginnastica	12,5	13,6	13,7	+1,8	45	69
Snowboard (escluse escursioni con snowboard)	2,4	12,1	12,9	+1,0	14	49
Slittino, bob	1,0	11,2	12,3	+10,8****	7	57
Tennis	8,4	10,6	11,0	+3,4	45	35
Unihockey (compresi hockey su prato e hockey a rotelle)	6,5	10,0	10,2	–2,0	50	20
Pallacanestro	5,8	8,8	10,2	+3,2	45	30
Equitazione, sport equestri	8,3	8,5	8,6	+0,7	45	93
Skateboard, waveboard, kickboard	2,4	7,7	8,4	+4,4	80	33
Pattinaggio inline, pattinaggio a rotelle	2,7	7,1	7,6	–2,2	20	58
Arti marziali, autodifesa	7,2	7,3	7,4	+0,2	45	26
Badminton	3,9	6,3	6,7	+1,7	45	53
Pattinaggio su ghiaccio	2,3	5,6	6,4	+1,3	10	75
Pallavolo, beachvolley	3,8	5,2	5,4	–1,2	45	75
Tennistavolo	2,3	4,1	4,5	+0,9	45	23
Rampichino	1,5	3,8	4,3	+2,8	45	27
Atletica leggera	3,3	3,6	3,7	–2,0	45	59
Arrampicata, alpinismo	2,2	3,5	3,6	+0,7	24	48
Hockey su ghiaccio	2,2	3,1	3,3	+1,2	50	4
Pallamano	2,8	3,0	3,2	–0,6	50	44
Fitness, aerobica	2,2	2,6	2,8	+1,3	52	73
Sci di fondo	0,9	2,5	2,7	–1,6	14	50
Tiro	1,4	1,5	1,5	+0,4	45	18
Allenamento della forza, body building	0,5	0,8	0,9	+0,7	135	24
Golf	0,9	0,9	0,9	+0,5	45	24
Vela	0,6	0,8	0,8	+0,6	45	24
Windsurf, kitesurf	0,4	0,7	0,7	+0,5	10	35
Immersioni	0,3	0,6	0,6	+0,2	–	–
Escursioni con sci, snowboard, racchette	0,1	0,3	0,3	–0,1	–	–
Canottaggio	0,3	0,3	0,3	+0,1	–	–
Canoismo, torrentismo	0,1	0,2	0,2	0,0	–	–
Walking, nordic walking	0,0	0,1	0,1	0,0	–	–
Yoga, tai chi, qi gong	0,1	0,1	0,1	–0,3	–	–
Squash	0,1	0,1	0,1	+0,1	–	–
Altre discipline ludiche e di squadra	1,9	2,3	2,5	–0,2	45	30
Altre discipline sportive di avventura	0,5	1,1	1,2	+0,6	30	36
Altre discipline sportive di resistenza	0,5	0,6	0,7	–0,4	15	35
Altre discipline sportive	3,1	4,4	4,5	+2,0	45	62

Nota: numero di persone intervistate: 1525. Le discipline sportive della lista sono in gran parte termini riassuntivi delle singole discipline menzionate. Nell'indagine «Sport Svizzera 2014» la lista riassuntiva delle discipline sportive è stata leggermente modificata. Per il confronto con il 2008 i valori sono stati ricalcolati per entrambe le indagini. Le variazioni 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 bambine sono state calcolate solo se l'attività sportiva in oggetto è stata menzionata da almeno 10 intervistati. ****Nell'indagine 2014 i dati relativi allo slittino sono stati registrati in modo diverso e per questo motivo le citazioni risultano più numerose rispetto al 2008.

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

	Bambine				Bambini		
	Sport in senso stretto	Attività sportive	Citazioni complessive		Sport in senso stretto	Attività sportive	Citazioni complessive
Danza	19,8	24,5	25,9	Calcio	44,5	63,9	70,1
Ginnastica	18,7	19,5	19,5	Ciclismo	14,1	51,9	58,3
Nuoto	17,3	55,3	63,6	Nuoto	11,3	45,7	51,9
Ciclismo	16,1	49,3	56,2	Sci	11,0	48,6	52,8
Equitazione	16,1	16,5	16,8	Arti marziali	10,6	10,6	10,6
Calcio	10,1	25,5	29,4	Tennis	10,5	13,4	13,8
Jogging	10,0	17,5	19,0	Unihockey	10,0	15,6	15,7
Sci	9,7	47,8	53,6	Pallacanestro	7,6	12,1	13,7
Pallavolo	6,1	8,0	8,4	Ginnastica	6,8	8,3	8,5
Tennis	6,0	7,6	7,9	Jogging	6,6	11,3	12,1
Atletica leggera	4,2	4,6	4,6	Hockey su ghiaccio	3,9	5,7	6,0
Badminton	4,0	6,5	7,3	Tennistavolo	3,8	6,1	6,6
Pattinaggio su ghiaccio	3,9	9,0	10,1	Badminton	3,7	6,1	6,2
Pallacanestro	3,8	5,1	6,2	Skateboard	3,1	9,5	10,8
Inline skating	3,5	8,6	9,1	Pallamano	2,9	3,2	3,5
Arti marziali	3,5	3,7	3,9	Atletica leggera	2,6	2,7	3,0
Fitness	3,4	4,0	4,3	Snowboard	2,5	12,2	12,8
Passeggiate	2,7	16,5	19,1	Passeggiate	2,5	14,7	16,6

Nota: numero di persone intervistate: 1525. *Sono stati considerati anche i dati degli inattivi, se questi hanno menzionato la disciplina come attività motoria praticata in modo occasionale (cfr. capitolo 7).

Le preferenze sportive variano con l'età

Le attività sportive preferite dagli intervistati più grandi sono riportate nella tabelle 4.3. Le attività sportive citate con maggiore frequenza dai ragazzi di 15-19 sono sci, nuoto, ciclismo, jogging, calcio, fitness, snowboard, danza e passeggiate. Per questa fascia di età non è stata operata una distinzione tra sport in senso stretto e attività sportive; nel valutare le preferenze va tuttavia tenuto conto della frequenza con la quale le diverse discipline vengono praticate. In media, sci, snowboard e passeggiate sono praticati per un massimo di dieci giorni all'anno. Calcio, fitness, arti marziali, allenamento della forza, ginnastica, equitazione, pallamano, skateboard e altre discipline ludiche e di squadra sono invece praticati almeno una volta a settimana. Sommando le ore complessive di sport praticate in un anno dai giovani di 15-19 anni residenti in Svizzera, il calcio si conferma al primo posto con 12 milioni di ore. Raggiungono i 10 milioni di ore anche fitness / aerobica, ciclismo e sci. Jogging e danza sono invece praticati per un totale di circa 5 milioni di ore all'anno.

L'evoluzione delle preferenze tra i due gruppi di età mostra alcuni mutamenti interessanti: pur restando tra le discipline preferite, ciclismo, calcio, nuoto e sci diventano decisamente meno popolari. Il ciclismo è indicato tra le discipline praticate dalla metà dei bambini di 10-14 anni e solo da un quarto dei giovani di 15-19 anni. Le persone che praticano pattinaggio su ghiaccio, skateboard, slittino, ginnastica e tennistavolo risultano più che dimezzate.

Guadagnano invece terreno fitness / aerobica, jogging, allenamento della forza e pallavolo. Pallavolo e fitness vengono scoperti dai ragazzi, tanto che queste discipline prettamente femminili arrivano ad essere praticate in misura simile da entrambi i sessi. Per contro, la pallamano s'impone come disciplina maschile e l'inline skating come disciplina femminile. Calcio, skateboard e tennistavolo sono ancora praticati prevalentemente da ragazzi, mentre il pattinaggio su ghiaccio è ancora praticato da una maggioranza di ragazze. Per il resto, nelle preferenze secondo il sesso per le diverse discipline sportive non si riscontrano variazioni di rilievo.

T 4.3: Discipline sportive praticate dai giovani di 15-19 anni

	Attività sportive dei giovani attivi di 15-19 anni*	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 2008-2014 (in punti percentuali)	Frequenza della pratica (numero medio di giorni all'anno)***	Percentuale di ragazze (in %)***
Sci (escluse escursioni con sci)	34,5	41,2	+18,0	10	49
Nuoto	30,8	38,1	+7,5	25	60
Ciclismo (escluso rampichino)	27,1	32,4	–0,6	50	53
Jogging, corsa	27,8	30,8	+9,9	45	59
Calcio	25,5	27,9	–1,7	52	18
Fitness, aerobica	22,2	22,7	+12,8	90	49
Snowboard (escluse escursioni con snowboard)	15,5	17,6	–7,0	10	52
Danza, balletto, danza jazz	13,2	15,7	+6,9	45	89
Passeggiate, escursioni in montagna	12,5	15,3	+4,8	10	61
Pallavolo, beachvolley	7,7	8,1	–3,9	30	56
Pallacanestro	7,4	8,1	–1,6	25	21
Tennis	7,2	7,5	+1,2	36	30
Arti marziali, autodifesa	6,2	6,4	–0,3	90	32
Unihockey (compresi hockey su prato e hockey a rotelle)	6,0	6,4	–3,6	45	20
Allenamento della forza, body building	5,8	5,8	+1,6	100	26
Ginnastica	5,4	5,5	–3,5	88	63
Equitazione, sport equestri	4,4	4,7	–0,1	90	98
Pattinaggio inline, pattinaggio a rotelle	3,9	4,3	–0,6	20	76
Rampichino	3,7	4,1	+0,2	30	23
Badminton	3,4	3,9	–0,5	30	39
Slittino, bob	2,9	3,6	+3,3****	5	57
Pallamano	2,7	2,7	–1,7	110	24
Hockey su ghiaccio	2,4	2,6	0,0	45	0
Atletica leggera	2,6	2,6	–0,9	45	53
Tennistavolo	1,9	2,1	0,0	25	5
Arrampicata, alpinismo	1,8	2,0	–0,4	24	46
Skateboard, waveboard, kickboard	1,8	2,0	–0,6	65	16
Sci di fondo	1,4	1,5	–0,2	10	61
Pattinaggio su ghiaccio	0,8	1,5	+0,4	12	85
Yoga, tai chi, qi gong	1,2	1,2	+0,2	45	96
Windsurf, kitesurf	1,1	1,2	0,6	10	59
Tiro	0,9	1,1	–0,2	45	25
Squash	0,9	1,0	+0,2	10	17
Golf	0,7	0,8	+0,2	40	19
Vela	0,5	0,5	–0,1	18	50
Escursioni con sci, snowboard, racchette	0,5	0,5	–0,5	–	–
Walking, nordic walking	0,3	0,3	–0,1	–	–
Aqua fitness	0,1	0,2	–0,2	–	–
Immersioni	0,2	0,2	–0,2	–	–
Canottaggio	0,2	0,2	–0,4	–	–
Canoismo, torrentismo	0,1	0,1	–0,1	–	–
Altre discipline ludiche e di squadra	2,1	2,1	–0,8	52	36
Altre discipline sportive di avventura	1,0	1,0	+0,7	50	21
Altre discipline sportive di resistenza	0,8	0,8	+0,3	45	38
Altre discipline sportive	1,8	2,1	+0,1	20	33

Nota: numero di persone intervistate: 1895. Le discipline sportive della lista sono in gran parte termini riassuntivi delle singole discipline menzionate. Nell'indagine «Sport Svizzera 2014» la lista riassuntiva delle discipline sportive è stata leggermente modificata. Per il confronto con il 2008 i valori sono stati ricalcolati per entrambe le indagini. Le variazioni 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 10 intervistati. ****Nell'indagine 2014 i dati relativi allo slittino sono stati registrati in modo diverso e per questo motivo le citazioni risultano più numerose rispetto al 2008.

Maggiore concentrazione su un numero più ristretto di discipline

Nella pallamano salta all'occhio l'incremento della frequenza da una a più di due volte alla settimana. Un aumento di simile entità si registra anche per arti marziali, equitazione, ginnastica e fitness. Tutte queste discipline vengono praticate dai ragazzi di 15-19 anni in media quasi due volte a settimana e dai bambini di 10-14 anni al massimo una volta. La situazione contraria si riscontra per il ciclismo e il calcio che vengono praticati solo una volta e non più due volte a settimana dai ragazzi di 15-19 anni.

Nel complesso in questa fascia di età osserviamo una concentrazione su un numero minore di attività sportive. Alcune discipline vengono in effetti praticate con più frequenza e intensità. Complessivamente tuttavia, sono decisamente più numerose le discipline che perdono partecipanti rispetto a quelle che ne acquistano. Se i bambini indicano in media cinque discipline praticate, i ragazzi affermano di praticarne solo quattro.

Anche i ragazzi di 15-19 anni sono attivi in diverse discipline

Tuttavia, anche gli intervistati più grandi sono diventati più polisportivi rispetto a sei anni fa e praticano un numero maggiore di attività sportive rispetto al 2008 (mediana: 2008: 3, 2014: 4; media aritmetica: 2008: 3,3, 2014: 3,8). Negli ultimi sei anni le seguenti discipline hanno registrato un afflusso di giovani di 15-19 anni: sci, fitness, jogging, nuoto, danza, passeggiate e allenamento della forza. Hanno invece perso nettamente terreno snowboard, pallavolo, unihockey, ginnastica, pallamano e pallacanestro. Tra gli intervistati più grandi si verifica la stessa situazione già riscontrata tra i più piccoli: sono diventati più polisportivi e praticano un numero maggiore di attività rispetto a sei anni fa, ma le varie discipline vengono praticate con meno frequenza e intensità. Il tempo dedicato allo sport risulta pertanto inferiore rispetto a sei anni fa.

T 4.4 Attività sportive praticate con maggiore frequenza dai giovani di 15-19 anni secondo il sesso

	Ragazze			Ragazzi	
	Attività sportive (Citazioni in %)	Citazioni complessive*		Attività sportive (Citazioni in %)	Citazioni complessive*
Nuoto	36,9	46,7	Calcio	41,7	45,1
Sci	32,9	40,9	Sci	36,0	41,4
Jogging	32,6	36,9	Ciclismo (senza rampichino)	24,9	30,1
Ciclismo (senza rampichino)	29,3	34,8	Nuoto	24,9	29,8
Danza	23,8	28,5	Jogging	23,2	24,9
Fitness	21,9	22,7	Fitness	22,6	22,8
Snowboard	16,3	18,7	Snowboard	14,7	16,6
Passeggiate	15,5	19,1	Pallacanestro	11,7	12,5
Pallavolo	8,8	9,4	Tennis	10,2	10,4
Equitazione	8,7	9,4	Passeggiate	9,6	11,7
Calcio	8,6	10,1	Unihockey	9,5	10,0
Ginnastica	7,0	7,1	Arti marziali	8,4	8,6
Inline skating	6,0	6,8	Allenamento della forza	8,3	8,4
Tennis	4,1	4,6	Pallavolo	6,5	6,9
Arti marziali	4,0	4,2	Rampichino	5,6	6,1

Nota: numero di persone intervistate: 1895. *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

Il desiderio di sperimentare nuove discipline è notevole

L'analisi delle discipline al capitolo 4 indica che i giovani diventano sempre più polisportivi, ma non più sportivi. Osservando le discipline che i giovani vorrebbero praticare in futuro è evidente che la tendenza a praticare contemporaneamente diverse attività è destinata ad aumentare nei prossimi anni. Il 43 per cento dei bambini vorrebbe iniziare o approfondire una disciplina, contro il 40 per cento dei giovani. Le bambine e le ragazze (risp. 45 % e 43 %) esprimono questo desiderio con più frequenza rispetto a bambini e ragazzi (risp. 41 % e 38 %).

Un quarto dei bambini e un terzo dei ragazzi che vorrebbero praticare uno sport in futuro citano addirittura più di una disciplina da iniziare o approfondire. Nella maggior parte dei casi i giovani non vogliono solamente praticare una disciplina con maggiore intensità, ma apprenderne una nuova.

Calcio, danza, arti marziali e fitness sono i preferiti

Il quadro delle discipline ideali si presenta come un mosaico variato delle discipline e forme sportive più diverse. Sia tra i bambini sia tra i ragazzi vengono citate complessivamente più di 100 discipline ideali (bambini 10-14 anni: 107; giovani 15-19 anni: 118). Le discipline ideali più citate dai bambini sono la danza e il calcio (cfr. tabella 5.1). La prima è menzionata soprattutto dalle bambine, la seconda dai bambini. Le arti marziali sono la disciplina ideale per eccellenza tra i giovani, seguita da fitness e danza. La danza viene citata soprattutto dalle ragazze, mentre nel fitness il rapporto tra i sessi è quasi alla pari. Le arti marziali vengono menzionate con frequenza leggermente maggiore dai ragazzi, ma sono sempre più popolari tra le ragazze e rispetto al 2008 hanno chiaramente scalato la classifica delle discipline ideali. I ragazzi sembrano particolarmente affascinati dal kickboxing, che si piazza nettamente davanti a boxe, judo e ju jitsu.

Oltre alle arti marziali anche fitness, nuoto, sci, yoga, ginnastica e surf vengono citati dai giovani con maggiore frequenza rispetto a sei anni fa. Nel 2008 il calcio dominava chiaramente la classifica tra le discipline ideali per i bambini di 10-14 anni. In questi sei anni il calcio ha perso terreno, mentre la danza ne ha guadagnato.

Il desiderio di apprendere nuove forme sportive e motorie viene espresso con molta più frequenza rispetto all'intenzione di abbandonare una disciplina. Solo il 17 per cento degli intervistati attivi afferma infatti di voler abbandonare o esercitare con meno frequenza una disciplina attualmente praticata. Calcio, nuoto, danza e ginnastica sono tra le discipline che i giovani affermano più di frequente di voler abbandonare. Il dato non sorprende in quanto si tratta anche delle discipline più praticate dai bambini di 10-14 anni. Considerando il numero di persone che le praticano, le discipline con il maggior potenziale di abbandono sono pallamano, atletica leggera, arti marziali e pallacanestro.

T 5.1: Discipline sportive ideali di chi pratica sport

	Bambini 10-14 anni			Ragazzi 15-19 anni		
	Citazione (in % di chi pratica sport)	**Variazione 2008-2014** (in punti percentuali)	**Percentuale di bambine** (in %)	**Citazione** (in % di chi pratica sport)	**Variazione 2008-2014** (in punti percentuali)	**Percentuale di ragazze** (in %)
Arti marziali, autodifesa	3,9	+0,9	33	7,3	+2,2	39
Danza, balletto, danza jazz	5,5	+2,0	89	5,8	+1,1	88
Fitness, aerobica	1,2	+1,0	75	6,0	+2,1	54
Calcio	5,3	–3,2	33	1,9	–0,1	38
Tennis	3,9	+0,2	38	2,7	0,0	40
Nuoto	2,7	–0,6	65	2,7	+1,1	61
Pallavolo, beachvolley	2,6	–0,9	79	2,5	–0,5	83
Pallacanestro	3,1	+0,7	41	1,6	+0,3	40
Equitazione, sport equestri	2,9	–1,0	92	1,3	+0,4	95
Unihockey (compresi hockey su prato e hockey a rotelle)	2,8	+0,1	22	1,3	–0,3	30
Jogging, corsa	0,6	–0,7	13	2,4	+0,7	67
Arrampicata, alpinismo	1,2	+0,3	38	1,8	+0,1	41
Ginnastica	1,9	–1,0	84	1,0	+0,6	50
Pallamano	2,0	–0,6	27	0,7	+0,3	36
Sci (escluse escursioni con sci)	0,8	–0,6	50	1,7	+1,0	35
Ciclismo (senza rampichino)	0,8	–0,8	27	1,5	–0,3	55
Snowboard	0,9	–0,3	69	1,2	+0,3	50
Badminton	1,6	0,0	35	0,6	–0,7	56
Atletica leggera	1,3	–0,6	59	0,5	–0,4	88
Hockey su ghiaccio	1,0	–0,3	8	0,6	–0,1	20
Yoga, tai chi, qi gong	0,0	0,0	–	1,1	+0,7	100
Tiro	0,7	+0,2	33	0,4	–0,5	33
Windsurf, kitesurf	0,2	0,0	50	0,8	+0,5	46
Skateboard, waveboard, kickboard	0,8	+0,2	40	0,3	+0,3	50
Rampichino	0,5	+0,3	0	0,5	–0,1	0
Pattinaggio su ghiaccio	0,8	+0,3	78	0,2	0,0	100
Golf	0,3	+0,2	33	0,5	+0,2	13
Squash	0,2	+0,2	0	0,5	0,0	50
Pattinaggio inline, pattinaggio a rotelle	0,3	0,0	100	0,4	0,0	83

Nota: numero di persone intervistate: bambini 10-14 anni: 1293 (solo attivi); ragazzi 15-19 anni: 1527 (solo attivi). Sono riportate tutte le discipline citate da almeno 10 persone. Le variazioni che non hanno importanza a fini statistici sono riportate in grigio.

6. Motivazioni della pratica sportiva

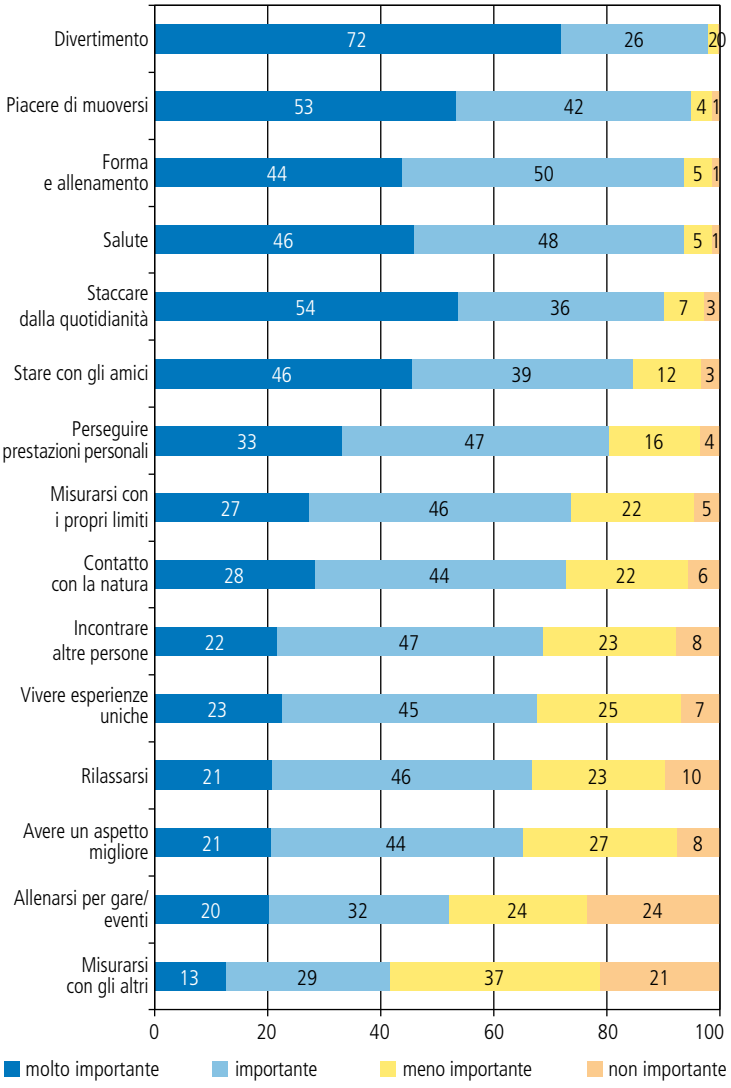
Divertimento, forma fisica, piacere di muoversi e cameratismo come motivazioni principali

Alla domanda aperta sulle motivazioni e sui fattori più importanti quando si pratica uno sport, i due terzi dei bambini dai 10 ai 14 anni afferma che lo sport è divertimento. I due quinti aggiungono di dare importanza anche all'allenamento e alla forma fisica. Un terzo abbondante sottolinea il piacere di muoversi e un quinto indica come motivazione la possibilità di stare con gli amici. Inoltre gli intervistati affermano che lo sport è salutare e permette di sfogarsi e stare all'aria aperta e che desiderano migliorare la propria prestazione sportiva o il proprio aspetto fisico grazie all'allenamento. Il miglioramento della prestazione sportiva è menzionato con maggiore frequenza dai bambini, l'aspetto fisico dalle bambine. Per il resto le motivazioni non rivelano importanti differenze rispetto al sesso. Le bambine sottolineano con frequenza leggermente maggiore il piacere di muoversi, i bambini la possibilità di stare con gli amici. Per i bambini come per le bambine la competizione e le gare sportive sono i motivi menzionati con meno frequenza.

Un quadro simile a quello tracciato per i bambini si delinea anche per i giovani, per i quali il questionario prevedeva la lettura dei singoli motivi e l'indicazione dell'importanza per ciascuno di essi. Anche in questa fascia di età sono particolarmente importanti divertimento, piacere di muoversi e forma fisica (cfr. figura 6.1). Altre motivazioni sono la salute, la possibilità di staccare dalla quotidianità e di stare con gli amici. I quattro quinti ritengono importante o molto importante perseguire prestazioni personali. Per circa la metà degli intervistati le gare e gli eventi sportivi sono incentivi all'allenamento e circa due quinti affermano di volersi misurare con gli altri. Mentre perseguire prestazioni personali è importante per le ragazze quasi quanto per i ragazzi, la competizione e la partecipazione alle gare sono fattori che perdono molta importanza presso le ragazze. Più della metà dei ragazzi, ma solo un quarto delle ragazze, afferma di volersi misurare con gli altri. Le ragazze danno invece maggiore importanza a relax, salute e contatto con la natura.

Rispetto al 2008 hanno leggermente guadagnato terreno la possibilità di staccare dalla quotidianità, il miglioramento dell'aspetto fisico, il misurarsi con i propri limiti e l'opportunità di fare esperienze uniche. La possibilità di staccare dalla quotidianità e il miglioramento dell'aspetto fisico hanno assunto maggiore importanza per entrambi i sessi, mentre il misurarsi con i propri limiti è oggi più importante per i ragazzi e l'opportunità di fare esperienze uniche ha guadagnato terreno tra le ragazze. Per le ragazze, ma non per i ragazzi, la componente della socialità ha invece perso importanza.

F 6.1: Importanza delle diverse motivazioni (in % di tutti i giovani di 15-19 che praticano sport)



Nota: numero di persone intervistate: 1527 (solo attivi).

Gare ed eventi sportivi stimolano ad allenarsi regolarmente

La diversa importanza attribuita dai ragazzi e dalle ragazze alla competizione si riflette anche nella partecipazione allo sport agonistico. Nel complesso, quasi la metà (47 %) dei giovani attivi prende parte a gare ed eventi sportivi. Mentre tra i ragazzi la percentuale sale a 57, tra le ragazze scende a 36 punti percentuali. Nella maggioranza dei casi si tratta di gare inserite in campionati di società e club (citate dal 70 % degli intervistati), ma un buon 36 per cento menziona anche altre gare con classifica, come ad esempio le corse. Il 7 per cento degli intervistati partecipa a eventi sportivi senza classifica (p. es. SlowUp, attraversamento di laghi). I campionati di società e club sono più diffusi tra i ragazzi (menzionati dal 75 % dei ragazzi e dal 62 % delle ragazze che praticano sport agonistico), mentre le altre gare con classifica sono più frequenti tra le ragazze (ragazzi: 30 %, ragazze 46 %).

Chi partecipa a gare ed eventi sportivi fa sport in misura nettamente maggiore: tra chi pratica sport agonistico le ore medie settimanali di attività sportiva sono 8,2 (ragazzi: 8,5; ragazze: 7,7); le persone che praticano sport ma non partecipano a gare ed eventi sportivi si fermano a 5,8 ore a settimana (ragazzi: 6,4; ragazze: 5,3).

F 6.2: Termini che i ragazzi di 15-19 anni associano allo sport

Nota: numero di persone intervistate: 1275 (sondaggio online). Immagine delle parole chiave a seconda della frequenza con cui sono stati menzionati i termini. I colori mostrano, sulla base dell'analisi dei fattori, quali termini sono spesso scelti in congiunzione.

Lo sport ha un'immagine eccellente e risveglia associazioni positive

Tra i giovani lo sport gode di un'ottima considerazione e porta con sé una serie di connotazioni positive. La figura 6.2 presenta i termini che i ragazzi di 15-19 mettono in relazione con lo sport. Per la maggior parte dei giovani lo sport è associato a movimento (77 %), salute (75 %) e divertimento (74 %), ma anche ad allenamento (71 %), sforzo (63 %), prestazione (56 %), fitness (55 %) e cameratismo (55 %). Circa la metà cita inoltre libertà (50 %), gioco (48 %) e figura (47 %). Solo una piccola minoranza collega lo sport a doping (7 %), violenza (6 %), interessi commerciali (5 %), obbligo (5 %), corruzione (3 %) e truffa (3 %). Le ragazze menzionano con frequenza leggermente maggiore figura, salute e percezione del fisico, i ragazzi invece il gioco, la concorrenza e la prestazione.

È interessante notare soprattutto come il significato attribuito allo sport dagli inattivi si discosti di poco dalla concezione di chi invece pratica sport. Anche per gli inattivi lo sport significa innanzitutto movimento e salute. Termini quali divertimento, relax, libertà, cameratismo, misurarsi con i propri limiti e contatto con la natura sono menzionati dagli inattivi con minore frequenza, ma anche per questa categoria i termini come doping, violenza, interessi commerciali, obbligo, corruzione e truffa si trovano in fondo alla lista e vengono citati con frequenza solo lievemente superiore rispetto agli sportivi. Cosa impedisce dunque agli inattivi di praticare un'attività sportiva nonostante queste associazioni positive? Nel prossimo capitolo cercheremo di rispondere a questa domanda.

7. Gli inattivi

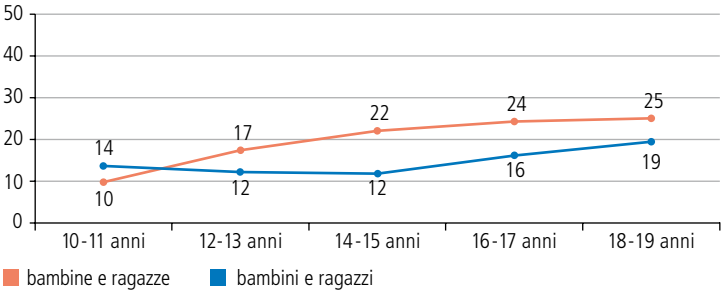
Le ragazze abbandonano lo sport prima dei ragazzi

Il 14 per cento dei bambini e il 20 per cento dei ragazzi affermano di non praticare altri sport oltre all'educazione fisica obbligatoria. Negli ultimi sei anni la percentuale di inattivi è leggermente aumentata, crescendo di 2 punti percentuali tra i bambini e di 3 tra i giovani (cfr. capitolo 2, figura 2.1).

La figura 7.1 mostra come la percentuale di ragazze inattive aumenti costantemente tra i 10 e i 19 anni, con un ritmo più sostenuto fino ai 15 anni. Tra i ragazzi, la percentuale di inattivi sotto i 15 anni resta bassa, per aumentare nettamente dopo la conclusione della scuola dell'obbligo, con particolare riferimento ai giovani che iniziano un apprendistato. Mentre tra i ragazzi che frequentano le scuole medie la quota di inattivi resta di poco superiore al 10 per cento, tra quelli impegnati in un apprendistato il valore supera il 20 per cento. Questa differenza è ancora più notevole in quanto si riferisce solo allo sport facoltativo e non all'educazione fisica.

A partire dai 12 e sino ai 19 anni la quota di inattive tra le ragazze supera sempre di circa 5-10 punti percentuali quella dei ragazzi. Il divario più marcato si riscontra tra i 14 e i 15 anni, per poi ridursi nuovamente. Tra i 20 e i 24 anni le differenze secondo il sesso sono praticamente inesistenti.

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



Nota: numero di persone intervistate: bambini 10-14 anni: 1525 (235 inattivi); ragazzi 15-19 anni: 1895 (379 inattivi).

La maggior parte di inattivi ha esperienze sportive positive

Nella maggior parte dei casi gli inattivi non sono da sempre contrari per principio allo sport. Tre quarti dei bambini inattivi e quasi il 90 per cento dei ragazzi inattivi hanno praticato in passato un'attività sportiva al di fuori dell'educazione fisica. La maggioranza ha avuto esperienze (perlopiù) positive. Solo il 5 per cento dei bambini e il 4 per cento dei giovani inattivi hanno fatto esperienze (perlopiù) positive, mentre il 15 per cento riferisce esperienze alterne. Le esperienze negative possono essere legate all'educazione fisica scolastica, ma alcuni citano anche le società sportive, lo sport scolastico facoltativo nonché altri operatori e situazioni.

Il fatto che in ultima analisi l'inattività non sia collegata alle esperienze negative è confermato dai motivi addotti per la mancata attività (cfr. tabella 7.1). Nella maggior parte dei casi viene menzionata la mancanza di tempo, che può includere anche le motivazioni come il troppo lavoro, il troppo stress a scuola e, per i giovani, gli orari di lavoro scomodi o troppo lunghi. Un quinto dei bambini e quasi un quarto dei giovani affermano di non avere voglia di fare sport o di non divertirsi nel praticarlo. In questa direzione vanno anche gli intervistati che citano altri passatempi e interessi o che affermano «lo sport non fa per me». Raggruppando queste tre opzioni e prendendo in considerazione le risposte multiple risulta che quasi un terzo (32 % dei bambini di 10-14 anni, 31 % dei giovani di 15-19 anni) degli inattivi non desidera praticare uno sport. I bambini indicano la mancanza di offerta, la scarsità delle infrastrutture e gli orari di allenamento scomodi più spesso rispetto ai giovani, ma comunque con una frequenza relativa. Anche le esperienze negative sono molto rare e i divieti da parte dei genitori non vengono citati praticamente mai.

T 7.1: Motivi per cui non si pratica sport

	Bambini 10-14 anni		Ragazzi 15-19 anni	
	Citazione (In % di tutti gli inattivi)	Variazioni 2008-2014 (in punti percentuali)	Citazione (In % di tutti gli inattivi)	Variazioni 2008-2014 (in punti percentuali)
Mancanza di tempo	33	+5	55	+3
Mancanza di voglia e divertimento	20	+1	24	–1
Troppo lavoro, stress a scuola	16	+2	9	–1
Orari di lavoro scomodi e troppo lunghi	*	*	9	*
Altri passatempi e interessi	10	–5	7	–4
Mancanza di un'offerta adeguata	10	+4	3	–1
Lo sport non fa per me	8	+2	3	+2
Motivi di salute	7	+5	7	+3
Scomodità del luogo e dell'orario di allenamento	5	+4	1	–1
Pratico altre attività motorie	5	*	1	*
Motivi finanziari, lo sport è troppo costoso	2	+1	4	+3
Non ho amici con i quali praticare sport	2	+1	*	–1
Esperienze o ricordi negativi	2	+1	1	0
Infrastrutture inadeguate	1	–2		
Infortuni	1	–1	3	–1
Divieti dei genitori	1	–1	*	*
Faccio abbastanza movimento, sono in forma	*	*	5	0
Lungo tragitto per andare al lavoro	*	*	1	*
Altri motivi	15	+3	7	–3

Nota: numero di persone intervistate: bambini 10-14 anni: 235 (inattivi); ragazzi 15-19 anni: 379 (inattivi). Alla colonna variazioni 2008-2014 le differenze non rilevanti dal punto di vista statistico sono riportate in grigio. *Dato non rilevato tra i bambini di 10-14 anni, tra i giovani di 15-19 anni o nel sondaggio 2008.

Le persone contrarie per principio allo sport sono rare

Anche gli intervistati che si definiscono inattivi non lo sono completamente. Alla domanda se vi siano attività sportive che praticano di tanto in tanto, il 91 per cento dei bambini e l'87 per cento dei giovani cita singole attività. Tra le attività sportive praticate occasionalmente dagli inattivi vi sono nuoto, sci, ciclismo, calcio e passeggiate (cfr. tabella 7.2). Inoltre gli intervistati più grandi menzionano anche jogging, danza e snowboard, i più piccoli pallacanestro, slittino e pattinaggio su ghiaccio. Le attività menzionate non vengono tuttavia praticate con regolarità e intensità tale da definirle vere e proprie attività sportive.

Sommando tutte le attività motorie praticate occasionalmente dagli inattivi, i bambini di 10-14 sono leggermente più attivi rispetto a sei anni fa. Menzionano in media un numero maggiore di attività rispetto al 2008 e il volume complessivo è lievemente aumentato. Il quadro è esattamente opposto per gli inattivi di 15-19 anni: il numero delle attività motorie citate non è aumentato e il volume complessivo ha addirittura subito un netto calo.

T 7.2: Attività motorie praticate occasionalmente dagli inattivi

	Bambini 10-14 anni		Ragazzi 15-19 anni	
	Citazione (In % di tutti gli inattivi)	**Percentuale di bambine** (en %)*	**Citazione** (en % de tous les non-sportifs)	**Percentuale di ragazze** (en %)*
Nuoto	50,7	55	37,8	66
Sci (escluse escursioni con sci)	35,0	55	34,8	59
Ciclismo (escluso rampichino)	46,5	50	27,4	50
Calcio	35,5	36	12,6	28
Passeggiate, escursioni in montagna	15,2	58	14,5	60
Jogging, corsa	7,4	65	15,6	70
Danza, balletto, danza jazz	4,6	90	12,9	91
Snowboard	5,1	58	11,0	58
Pallacanestro	9,7	43	3,6	38
Slittino, bob	7,8	47	3,8	64
Pattinaggio su ghiaccio	5,5	67	3,3	67
Passeggiate (con il cane)	4,1	44	3,6	75
Pattinaggio inline, pattinaggio a rotelle	3,2	57	2,5	88
Badminton	3,2	86	2,5	67
Fitness, aerobica	1,8	–	2,7	80
Rampichino	3,2	43	1,9	29
Skateboard, waveboard, kickboard	5,1	0	0,8	–
Tennis	2,3	40	1,6	83
Pallavolo, beachvolley	1,4	–	2,2	63
Unihockey (compresi hockey su prato e hockey a rotelle)	1,4	–	2,2	38
Equitazione, sport equestri	0,9	–	1,6	100
Tennistavolo	2,3	20	0,8	–
Hockey su ghiaccio	0,9	–	1,4	–
Arti marziali, autodifesa	0,5	–	1,1	–

Nota: numero di persone intervistate: bambini 10-14 anni: 217 (inattivi); ragazzi 15-19 anni: 365 (inattivi). 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 bambine e ragazze.

Molti inattivi vorrebbero riprendere l'attività sportiva

Molti intervistati che si definiscono inattivi vorrebbero ricominciare a praticare uno sport: i tre quarti dei bambini e una buona metà degli adulti vorrebbe iniziare a praticare uno sport. Le discipline ideali non sono molto diverse da quelle menzionate dagli intervistati attivi (cfr. tabella 7.3). Tra gli inattivi di 10-14 il calcio è in cima alla lista dei desideri seguito da arti marziali, tennis, danza, pallacanestro e pallavolo. Tra gli inattivi di 15-19 anni il fitness è in prima posizione dietro ad arti marziali, danza e calcio. Si tratta di discipline praticate con frequenza in queste fasce di età e per le quali esiste un'offerta molto vasta. Tuttavia, è interessante notare che le tre attività sportive più praticate dagli intervistati, vale a dire sci, nuoto e ciclismo, non rientrano tra le discipline ideali degli inattivi o comunque non si classificano ai primi posti. Queste tre discipline «lifetime» vengono praticate occasionalmente anche da alcuni inattivi, che tuttavia non sembrano molto interessati a incrementare la frequenza di queste attività.

Se si chiede agli inattivi quali fattori li convincerebbero a praticare le loro discipline ideali, una buona metà dei bambini e due terzi degli adulti cita una maggiore disponibilità di tempo. Un buon quinto dei bambini auspica un'offerta adatta nei dintorni o vorrebbe essere motivato e incoraggiato a partecipare da altre persone. Un decimo degli intervistati praticherebbe un'attività sportiva se vi partecipasse anche un buon amico. Raggiungono la stessa percentuale anche la disponibilità di un'offerta adeguata alle capacità e competenze e un costo inferiore della disciplina ideale. La mancanza di soldi è citata anche da quasi un quinto degli inattivi di 15-19 anni. Gli intervistati più grandi indicano altresì la partecipazione di un'altra persona e un'offerta adeguata nei dintorni come motivi che li spingerebbero a iniziare o riprendere uno sport.

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

	Bambini 10-14 anni		Ragazzi 15-19 anni	
	Citazione (In % di tutti gli inattivi)	**Percentuale di bambine** (in %)*	**Citazione** (In % di tutti gli inattivi)	**Percentuale di ragazze** (in %)*
Calcio	19,8	33	5,5	55
Arti marziali, autodifesa	9,2	50	8,8	50
Danza (compresa danza jazz)	7,8	82	8,2	100
Fitness, aerobica	0,5	–	12,3	60
Pallavolo, beachvolley	7,4	88	4,7	94
Tennis	8,3	47	3,8	93
Pallacanestro	7,8	28	3,8	36
Nuoto	4,6	70	3,0	100
Jogging, corsa	0,5	–	4,1	53
Unihockey (compresi hockey su prato e hockey a rotelle)	4,1	11	1,9	43
Equitazione, sport equestri	3,7	88	1,6	100
Ginnastica	4,6	100	0,8	–
Pallamano	3,2	33	1,1	–
Badminton	3,2	43	0,8	–
Atletica leggera	3,7	71	0,3	–
Arrampicata, alpinismo	0,5	–	1,9	50
Allenamento della forza, body building	0,0	–	1,6	–
Tiro	0,0	–	1,6	33
Ciclismo (escluso rampichino)	0,5	–	1,1	–
Tennistavolo	2,3	–	0,0	–

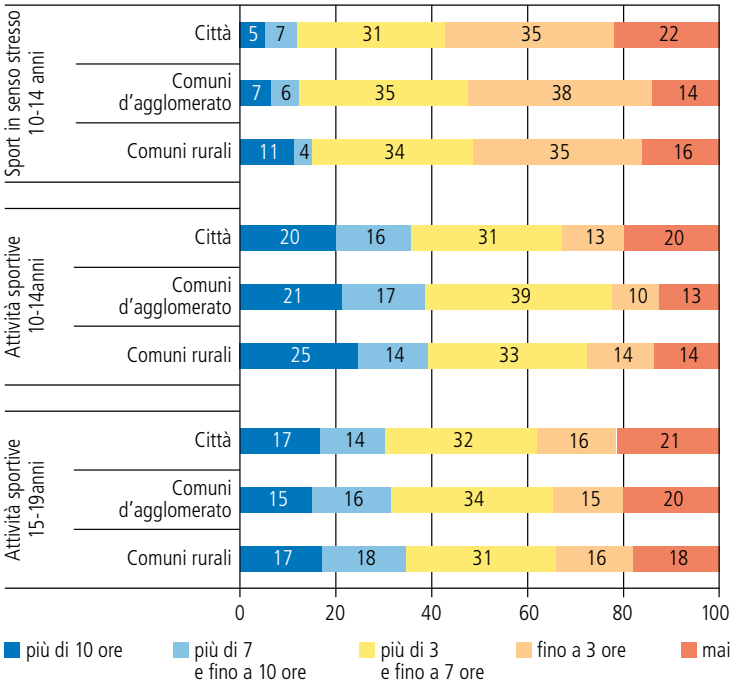
Nota: numero di persone intervistate: bambini 10-14 anni: 217 (inattivi); ragazzi 15-19 anni: 365 (inattivi). La tabella riporta tutte le forme di movimento citate complessivamente da almeno cinque intervistati di 10-14 anni o di 15-19 anni. *Se le persone sono meno di cinque non viene indicata la percentuale di bambine e ragazze.

8. Differenze regionali

I bambini di 10-14 anni residenti in campagna sono più attivi

I giovani in campagna praticano più sport rispetto a quelli che vivono nelle città? La risposta a questa domanda è rappresentata nella figura 8.1 e mostra che i bambini di 10-14 anni che crescono in comuni rurali sono più attivi della media. Inoltre, la percentuale dei molto attivi è più elevata e quella degli inattivi è più bassa rispetto a quelle registrate tra i bambini delle città. Questo vale sia per lo sport in senso stretto sia per quello in senso lato; nel primo caso però il divario è ancora più accentuato. I giovani degli agglomerati occupano una posizione intermedia e si distinguono soprattutto per una bassa percentuale di inattivi. È interessante notare come le differenze tra città e campagna tendano a scomparire con il passare degli anni. I giovani di 15-19 anni che vivono in campagna si mantengono leggermente più attivi, ma a questa età il divario è talmente modesto da essere irrilevante ai fini statistici.

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

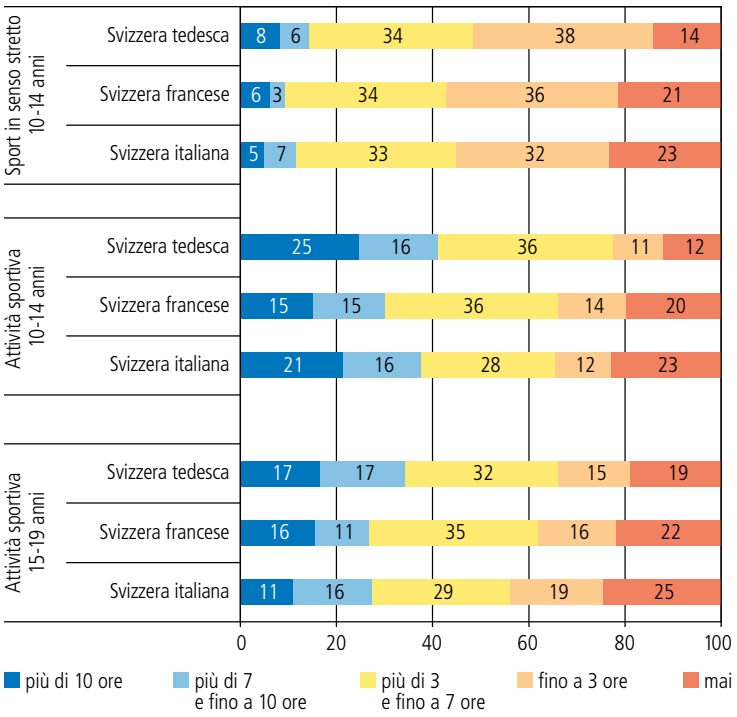


Nota: numero di persone intervistate: bambini 10-14 anni: 1525; giovani 15-19 anni: 1895.

In Svizzera tedesca si pratica più sport

Più marcate delle differenze tra città e campagna sono quelle tra le diverse regioni linguistiche. Nella Svizzera tedesca i giovani praticano più sport che nella Svizzera francese e in quella italiana (cfr. figura 8.2). Il divario è evidente già tra i bambini e, al contrario delle differenze tra città e campagna, si accentua tra i giovani. In particolare, rispetto alla Svizzera tedesca, la percentuale di inattivi è nettamente più alta nella Svizzera italiana e in misura minore nella Svizzera francese. Le stesse differenze tra regioni linguistiche sono riscontrabili anche tra gli adulti (cfr. rapporto di Sport Svizzera 2014). Come tra gli adulti, anche tra i giovani è possibile osservare una tendenza all'uniformazione. Mentre negli ultimi sei anni l'attività sportiva dei bambini nella Svizzera tedesca è nettamente calata, la Svizzera francese ha registrato un incremento (cfr. tabella 8.1). Ciò vale tuttavia solo per i bambini di 10-14 anni. Tra i giovani il numero medio di ore di sport non è in calo solo nella Svizzera tedesca, ma anche nella Svizzera francese, e il divario tra le regioni linguistiche pertanto non si riduce. Nella Svizzera italiana è impossibile individuare una tendenza chiara: dal 2008 al 2014 in Ticino l'attività sportiva non è né aumentata né diminuita in modo netto.

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



Nota: numero di persone intervistate: bambini 10-14 anni: 1525; giovani 15-19 anni: 1895.

Tra i ragazzi della Svizzera occidentale le differenze secondo il sesso sono particolarmente marcate

Le differenze secondo il sesso variano tra regioni linguistiche (cfr. tabella 8.2). Già nel capitolo 3 abbiamo stabilito che i ragazzi di tutte le fasce di età praticano più sport rispetto alle ragazze. Tuttavia, queste differenze sono più o meno marcate a seconda della fascia d'età e della regione linguistica. Nel confronto con la Svizzera tedesca, in Svizzera francese la differenza tra i sessi è minore tra i bambini, ma si accentua tra i giovani. Le bambine della Svizzera francese sono relativamente attive. Soprattutto considerando lo sport in senso stretto, sono attive quasi quanto le coetanee delle Svizzera tedesca e solo un po' meno rispetto ai bambini della loro regione. Questi ultimi tuttavia sono nettamente più inattivi rispetto ai coetanei della Svizzera tedesca. Questi rapporti cambiano tra i giovani: i ragazzi romandi praticano un'attività simile a quelli della Svizzera tedesca, mentre con il passare degli anni le ragazze romande diventano molto meno sportive rispetto alle giovani della Svizzera tedesca. In Ticino la differenza tra i sessi è marcata per tutte le fasce d'età. Sono evidenti in particolare l'elevata attività dei bambini di 10-14 anni e la scarsa attività delle ragazze di 15-19 anni.

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

	2008		2014	
	media aritm.	mediana	media aritm.	mediana
Bambini 10-14 anni: attività sportiva				
Svizzera tedesca	4,7	3,5	3,9	2,6
Svizzera francese	3,0	1,7	3,2	2,6
Svizzera italiana	3,7	2,6	3,5	2,6
Bambini 10-14 anni: attività sportiva				
Svizzera tedesca	8,1	6,9	7,0	6,0
Svizzera francese	5,3	3,6	5,5	4,8
Svizzera italiana	6,5	5,3	6,0	5,2
Ragazzi 15-19 anni: attività sportiva				
Svizzera tedesca	6,4	5,2	5,8	5,0
Svizzera francese	5,7	4,5	5,2	4,1
Svizzera italiana	4,8	3,5	4,7	3,7

Nota: numero di persone intervistate: bambini 10-14 anni: 2008: 1530, 2014: 1525; giovani 15-19 anni: 2008: 1534, 2014: 1895. 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 (cfr. tabella 2.1).

Ciclismo e nuoto sono particolarmente popolari nella Svizzera tedesca

Anche nella scelta della disciplina si riscontrano interessanti differenze tra gli intervistati delle tre regioni linguistiche (cfr. tabella 8.3). Ciclismo e nuoto sono molto più diffusi tra i bambini della Svizzera tedesca che tra quelli della Svizzera francese, che indicano tuttavia più spesso lo sci e citano lo snowboard quasi con la stessa frequenza. Le differenze tra regioni linguistiche per quanto concerne ciclismo, nuoto, sci e snowboard si mantengono anche tra i giovani. I giovani ticinesi indicano valori simili ai romandi per il nuoto e il ciclismo, ma non per lo sci (cfr. tabella 8.4).

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 sesso e la regione linguistica

	Bambine/ragazze		Bambini/ragazzi	
	media aritm.	mediana	media aritm.	mediana
Bambini 10-14 anni: attività sportiva				
Svizzera tedesca	3,3	2,2	4,5	3,5
Svizzera francese	3,0	2,2	3,5	2,6
Svizzera italiana	2,7	2,1	4,6	3,9
Bambini 10-14 anni: attività sportiva				
Svizzera tedesca	6,0	5,1	7,9	6,7
Svizzera francese	4,9	3,9	6,0	5,4
Svizzera italiana	5,1	3,9	7,2	6,5
Ragazzi 15-19 anni: attività sportiva				
Svizzera tedesca	5,2	4,0	6,4	5,8
Svizzera francese	3,7	3,0	6,6	5,4
Svizzera italiana	3,5	2,7	5,9	4,9

Nota: numero di persone intervistate: bambini 10-14 anni: 1525; giovani 15-19 anni: 1895.

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

Svizzera tedesca		Svizzera francese		Svizzera italiana	
Ciclismo	66	Sci	58	Ciclismo	49
Nuoto	63	Calcio	45	Sci	48
Calcio	54	Nuoto	43	Nuoto	46
Sci	52	Ciclismo	35	Calcio	41
Passeggiate	21	Danza	16	Passeggiate	21
Snowboard	16	Jogging	15	Tennis	13
Jogging	16	Tennis	14	Ginnastica	12
Slittino	15	Equitazione	11	Danza	11
Ginnastica	15	Ginnastica	11	Pallacanestro	10
Danza	13	Pallacanestro	10	Pattinaggio su ghiaccio	10
Unihockey	13	Rampichino	10	Jogging	9
Pallacanestro	10	Passeggiate	9	Snowboard	6
Tennis	10	Skateboard	9	Sci di fondo	6
Inline skating	9	Badminton	8	Arti marziali	5
Skateboard	8	Arti marziali	8	Unihockey	5
Equitazione	8	Slittino	6	Tennistavolo	4
Arti marziali	7	Snowboard	6	Slittino	4
Pattinaggio su ghiaccio	7	Inline skating	5	Pallavolo	4
Badminton	7	Pattinaggio su ghiaccio	5	Equitazione	3
Pallavolo	6	Pallavolo	5	Atletica leggera	3

Nota: numero di persone intervistate: Svizzera tedesca: 921; Svizzera francese: 396; Svizzera italiana: 208. 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).

T 8.4: Discipline sportive preferite dai ragazzi di 15-19 anni per regione linguistica (in % del totale del gruppo 15-19 anni)

Svizzera tedesca		Svizzera francese		Svizzera italiana	
Nuoto	42	Sci	51	Nuoto	30
Sci	38	Nuoto	28	Ciclismo	29
Ciclismo	35	Calcio	26	Sci	27
Jogging	34	Ciclismo	26	Calcio	24
Calcio	29	Fitness	24	Jogging	20
Fitness	23	Jogging	24	Passeggiate	18
Snowboard	22	Passeggiate	12	Snowboard	14
Danza	18	Danza	11	Fitness	11
Passeggiate	16	Tennis	9	Tennis	11
Pallavolo	9	Pallacanestro	8	Rampichino	8
Pallacanestro	8	Pallavolo	7	Danza	7
Unihockey	8	Rampichino	7	Ginnastica	7
Allenamento della forza	7	Arti marziali	7	Arti marziali	6
Tennis	7	Snowboard	7	Hockey su ghiaccio	6
Arti marziali	6	Ginnastica	4	Unihockey	5
Ginnastica	6	Badminton	4	Pallacanestro	4
Equitazione	5	Unihockey	3	Pattinaggio su ghiaccio	4
Inline skating	5	Equitazione	3	Equitazione	3
Slittino	4	Allenamento della forza	3	Sci di fondo	2
Badminton	4	Inline skating	3	Allenamento della forza	1

Nota: numero di persone intervistate: Svizzera tedesca: 1201; Svizzera francese: 462; Svizzera italiana: 142. 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).

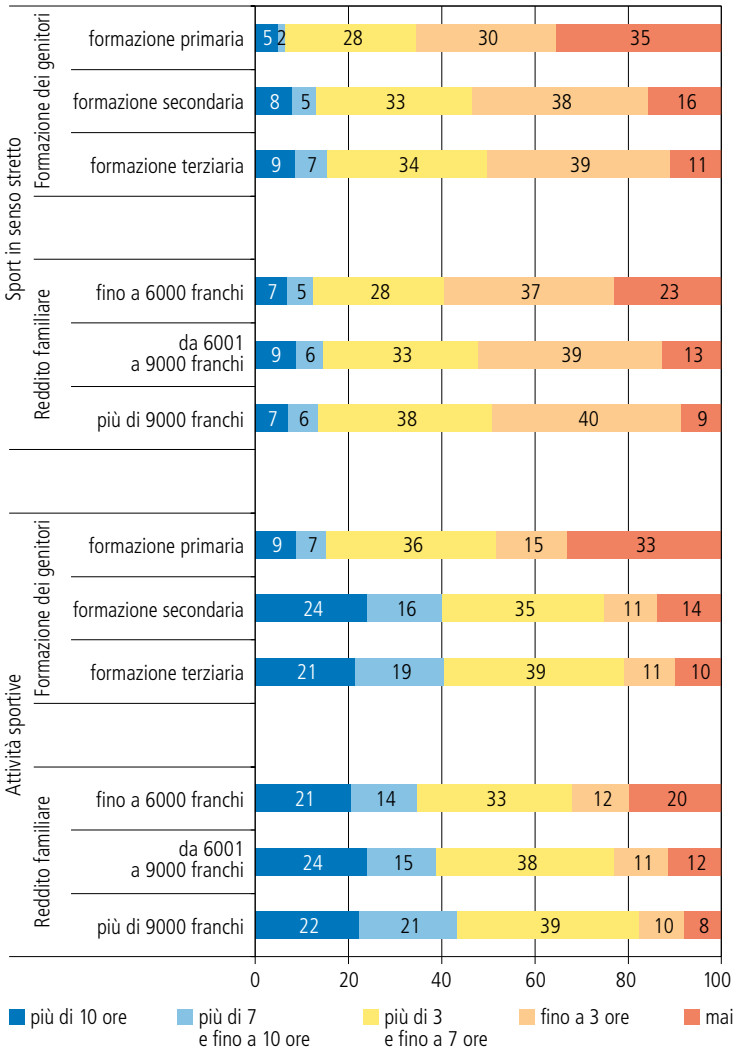
9. Provenienza sociale

L'attività sportiva dei bambini e dei giovani dipende dalla formazione e dal reddito dei genitori

Il contesto familiare influenza in modo determinante il comportamento sportivo dei bambini e dei giovani. Nelle fasce di età analizzate nel rapporto, la pratica e la durata dell'attività sportiva dipendono sia dal comportamento sportivo dei genitori sia dalla loro condizione sociale. La figura 9.1 mostra come il livello di formazione di un genitore e il reddito familiare influenzano l'attività sportiva dei giovani di 10-14 anni. L'attività fisica dei bambini cresce all'aumentare del livello di formazione dei genitori e del reddito familiare. Le differenze sono particolarmente evidenti considerando il segmento degli inattivi. Se uno dei genitori ha frequentato solo la scuola dell'obbligo, la possibilità che il figlio sia inattivo è tre volte maggiore che se un genitore ha concluso una formazione terziaria. La distinzione tra sport in senso stretto e attività sportiva non è rilevante.

Il reddito familiare e la formazione dei genitori hanno naturalmente un legame molto stretto. Tuttavia, anche considerati in modo indipendente questi due fattori hanno un influsso significativo sul comportamento sportivo degli intervistati. Le differenze a seconda del sesso degli intervistati non sono rilevanti: la formazione e il reddito dei genitori influenzano allo stesso modo l'attività sportiva dei bambini e delle bambine. In questo caso conosciamo solo la formazione del genitore che ha dato il consenso al sondaggio. Includendo la formazione dell'altro genitore le differenze sarebbero ancora più accentuate.

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



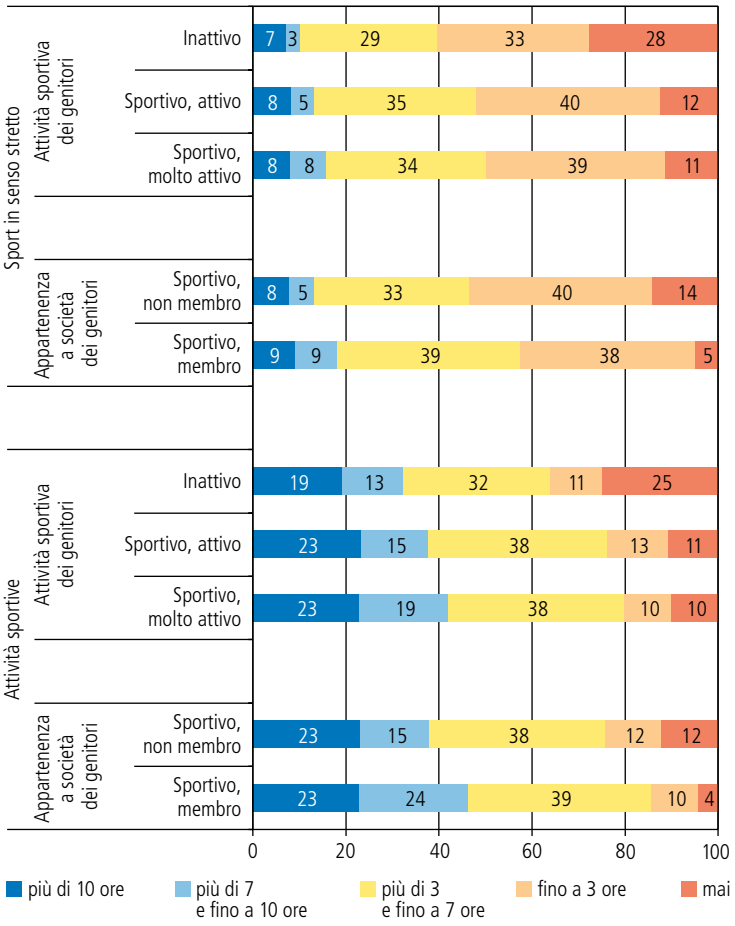
Nota: numero di persone intervistate: formazione: 1439; Reddito familiare: 1262. *I dati si riferiscono al genitore che ha acconsentito all'intervista del figlio e in seguito ha risposto ad alcune domande sull'attività sportiva e sulle caratteristiche socioeconomiche del nucleo familiare.

L'entusiasmo dei genitori per lo sport si trasmette ai bambini

Oltre alla formazione e al reddito anche l'entusiasmo dei genitori svolge un ruolo importante nella socializzazione sportiva dei figli. La figura 9.2 mostra che i figli di genitori attivi praticano sport con maggiore frequenza rispetto ai figli di genitori inattivi. In questo caso non è importante il grado di attività, ma il fatto che i genitori siano attivi o meno. I figli degli inattivi hanno il triplo di possibilità di essere inattivi rispetto ai figli dei genitori che praticano sport. Il fatto che i genitori siano membri di una società sportiva ha un ulteriore influsso sull'attività dei figli. L'«ereditarietà dell'entusiasmo per lo sport» funziona allo stesso modo per entrambi i sessi. Anche in questo caso le differenze sarebbero ancora più nette considerando entrambi i genitori.

La formazione, il reddito familiare, l'attività sportiva e l'appartenenza dei genitori a una società sportiva esercitano un influsso sulla pratica sportiva dei figli anche considerati singolarmente. Prendendo in esame lo sport in senso stretto, il livello di formazione e l'appartenenza a una società sportiva hanno l'influsso maggiore, mentre considerando lo sport in senso lato hanno un ruolo decisivo soprattutto il livello di formazione e l'attività sportiva dei genitori.

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 di persone intervistate: 1435. *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.

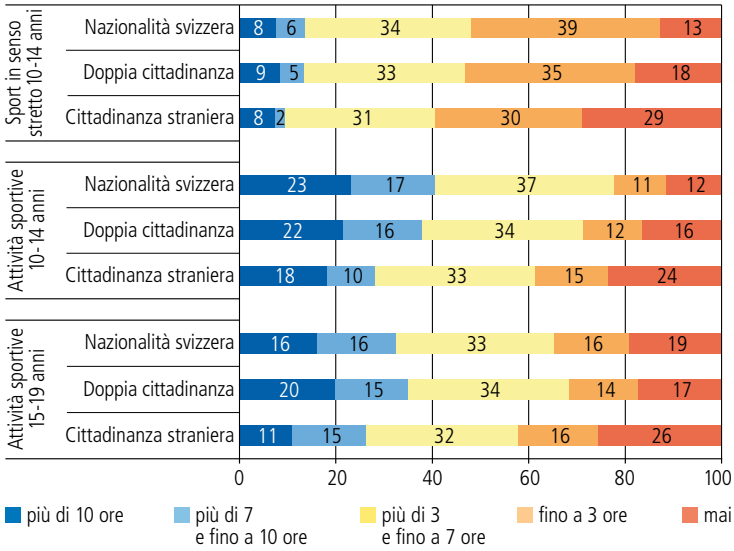
10. Passato migratorio

Le ragazze con un passato migratorio sono spesso inattive

Nel contesto della provenienza sociale, un fattore importante è rappresentato dal passato migratorio, che sarà esaminato in dettaglio nel presente capitolo. I bambini e i giovani con un passato migratorio praticano meno sport rispetto ai coetanei svizzeri. Come mostra la figura 10.1, questa affermazione vale soprattutto per la percentuale di inattivi e si accentua tra i bambini di 10-14 anni. A un primo sguardo, nella fascia d'età 15-19 il divario tra i giovani svizzeri e quelli stranieri sembra ridursi. Operando un'ulteriore differenza tra i sessi, tuttavia, è evidente che la carriera sportiva delle ragazze con passato migratorio si sviluppa in modo completamente diverso rispetto a quella dei ragazzi nella stessa situazione (cfr. figura 10.2). Mentre i ragazzi con passato migratorio sono attivi quanto i ragazzi svizzeri, tra le ragazze con passato migratorio solo l'11 per cento pratica sport per più di 7 ore a settimana e il 42 per cento è già del tutto inattivo.

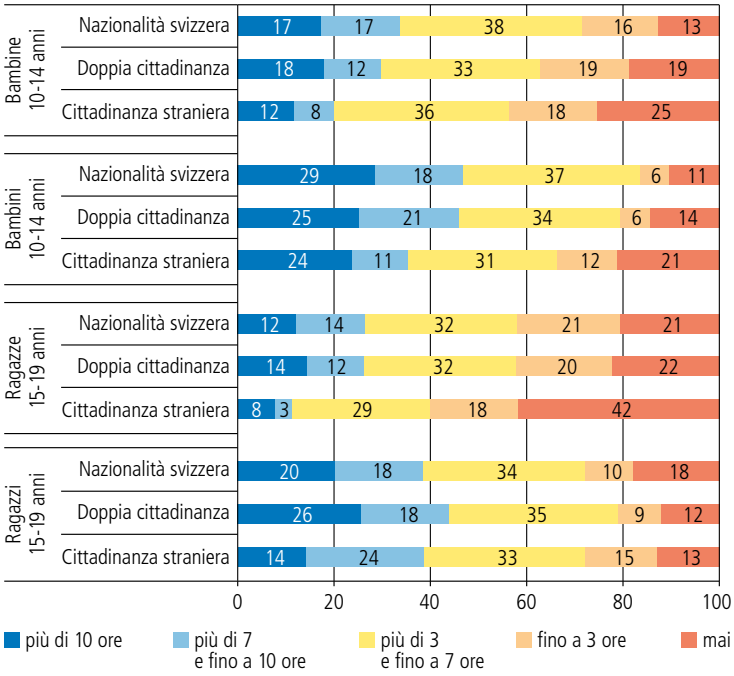
I dati sul numero medio di ore di sport settimanali nella tabella 10.1 sottolineano le marcate differenze tra i sessi per gli intervistati con passato migratorio. Bambine e ragazze di nazionalità straniera sono nettamente meno attive rispetto alle coetanee svizzere e ai bambini e ragazzi di nazionalità straniera. La figura 10.2 e la tabella 10.1 mostrano inoltre che con l'età le differenze non solo aumentano, ma diventano enormi tra le bambine e le ragazze con nazionalità straniera e le intervistate con doppia cittadinanza. Tra queste ultime le differenze con le intervistate svizzere senza passato migratorio sono praticamente inesistenti. Ciò significa che l'attività sportiva delle persone con passato migratorio si avvicina a quella degli svizzeri con l'aumentare della durata del soggiorno e dell'integrazione.

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



Nota: numero di persone intervistate: bambini 10-14 anni: 1524; giovani 15-19 anni: 1895. *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 «doppi cittadini» rientrano gli intervistati con nazionalità svizzera e straniera, se la nazionalità svizzera non è stata ottenuta prima di quella straniera.

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



Nota: numero di persone intervistate: bambini 10-14 anni: 1524; ragazzi 15-19 anni: 1895.

Le intervistate dell'Europa meridionale e sudorientale sono nettamente meno attive

Infine, la tabella 10.1 mostra che la zona di origine delle intervistate è un fattore fondamentale. Le intervistate provenienti dall'Europa occidentale e settentrionale hanno lo stesso comportamento delle svizzere; mentre i bambini e i giovani provenienti dalle stesse zone sono addirittura più sportivi dei coetanei svizzeri. Sono soprattutto le intervistate con passato migratorio (ma non gli intervistati) provenienti dall'Europa meridionale e sudorientale a situarsi molto al di sotto della media. In quest'ultimo caso, inoltre, è particolarmente evidente la grande discrepanza tra le molto attive, presenti in particolare tra le ragazze provenienti da Balcani, Turchia ed Europa orientale, e le inattive. Ciò significa che questa categoria di intervistate è molto o per niente attiva.

Considerando il significato attribuito allo sport e le motivazioni degli intervistati con passato migratorio che non praticano (più) sport, un dato salta all'occhio: non associano praticamente mai lo sport al relax. Rispetto alle ragazze che praticano sport, ma anche alle inattive di nazionalità svizzera, le migranti inattive mettono meno spesso in relazione lo sport con il piacere di muoversi e con il divertimento, con il cameratismo e con lo stare insieme, con il contatto con la natura nonché con la percezione del fisico e con la prestazione. Per contro, associano più di frequente lo sport agli infortuni. Per quanto concerne i motivi dell'inattività le migranti non si distinguono in modo sostanziale dalle inattive con cittadinanza svizzera; anche le migranti indicano come ragione principale (60 %) dell'inattività la mancanza di tempo. Altri motivi citati con una certa frequenza sono la mancanza di voglia (26 %) e altri interessi (11 %). Infortuni, esperienze negative, motivi finanziari, mancanza di offerta nonché luogo e orari scomodi degli impianti sportivi vengono invece menzionati solo di rado.

Il 57 per cento delle migranti inattive nella fascia dai 15 ai 19 anni ricomincerebbe volentieri a praticare uno sport. Alla domanda in merito all'ostacolo che impedisce loro di cominciare subito, il 92 per cento indica ancora una volta la mancanza di tempo, mentre il 16 per cento menziona ragioni finanziarie. Tra i fattori che potrebbero favorire la pratica sportiva troviamo la motivazione da parte di conoscenti o amici, un'offerta adeguata nei dintorni e un obiettivo definito.

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

		Bambine/ ragazze	Bambini/ ragazzi
Bambini 10-14 anni			
Nazionalità	Nazionalità svizzera	5,1	6,6
	Doppi cittadini	4,9	6,2
	Nazionalità straniera	3,4	5,1
Regione di provenienza con nazionalità straniera (compresi doppi cittadini)	Europa occidentale e settentrionale	4,8	7,4
	Europa meridionale	3,5	4,9
	Balcani, Turchia, Europa orientale	2,7	5,3
	Extraeuropei	3,7	5,5
Ragazzi 15-19 anni			
Nazionalità	Nazionalità svizzera	3,8	5,6
	Doppi cittadini	3,8	6,4
	Nazionalità straniera	1,3	5,2
Regione di provenienza con nazionalità straniera (compresi doppi cittadini)	Europa occidentale e settentrionale	4,0	6,2
	Europa meridionale	2,5	5,7
	Balcani, Turchia, Europa orientale	2,2	6,0
	Extraeuropei	2,6	5,4

Nota: numero di persone intervistate: bambini 10-14 anni: 1524; giovani 15-19 anni: 1895. 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 hanno un ruolo chiave nella pratica sportiva regolare

Per ciascuna disciplina o attività sportiva menzionata dagli intervistati abbiamo chiesto non solo la frequenza e la durata, ma anche il luogo dove queste vengono praticate. Questi dati permettono di tracciare un quadro dei vari contesti utilizzati dagli intervistati. La figura 11.1 fornisce una panoramica dell'importanza attribuita dai bambini di 10-14 anni ai diversi contesti sportivi, distinguendo tra sport in senso stretto e attività sportive e considerando inoltre la regolarità della pratica sportiva.

Il 60 per cento dei bambini di 10-14 anni pratica una disciplina sportiva almeno una volta a settimana. Nella pratica sportiva regolare le società assumono un ruolo chiave. Una parte della pratica sportiva regolare viene inoltre svolta in contesti non legati alle società sportive, insieme agli amici o ai genitori o per conto proprio. Questi tre contesti acquistano importanza considerando le attività non regolari e le attività sportive in senso lato. Queste ultime si svolgono spesso anche in ambito scolastico (p. es. nello sport scolastico facoltativo) o durante le vacanze e nei campi. La figura 11.1 mostra inoltre che le attività motorie degli inattivi si svolgono quasi sempre in modo non organizzato o eventualmente sono organizzate dalla scuola. Tra il 2008 e il 2014 non si riscontrano mutamenti di rilievo in questo ambito.

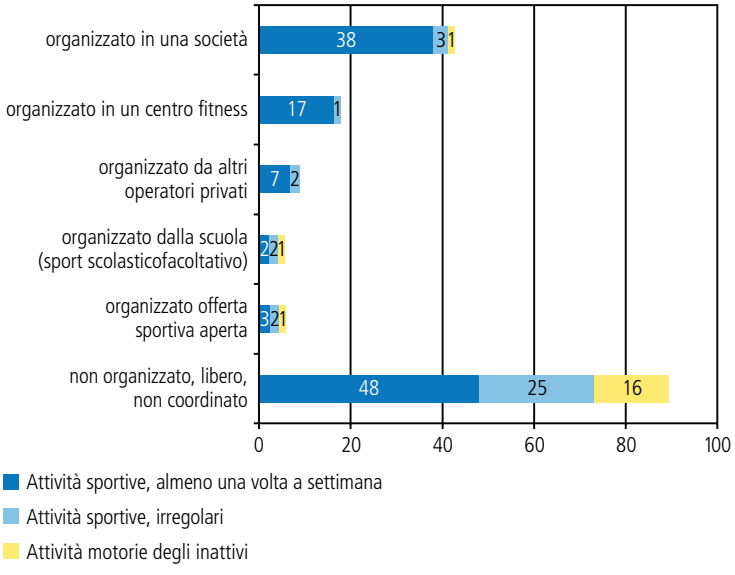
Con l'età lo sport non legato alle società acquista maggiore importanza

Tra gli intervistati più grandi perdono leggermente importanza sia le società sportive sia la scuola (cfr. figura 2.1). La società sportiva conserva comunque un ruolo rilevante: quasi i due terzi dei giovani attività pratica infatti una disciplina sportiva in una società almeno una volta a settimana. Nel contempo, tuttavia, il 17 per cento è già membro di un centro fitness e quasi la metà pratica almeno una volta alla settimana un'attività non legata a una società. Le attività non regolari e le attività motorie degli inattivi si svolgono quasi esclusivamente in contesti non legati a società sportive. Ciò significa che i membri di una società o di un centro fitness in questa fascia di età si avvalgono dell'offerta di norma almeno una volta a settimana.

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 di persone intervistate: 1521.

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 di persone intervistate: 1895.

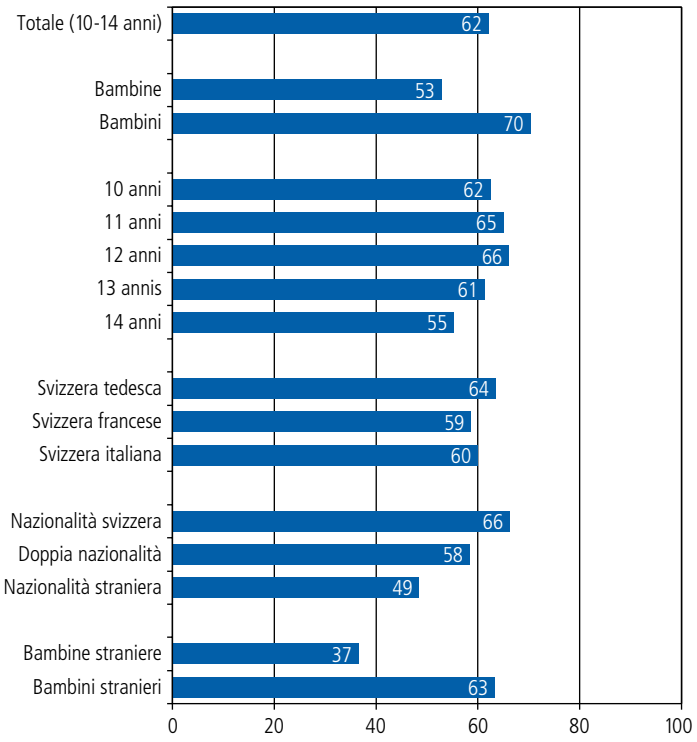
12. Sport nelle società sportive

Tra i 10 e i 14 anni quasi due bambini su tre sono iscritti in una società sportiva

Il 62 per cento dei bambini tra i 10 e i 14 anni è iscritto in una società sportiva (cfr. figura 12.1). Nella maggior parte dei casi i bambini sono attivi in una sola società; in questa fascia di età c'è tuttavia un 17 per cento che è affiliato a due società e il 2 per cento addirittura a tre o più.

Nel 2014 la percentuale di bambini tra i 10 e i 14 anni iscritti a una o più società sportive era esattamente la stessa del 2008. Negli ultimi sei anni non è cambiato praticamente nulla: i bambini continuano a fare sport nelle società più frequentemente delle bambine e il massimo di affiliazioni viene ancora raggiunto tra gli 11 e i 12 anni. Le differenze tra le regioni linguistiche sono relativamente trascurabili: la percentuale di iscrizioni nella Svizzera tedesca è solo leggermente superiore a quello della Svizzera francese e italiana.

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



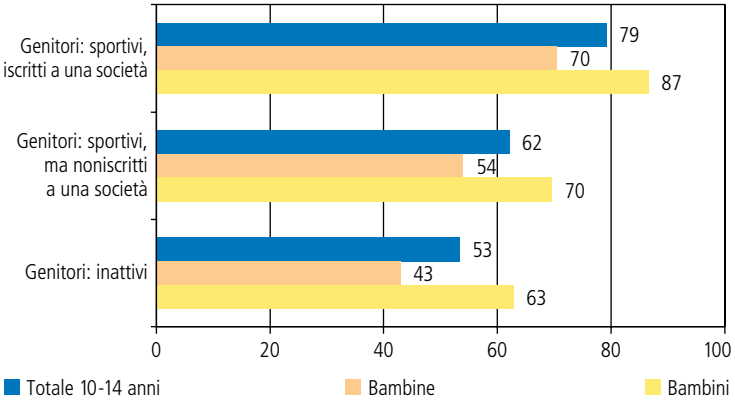
Nota: intervistati 1525 bambini.

L'impegno nelle società sportive è influenzato da fattori sociali

Tra i 10 e i 14 anni, per quanto riguarda la provenienza sono più attivi nelle società sportive i bambini che non hanno un passato migratorio; si nota inoltre una netta differenza tra i bambini aventi doppia nazionalità e i bambini che non hanno la nazionalità svizzera. All'interno di quest'ultimo gruppo c'è un marcato squilibrio tra i due sessi: se tra i bambini stranieri e quelli svizzeri non corrono differenze significative, solo un terzo delle bambine straniere è affiliato a una società sportiva. Nelle società sportive è molto più difficile incontrare bambine di nazionalità straniera che non bambini stranieri o bambine svizzere. Allo stesso tempo, è proprio in questo gruppo che si riscontra l'unico cambiamento degno di nota e statisticamente rilevante negli ultimi sei anni. Se nel 2008 solo il 26 per cento delle bambine di nazionalità straniera era iscritto a una società sportiva, oggi la quota è pur sempre del 37 per cento. In soli sei anni l'incremento è stato quasi del 50 per cento. In breve: è ancora relativamente raro che le bambine di nazionalità straniera pratichino sport in società sportive; tuttavia, negli sei ultimi anni queste affiliazioni sono molto notevolmente aumentate.

Tra i bambini di età compresa tra i 10 e i 14 anni che vivono in campagna o negli agglomerati, il 64 per cento è iscritto in una società sportiva; in città questa percentuale scende al 55 per cento. L'affiliazione a una società sportiva è direttamente proporzionale al grado di istruzione dei genitori e al reddito famigliare. Ancora più evidente è però la correlazione tra l'affiliazione dei figli e l'impegno nello sport dei genitori: se almeno uno dei due genitori è iscritto a una società sportiva è molto probabile che anche i bambini pratichino sport in una società (cfr. figura 12.2).

F 12.2: Percentuale di bambini tra i 10 e i 14 anni affiliati a una società sportiva, a seconda dell'impegno sportivo dei genitori* e del sesso



Nota: intervistate 1450 persone. *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 socio-economiche dell'economia domestica.

Le bambine prediligono le società di ginnastica, i bambini i club di calcio

La tabella 12.1 mostra a quali società sono iscritti i bambini tra i 10 e i 14 anni. Tra i maschi spopolano i club di calcio, che attirano circa un terzo di tutti i bambini in questa fascia d'età. Seguono le società di ginnastica e i club di tennis con una percentuale di iscritti superiore al 5 per cento e i club di unihockey o judo con più del 3 per cento. In cima alle preferenze delle bambine stanno le società di ginnastica, cui seguono, con un netto distacco, i club di danza, calcio, pallavolo, tennis, atletica leggera e nuoto. Nella scelta della società sportiva la nazionalità non influisce molto: anche per le bambine straniere lo sport più praticato in società è la ginnastica, seguita da danza, calcio, pallavolo, pallamano e nuoto.

T 12.1: Società sportive a seconda della percentuale di iscritti tra i 10 e i 14 anni, per sesso

Bambine			Bambini		
	% su tutte le bambine (10-14 anni)	% su tutte le bambine (10-14 anni) iscritte a una società sportiva		% su tutte le bambine (10-14 anni)	% su tutte le bambine (10-14 anni) iscritte a una società sportiva
Società di ginnastica	17,2	32,5	Club di calcio	29,7	42,3
Scuola di danza	6,3	11,8	Società di ginnastica	7,1	10,1
Club di calcio	4,6	8,6	Club di tennis	6,8	9,7
Club di pallavolo	4,0	7,6	Club di unihockey	4,7	6,6
Club di tennis	3,5	6,7	Club di judo	3,1	4,4
Club di atletica leggera	3,2	6,1	Club di pallamano	2,5	3,6
Club di nuoto	3,1	5,8	Club di pallacanestro	2,3	3,3
Club di equitazione	2,2	4,1	Sci club	2,2	3,1
Club di pallamano	1,9	3,6	Club di karate	2,1	3,0
Sci club	1,8	3,5	Club di hockey su ghiaccio	2,1	2,9
Gruppo di aerobica	1,7	3,2	Club di atletica leggera	2,1	2,9
Club di pallacanestro	1,6	3,0	Club di nuoto	2,0	2,8
Club di karate	1,6	2,9	Club di badminton	1,7	2,4
Club di pattinaggio su ghiaccio	1,4	2,7	Società di tiro	1,4	2,0
Club di unihockey	0,9	1,8	Club di ciclismo e rampichino	1,3	1,8
Club di badminton	0,9	1,7	Club di lotta svizzera	1,1	1,6
Club di judo	0,7	1,3	Club di vela	1,0	1,5
Società di corsa d'orientamento	0,4	0,8	Club di pallavolo	1,0	1,4
Club di vela	0,4	0,8	Club di tennistavolo	1,0	1,4

Nota: intervistati 1525 bambini.

Poiché sono noti solo gli sport praticati a livello agonistico da uno dei due genitori, non è possibile determinare con esattezza in che misura i figli «ereditino» dai genitori la scelta dello sport da praticare nel contesto di una società. Per il 10 per cento dei bambini tra i 10 e i 14 anni questo coincide con lo sport che il genitore intervistato ha praticato o pratica tuttora a livello agonistico. Le discipline sportive in cui si riscontra una più frequente correlazione tra le scelte dei genitori e quelle dei figli sono, tra le altre, l'atletica leggera (16 %), la pallavolo (16 %), la pallamano (15 %), la pallacanestro (15 %), l'equitazione (15 %), il tennistavolo (12 %), lo sci (12 %), il pattinaggio su ghiaccio (11 %) e il calcio (11 %).

Nella fascia d'età tra i 10 e i 14 anni, un bambino su otto fa parte di un'organizzazione giovanile

Il 12 per cento dei bambini tra i 10 e i 14 anni fa parte di un'organizzazione giovanile come ad esempio i boy scout o la Cevi. Tra questi, la maggior parte è affiliata anche a una società sportiva: il 55 per cento di tutti i bambini in questa fascia d'età è iscritto a di una società sportiva, il 7 per cento anche a un'organizzazione giovanile, il 5 % solo a un'organizzazione giovanile e il restante 33 per cento non fa parte né di una società sportiva né di un'associazione giovanile.

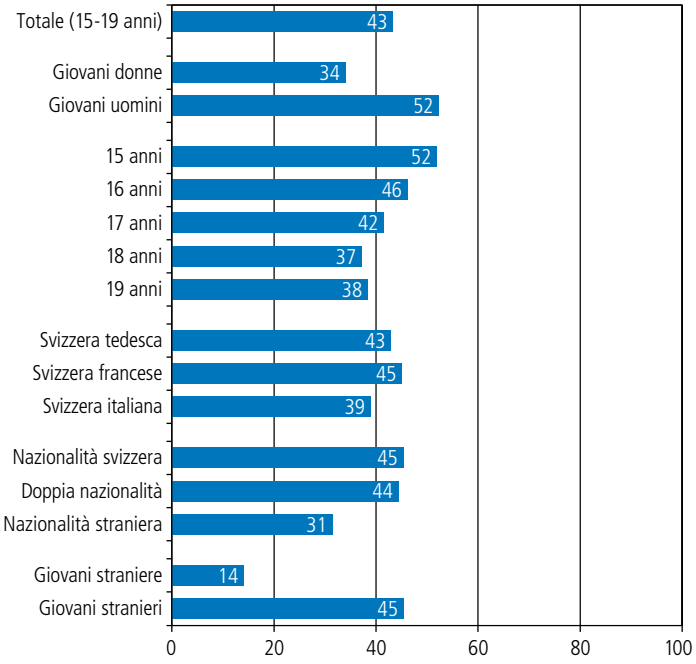
L'affiliazione alle organizzazioni giovanili diminuisce all'aumentare dell'età: se tra i 10 e i 12 anni ne fa parte il 15 per cento dei bambini, tra i 13 e i 14 anni questa percentuale si dimezza, attestandosi all'8 per cento. Le organizzazioni giovanili attraggono più frequentemente le bambine (14 %) rispetto ai bambini (11 %) e i giovani svizzeri (14 %) rispetto ai giovani di nazionalità straniera (10 %). Infine, le organizzazioni giovanili sono ubicate prevalentemente nella Svizzera tedesca, dove vi fa parte il 15 per cento dei bambini, a fronte del 10 per cento in Ticino e del 4 per cento nella Svizzera francese.

Il 43 per cento dei giovani tra i 15 e i 19 anni è membro attivo in una società sportiva

Tra i 15 e i 19 anni, il 43 per cento dei giovani è ancora membro attivo in una società sportiva; il 3 per cento è membro passivo (cfr. figura 12.3). Di questi, la maggior parte (82 %) è iscritta a una sola società sportiva, il 14 per cento a due e il 4 per cento a tre o più.

Per quanto concerne sesso, regione linguistica o nazionalità, nella fascia d'età tra i 15 e i 19 anni le tendenze sono le stesse riscontrate tra i bambini tra i 10 e i 14 anni (cfr. figura 12.3): le femmine praticano sport nelle società con frequenza minore rispetto ai maschi e gli stranieri meno frequentemente degli svizzeri. Anche il reddito famigliare e il domicilio si ripercuotono in modo significativo sull'affiliazione a una società, più rara per i giovani tra i 15 e i 19 anni che vivono in città e in condizioni economiche precarie. Le differenze tra le regioni linguistiche sono minime anche in questa fascia d'età. In questa fascia di età le affiliazioni sono addirittura leggermente più frequenti nella Svizzera francese che nella Svizzera tedesca, cosa notevole se si considerano le differenze riscontrate tra le due regioni linguistiche per quanto riguarda l'attività sportiva.

F 12.3: Percentuale di giovani tra i 15 e i 19 anni affiliati a una società sportiva



Nota: intervistati 1895 giovani.

È raro che le giovani donne con passato migratorio pratichino sport in una società

Il dato più evidente è ancora la bassa frequenza con cui le giovani donne di nazionalità straniera praticano sport in una società, differenziandosi nettamente dalle loro coetanee svizzere, che sono attive in una società nel 38 per cento dei casi, e dagli stranieri di sesso maschile, che fanno sport in una società in quasi un caso su due (45 %). In questa fascia d'età le differenze tra migranti di sesso maschile e femminile si accentuano; contrariamente a quanto è avvenuto le bambine tra i 10 e i 14 anni, negli ultimi sei anni la percentuale di giovani migranti attive in una società sportiva non è aumentata.

Rispetto al 2008, tra i giovani d'età compresa tra i 15 e i 19 anni la percentuale di membri attivi in una società sportiva è diminuita di tre punti percentuali. Il calo è più marcato tra i giovani uomini (–4 punti percentuali) che tra le giovani donne (–2) e nella Svizzera tedesca e italiana (–4) che nella Svizzera francese (–2). Colpisce il fatto che la flessione ha interessato soprattutto la percentuale di giovani svizzeri (–4), mentre la percentuale di giovani con doppia nazionalità è nettamente aumentata (+6); tra i giovani stranieri non si registrano cambiamenti significativi.

T 12.2: Sport più frequentemente praticati nelle società dai giovani tra i 15 e i 19 anni, in percentuale e per sesso

Giovani donne			Giovani uomini		
	% su tutte le giovani (15-19 anni)	% su tutte le giovani (15-19 anni) iscritte a una società sportiva		% su tutte le giovani (15-19 anni)	% su tutte le giovani (15-19 anni) iscritte a una società sportiva
Danza (compresa danza jazz)	5,7	16,5	Calcio	17,5	34,6
Ginnastica	4,7	13,7	Arti marziali	6,1	12,1
Pallavolo, beachvolley	4,0	11,5	Unihockey	5,0	9,8
Calcio	3,0	8,7	Tennis	4,2	8,4
Nuoto	2,8	8,1	Pallamano	2,9	5,7
Tennis	2,6	7,5	Ginnastica	2,8	5,5
Atletica leggera	2,3	6,5	Hockey su ghiaccio	2,7	5,3
Equitazione, sport equestri	2,2	6,2	Sci	2,1	4,1
Allenamenti del fitness, aerobica	2,0	5,9	Pallavolo, beachvolley	1,9	3,7
Arti marziali	1,8	5,3	Tiro	1,6	3,1
Unihockey	1,7	5,0	Atletica leggera	1,2	2,5
Sci	1,1	3,1	Pallacanestro	1,2	2,5
Pallamano	1,0	2,8	Nuoto	1,0	2,0
Camminate, escursioni in montagna	1,0	2,8	Badminton	1,0	2,0
Badminton	0,9	2,5	Jogging, corsa	0,9	1,8
Ciclismo (escluso rampichino)	0,8	2,2	Danza (compresa danza jazz)	0,8	1,6
Arrampicata, alpinismo	0,8	2,2	Camminate, escursioni in montagna	0,7	1,4

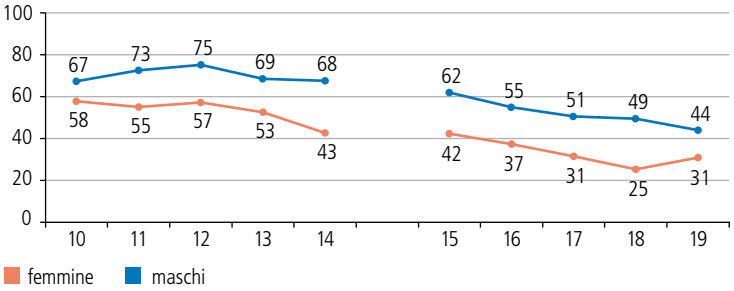
Nota: intervistati 1895 giovani.

La tabella 12.2 mostra quali sono gli sport che i giovani tra i 15 e i 19 anni praticano nelle società sportive. Per le giovani donne lo sport societario per eccellenza è la danza, seguita da ginnastica, pallavolo, calcio, nuoto, tennis, atletica ed equitazione. Come per i bambini, anche per i giovani il calcio è lo sport societario più amato; al secondo posto vengono le arti marziali, cui seguono unihockey, tennis, pallamano, ginnastica e hockey su ghiaccio.

L’abbandono dello sport mostra un andamento costante

La percentuale di iscritti a una società sportiva cala dal 62 per cento dei bambini tra i 10 e i 14 anni al 43 per cento dei giovani tra i 15 e i 19 anni. La figura 12.4 illustra con precisione l’abbandono dello sport societario da parte dei giovani. La percentuale dei giovani uomini iscritti a una società sportiva è superiore a quella delle giovani donne in tutte le fasce d’età; le differenze tendono tuttavia ad accentuarsi tra i 14 e i 18 anni, il che dimostra che le giovani donne cominciano ad abbandonare lo sport prima dei loro coetanei maschi. Dai 12 anni in su, l’abbandono è più o meno costante. Tra i giovani (sia di sesso maschile che di sesso femminile) non si riscontra una vera e propria interruzione. La percentuale di affiliazioni si rialza leggermente tra le giovani di 19 anni e si attesta pur sempre al 30 per cento per le donne tra i 20 e i 24 anni, mentre tra gli uomini della stessa età diminuisce ancora fino al 38 per cento.

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



Nota: intervistati 1525 bambini tra i 10 e i 14 anni e 1893 giovani tra i 15 e i 19 anni.

Cameratismo, regolarità dell'allenamento e competizioni sono la molla che fa scattare l'iscrizione a una società sportiva

Le tabelle 12.3 e 12.4 illustrano i motivi per i quali si pratica sport in una società sportiva. Per quasi due terzi dei bambini la ragione è il tipo di sport; la metà circa si iscrive a una società perché apprezza particolarmente l'allenamento. Ben più della metà dei bambini sottolinea il fatto di avere compagni e amici nella società; infine, come motivi per l'iscrizione vengono indicati relativamente spesso anche le competizioni e la presenza di allenatori o monitori capaci. Rispetto al 2008, competizioni e amici vengono citati con una frequenza leggermente maggiore.

Per i giovani il piacere di stare in compagnia acquisisce un'importanza ancora maggiore. Tra i fattori che hanno un ruolo determinante per l'iscrizione a una società figurano tuttavia anche la qualità e la regolarità dell'allenamento, il tipo di sport e la possibilità di prendere parte a competizioni, così come la presenza di allenatori o monitori capaci. Vicinanza geografica, prezzo conveniente, esempi da seguire o un particolare legame con la società sono citati solo raramente e non sembrano avere un'influenza diretta sull'affiliazione.

T 12.3: Motivi per l'appartenenza a una società sportiva per i bambini tra i 10 e i 14 anni

	Citazione (in % su tutti gli iscritti a una società)	Variazioni 2008-2014 (in punti percentuali)
Mi piace lo sport	63,4	–4
Anche amici/compagni sono nella società	58,4	+8
Mi piacciono gli allenamenti	47,1	+2
Per via delle competizioni	23,8	+10
Mi piace l'allenatore/il monitore	16,3	+3
Per via della vicinanza	2,0	+1
Sono fiero di appartenere alla società	2,0	+1
Per via di altre persone	0,9	0
Perché ho un esempio da seguire	0,7	+1
Per via di genitori/parenti	0,6	0

Nota: intervistati 942 bambini (membri di una società sportiva). Riassunto delle risposte alla domanda: «Nella tua società sportiva, che cosa ti piace in particolare?»

T 12.4: Motivi per l'appartenenza a una società sportiva per i giovani tra i 15 e i 19 anni

	Citazione (in % su tutti gli iscritti a una società)	Variazioni 2008-2014 (in punti percentuali)
Per il cameratismo/lo spirito di gruppo	39,4	+4
Anche amici/compagni sono nella società	33,2	–4
Allenamenti regolari, orari fissi	23,8	–4
L'allenamento è buono, l'offerta mi piace	17,1	0
Questo sport si può praticare solo nel contesto di una società	16,1	+2
Per via delle competizioni	15,7	+4
Mi piace l'allenatore/il monitore	6,9	+3
Tradizione/abitudine: ne faccio parte sin da bambino	3,7	+2
Per via della vicinanza	3,3	+2
Prezzo contenuto, buon rapporto prezzo/prestazioni	3,0	+1
Sono fiero di appartenere alla società	1,9	+2
Perché ho un esempio da seguire	1,0	+1

Nota: intervistati 803 giovani (membri di una società sportiva). Riassunto delle risposte alla domanda: «Puoi dirmi i motivi principali che ti spingono a praticare sport in una società?»

I passaggi da una società sportiva all'altra sono sempre più frequenti

Quasi la metà (47 %) di tutti i bambini tra i 10 e i 14 anni ha già lasciato almeno una volta una società o un'organizzazione giovanile. I maschi cambiano società sportiva più spesso (51 %) delle femmine (43 %); i passaggi sono decisamente più frequenti nella Svizzera tedesca (52 %) e nella Svizzera italiana (48 %) che nella Svizzera francese (33 %). Questa differenza tra le regioni linguistiche potrebbe anche essere imputabile al fatto che nella Svizzera francese ci sono meno organizzazioni giovanili, enti in cui si registra un elevato tasso d'abbandono a partire dal 12° anno d'età.

Con l'età aumenta naturalmente la percentuale di giovani che hanno già cambiato o abbandonato società od organizzazione giovanile almeno una volta: tra i 15 e i 19 anni è il 69 per cento. Anche in questa fascia d'età i maschi cambiano società leggermente più spesso delle femmine; scompaiono invece le differenze tra le regioni linguistiche. La tabella 12.5 evidenzia una differenza importante tra bambini e giovani: se la maggior parte degli abbandoni da parte dei bambini va ricondotta al passaggio a un'altra società, per il 40 per cento dei giovani uscire da una società significa spesso dire addio allo sport societario.

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

	10-14 anni	15-19 anni
Giovani che non sono mai stati iscritti a una società	21	17
Giovani precedentemente iscritti a una società	17	40
Affiliati che hanno già cambiato società almeno una volta	30	29
Affiliati che non hanno mai cambiato società	32	14
Totale	**100**	**100**

Nota: intervistati 1525 bambini tra i 10 e i 14 anni e 1893 giovani tra i 15 e i 19 anni.

Il fatto che i giovani abbandonano e cambino spesso società sportiva non è una novità. Già nel 2008 si era potuta riscontrare un'elevata percentuale di passaggi da una società all'altra. Il numero delle defezioni, tuttavia, è aumentato ancora negli ultimi sei anni: per i bambini è passato dal 44 al 47 per cento e per i giovani dal 63 al 69 per cento. Dal 2008 è aumentata anche la percentuale di sportivi che hanno cambiato società più di una volta: per i bambini è passata dal 10 al 13 per cento e per i giovani dal 30 al 40 per cento. Il 7 per cento dei giovani ha cambiato società almeno quattro volte.

L'età in cui i bambini entrano in una società sportiva si abbassa sempre di più

Gli ultimi anni hanno visto consolidarsi anche un'altra tendenza: l'età in cui i bambini si iscrivono a una società sportiva si abbassa sempre di più. Il 25 per cento dei bambini tra i 10 e i 14 anni attualmente affiliati è entrato per la prima volta in una società o in un'organizzazione giovanile già a cinque anni, se non prima. Nel 50 per cento dei casi circa la prima iscrizione è avvenuta tra i sei e gli otto anni; per un 20 per cento circa dei bambini tra i 9 e i 10 anni e solo per il 7 per cento dopo il decimo anno d'età. Quanto presto si entra in una società, tanto prima la si abbandona: due terzi dei bambini che hanno già cambiato società almeno una volta aveva meno di sette anni quando si è iscritto per la prima volta a una società o un'organizzazione giovanile.

In media la prima iscrizione a una società o a un'organizzazione giovanile avviene esattamente all'età di sette anni; i maschi sono mediamente ancora più precoci (6,8 anni) delle femmine (7,2 anni). Per le bambine straniere, la prima affiliazione avviene in media un po' più tardi (a 7,8 anni); a questo riguardo non si riscontrano differenze significative tra le regioni linguistiche.

Il primo incontro con lo sport societario avviene spesso nei club di calcio e nelle società di ginnastica

Quando si iscrivono per la prima volta a una società sportiva, i bambini scelgono, nella maggior parte dei casi, un club di calcio o società di ginnastica, oppure un club di tennis o un'organizzazione giovanile. Il 28 per cento dei bambini ha iniziato la propria carriera sportiva in un club di calcio, il 26 per cento in una società di ginnastica, l'8 per cento in un club di tennis o in un'organizzazione giovanile. Per il 5 per cento dei bambini il primo contatto con lo sport societario avviene in un club di nuoto, una scuola di danza o un club di atletica leggera. Generalmente, le bambine accordano la propria preferenza alle società di ginnastica, danza o nuoto, mentre i bambini ai club di calcio; questa tendenza è particolarmente accentuata tra i bambini di nazionalità straniera. In compenso, è raro che questi ultimi inizino la propria carriera sportiva in un club di tennis, sci o nuoto.

Il 56 per cento dei bambini motiva la scelta di una determinata società con il tipo di sport: questa percentuale ama particolarmente un certo sport o lo vuole provare. Un terzo cita inoltre il fatto di esser stato motivato da compagni, amici, fratelli o sorelle già iscritti alla società. Il 13 per cento è stato influenzato dai genitori, che praticavano lo stesso sport e in alcuni casi erano anche affiliati alla stessa società, oppure vi hanno semplicemente iscritto il figlio. Quasi mai vengono citati altri modelli (ad es. famosi campioni).

La tabella 12.6 illustra i motivi che hanno portato a lasciare la società; il più frequente è la perdita di interesse o di piacere per lo sport. I più giovani citano anche il passaggio a un'altra società; altri motivi importanti sono scuola, stress e pressioni, oltre all'impegno elevato richiesto dagli allenamenti. Infine, anche l'insoddisfazione e i problemi con gli allenamenti, gli orari, il monitore o altri giovani possono causare l'abbandono di una società.

T 12.6: Motivi che portano a lasciare una società sportiva (in % di tutti i giovani che hanno lasciato una società sportiva)

	10-14 anni	15-19 anni
Perduto interesse/piacere per quello sport	36	27
Passaggio ad altri sport	25	11
Lo sport ha sottratto tempo allo studio	12	11
Troppo stress/troppe pressioni	8	6
Avrei dovuto dedicare più tempo all'allenamento	8	12
Cambio di domicilio	7	10
Non mi piaceva l'allenamento	7	6
Problemi/insoddisfazione con l'allenatore/monitore	7	6
Orari di allenamento poco pratici	7	10
Problemi con altri giovani, mobbing	6	3
Altri interessi/hobby (al di fuori dello sport)	4	4
Infortunio durante la pratica sportiva	4	4
Non sono riuscito a raggiungere gli obiettivi di prestazione che mi ero prefissato in quello sport	4	4
Motivi di ordine organizzativo: cambiamenti nell'offerta sportiva	3	6
Anche altri amici sono andati via	2	1
Anche il mio (migliore) amico è andato via	2	1
Motivi economici: lo sport era/è diventato troppo caro	1	2
I genitori mi hanno spinto a smettere	1	0
Nessun motivo	1	1

Intervistati 676 bambini tra i 10 e i 14 anni e 710 giovani tra i 15 e i 19 anni che hanno già lasciato una società sportiva e hanno citato un motivo per l'abbandono. Gli intervistati avevano la possibilità di indicare più risposte; la somma dei valori pertanto non arriva al 100 %.

Tra i bambini tra i 10 e i 14 anni circa l'80 per cento ha parlato con qualcuno della propria decisione di lasciare la società. Nell'88 per cento dei casi si è trattato di un famigliare, per il 7 per cento dell'allenatore della vecchia società e per il 4 per cento di amici o compagni. Anche il 74 per cento dei giovani tra i 15 e i 19 anni ha discusso con qualcuno le proprie intenzioni e anche in questo caso si è trattato spesso di un famigliare (70 %). Contrariamente ai bambini, in molti casi i giovani ne hanno parlato anche con l'allenatore (40 %) o con amici e compagni (18 %).

Se l'offerta è adeguata e viene dato supporto non è escluso un riavvicinamento alla società

Di tutti i bambini attualmente non affiliati il 44 per cento non esclude di iscriversi (nuovamente) a una società sportiva. Il 28 per cento lo farebbe solo a determinate condizioni; un altro 28 per cento lo esclude. La tabella 12.7 illustra i presupposti per una (nuova) affiliazione. Oltre a «più tempo», i bambini vorrebbero un'offerta adeguata e supporto da parte di altre persone.

Tra i giovani attualmente non iscritti a una società addirittura il 49 per cento potrebbe prendere in considerazione l'idea di affiliarsi (di nuovo). Il 24 per cento si (re)iscriverebbe solo a determinate condizioni e solo il 27 per cento rifiuta categoricamente l'idea. A questo riguardo non si rilevano differenze significative tra femmine e maschi.

T 12.7: Presupposti per un eventuale riavvicinamento a una società sportiva (citazioni in % di tutti i bambini tra i 10 e i 14 anni che prendono in considerazione l'idea di affiliarsi)

	in %
Più tempo	26
Offerta adeguata nelle vicinanze	23
Motivazione da parte di altre persone	22
Maggiore/vero piacere	12
Socializzazione	8
Livello di prestazione adeguato	5
Un buon allenatore o una buona attività in allenamento	4
Chiari obiettivi da perseguire	3
Orari d'allenamento diversi, offerte più flessibili	2
(Maggior) supporto da parte dei genitori	1

Nota: intervistati 352 bambini tra i 10 e i 14 anni 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.

Un quarto dei giovani s'impegna per lo sport a titolo benevolo e volontario

Tra i 15 e i 19 anni molti giovani non si limitano a fare sport: come illustra la tabella 12.8, circa un quarto si impegna anche per la società sportiva, ricoprendo un incarico o mettendosi a disposizione come aiutante. I giovani uomini si impegnano per lo sport più frequentemente delle giovani donne; tuttavia, se si considera che i maschi praticano sport in una società con maggiore frequenza rispetto alle femmine, la situazione si capovolge: tra i 15 e i 19 anni, il 44 per cento degli affiliati di sesso femminile si impegna per lo sport a titolo volontario e nella maggior parte dei casi gratuito, contro il 41 per cento degli affiliati di sesso maschile. Nel caso più frequente ci si adopera come aiutanti presso la società sportiva a cui si è iscritti.

Del 15 per cento dei giovani affiliati che si è già assunto un incarico ben definito all'interno della propria società, i due terzi sono attivi anche come allenatori o monitori, un quinto come arbitro e un decimo collabora all'organizzazione di un evento sportivo. Solo il 2 per cento dei giovani che hanno un incarico siedono nel comitato direttivo. A questi impegni si aggiungono anche altri compiti e incarichi; di conseguenza, già a questa età un volontario su otto ricopre più di una carica.

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

			Giovani uomini		Giovani donne	
	in % su tutti i giovani (15-19 anni)	**in % su tutti i membri attivi**	**in % su tutti i maschi (15-19 anni)**	**in % su tutti i membri attivi**	**in % su tutte le femmine (15-19 anni)**	**in % su tutti i membri attivi**
Incarico all'interno della società	7	15	9	15	5	13
Incarico esterno alla società	1	2	1	2	1	3
Supporto interno/per la società	12	25	14	24	10	26
Supporto esterno alla società	5	6	6	5	5	9
Impegno benevolo nello sport nel complesso	**24**	**42**	**27**	**41**	**20**	**44**

Nota: intervistati 1895 giovani tra i 15 e i 19 anni, 803 membri attivi. Gli intervistati potevano indicare più forme di impegno.

I volontari dedicano in media due ore alla settimana ai loro incarichi

In media i giovani dedicano due ore a settimana al loro incarico. Per il 45 per cento dei volontari l'impegno non richiede più di un'ora alla settimana, nel 19 per cento dei casi le ore dedicate ogni settimana alla società sono più di tre e nel restante 36 per cento l'impegno in termini di tempo varia da una a tre ore settimanali. Circa il 60 per cento dei giovani s'impegna a titolo puramente gratuito; il restante 40 per cento viene retribuito almeno in parte per qualche centinaia di franchi all'anno. Solo in qualche caso isolato l'indennizzo supera i 1000 franchi all'anno.

D'altronde, solo in rari casi la retribuzione è il motivo che induce a impegnarsi nell'ambito della società sportiva; anche il riconoscimento del lavoro svolto e la sua spendibilità in altri ambiti hanno un ruolo subordinato. I volontari sono spronati soprattutto dalle seguenti motivazioni: «piacere per l'attività» (42 % delle persone che ricoprono un incarico), «lo faccio per la società e i compagni» (24 %), «il lavoro è utile e importante per la società» (20 %), «mi piace lavorare con e per gli altri» (16 %), «mi è stato chiesto e nessun altro si sarebbe assunto l'incarico» (14 %), «posso fare qualcosa di concreto e assumermi delle responsabilità» (14 %).

Il 45 per cento dei giovani che s'impegnano volontariamente nell'ambito della società sportiva è molto soddisfatto del proprio incarico, il 51 per cento si dice soddisfatto, il 3 per cento in parte soddisfatto e solo l'1 per cento piuttosto insoddisfatto. Dato l'alto livello di soddisfazione, non stupisce che il 75 per cento assumerebbe nuovamente l'incarico, se ricevesse una richiesta in tal senso. Il 17 per cento accetterebbe a determinate circostanze e solo l'8 per cento tenderebbe a rifiutare.

L'impegno dei giovani che si adoperano come aiutanti o a titolo benevolo al di fuori di una società è, con una media di 4,5 ore al mese, leggermente inferiore a quello di chi ha un incarico all'interno della società. Circa un aiutante su sei è retribuito almeno in parte; tuttavia, solo in rari casi l'indennizzo supera i 1000 franchi all'anno. Anche senza retribuzione la grande maggioranza degli aiutanti è soddisfatta dell'impegno profuso all'interno e all'esterno della società (cfr. tabella 12.9).

T 12.9: Tempo dedicato all'impegno benevolo nello sport, retribuzione e soddisfazione (giovani tra i 15 e i 19 anni)

		Giovani che svolgono un incarico all'interno della società (in ore o %)	Aiutanti* (in ore o %)
Impegno in termini di tempo	media aritmetica	2,0 ore alla settimana	4,5 ore al mese
	valore mediano	1,5 ore alla settimana	2 ore al mese
Retribuzione	nessuna retribuzione	58	83
	in parte retribuito	29	10
	in gran parte retribuito	4	3
	retribuito del tutto	9	4
Soddisfazione	molto soddisfatto	45	30
	soddisfatto	51	61
	parzialmente soddisfatto	3	7
	piuttosto insoddisfatto	1	2
	molto insoddisfatto	0	0

Nota: intervistate 133 persone con un incarico all'interno della società e 311 aiutanti. *Supporto interno/per la società così come supporto e incarichi esterni alla società.

Quasi la metà dei membri attivi sarebbe pronta a ricoprire in futuro una carica sociale

Il 45 per cento dei giovani tra i 15 e i 19 anni che praticano sport come membri attivi di una società può prendere in considerazione l'idea di ricoprire una carica sociale. Questa propensione è leggermente maggiore tra le femmine (49 %) che tra i maschi (43 %). Tuttavia, un fattore ancor più decisivo del sesso è l'essersi già impegnati nell'ambito della società: di tutte le persone che già oggi dà una mano nella società, il 55 per cento può prendere in considerazione l'idea di assumere una carica sociale in futuro, a condizione naturalmente di ricevere una richiesta in tal senso. Al momento del sondaggio solo il 27 per cento delle persone disponibili a impegnarsi aveva ricevuto una simile richiesta; il restante 73 per cento non ancora. I principali motivi che indurrebbero invece a un rifiuto sono la mancanza di tempo e altri impegni o interessi. Inoltre, alcuni giovani non si sentono sufficientemente qualificati oppure pensano di essere troppo giovani.

13. Sport a scuola

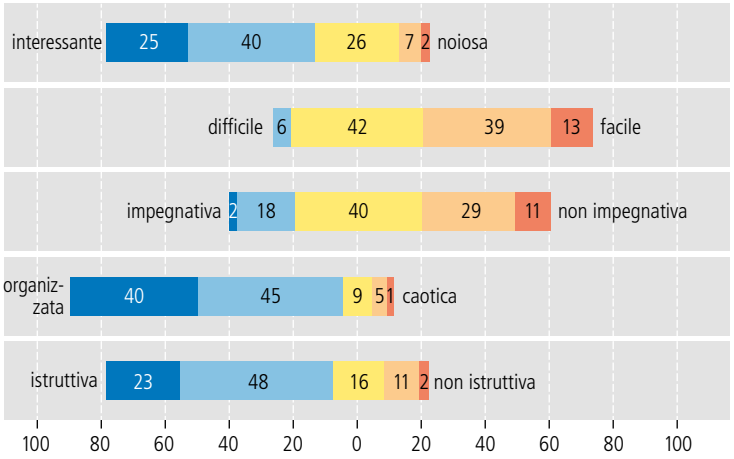
Interessante e istruttiva: i bambini promuovono l'educazione fisica a pieni voti

Finora abbiamo descritto l'attività sportiva dei giovani al di fuori dell'educazione fisica scolastica. In questo capitolo dedichiamo un po' più d'attenzione anche allo sport scolastico, sebbene quest'analisi possa basarsi esclusivamente sulle dichiarazioni dei bambini tra i 10 e i 14 anni. A loro è stato innanzitutto chiesto quante lezioni di educazione fisica svolgono di norma con la propria classe. Esattamente i tre quarti hanno risposto che fanno almeno tre lezioni di educazione fisica alla settimana, mentre il restante quarto non raggiunge le tre lezioni settimanali. Tuttavia, le stime di quanto sport viene svolto sono troppo vaghe e generiche per permettere di capirne il motivo e se in questi casi venga rispettato o meno l'obbligo delle tre ore di educazione fisica alla settimana.

Alla domanda se le lezioni di educazione fisica con la classe si svolgono regolarmente o meno, l'87 per cento dei bambini risponde che non capita praticamente mai di saltare una lezione. Il 13 per cento riferisce che capita a volte e solo lo 0,5 per cento afferma che succede spesso. Al 13 per cento che riferisce di saltare talvolta le lezioni è stato chiesto di indicare con quale frequenza ciò si sia verificato nelle ultime quattro settimane. Nel 42 per cento dei casi non è mai successo, per il 29 per cento una volta, per il 17 per cento due, per l'8 per cento tre e per il restante 4 per cento almeno quattro volte.

I bambini promuovono l'educazione fisica a pieni voti. Su una scala da 1 (nullo) a 6 (molto buono) le lezioni raggiungono una nota media di 5,0. In risposta a domande concernenti aspetti specifici i bambini descrivono l'educazione fisica scolastica come interessante e istruttiva, ben organizzata e abbastanza impegnativa ma non troppo difficile (v. figura 13.1). A questo riguardo non si riscontrano differenze rilevanti in base a sesso, livelli di età, regioni linguistiche e nazionalità. Crescendo i bambini valutano l'educazione fisica in modo leggermente meno positivo; tendenzialmente la giudicano meno interessante e istruttiva ma più impegnativa. L'educazione fisica riceve una nota un po' più bassa nella Svizzera francese. I bambini della Svizzera italiana la trovano un po' meno difficile e impegnativa ma al tempo stesso più istruttiva della media.

F 13.1: Valutazione dell'educazione fisica da parte dei bambini tra i 10 e i 14 anni (in %)



Nota: intervistati tra 1499 e 1508 bambini a seconda della domanda. 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 ai poli, tanto maggiore è il grado di accordo.

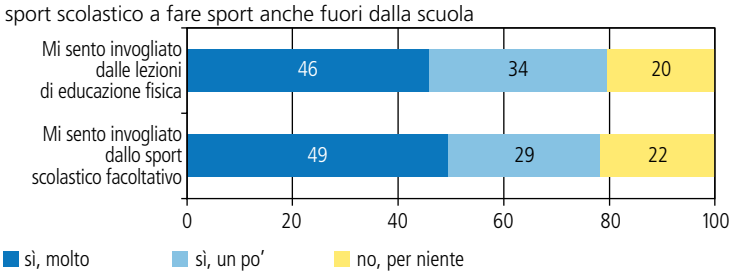
Lo sport scolastico facoltativo attira anche i meno sportivi

Oltre che sullo sport scolastico obbligatorio, ai bambini sono state fatte domande anche sullo sport scolastico facoltativo. Il 55 per cento dei bambini tra i 10 e i 14 anni afferma che la propria scuola offre attività di sport scolastico facoltativo. Il 26 per cento partecipa a queste attività, il 28 per cento l'ha fatto in passato e il 46 per cento non vi ha ancora partecipato. Lo sport scolastico facoltativo coinvolge in egual misura femmine e maschi; è degno di nota che non si riscontrano grandi differenze in base alla nazionalità: i bambini stranieri vi aderiscono con frequenza addirittura lievemente superiore rispetto ai bambini svizzeri. Per una volta, quest'affermazione vale anche per le bambine con passato migratorio, che prendono parte alle attività di sport scolastico facoltativo con la stessa frequenza dei bambini con lo stesso background. Lo sport scolastico facoltativo non è semplicemente un'offerta aggiuntiva sfruttata soprattutto da chi fa già comunque molto sport, bensì è una possibilità che attrae sempre più giovani che praticano meno attività sportiva e non sono affiliati a una società. I bambini che praticano meno di tre ore di sport alla settimana al di fuori delle lezioni di educazione fisica partecipano più spesso alle attività di sport scolastico facoltativo rispetto ai bambini che fanno più di tre ore di sport.

Lo sport scolastico sprona a fare sport anche fuori dalla scuola

Questi risultati sottolineano l'importanza dello sport scolastico facoltativo proprio per quei bambini a cui riesce un po' più difficile iniziare a praticare uno sport. La figura 3.2 illustra in che percentuale lo sport scolastico facoltativo e l'educazione fisica obbligatoria motivano i bambini a fare sport anche al di fuori del contesto scolastico. Quasi la metà dei bambini è molto stimolata dallo sport a scuola, un terzo si sente invogliato almeno un po' e solo un quinto non lo è per niente. È particolarmente positivo il fatto che anche a questo riguardo non si rileva nessuna differenza significativa tra maschi e femmine e tra bambini svizzeri e bambini di nazionalità straniera. Ad esempio, l'educazione fisica e lo sport scolastico facoltativo invogliano a praticare sport anche al di fuori della scuola i tre quarti delle bambine con radici nella migrazione.

F 13.2: Percentuale dei bambini tra i 10 e i 14 anni che si sente invogliata dallo sport scolastico a fare sport anche fuori dalla scuola



Nota: a proposito delle lezioni di educazione fisica sono stati intervistati 1525 bambini tra i 10 e i 14 anni; a proposito dello sport scolastico facoltativo sono stati intervistati tutti i bambini tra i 10 e i 14 anni (in totale 414) che avevano già partecipato ad un'attività di questo tipo.

La popolarità delle settimane bianche non subisce flessioni

Anche i campi di sci scolastici e non contribuiscono in misura non secondaria all'entusiasmo per gli sport della neve. Il fatto che più della metà dei bambini tra i 10 e i 14 anni e due terzi dei ragazzi tra i 15 e i 19 anni abbiano già partecipato a un campo di sci o snowboard ne dimostra la popolarità. Di norma i giovani vivono la settimana bianca come un'esperienza positiva o addirittura molto positiva: è piaciuta molto al 56 per cento dei giovani, molto al 33 per cento e abbastanza all'8 per cento. Solo il 3 per cento parla di esperienze meno positive o negative; in questo caso la percentuale dei bambini e quella dei giovani sono praticamente identiche. Sia tra i bambini che tra i giovani, femmine e maschi partecipano ai campi di sport della neve nella stessa percentuale e li apprezzano in egual misura. Contrariamente a quanto riscontrato per lo sport scolastico facoltativo, la nazionalità influisce invece sull'atteggiamento nei confronti delle settimane bianche. Se la partecipazione e il gradimento dei giovani con doppia nazionalità non si differenziano da quelli dei giovani svizzeri senza passato migratorio, i giovani di nazionalità straniera fruiscono meno sovente dei campi di sport della neve e li apprezzano anche un po' meno. Le differenze sono però meno nette rispetto alle attese; inoltre, tra i giovani con radici nella migrazione partecipazione e gradimento non cambiano a seconda del sesso.

14. Abilità sportive

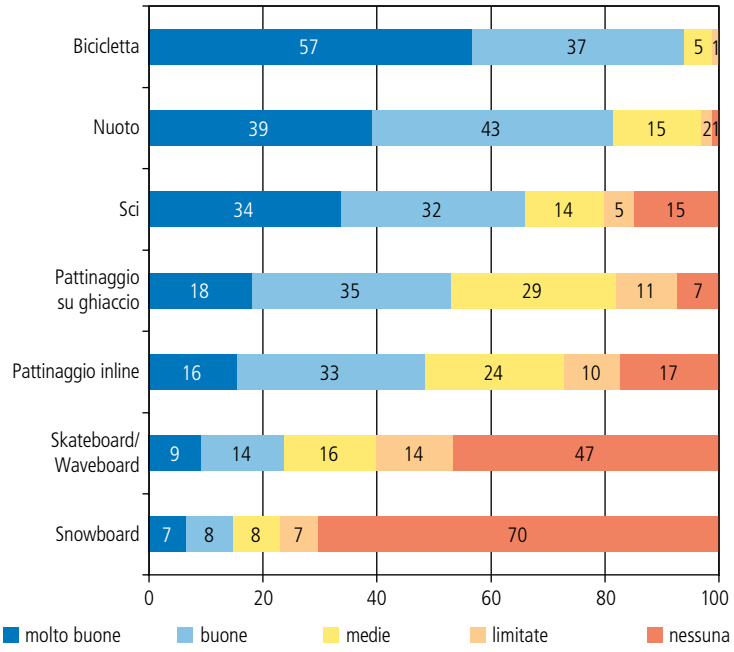
La maggior parte dei bambini tra i 10 e i 14 anni sa andare in bicicletta, nuotare e sciare bene

I bambini tra i 10 e i 14 anni dovevano indicare il proprio livello di abilità in diverse discipline sportive. La figura 14.1 mostra che la maggior parte afferma di saper nuotare e andare i bicicletta bene o addirittura molto bene. Nello sci si ritengono bravi i due terzi dei bambini, nel pattinaggio sul ghiaccio oltre la metà, nel pattinaggio inline quasi uno su due. Invece, solo una minoranza padroneggia skateboard, waveboard e snowboard. Le abilità sportive nella fascia d'età tra i 10 e i 14 anni non sono cambiate molto dal 2008. La percentuale di bambini che giudica da buone a molto buone le proprie abilità sulle due ruote, sugli sci e sullo snowboard è rimasta praticamente invariata rispetto a sei anni fa. Per quanto riguarda il nuoto, questa percentuale è cresciuta dal 78 all'83 per cento. È lievemente migliorata anche la valutazione delle proprie abilità sui pattini da ghiaccio, mentre è leggermente peggiorato il voto che i bambini si danno nel pattinaggio inline.

Le bambine se la cavano meglio sui pattini da ghiaccio, i maschi sullo skateboard

In alcuni sport le abilità di maschi e femmine sono diverse. Le bambini si giudicano più brave nel nuoto, nel pattinaggio su ghiaccio e nel pattinaggio in linea, i bambini invece nello skateboard. I bambini svizzeri si definiscono bravi o molto bravi nello sci più spesso (70 %) dei bambini con doppia nazionalità (67 %) e dei bambini di nazionalità straniera (45 %); lo stesso vale per lo snowboard, in cui il 18 per cento dei bambini svizzeri si definisce bravo o molto bravo, contro l'11 per cento dei bambini con doppia nazionalità e il 5 per cento dei bambini di nazionalità straniera. Le differenze tra le regioni linguistiche sono minime. I bambini della Svizzera francese giudicano le proprie abilità nel nuoto e nello sci leggermente più elevate rispetto ai bambini delle altre due regioni linguistiche. Gli svizzeri tedeschi si danno invece voti migliori nello skateboard, nel waveboard e nel pattinaggio inline. I bambini che abitano in città riescono meglio sui pattini da ghiaccio, in compenso chi vive in campagna è più bravo sugli sci. La valutazione delle proprie abilità sportive nello sci e nello snowboard è direttamente proporzionale all'istruzione e al reddito dei genitori. Infine le abilità sportive dei bambini che praticano generalmente molto sport sono – come prevedibile – migliori di quelle dei bambini meno attivi.

F 14.1: Abilità sportive dei bambini tra i 10 e i 14 anni nei diversi ambiti (in %)



Nota: intervistati da 1518 a 1522 bambini a seconda dello sport.

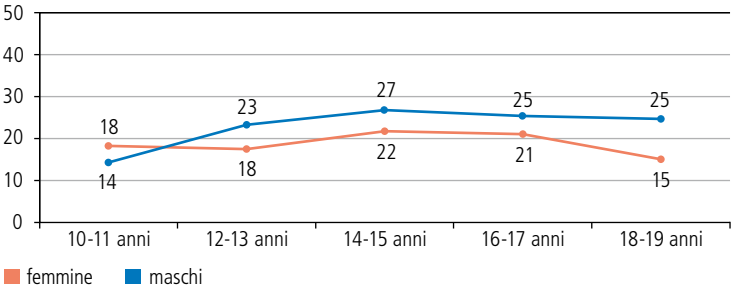
15. Infortuni sportivi

In un anno di sport un giovane su cinque si è procurato un infortunio

Nei 12 mesi precedenti l'intervista il 19 per cento dei bambini tra i 10 e i 14 anni e il 22 per cento dei giovani tra i 15 e i 19 anni ha subito un infortunio che ha richiesto l'intervento di un medico; in entrambe le fasce d'età la frequenza degli infortuni è lievemente superiore per i maschi (v. figura 15.1). Questo dato non va tanto ricondotto a un approccio ai rischi diverso a seconda del sesso, quanto al fatto che i maschi praticano più sport (v. figure 3.3 e 7.1).

All'aumentare dell'età non solo aumenta leggermente anche la percentuale di persone che si sono fatte male nell'arco di un anno, ma anche il rischio di subire più di un infortunio. Inoltre, gli infortuni dei più grandi sembrano essere più seri: tra i bambini, il 22 per cento ha subito più di un infortunio per cui è stato necessario un trattamento medico. Nel 15 per cento dei casi gli infortuni sono stati due, per il 7 per cento addirittura tre o più. La percentuale di giovani che in un anno si è fatta male più volte è di un quarto abbondante (27 %); il 15 per cento ha subito due infortuni, il 12 per cento tre o più. Nella maggior parte dei casi è stato possibile trattare gli infortuni dei giovani in modo ambulatoriale, presso un medico o in ospedale. Tra i bambini infortunati l'8 per cento è stato sottoposto a un trattamento stazionario in ospedale; questa percentuale sale al 14 per cento tra i giovani. I trattamenti stazionari sono necessari più spesso per le bambine (9 %) e le giovani donne (16 %) che per i bambini (7 %) e i giovani uomini (12 %). I bambini con infortuni trattati in modo stazionario hanno trascorso in ospedale in media 2,2 notti; per i giovani la degenza è durata in media 3 notti.

F 15.1: Sesso ed età dei giovani che, negli ultimi 12 mesi, si sono fatti male praticando sport (in %)



Nota: intervistati 1525 bambini tra i 10 e i 14 anni e 1895 giovani tra i 15 e i 19 anni.

Un infortunio su quattro si verifica sui campi da calcio

La molteplicità degli sport durante la cui pratica si sono fatti male i giovani rispecchia l'ampiezza dell'offerta sportiva (cfr. capitolo 4). Proprio come avviene per le preferenze, anche nel caso degli infortuni ci sono alcuni sport che spiccano per valori superiori alla media. Naturalmente, il rischio di infortunarsi è direttamente proporzionale alla frequenza con cui si pratica uno sport. Considerata la popolarità del calcio, non stupisce che sia proprio questo lo sport in cui si verifica la maggior parte degli infortuni (cfr. tabella 15.1), circa un quarto del totale. Al secondo e al terzo posto per numero di infortuni vengono ginnastica e sci. Questa «classifica» vale sia per il gruppo 10-14 anni che per quello 15-19 anni; gli infortuni dei giovani si verificano con frequenza leggermente inferiore nella ginnastica e nello sci; in compenso, i giovani si fanno male più spesso nelle arti marziali, nella pallacanestro, nella pallavolo e nella pallamano.

T 15.1: Sport in cui si sono verificati gli infortuni (in % su tutti gli infortuni)

10-14 anni		15-19 anni	
Sport	**in %**	**Sport**	**in %**
Calcio	28,5	Calcio	25,2
Ginnastica	12,8	Ginnastica	8,0
Sci	11,5	Sci	6,6
Jogging, corsa	4,3	Arti marziali	5,2
Bicicletta	3,4	Pallacanestro	5,0
Nuoto	3,4	Pallavolo, Beachvolley	4,7
Snowboard	3,0	Pallamano	4,7
Arti marziali	3,0	Snowboard	4,0
Skateboard, waveboard, monopattino	3,0	Jogging, corsa	3,8
Equitazione, sport equestri	2,6	Unihockey	3,8
Pallacanestro	1,7	Allenamento del fitness, aerobica	3,5
Hockey su ghiaccio	1,7	Danza	3,3
Atletica leggera	1,7	Equitazione, sport equestri	2,4
Altri sport	17,9	Altri sport	19,6

Nota: intervistati 1525 bambini tra i 10 e i 14 anni e 1895 giovani tra i 15 e i 19 anni. 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.

Correlando per ogni sport la frequenza degli infortuni al numero di giovani che lo pratica, il rischio risulta essere superiore alla media negli sport di squadra come calcio e hockey su ghiaccio, ma anche nelle arti marziali e nell'equitazione, mentre è relativamente basso nel nuoto, nelle camminate e anche nei giochi di rinvio come tennis e badminton.

16. Comportamento motorio

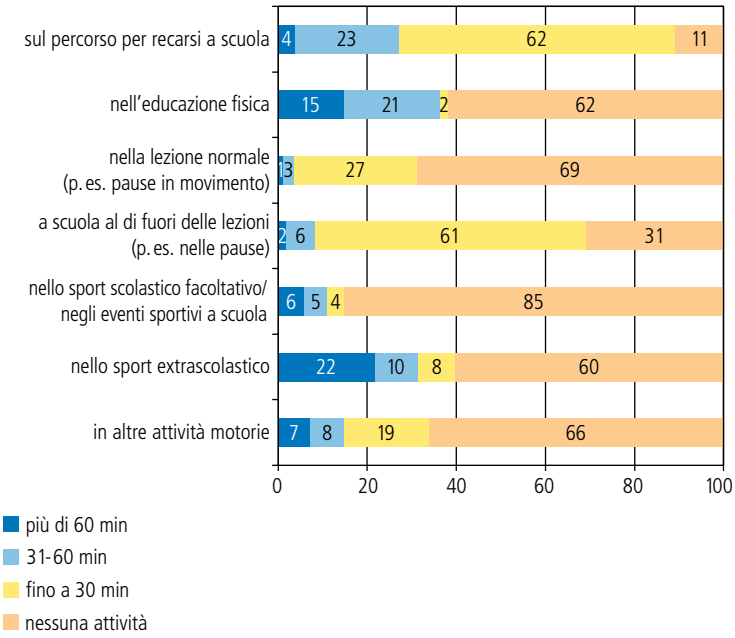
La scuola e lo sport sollecitano l'attività motoria quotidiana dei bambini di 10-14 anni

Oltre alle varie domande sull'attività sportiva, ai bambini di 10-14 anni è stato chiesto di descrivere nello specifico il loro comportamento motorio in un determinato giorno. Il giorno di riferimento era di norma il giorno precedente all'intervista. Se «ieri» non era un giorno di scuola, ad esempio perché l'intervista si è svolta di lunedì, le domande facevano riferimento all'«ultimo giorno di scuola». Ai bambini è stato inoltre chiesto di parlare delle attività motorie svolte nell'«ultimo fine settimana».

La figura 16.1 mostra la durata dell'attività dei bambini di 10-14 nel giorno di riferimento e nei diversi contesti. Un buon terzo degli intervistati ha fatto movimento nell'ambito dell'educazione fisica e quasi un terzo ha praticato sport al di fuori della scuola per almeno 30 minuti. Inoltre, molti bambini affermano di aver fatto movimento sul percorso per recarsi a scuola o nelle pause scolastiche, per una durata complessiva tuttavia generalmente inferiore ai 30 minuti.

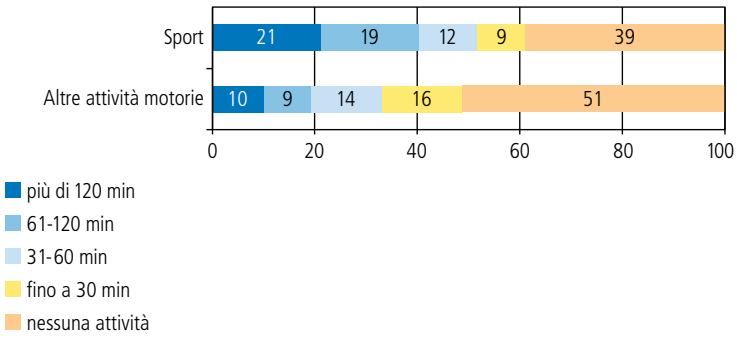
La figura 16.2 illustra l'andamento delle attività motorie nel fine settimana. Nel fine settimana di riferimento, il 40 per cento dei bambini ha praticato sport per più di un'ora, una percentuale simile non ne ha praticato affatto, mentre il 20 per cento restante ha fatto sino a un'ora di sport. Nel corso del fine settimana, inoltre, la metà dei bambini ha svolto altre attività motorie (p. es. «giocare all'aperto» o «aiutare in casa»), di durata tuttavia generalmente inferiore a un'ora.

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



Nota: numero di persone intervistate: 1525.

F 16.2: Attività motorie dei bambini di 10-14 anni nel fine settimana di riferimento (in %)



Nota: numero di persone intervistate: 1525.

Dal 2008 il tempo dedicato al movimento dai bambini di 10-14 anni è generalmente calato

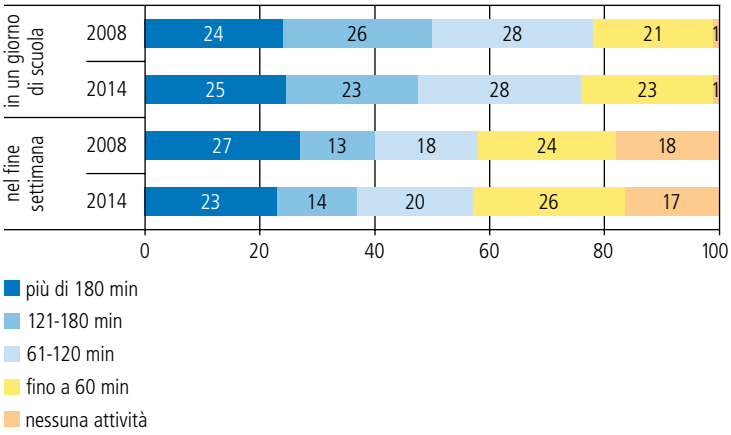
La figura 16.3 riassume tutte le attività motorie svolte in un giorno di scuola e nel fine settimana. Mentre nel giorno di riferimento infrasettimanale quasi nessuno ha affermato di non aver effettuato alcun tipo di attività, nel fine settimana di riferimento il 17 per cento dei bambini non ha praticato attività fisiche di rilievo. In una giornata tipo, i tre quarti dei bambini fanno movimento per più di un'ora, nel fine settimana tipo questo valore si ferma alla metà.

Il tempo dedicato al movimento in un giorno di scuola e nel fine settimana si è leggermente ridotto tra il 2008 e il 2014. Questa affermazione è avvalorata dal fatto che, per il giorno di riferimento, nel 2014 sono stati proposti più contesti rispetto al 2008 e ciò avrebbe dovuto determinare un aumento del tempo dedicato al movimento. In accordo con i risultati dei capitoli 2 e 3 questo calo è da ricondurre soprattutto a una diminuzione dello sport extrascolastico, sia nei giorni infrasettimanali sia nel fine settimana.

A scuola le differenze sociali nella pratica sportiva vengono parzialmente compensate

Il fatto che il tempo dedicato all'attività fisica sia diminuito tra il 2008 e il 2014 in particolare nel fine settimana è evidente anche confrontando i valori medi della tabella 16.1. Nel contempo la tabella 16.1 evidenzia la presenza di notevoli differenze nel tempo dedicato al movimento secondo sesso, età, regione e nazionalità. I bambini dedicano più tempo al movimento rispetto alle bambine, con un divario ancora più accentuato nel fine settimana. Il tempo dedicato al movimento nei giorni infrasettimanali si riduce già a partire dagli 11 anni, mentre il dato del fine settimana continua a crescere fino ai 12 anni. Nella Svizzera tedesca gli intervistati fanno più movimento nei giorni infrasettimanali rispetto ai coetanei delle altre regioni. Tuttavia, nei fine settimana il Ticino mostra valori sopra la media. Gli intervistati di nazionalità svizzera sono più attivi rispetto agli stranieri, che sono anche soggetti al già noto divario tra i sessi. Le bambine con passato migratorio, infatti, si caratterizzano per un'attività motoria particolarmente scarsa nei fine settimana.

F 16.3: Attività motorie complessive dei bambini di 10-14 anni nel giorno di riferimento e nel fine settimana di riferimento (in %)



Nota: numero di persone intervistate: 1525.

La figura 16.4 mostra come lo sport extrascolastico sia il principale responsabile del divario tra i sessi e le nazionalità. Per quanto concerne lo sport praticato al di fuori della scuola, i bambini dedicano allo sport un tempo molto superiore rispetto alle bambine. Questa differenza è particolarmente evidente tra gli intervistati con passato migratorio. La scuola, dove non si riscontrano le stesse differenze secondo sesso e nazionalità (cfr. capitolo 13), compensa il divario presente nello sport extrascolastico. In termini percentuali, le attività fisiche sul percorso per recarsi a scuola, nell'ambito dello sport scolastico facoltativo e durante le lezioni assumono maggiore importanza per le bambine (straniere). Quando nel fine settimana il contesto scolastico viene a mancare, il divario tra sessi e nazionalità si accentua. Per tutti i bambini e per le bambine svizzere lo sport rappresenta i due terzi del tempo complessivo dedicato al movimento nel fine settimana. Questo valore si ferma alla metà per le bambine di nazionalità straniera (che dedicano al movimento un tempo molto inferiore).

I giovani di 15-19 anni che praticano sport regolarmente adempiono alle raccomandazioni sul movimento

Ai giovani non è stato chiesto di descrivere l'attività fisica in un giorno o fine settimana di riferimento. Nel loro caso, ci si è limitati a rilevare frequenza e la durata delle attività fisiche durante le quali si arriva a sudare (intensità elevata) o almeno a restare leggermente senza fiato (intensità moderata). Sulla base di queste domande è possibile determinare se i giovani adempiono alle raccomandazioni sul movimento formulate da Ufficio federale dello sport, Ufficio federale della sanità

pubblica, Promozione Salute Svizzera, Suva, upi e rete HEPA in relazione alle attività fisiche salutari. In questo contesto è importante osservare che le raccomandazioni per bambini e ragazzi sono diverse da quelle per gli adulti. Sino ai 17 anni compresi i giovani dovrebbero fare movimento con intensità moderata per almeno un'ora al giorno. A partire dai 18 anni le raccomandazioni si considerano soddisfatte con un'attività settimanale di almeno 150 minuti con intensità moderata o di 75 minuti con intensità elevata.

Per la fascia di età dai 15 ai 19 anni sono state dunque applicate entrambe le raccomandazioni. Chi adempie a quelle per bambini e giovani soddisfa automaticamente anche quelle per gli adulti. La figura 16.5 mostra che il 43 per cento degli intervistati di 15-19 anni adempie alle raccomandazioni sul movimento per bambini e giovani e un altro 50 per cento soddisfa almeno quelle formulate per gli adulti.

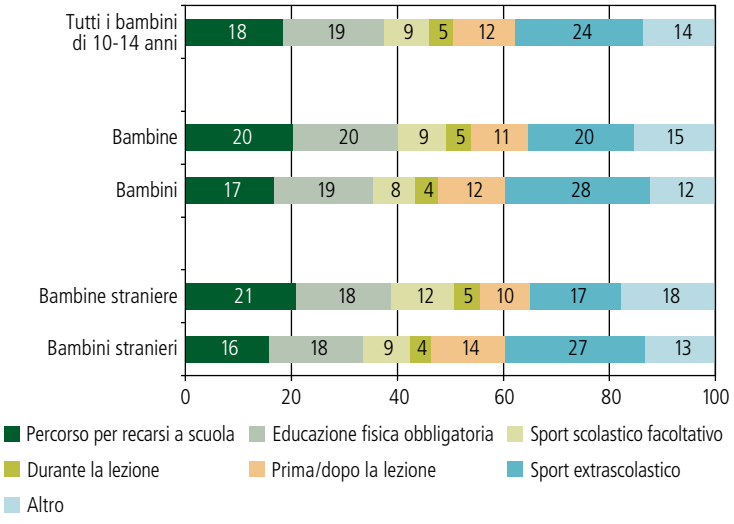
Come è lecito attendersi, sussiste un legame molto stretto tra attività sportiva e comportamento motorio. Tra gli inattivi, solo un quarto dei giovani dai 15 ai 19 anni adempie alle raccomandazioni più rigide formulate per i giovani; tra i molto attivi questo valore arriva alla metà. Solo una piccola minoranza degli sportivi molto attivi non arriva alla quantità minima di movimento raccomandata per gli adulti, in quanto non tutte le discipline sportive prevedono che si arrivi a sudare o a restare senza fiato. Tra gli sportivi meno attivi e gli inattivi, la percentuale di chi non fa movimento a sufficienza è nettamente superiore. La figura evidenzia da un lato la grande importanza dello sport per la promozione del movimento e dall'altro mostra che gli inattivi non sono in realtà del tutto tali (cfr. a questo proposito anche il capitolo 7). Altre attività motorie e soprattutto lo sport scolastico rendono possibile che anche i quattro quinti dei giovani inattivi soddisfino almeno le raccomandazioni minime formulate per gli adulti.

T 16.1: Tempo medio dedicato al movimento dai bambini di 10-14 anni nel giorni di riferimento secondo sesso, età, regione linguistica e nazionalità (in minuti)

	In un giorno di scuola		Nel fine settimana	
	media aritm.	mediana	media aritm.	mediana
Tutti i bambini di 10-14 anni 2008	130	120	164	120
Tutti i bambini di 10-14 anni 2014	132	115	139	90
Bambine	125	110	122	90
Bambini	138	120	154	115
10 anni	142	125	131	90
11 anni	142	130	145	98
12 anni	133	120	152	120
13 anni	118	105	128	90
14 anni	125	114	138	90
Svizzera tedesca	137	125	143	110
Svizzera francese	121	103	125	60
Svizzera italiana	119	110	165	120
Svizzeri	137	120	142	90
Doppi cittadini	119	109	145	120
Nazionalità straniera	128	105	117	70
Bambine straniere	125	98	106	55
Bambini stranieri	130	111	128	97

Nota: numero di persone intervistate: 1525. La media aritmetica è calcolata dividendo la somma di tutte le ore di movimento 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.

F 16.4: Percentuale dei diversi contesti delle attività motorie svolte dai bambini di 10-14 anni nel giorno di riferimento (in %)

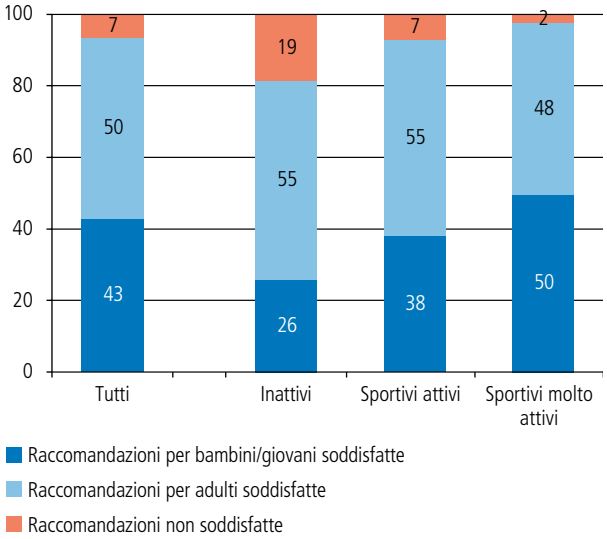


Nota: numero di persone intervistate: 1525.

Le differenze sociali sono meno marcate nel comportamento motorio che nel comportamento sportivo

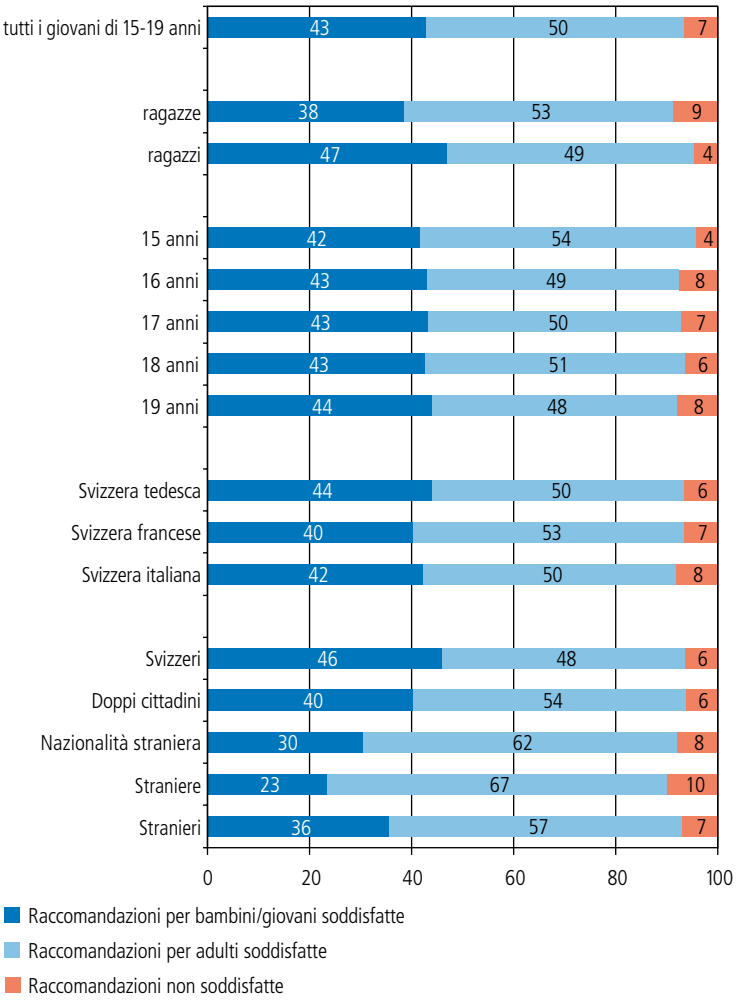
I risultati presentati nella figura 16.6 vanno interpretati alla luce di questo contesto. Anche nell'adempimento delle raccomandazioni si riscontrano le differenze già note secondo sesso, regione linguistica e nazionalità. Tuttavia, il divario è meno marcato di quello rilevato per le attività sportive extrascolastiche. Come per i bambini, anche per i giovani le attività motorie quotidiane e quelle svolte nel contesto scolastico compensano le differenze nel comportamento motorio e fanno sì che anche il 90 per cento delle giovani donne con passato migratorio soddisfi le raccomandazioni sul movimento valide per gli adulti.

F 16.5: Attuazione delle raccomandazioni sul movimento e legame con l'attività sportiva nei giovani di 15-19 anni.



Nota: numero di persone intervistate: 1871. 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: Adempimento del comportamento motorio per bambini e giovani: almeno 60 minuti di movimento giornaliero di intensità almeno moderata. Adempimento del comportamento motorio per gli adulti: 150 minuti di movimento settimanale con intensità moderata o 75 minuti con intensità elevata. A questo proposito è possibile confrontare anche gli indicatori relativi al comportamento motorio della popolazione su www.sportobs.ch.

F 16.6: Attuazione delle raccomandazioni sul movimento nei giovani di 15-19 secondo sesso, età, regione linguistica e nazionalità (in %).



Nota: numero di persone intervistate: 1871. Categorie comportamento motorio: Adempimento del comportamento motorio per bambini e giovani: almeno 60 minuti di movimento giornaliero di intensità almeno moderata. Adempimento del comportamento motorio per gli adulti: 150 minuti di movimento settimanale con intensità moderata o 75 minuti con intensità elevata. A questo proposito è possibile confrontare anche gli indicatori relativi al comportamento motorio della popolazione su www.sportobs.ch.

17. Metodo d'indagine e campioni

La responsabilità dello studio è dell'Osservatorio Sport e Movimento Svizzera (c/o Lamprecht & Stamm, Sozialforschung und Beratung). Il sondaggio è stato effettuato dal LINK Institut a Lucerna, Zurigo, Losanna e Lugano. I giovani di 15-19 anni sono stati intervistati come gli adulti prima con un'intervista telefonica (CATI) e poi con una rilevazione online (CAWI). Per i bambini di 10-14 anni il sondaggio si è svolto solo con l'intervista telefonica utilizzano un questionario messo a punto appositamente per i più giovani. I questionari per il rapporto Sport Svizzera sono stati sviluppati sulla base delle esperienze del 2000 e del 2008, in collaborazione con i responsabili e i partner nonché con altri esperti dell'Ufficio federale dello sport. Su richiesta, l'Osservatorio Sport e Movimento Svizzera può fornire una copia degli strumenti utilizzati per il sondaggio.

Le interviste si sono svolte tra il 15 febbraio e il 26 agosto 2013. Per evitare nel limite del possibile che i risultati fossero influenzati da effetti stagionali, il sondaggio è stato scaglionato in tre tranche. Per verificare il questionario e l'andamento dell'intervista sono stati eseguiti tre test preliminari. Gli intervistatori e i supervisori impiegati nell'indagine sono stati precedentemente istruiti in modo particolare nella conduzione di interviste con i giovani. Le interviste sono state realizzate in tedesco, francese e italiano.

La comunità (popolazione di riferimento) per la scelta degli intervistati è composta da tutte le persone che vivono in Svizzera d'età compresa fra 15 e 74 anni. Da questa popolazione è stato estratto un campione di base. Per il presente rapporto sono stati utilizzati i dati di 884 giovani del campione di base, integrati da quelli di altri 1011 del campione aggiuntivo. Nel complesso sono stati quindi intervistati 1895 giovani di età compresa tra i 15 e i 19 anni. Inoltre, è stata effettuata un'indagine telefonica con un questionario separato che ha riguardato 1525 bambini dai 10 ai 14 anni. Prima e dopo l'intervista ai bambini, un genitore ha fornito alcune informazioni in merito al comportamento sportivo e alla situazione sociodemografica del nucleo familiare, dando quindi l'assenso all'intervista del bambino.

T 17.1: Quote di partecipazione e rifiuti nell'intervista telefonica

	Bambini 10-14 anni	Ragazzi 15-19 anni
Interviste realizzate	**1525**	**1895**
Utilizzazione (in % di indirizzi validi)	**78,1**	**80,6**
Motivi delle non risposte (in %)		
Contatti aperti	8,5	9,1
Rifiuti a partecipare	6,9	3,5
Problemi linguistici	2,9	0,6
Problemi legati alla salute	0,2	0,9
Assenza durante il periodo del rilevamento	1,3	4,7
Altri motivi	2,1	0,6
Durata dell'intervista: media aritm. (in minuti)	**32,7**	**25,9**

Gli intervistati sono stati scelti secondo il principio della casualità dal quadro di campionamento per le indagini presso la popolazione dell'Ufficio federale di statistica. Prima dell'inizio delle interviste, l'Ufficio federale dello sport ha inviato a ogni persona selezionata e ai genitori dei bambini di 10-14 anni una lettera contenente informazioni sull'indagine, sull'importanza dello studio e sulla protezione dei dati. Inoltre è stato approntato un numero di telefono dedicato ed è stato messo in linea un sito Internet d'informazione. La tabella 17.1 offre una panoramica sulle quote di partecipazione nei due campioni. Grazie ad ulteriori misure collaterali (ad esempio promemoria, ripetizione della telefonata in caso di rifiuto, ecc.) e alla motivazione degli intervistatori è stato possibile raggiungere una buona utilizzazione pari all'80 per cento circa. I rifiuti veri e propri si sono verificati in numero molto limitato. Tuttavia, va altresì considerato che per il 21 per cento dei bambini e per il 28 per cento dei giovani il cui indirizzo è stato estratto dal quadro di campionamento per le indagini presso la popolazione, il numero di telefono non ha potuto essere individuato o risultava inesistente oppure la persona interessata non viveva più a quell'indirizzo.

La durata media delle interviste telefoniche è stata di circa 33 minuti per i bambini e di 25 minuti per i giovani. La maggior parte è stata condotta in lingua tedesca (bambini 10-14 anni: 60 %; giovani 15-19 anni: 67 %), un quarto in francese (bambini 10-14 anni: 26 %; giovani 15-19 anni: 25 %) e una piccola parte in italiano (bambini 10-14 anni: 14 %; giovani 15-19 anni: 8 %). Per fare in modo che il campione globale – costituito da diversi campioni rappresentativi di portata parziale – potesse davvero essere rappresentativo della popolazione residente in Svizzera (assimilata dal punto di vista linguistico) e riproducesse correttamente le dimensioni delle regioni è stato necessario introdurre una ponderazione regionale. Non è stata invece utilizzata una ponderazione secondo età e sesso, in quanto il campione era rappresentativo della struttura di età e sesso della fascia di età considerata. Queste cifre si basano su dati ponderati; per quanto riguarda i dati presentati si tratta di dati non ponderati che si riferiscono al numero effettivo delle persone intervistate.

Sebbene «Sport Svizzera» sia l'indagine più ampia sul comportamento sportivo realizzata in Svizzera e i dati siano stati rilevati ed elaborati secondo rigorosi criteri scientifici, va tenuto presente che nei rilevamenti a campione c'è sempre un certo margine d'errore. Per controllare questo margine d'errore in statistica si usa il cosiddetto intervallo di confidenza, che si calcola con la seguente formula:

$V = +/-2 \sqrt{(p(100-p)/n)}$

V = intervallo di confidenza

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

n = grandezza del campione, non ponderata

Se per esempio il 41,2 per cento dei giovani di 15-19 anni del campione afferma di praticare lo sci, il «vero» valore della popolazione di riferimento rientra con una probabilità del 95 per cento in un intervallo compreso tra il 38,9 e il 43,5 per cento (intervallo di confidenza: +/–2,3 punti percentuali). Nel caso dello sci di fondo, che viene menzionato dall'1,5 per cento dei giovani, il «vero» valore rientra con una probabilità del 95 per cento in un intervallo compreso tra lo 0,9 e l'1,3 % (intervallo di confidenza: +/–0,60 punti percentuali).

In aggiunta, sono state effettuate diverse analisi, anche multivariate, dei risultati presentati, di cui è stata verificata la significatività. Per motivi di spazio queste analisi non sono illustrate nel presente rapporto, che si limita a interpretarne i risultati.

Foto di copertina: Ueli Känzig

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

Uffico federale dello sport UFSPO
2532 Macolin
info@baspo.admin.ch
www.ufspo.ch

1504.010