



Idrottens samhällsnytta

En vetenskaplig översikt av idrottsrörelsens
mervärden för individ och samhälle



Idrottens samhällsnytta

Svensk idrott är en viktig och positiv kraft i samhället. Med 3,2 miljoner medlemmar i 20 000 ideella föreningar och 650 000 ledare, skapar idrottsrörelsen en rad positiva bieffekter som vi kallar samhällsnytta. Idrottens drivkraft är glädjen och gemenskapen i gruppen eller laget, utmaningen och nerven i tävlingen, känslan att spränga sina gränser och det välmående som infinner sig efter ett träningspass.

Då idrottens samhällsnytta spänner över många områden, allt från hälsoekonomi och självkänsla till besöksnäring och integration, är det en grannliga uppgift att sammanställa en heltäckande kartläggning. Därför har RF låtit 16 forskare i 13 översikter gå igenom den befintliga forskningen över idrottens samhällsnytta. Detta är alltså en av de 13 översikterna. I sammanställningen över samtliga kapitel hittar du alla områden som har genomlysts.

Forskarna Paul Sjöblom och Johan Faskunger har varit redaktörer för rapporten. De har även bidragit med en översikt själva.

Alla översikter i rapporten är intressant för idrottsrörelsen, men jag tror att även forskare, politiker och tjänstemän, näringslivsföreträdare, journalister och en allmänhet som är intresserade av idrottens och idrottsrörelsens nytta för individ och samhälle, kan finna den läsvärd. Så läs gärna de andra översikterna.

Kombinationen av ett starkt egenvärde och stor samhällsnytta inom många områden gör idrottsrörelsen till en viktig del av det svenska samhället. Vi vill möta gemensamma samhällsutmaningar och vi kan bidra till att skapa en gemenskap och framtidstro i samhällets alla delar.

Vi gör Sverige starkare.

Stefan Bergh

Generalsekreterare Riksidrottsförbundet

FoU-rapport 2017:1

Du finner FoU-rapporter utgivna av Riksidrottsförbundet på: www.rf.se/forskning

Redaktörer: Johan Faskunger och Paul Sjöblom

Foto: Bildbyrå



Tävlingsidrott och folkhälsa – en anomali eller en naturlig kombination?

Hans Bolling

Introduktion

Det finns ingen anledning att tro att idrotten inte under en överskådlig framtid kommer att fortsätta vara en central del inom det svenska samhället och att den därmed kommer att utöva ett stort inflytande över hur fysiska aktiviteter utövas.

Ett utmärkande drag för den föreningsorganiserade svenska idrotten är att det ofta finns ett tävlingsmoment i den. Tävlan har dock visat sig vara problematisk. Å ena sidan kan tävlan vara rolig och utmanande, den ger en möjlighet att visa upp vad man har lärt sig och att mäta sina färdigheter med andra än träningskamraterna. Å andra sidan kan tävlan skapa oro och ångest. Kommer man att få vara med och är motståndaren alltför bra? Tävländets eventuella förtjänster och problem är en fråga som engagerat idrottsforskare.

Ett utmärkande drag för statsmakternas stöd av idrotten (det näst mest omfattande stödet näst efter idrottsdeltagarnas och deras anhörigas stöd i form av investerad tid

och olika typer av avgifter) är att man vill att den, i dess hälsoinriktade form, ska omfattas av så många som möjligt. Det är med detta i åtanke som stat och kommun har tillfört idrottsrörelsen stora resurser och gett Riksidrottsförbundet (RF) i uppdrag att agera i myndighets ställe för att organisera och leda den ”folkhälsofrämjande” – och därmed samhällsnyttiga – idrottsrörelsen (t.ex. Sjöblom, 2015).

Syfte

Syftet med denna översikt är att gå igenom hur forskningen menar att idrottsrörelsen har förhållit sig till tävlandet, och tävlandet till olika folkhälsoaspekter. Vilka konsekvenser har tävlingsidrotten för folkhälsan? Är den eller är den inte samhällsnyttig utifrån ett folkhälsoperspektiv, och i så fall på vilket sätt? Samtidigt går det inte enkelt att avgöra vad som inbegrips i och avses med begreppet folkhälsa. Precis som idrotts- och tävlingsbegreppen är begreppet ”folkhälsa” komplext och används därtill på olika sätt av aktörer med olika intressen. För att på ett tydligt sätt klargöra vilka komplexa spörsmål som uppstår när de olika fenomenen diskuteras kommer inledningsvis begreppen idrott och folkhälsa att diskuteras. Därefter kommer tävlandets ställning inom svensk idrott/kroppskultur sedan slutet av 1800-talet att beröras var- efter ett försök görs att fånga tävlingens konsekvenser för folkhälsan, och därmed även för det offentliga stödet av idrottsrörelsen. I och med att texten rör sig över flera olika forskningsfält rör det sig inte om en heltäckande kunskapsgenomgång utan om en översikt där svenska förhållanden prioriterats.

Definitioner

Idrott

Från den svenska idrottsrörelsens sida har man sedan andra världskrigets slut kommit att ansluta sig till ett flexibelt idrottsbegrepp; idrott har setts som ett sammanhängande system av hierarkier, strukturerat efter olika prestationsnivåer. Topp föder bredd, bredd föder topp har varit denna pyramidtanke mantra, vilket innebär att idrottsutövande på hög nivå är något som inspirerar andra till eget aktivt idrottsutövande på en lägre nivå och på så sätt bidrar till förbättrad folkhälsa (Bolling, 2005). Detta synsätt finns även internationellt, då satsningar på att arrangera globala idrottsevenemang som OS bland annat motiveras med att de ska inspirera till en ökad fysisk aktivitet bland befolkningen i gemen (Mansfield & Malcolm, 2015). Det motsatta argumentet har även framförts, att tävlingsidrottens främsta exponenter – världseliten – avskräcker vanliga människor från att utöva idrott, då skillnaden i skicklighet upplevs som så pass stor att de avstår från att aktivt utöva idrott (Hindson, Gidlow, & Peebles, 1994; Weed m.fl., 2009). En liknande uppfattning har också funnits inom den svenska korporationsidrottsrörelsen, där flera distrikt inte tillät redan fysiskt aktiva (de som utövade den aktuella idrottsgrenen inom andra delar av idrottsrörelsen) att delta, just för att de stillasittande skulle ha en så låg tröskel som möjligt att kliva över (Bolling, 2005).

Två huvudlinjer angående hur idrott bör definieras kan renodlas: den ovan nämnda flexibla och en rigorös definition som utgår från att idrott är prestationsinriktad och institutionaliserad fysisk aktivitet. Enligt den rigorösa idrottsdefinitionen förutsätts idrott vara en reglerad och kraftfull fysisk aktivitet, som utövas i form av regelstyrd tävling med organisatoriska ramar som styr utövandet (Patriksson, 1979). Alla former

av fysisk aktivitet ses vid en dylik definition inte som naturligt sammankopplade till idrotten. I och med att begreppet är relativt enhetligt och förutsätter tävling och fysisk prestation, så finns det heller inget skäl att problematisera tävlingsbegreppet.

För dem som ansluter sig till en flexibel idrottsdefinition är idrottens ramar dock mindre strikt satta och konkurrens och kraftig fysisk aktivitet är inte en nödvändig ingrediens. I stort sett all form av fysisk aktivitet kan accepteras som idrott under förutsättning att utövarna anser att det rör sig om idrott; såväl världsmästerskap som skogspromenader faller innanför denna flexibla idrottsdefinition. Denna definition kan sedan ge oss olika idrottspreciseringar som förtydligar aktiviteten men som anses ha så mycket gemensamt att det blir naturligt att behandla dem som delar av en helhet: tävlingsidrott, motionsidrott och rekreationsidrott (Bolling, 2005). Hur vi väljer att definiera idrott får alltså konsekvenser för hur vi förhåller oss till fysiska aktiviteter och därmed för vad vi menar med till exempel idrott åt alla, vilka och vilkas aktiviteter vi inkluderar.

Den flexibla idrottsdefinitionen befordrades bland annat som en medveten strategi av 1965 års idrottsutredning för att framhäva idrottens samhällsnytta samt stärka och centralisera den frivilliga idrotten (Idrottsutredningen, 1969). Utifrån den definition av idrott som RF formulerat, och verkar efter, i enlighet med sitt idéprogram *Idrotten vill* (helt i enlighet med 1965 års idrottsutrednings intentioner) återfinns tre olika målsättningar med idrottsutövning: *prestation*, vilket kan sägas representera tävlingsidrott, *ha roligt*, vilket för tankarna till lek och annan fysiskt aktiv rekreation, samt *må bra*, vilket inkluderar hälsa och motionsidrott (Riksidrottsförbundet, 2009). Det rör sig alltså om en idrottsdefinition som har möjlighet att famna i stort sett all form av frivillig fysisk aktivitet, men också en definition som kan utnyttjas av olika samhälleliga intressenter för att ansätta idrottsrörelsen, då den är svår att till fullo leva upp till.

Folkhälsa

Hälsa är ett komplext begrepp som väcker stort intresse, bland annat på grund av att den sjukdomscentrerade skolmedicinen kommit att uppfattas som en otillräcklig grund för förståelse av dess komplexitet. Liksom när det gäller idrott har de flesta människor en uppfattning om begreppets innebörd, det vill säga om vad som är hälsosamt och ohälsosamt i vardagslivet. Det råder sällan några tvivel om vad vi möter när vi stöter på utsagor angående ohälsa. Kärnan i problemet med att definiera och befördra (folk)hälsa är dock att man talar om den i subjektiva termer men strävar mot att utforma hälsoförebyggande åtgärder på ett objektiva sätt. Hälsobegreppet är helt enkelt förbundet med drömmen om det goda livet; en allmän folkhälsa som kan forma av staten önskvärda samhällsmedborgare (Johannisson, 1991; Nielsen, 1994; Qvarsell, 1991).

Världshälsoorganisationens (World Health Organization, WHO) definition av hälsa som "ett tillstånd av fullständigt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande och inte endast liktydigt med frånvaron av sjukdom och funktionsnedsättning" (Socialstyrelsen, 2014, s. 17) är en bra utgångspunkt för att diskutera idrott och folkhälsa, då folkhälsa är samlingsbegreppet för hela befolkningens hälsotillstånd. När folkhälsan diskuteras ska hänsyn tas inte bara till nivån på utan även till fördelningen av hälsan. Det handlar alltså om att hälsan är så god som möjligt och samtidigt så jämlikt förde-

lad som möjligt bland olika grupper i samhället (Socialstyrelsen, 2014). Idrott kan ses som en faktor som bidrar till ökad folkhälsa, en så kallad friskfaktor.

WHO:s inkluderande och positiva definition av hälsa har fått kritik; det finns de som menar att den innebär att huvuddelen av mänskligheten är ofrisk under större delen av livet (Huber m.fl., 2011). Dessa kritiker väljer dock att bortse från själva kärnan i hälso-definitionen; att den inte bara utgör en definition som syftar till att underlätta teknikers operationalisering av hälsobegreppet utan även rymmer en strävan mot ett högre mål.

Tävlandets ställning inom svensk idrottsrörelse

Att tävla har i snart halvtannat sekel varit ett tveeggat svärd för den svenska idrottsrörelsen.

Att tävla har i snart halvtannat sekel varit ett tveeggat svärd för den svenska idrottsrörelsen. Tävlan har å ena sidan en oerhörd dragningskraft och ett stort propagandavärde. Å andra sidan lyfts tävlan – oftast, men inte alltid, i form av dess så kallade avarter – fram som ett problem när kritik riktas mot idrotten och idrottsrörelsen. Kanske till och med i större utsträckning i Sverige än i andra länder (Hjelm, 2015; Norberg, 2012). Idrottskritik är inte heller någon ny företeelse inom forskningen. I sitt refuserade bidrag till tävlingarna i litteratur vid OS i Stockholm 1912 efterlyste läkaren Gunnar Frostell en objektiv idrottsforskning. Han ansåg nämligen att forskningen ditintills fokuserat alltför mycket på att ta fram negativa inslag (Frostell, 1912).

Hur kan det komma sig att tävlan mött så mycket kritik? Vid sekelskiftet 1900 var inställningen ambivalent, ibland till och med uttryckligt fientlig, från den fysiska fostrans etablissemang, läkare och statligt sanktionerade gymnaster, till idrotten med dess tävlingsinslag. Det tycks som om förespråkarna för fysiska aktiviteters hälsobringande egenskaper blev överrumplade när föreningsidrotten gjorde sitt intåg. Genom århundraden hade de rekommenderat kroppsövningar som hälsometod med stöd av antika auktoriteter såsom Galenos. Men när de blev tagna på orden och kroppsövningar blev en folkrörelse i form av föreningsidrott, fick de till sin förskräckelse se att den antika regeln om moderation åsidosattes (McIntosh, 1969; Lindroth, 1974; Sandblad, 1985).

Denna kritiska hållning till en alltför ensidig inriktning på tävlan och prestation inom föreningsidrotten på andra världens bekostnad har inte försvunnit. Den har numera sina kanske främsta förespråkare bland beteendevetenskapligt inriktade idrottsforskare (Hjelm, 2015). Låt vara att argumenten inte längre är desamma; en argumentation som byggde på en motsättning mellan färdighet och form har ersatts av argument om en konflikt mellan tävling och allas möjlighet att delta (Holmberg, 1939; Hjelm, 2015).

Tävlingskritik

Historikern Jonny Hjelm har särskådat idrottsforskarens kritik av tävlingsinslaget. Helt kort kan konstateras att han finner en hel del av den kritik som riktats mot tävlan inom föreningsidrotten sedan 1970-talet missriktad, då kritikernas syn på idrott i förhållande till tävlan och allvar varit en del av en seglivad tävlingskritisk tradition. Det har handlat om ett förhållningssätt till tävling som "ingått i en allmänpedagogisk strömning där leken och lustfyllt lärande värderats högt" (Hjelm, 2015, s. 131). Idrottsforskarna har helt enkelt gjort sig till uttolkare av unga människors tankar och

behov. Hjelm finner spår av 1970-talets politiskt färgade kritik av tävlingsidrotten och konkurrenssamhället i sagda tävlingskritik (Hjelm, 2015). Kopplingen mellan samhällskritik och tävlingskritik var exempelvis tydlig inom det akademiska idrottsförbundet när tävlandet slopades inom förbundet åren runt 1970 (Petersson, 1995).

Enligt Hjelm har många forskare helt enkelt strävat efter att distansera sig från föreningsidrotten och den positiva syn på tävlan som funnits inom idrottsrörelsen. Det är ett förhållningssätt till idrott som främst har präglat dem som studerat barn- och ungdomsidrott ur ett inkluderande folkhälsoperspektiv. Dessa tenderar att döma ut tävlandet som sådant – inte dess avarter – och förespråka konkurrensfria övningar och skapandet av idrottsföreningar utan tävlingsinslag. Förespråkarna för det tävlingskritiska perspektivet karakteriseras också av ett individuellt fostransperspektiv där det är individen och dennes relation till fysisk aktivitet som studeras, medan analys av idrott som social företeelse saknas.

Den tävlingskritiska forskningstraditionen överdriver helt enkelt tävlandets negativa sidor. Den har som utgångspunkt att tävling och åtföljande rangordning på grund av en inneboende essens leder till problem. Det är en inställning som i förlängningen kan ses som en kritik av det meritokratiska samhällsidealet (Hjelm, 2015).

Kritikerna av föreningsidrotten kan sägas se den verksamhet som bedrivs inom idrottsföreningarna som en rigoröst definierad idrottsaktivitet samtidigt som de pläderar för ett långt mer inkluderande och flexibelt förhållningssätt till idrotten.

De tävlingskritiska forskarna tenderar också att värdera mål placerade utanför idrotten, dess mervärden (vid sekelskiftet 1900: militärens behov av vältränade unga män, i dag: god folkhälsa), mycket högre än idrottsutövandet i sig. Detta sätt att se på idrottsutövning innebär att idrott betraktas som en medveten investering i till exempel hälsa, en attraktiv kropp eller idrottslig framgång, där målet är det viktiga med idrottsutövandet inte aktiviteten i sig. De som däremot betraktar idrottsutövning som en aktivitet som har ett värde i sig, tillskriver idrotten ett egenvärde (Norberg, 2012). Tävlandet utgör en väsentlig del av detta egenvärde.

Tävlingsidrotten inom idrottsrörelsen

Tävlandets eventuella förtjänster inom föreningsidrotten är alltså en fråga som engagerat många. Hur har då förhållandet mellan olika typer av idrottsutövning sett ut mer konkret? Vilken typ av idrottsutövning är det som har främjats inom idrottsrörelsen. Historikern Paul Sjöblom har analyserat kommunal idrottspolitik under 1900-talet. En av hans viktigaste slutsatser är att idrottsrörelsen – RF – varit ledande när det kommit till att definiera begreppet idrott och att det då framför allt varit rigoröst definierad idrott som har gynnats. Detta förhållningssätt till idrotten har även famnats av kommunpolitiker, då deras intresse för idrott främst handlat om att dra uppmärksamhet och locka pengar till kommunen snarare än att tillgodose den egna befolkningens önsknings och behov av att själva utöva idrott. Det var tävlingsidrotten, främst stor-klubbarnas herrlag i de stora lagbollspelen, som till överväldigande del fick ta del av de stora offentliga resurserna, vilket framför allt berodde på bidragssystemens utformning samt stora offentliga investeringar i centralt belägna idrottsanläggningar. Under 1900-talet har alltså den kommunala idrottspolitiken legitimerat och finansierat en prestationsidrottsutveckling på bekostnad av mer hälso- och rekreationsinriktade kroppsövningsformer (Sjöblom, 2006).

Barn, ungdomar och tävlingsidrott

Även historikern Johan R Norberg (2007) har uppmärksammat att barn- och ungdomsverksamheten inom idrottsrörelsen i hög grad har påverkats av rigoröst definierad idrott, vilket skulle kunna vara problematiskt om ett snävt fokus på tävling och prestationer leder till utslagning på grund av selektion och rangordning. Men forskningen har inte funnit att flertalet barn och ungdomar är kritiska till idrottens tävlingsmoment, de är snarast positivt inställda till att tävla. Enligt Norberg pekar alltså forskningsresultaten på att de flesta unga inte alls går in i föreningsidrotten i tron att verksamheten, i enlighet med *Idrotten vill*, ska tillfredsställa deras krav på spontanitet, lekluksa och individualism. De förväntar sig inte heller att alla alltid ska behandlas lika eller att deras egna åsikter ska göras gällande. De accepterar och tar för givet att idrott rymmer en i huvudsak allvarsam tävlingsverksamhet där selektion och rangordning ibland är nödvändigt i syfte att uppnå idrottsliga prestationer och resultat. Påfallande många verkar även fullt tillfreds med ett förhållandevis auktoritärt ledarskap och en låg grad av eget inflytande.

Forskningen har inte funnit att flertalet barn och ungdomar är kritiska till idrottens tävlingsmoment, de är snarast positivt inställda till att tävla.

Det tycks alltså finnas en brist på överensstämmelse mellan tävlingskritiska forskares karakteristik av barn- och ungdomsidrotten som uppfostringsmiljö och hur de unga själva uppfattar sitt föreningsidrottande. Orsaken till att det förhåller sig så är inte självklar. Det kan vara en indikator på tävlingsmomentets alltför starka ställning inom barn- och ungdomsidrotten, men också på att majoriteten av unga idrottsutövare ser den tävlingsinriktade idrottsverksamheten som något positivt (Norberg, 2007, för en genomgång av vilken genomslag *Idrotten vill* har på förenings- och förbunds nivå se Redelius m.fl., 2016).

Forskningen har också uppmärksammat att det är i de yngre åldrarna som den största andelen av de föreningsaktiva uppger att de tävlat, varefter andelen tävlande minskar med stigande ålder (Thedin Jakobsson & Engström, 2008). Den andel ungdomar som enbart utövar spontanidrott ökar däremot med stigande ålder (Fahlén, 2011).

Tävling och allvar kan rätt organiserat vara lustfyllt och inspirerande och är en naturlig och viktig del av idrottsupplevelsen för unga. De ser tävlandet som en del av idrotten, tävlingar och matcher ger en återkoppling på om träningen gett resultat, det är ett sätt att få svar på om de utvecklats och blivit bättre. Men unga uppger även att de uppskattar själva kampen och spänningen i tävlingsmomentet. De unga är aktiva inom föreningsidrotten för idrottens egen skull, för dem har den ett egenvärde. Det så kallade mervärdet får man på köpet. Så även om samhällsnyttan i form av förbättrad folkhälsa är ett motiv till att få många att vara aktiva, är det idrottsutövandet i sig som i första hand bidrar till att ungdomar väljer att fortsätta med föreningsidrott (Thedin Jakobsson, 2015).

Så även om samhällsnyttan i form av förbättrad folkhälsa är ett motiv till att få många att vara aktiva, är det idrottsutövandet i sig som i första hand bidrar till att ungdomar väljer att fortsätta med föreningsidrott.

Allt detta sammantaget talar för att den bland vissa forskare framförda tesen att barn och ungdomar lämnar idrottsrörelsen på grund av den traditionella tävlingslogikens starka ställning, inte kan ses som helt invändningsfri (se t.ex. Lindgren, Dohlsten, & Annerstedt, 2016). Det formaliserade tävlingsmomentet, under vuxnas överinseende, är också något som skiljer föreningsidrotten från de flesta andra organiserade aktiviteter för barn och unga (Hertting, 2007).

Att hur idrott utövas kan dock variera med social klass. I en djupstudie av Stockholmsförorten Djursholm visas att i detta ekonomiskt välmående område syftar barns och ungdomars föreningsidrottande till att ge social kompetens och ett intresse för ett livslångt och hälsosamt idrottsutövande, men inte till att fostra framtida elitidrottsutövare. Det går därmed att hävda att idrott åt alla-ideologin har en stark ställning i Djursholm och att tävlingsidrottens så kallade avarter hålls tillbaka. ”Barn och ungdomar ska vara sportiga utan att sträva efter att bli idrottsmän” (Holmqvist, 2015). Det är också ett förhållningssätt till idrotten som stämmer väl med forskning som har tillskrivit olika samhällsklasser olika idrottspreferenser. Samhällets övre skikt har haft en idrottsmak som präglats av idrottsaktiviteter som kan utövas hela livet snarare än sådan som innebär intensivt tävlande och hård fysisk ansträngning (von Euler, 1953; Schelin, 1985, Engström, 2010). Forskningen har också visat att ungdomar från privilegierade socioekonomiska grupper i högre grad är aktiva inom idrottsföreningar än ungdomar ur lägre socioekonomiska grupper (Blomdahl & Elofsson, 2006; Borgers, Seghers, & Sheerder, 2016).

Tävlning, föreningsidrott och folkhälsa

Vilka konsekvenser har då tävlan för folkhälsan, och därmed vilken samhällsnytta har den? Allt sedan andra världskrigets slut har allt större uppmärksamhet riktats mot så kallade livsstilssjukdomar hos befolkningen och det ökade välståndets nedbrytande effekter på folkhälsan. En av de stora riskerna för folkhälsan anses vara att befolkningen lever ett allt mindre fysiskt aktivt liv (Bolling, 2005). En stillasittande livsstil är en riskfaktor samtidigt som fysisk aktivitet minskar sannolikheten för förtida död, hjärt-kärlsjukdomar, metabola sjukdomar (t.ex. typ 2-diabetes, fetma, metabola syndromet), cancer, fall och benbrott samt psykisk ohälsa. Fysisk aktivitet genom livet bidrar också till att människor kan leva ett oberoende liv långt upp i åldern (Baker, Horton, & Weir, 2010; Jansson, Hagströmer, & Anderssen, 2015; Malina, Cumming, & Coelho-e-Silva, 2016).

När program för ökad fysisk aktivitet ska utformas är det viktigt att uppmärksamhet riktas mot de faktorer som styr utövandet av fysisk aktivitet, det vill säga frågan om och under vilka förutsättningar en individ väljer att engagera sig. Det är ju så, att trots att de positiva effekterna av en fysiskt aktiv livsstil är väl kända så finns det många människor som av olika skäl inte förmår att inkludera fysisk aktivitet och idrott som en del av sin livsstil (Knoll, Fessler, & Müller, 2016).

Åsikten att idrottsutövning är bra för folkhälsan och därmed samhällsnyttig har också accepterats inom i stort sett alla typer av samhällen; i såväl utvecklingsländer som utvecklade länder, kapitalistiska som kommunistiska system, och demokratiska som totalitära stater (Riordan, 1982; Waddington, 2002; Vescovi, 1999).

Barn och ungdomar i idrottsrörelsen

På det mest grundläggande planet kan konstateras att aktivitet är att föredra framför stillasittande. Studier av barns och ungdomars idrottsvanor över tid visar att flickors och pojkars idrottsvanor blivit alltmer lika, att spontanidrottsutövandet minskat samt att idrottsutövning i allt större utsträckning har kommit att utövas i organiserad och institutionaliserad form (Engström, 2010). Idrottsföreningen utgör i Sverige basen för de flesta ungas idrottsutövande.

Det går att slå fast att föreningsidrotten har varit framgångsrik i att få många barn och ungdomar att delta i dess aktiviteter någon gång under sin uppväxt, men den har inte varit lika framgångsrik i att få dem att fortsätta inom idrottsrörelsen i samband med att de tar steget in i vuxenlivet (Thedin Jakobsson, 2015). Vid inträdet i tonåren är engagemanget i föreningsidrotten som störst, därefter minskar såväl rekryteringen till som återväxten inom den markant (Thedin Jakobsson & Engström, 2008).

Pedagogen Britta Thedin Jakobsson har studerat vilka ungdomar som stannar kvar inom idrottsrörelsen och vilka motiv de har för detta engagemang. Med något undantag visar det sig att de som stannade kvar var aktiva tre eller fler dagar i veckan. Flerparten ägnade sig också åt mer än en idrott. De som blir kvar inom idrottsrörelsen när de blir äldre ägnar sig alltså åt idrott på en relativt hög och intensiv nivå. De är aktiva för att de ville utvecklas i sina idrotter och lära sig nya färdigheter och klara av något de tidigare inte kunnat. Därutöver uppskattar de att ingå i ett sammanhang med andra aktiva och ledare som delar deras intressen. Idrotten gav också avkoppling och rekreation och utgjorde en fristad skild från övriga vardagssysselsättningar. De ungdomar som stannade inom idrottsrörelsen visade sig även ha högre betyg, i såväl idrott och hälsa som teoretiska ämnen, än de ungdomar som hade slutat eller aldrig varit aktiva i en idrottsförening (Thedin Jakobsson, 2015).

Hur de ungdomar som valt att fortsätta sitt engagemang inom idrottsrörelsen, men med ett lägre engagemang, förhåller sig till sitt idrottsutövande får vi tyvärr inte veta. Svaret på frågan: Vilken plats inom idrottsrörelsen har de ungdomar i sena tonåren som inte är intresserade av att vara aktiva mer än en eller två gånger i veckan? förblir öppet. Det tycks alltså som om den verksamhet som bedrivs inom idrottsrörelsen passar de ungdomar som är intresserade av att lägga mycket tid på sitt idrottsutövande, men att samma sak inte med självklarhet kan sägas om de ungdomar vars intresse för idrottsutövning kan beskrivas som måttligt.

Unga lämnar föreningsidrotten

Varför lämnar ungdomar föreningsidrotten? Sociologerna Mats Franzén och Tomas Peterson (2004) har tittat på detta och behandlar såväl idrottsrelaterade som samhällsrelaterade faktorer och lyfter framför allt fram känslan av "utvaldhet" och ledarskap samt det sociala kapitalets betydelse (kompisar och/eller skolkamrater) för viljan att stanna kvar inom föreningsidrotten. Franzén och Peterson kommer fram till "att unga flickor och pojkar slutar med idrotten när kraven börjar uppfattas som för alltför stora" (Franzén & Peterson, 2004, s. 40). Detta sker i ett skede av deras liv när även kraven från skolan ökar; konkurrensen om de ungas tid blir större samtidigt som det inom idrotten sker en övergång från lek till mer seriösa tävlingsformer. Det tycks däremot inte om kön eller etnicitet spelade någon roll för vilka som fortsatte och vilka som slutade: "*någon diskriminering som gör att man slutar om man inte är pojke eller av svensk härkomst kan således inte konstateras.*" (Franzén & Peterson, 2004, s. 5). Den förändrade livssituationen rörande skola, sociala nätverk, arbete med mera kan alltså vara svår att kombinera med ett engagemang i en idrottsförening.

Slutsatsen stöds även i en intervjustudie av vilken det framkommer, att kraven från skolan samt föreningsidrottens förväntningar är två skäl till att ungdomar väljer att lämna föreningsidrotten och söka sig till andra verksamheter. Ungdomarna väljer i stället att engagera sig i aktiviteter där de i högre grad kan bestämma villkoren för sitt fysiska engagemang – tid och plats, hur och vad – till exempel gymaktiviteter. Det är

dock en frihet som kan vara problematisk. De unga hyser nämligen också en önskan om mer fasta rutiner. Här finns alltså en paradox, den ”traditionella” föreningsidrotten ställer för höga krav samtidigt som idrottsutövande utanför föreningsregi upplevs som allt för oreglerad. Ytterligare en utmaning för idrottsrörelsen när det gäller att hålla kvar ungdomar är att dessa inte ser föreningsidrott som en del av vuxenlivet utan som något som hör barn- och ungdomsåren till. Även denna studie lyfter fram vänners agerande som betydelsefullt för valet att stanna kvar i eller lämna idrottsrörelsen (Hedenborg & Larneby, 2016).

Det tycks också som om föreningsidrotten har svårt att locka ungdomar som inte gjort sin debut inom den som barn. Endast ett fåtal aktiva gör sin debut i tonåren. Tidigare erfarenhet av att idrotta i en förening framstår också som en förutsättning för att kunna prova andra idrotter inom idrottsrörelsen. Detta talar för att barn och ungdomar – med dagens utformning av föreningsidrotten – tidigt behöver få en känsla av föreningsidrottens sammanhang. Möjligheten att delta i idrottsverksamheten oavsett förmåga och ambition är av avgörande betydelse för att hålla ett stort antal utövare kvar över tid. Lösningen för de flesta idrotter, som inte ger denna möjlighet inom idrottsrörelsen, blir att utövarna i stället organiserar sitt idrottsutövande i egen regi (Thedin Jakobsson, 2015). Att själv organisera sitt idrottsutövande utanför föreningsidrotten är dock, som framgått ovan, inte oproblemiskt. De som gör det saknar ofta de fasta rutiner föreningsidrotten ger.

Idrottsrörelsens måldokument *Idrotten vill* skiljer mellan barnidrott och ungdomsidrott. Inom barnidrotten, upp till tolv år, betonas lek och möjlighet att pröva på olika idrotter. Tävlning ska vara en del av leken och ske på barnens villkor. När barnen blir ungdomar åtskiljs breddidrott och elitinriktad idrott (Riksidrottsförbundet, 2009). Att elitidrott för ungdomar fokuserar på prestation är lättförståeligt. Studier av förutsättningarna för ungdomar att bedriva elitidrott pekar inte på att denna verksamhet skulle vara problematisk (Centrum för idrottsforskning, 2012). Det är i stället breddinriktad idrott för ungdom som utgör utmaningen när det gäller att få ungdomar att stanna kvar och/eller engagera sig i idrottsrörelsen. Enligt en studie av vilka faktorer som betonas inom idrottsföreningar som lyckas behålla ungdomar oavsett bakgrund och ambitionsnivå är det dock omöjligt att få ett entydigt svar på vad det är som gör att ungdomar stannar kvar. Men att det går att stärka antagandet om att sociala möten och stöd, delaktighet och inflytande samt goda villkor är nyckelkomponenter för att hålla kvar ungdomar oavsett ambitionsnivå, står i alla fall klart (Lindgren, Dohlsten, & Annerstedt, 2016).

Alternativ till föreningsidrott

Det har gjorts konkreta försök att komma till rätta med konflikten mellan föreningsidrottens upplevda alltför höga krav på engagemang och avsaknaden av struktur för självorganiserad idrottsutövning, till exempel genom arrangerandet av ”drive in-idrott” (inom ramen för Idrottslyftet – en satsning på svensk barn- och ungdomsidrott). Drive in-idrotten syftade då till att få ungdomar som inte var aktiva inom föreningsidrotten att börja utöva idrott och den bedrevs dessutom i så kallade riskområden med stor segregering, lågt idrottsutövande och ungdomsrelaterad helgproblematik. När verksamheten utvärderades konstaterades det att den för att fungera bör vara förutsägbar, alltså ha fasta rutiner (Elvhage & Linde, 2011). Huruvida den lyckades med att engagera icke-idrottsaktiva är dock oklart. Det uppskattades att dessa utgjorde cirka hälften av deltagarna. Det går alltså inte att med säkerhet kate-

gorisera drive in-idrotten som framgångsrika i sitt huvudsyfte att få ungdomar som inte är aktiva inom idrottsrörelsen att börja utöva idrott. Aktiviteterna framstår därtill som resurskrävande, då de byggde på insatser från arvoderade ledare. Det tenderade också att bli idrott på pojkarnas villkor om inte speciell hänsyn togs, och åtgärder riktades mot, att flickor skulle kunna delta på lika villkor. Summa summarum: Drive in-idrotten ledde till viss ökad fysisk aktivitet bland unga, men den bidrog inte med andra positiva aspekter som föreningsidrotten bevisligen bidrar med.

Det är dock inte det enda försöket som gjorts att aktivera föreningslösa ungdomar genom föreningsorganiserad spontanidrott. Värdet av denna hybridform av idrottsutövning har även analyserats av pedagogen Josef Fahlén. En metod för att få fler att bli fysiskt aktiva har varit att bygga så kallade näridrottsplatser. De har dock visat sig att näridrottsplatserna inte når stillasittande barn och ungdomar i högre grad än vad de nås av föreningsidrottens traditionella verksamhet. Denna "spontanidrott" tycks inte heller på något avgörande sätt skilja sig från föreningsidrotten. Även inom spontanidrotten är tävlingsmomentet centralt och tillgänglighet till aktiviteterna styrs av dem som är mest framstående på aktiviteten (Fahlén, 2011). Många av de insatser som lanserats för att aktivera den föreningslösa ungdomen har, kort och gott, inte varit särskilt framgångsrika.

Det går att fråga sig om detta är något som idrottsrörelsen bör lägga sina resurser på. Det är inte att dra det speciellt långt att se organiserad spontanidrott som en självmotsägelse. Att lyckas utforma miljöer där de som inte varit med i eller lämnat föreningsidrotten är fysiskt aktiva, är givetvis något positivt i arbetet med att skapa förutsättningar för ett livslångt idrottsutövande. Frågan är dock vem som bör stå som huvudman för och ha ansvaret för icke-föreningsidrott? Det kan knappast vara idrottsrörelsen. Försöken att knyta den föreningslösa ungdomen till idrottsrörelsen påminner härvidlag om när RF försökte införliva motionsidrott utanför föreningsregi i förbundets verksamhet under decennierna efter andra världskriget (Bolling, 2005).

Den idrottsutövande delen av idrottsrörelsen ägnar sig mest åt att bedriva den idrott som dess medlemmar efterfrågar och att vara serviceorgan till dem som vill utöva sin idrott enligt den organisationsmodell man arbetat efter, det vill säga föreningsorganiserad idrott på svensk botten. Den samhällstillvända delen av idrottsrörelsen brukar dock visa ett stort intresse för att inkludera flera typer av idrottsutövning i organisationen. För att befästa idrottens roll som samhällsnyttig är man villig att ta på sig en samhällsroll och försöka få den idrottsutövande delen av organisationen att spela en allt större roll som folkhälsans främjare. Detta utgör ett av idrottsrörelsens dilemman, det vill säga det inbyggda – och svårlösta – motsatsförhållandet där idrottsrörelsen, en ideell folkrörelsebaserad organisation, står fri och obunden i förhållande till staten men i praktiken förväntas leverera samhällsnytta i form av god folkhälsa (Norberg, 2012).

Är tävlingsidrotten samhällsnyttig?

Fysisk aktivitet i form av idrottsutövning med tävlingsmoment innehåller inte enbart positiva effekter för hälsan utan även risker, framför allt i form av skador. Överlag gäller dock att vinsterna överväger riskerna. När intensiteten är måttlig är riskerna små och vid intensivare utövande så minskar riskerna vid en gradvis ökning av tid och/eller intensitet (Baker, Wattie, & Lemez, 2015; Hastmann-Walch & Caine, 2015).

Vad barn och ungdomar gör på sin fritid har betydelse för deras utveckling inte bara fysiskt utan även psykiskt och socialt. Den ”föreningslösa” ungdomen har länge definierats som ett potentiellt samhällsproblem. I och med motbokens avskaffande vid mitten av 1950-talet konstaterades till exempel ett negativt samband mellan ungdomens alkoholförtäring och dess föreningsanknytning, det vill säga att föreningsungdomar drack mindre. Detta ledde till att ett generellt statsbidrag, sökbart för ungdomsföreningar, skapades. De frivilliga ungdomsorganisationerna kom på så sätt att inordnas i både statens alkoholpolitik och ungdomspolitik (Norberg, 2004). Reformen – som lade grunden för dagens aktivitetsstöd – bygger på tanken att tid och engagemang som läggs på föreningsaktiviteter skapar band som underlättar avhållsamhet från brott och asocialt beteende (se t.ex. Nilsson, 2002).

Att ägna sig åt tävlingsidrott har alltså sociala, kulturella och utvecklingsmässiga effekter (Safai, Fraser-Thomas, & Baker, 2015). Forskning har visat att tävlingsidrottsutövare har starka personliga, psykologiska och sociala egenskaper. Det har dessutom lyfts fram att utövare av tävlingsidrott ofta har gott självförtroende, är starkt motiverade och har god arbetsmoral. Detta i kombination med god självkänedom och en förmåga att använda sina färdigheter även i motgång ger positiva – i samhället i övrigt användbara – mervärden. (Durand-Bush & Salmela, 2002; Gould, Dieffenbach, & Moffett, 2002)

Aktivt deltagande i föreningsliv har ett positivt samband med upplevd god hälsa och hög livskvalitet. Föreningsaktiva ungdomar mår psykiskt bättre än andra, trivs bättre i skolan och skolkar mindre (Özdemir & Stattin, 2012). Specifika regler bidrar också till att de som tävlar blir lika behandlade; alla har enligt regelverket samma chans till seger. Tävländet är ur detta perspektiv såväl demokratiskt som jämlikt och ger dessutom en grundval för fostran i disciplin och laganda (Nilsson, 2000).

Om tävlingsmomentet är en viktig orsak till att unga lockas till föreningsidrotten – det som framkommit ovan talar för det – och en fysiskt aktiv livsföring bidrar till att stärka folkhälsan, då kan väl tävlingsidrotten sägas vara samhällsnyttig. Den har inte bara ett egenvärde utan också ett mervärde. En omfattande barn- och ungdomsidrott ger goda förutsättningar för att många människor ska vara fysiskt aktiva när de blir äldre.

Den mest avancerade tävlingsidrottens – elitidrottens – bidrag till förbättrad folkhälsa kan dock ifrågasättas (Howe, 2015). Den nytta det samhälleliga stödet till elitidrotten förväntas ge har inte heller något med folkhälsa att göra. Det kan i stället handla om ökad turism, om att skapa en mer positiv bild av Sverige ute i världen, om att stärka den nationella gemenskapen eller om att elitidrotten som en modern kulturform har ett självklart existensberättigande i det moderna samhället (Centrum för idrottsforskning, 2012). Elitidrottens förmåga att inspirera till ökad idrottsutövning bland ”vanligt” folk har som framgått ovan även det ifrågasatts. Men det är ändå troligt att den har en indirekt effekt, att dess uppgift i folkhälsoarbetet är att tjäna som sporre åt ledare. En adepts framgång kan fungera som kvitto på att den möda ledaren lagt ner på idrotten burit frukt, och just ledarna är ju av yttersta vikt när det gäller att bereda möjlighet och stimulera till idrottsutövning (Åstrand, 1954). De ideella ledarnas insatser för att det ska vara ”lönsamt/effektivt” för det allmänna att satsa på föreningsidrotten som en friskfaktor i folkhälsoarbete torde vara obestridligt (Behrenz, 2012; Idrottsstödsutredningen, 2008).

Avslutande ord

Så vad hoppas statsmakterna egentligen uppnå när de lämnar riktat stöd till idrottsrörelsen för att den ska vara samhällsnyttig och göra insatser för att förbättra folkhälsan? Förbättrad folkhälsa i vid mening är som synes ett problematiskt mål. Att använda ett flexibelt folkhälsobegrepp som är allomfattande och rymmer drömmen om det goda livet leder otvivelaktigt till att de resultat som uppnås aldrig kan bli helt tillfredsställande. Ett rimligt krav från idrottsrörelsens sida – om den väljer att ta emot stödet – torde vara att staten tydligt definierar vad den vill uppnå.

Spelar det då egentligen någon roll för folkhälsan, och därmed samhällsnyttan, inom vilket sammanhang och/eller i vilken form idrotten utövas? Om det endast handlar om att genom riktade projekt öka den fysiska aktiviteten inom en i förväg definierad befolkningsgrupp och därigenom bekämpa välfärdssjukdomar så är svaret nog nej. Men om det i stället handlar om att erbjuda människor ett socialt sammanhang att vara fysiskt aktiva i, och därmed åstadkomma de mervärden som forskningen påvisat att ett aktivt deltagande i idrottsligt föreningsliv kan ge, så talar däremot det mesta för att svaret är ja. Idrottsrörelsen erbjuder staten möjligheter att sikta högt, att definiera hälsa som "ett tillstånd av fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande" (Socialstyrelsen, 2014, s 17).

Den brittiske historikern Alan Bairner har ju också konstaterat att det finns en nordisk idrottsmodell, som kan fungera som en förebild för andra när det gäller att organisera idrottsutövning. Framför allt när det kommer till att behålla en balans mellan massdeltagande och elitprestationer. (Bairner, 2010)

Med hänsyn till vad som framkommit ovan framstår det som om tävlan, trots den kritik som riktats mot den av idrottsforskare, har stor betydelse i den svenska idrottsrörelsens arbete för att förbättra folkhälsan. Idrottsrörelsen är och har varit framgångsrik när det gäller att rekrytera barn och behålla dem inom verksamheten till de tidiga tonåren. Då det mesta talar för att personer som är aktiva som barn – och tillskansar sig ett kroppskulturellt kapital – har större sannolikhet att leva ett fysiskt aktivt liv även som vuxna, är det givetvis något som måste betraktas som positivt.

Utmaningarna för idrottsrörelsen för att leva upp till mottot om en idrott åt alla, och därmed kunna stärka sin insats för bättre folkhälsa, är två. För det första måste man finna former för att organisera föreningsidrott för de, vars livssituation eller fysiska förmåga inte tillåter dem att vara aktiva på det i många fall mycket strukturerade sätt som en stor del av föreningsidrotten mer eller mindre kräver. Det handlar då till stor del om att locka till sig och bereda plats för personer vars ambitionsnivå med sitt idrottande av olika anledningar har minskat, vilket ju bryter mot den progressivitet som genomsyrar mycket av den verksamhet som nu bedrivs. För det andra måste idrottsrörelsen bättre bereda möjligheter för personer ur grupper som i dag i mindre utsträckning väljer att gå in i föreningsidrotten, att ta del av allt den har att erbjuda. Det gäller då framför allt personer ur mindre lyckligt lottade socioekonomiska miljöer. Lösningen ligger inte i att arrangera kampanjer i samarbete med, och med ekonomiskt stöd av, olika samhällsintressenter, utan i att få ledare och aktiva att bredda idrottsutbudet och idrottsverksamheterna inom de befintliga föreningarna. Ja, helt enkelt om att arbeta för att det flexibla idrottsbegrepp som idrottsrörelsen redan omfamnar ska genomsyra verksamheterna ända ner på utövarnivå. Härvidlag tycks alltså inte tävlingsmomentet i sig utgöra ett hinder i idrottsrörelsens strävan mot att vara en rörelse för alla, utan kan snarast med sin förmåga att entusiasmera

utgöra en viktig komponent när det gäller att locka nya och gamla utövare till föreningsidrotten. Alla gillar inte att tävla, men väldigt många gör det. I synnerhet om tävlandet är anpassat efter de deltagande individerna och deras förutsättningar att kunna prestera!

Referenser

- Bairner, A. (2010). "What's Scandinavian about Scandinavian sport?" *Sport in Society. Cultures Commerce, media, politics*, vol. 13, nr 4.
- Baker, J., Wattie, N., & Lemez, S. (2015). Sport and longevity. Does being an elite athlete result in longer life?. In J. Baker, P. Safai & J. Fraser-Thomas (Eds.), *Health and elite sport. Is high performance sport a healthy pursuit?* London: Routledge.
- Baker, J., Horton, S., & Weir, P. (2010). *The Master Athlete. Understanding the role of sport and exercise in optimizing aging*. London: Routledge.
- Behrenz, L. (2012). "Idrottens ekonomiska samhällsnytta". I J. Hvenmark (red.), *Är idrotten nyttig? En antologi om idrott och samhällsnytta*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.
- Blomdahl, U., & Elofsson, S. (2006). *Hur många motionerar/idrottare för lite och vilka är dom? En studie av den unga befolkningen i Stockholm, Haninge, Helsingborg, Jönköping och Lidingö*. Stockholm: Stockholms stad.
- Bolling, H. (2005). *Sin egen hälsas smed. Idéer, initiativ och organisationer inom svensk motionsidrott 1945–1981*. Stockholm: Acta Universitatis Stockholmiensis.
- Borgers, J., Seghers, J., & Scheerder, J. (2016). "Dropping out from clubs, dropping in to sport light? Organizational setting for youth sport participation". In K. Green & A. Smith (Eds.), *Routledge Handbook of Youth Sport*. London: Routledge.
- Centrum för idrottsforskning (2012). *För framtidens segrar. En analys av det svenska elitidrotts-systemet*. Stockholm: Centrum för idrottsforskning.
- Durand-Bush, N., & Salmela, J. H. (2002). "The Development and Maintenance of Expert Athletic Performance. Perceptions of World and Olympic Champions", *Journal of Applied Sport Psychology* vol. 14, nr 3, s. 154–171.
- Elvhage, G., & Linde, S. (2011). *Ungdomar och drive in-idrott – en utvärdering av organiserad spontanidrott 2009–2011*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Engström, L-M. (2010). *Smak för motion. Fysisk aktivitet som livsstil och social markör*. Stockholm.
- von Euler, R. (1953). "Idrottsrörelsen av idag", *Svensk Idrott 1903–1953 En ekonomisk, historisk och sociologisk undersökning*. Malmö: Allhem.
- Fahlén, J. (2011). *Utom tävlan. En studie av föreningsorganiserad spontanidrott*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Franzén, M., & Peterson, T. (2004). *Varför lämnar ungdomar idrotten. En undersökning av fotbollstjejer och -killar från 13 till 15 år*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Frostell, G. (1912). *Idrottens plats inom den moderna kulturen*. Mens sana in corpore sano. Uppsala: A&W.
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). "Psychological characteristics and their development in Olympic champions", *Journal of Applied Sport Psychology* vol. 14, nr 3, s. 172–204.
- Hastmann-Walch, T. J., & Caine, D. J. (2015). Injury risk and long-term effects of injury in elite youth sports". In J. Baker, P. Safai & J. Fraser-Thomas (Eds.), *Health and elite sport. Is high performance sport a healthy pursuit?* London: Routledge.
- Hedenborg, S. & Larneby, M. (2016). *Skilda världar. Unga i och om framtidens föreningsidrott* Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Hertting, K. (2007). *Den sköra föreningen mellan tävling och medmänsklighet. Om ledarskap och läroprocesser i barnfotbollen*. Luleå: Luleå tekniska universitet.
- Hindson, A., Gidlow, B., & Peebles, C. (1994). "The 'trickle down effect' of top level sport. Myth of reality? A case study of the Olympics", *Australian Journal of Leisure and Recreation*, vol. 4, nr 1.
- Hjelm, J. (2015). *Idrott, tävling och allvar. En kritisk granskning av svensk idrottsforskning*. Malmö: Idrottsforum.org.
- Holmberg, O. (1939). *Den svenska gymnastikens utveckling*. Stockholm: Natur och Kultru.
- Holmqvist, M. (2015). *Djursholm. Sveriges ledarsamhälle*. Stockholm: Atlantis.

- Howe, D. P. (2015). "Pushing towards excellence. Is Paralympic sport a healthy pursuit?" In J. Baker, P. Safai & J. Fraser-Thomas (Eds.), *Health and elite sport. Is high performance sport a healthy pursuit?* London: Routledge.
- Huber, M., Knottnerus, J.A., Green, L., van der Horst, H., Jadad, A.R., Kromhout, D., & Smid, H. (2011). "How should we define health?". *British Medical Journal*, 2011;343: d4163.
- Idrottsstödsutredningen (2008). *Föreningsfostran och tävlingsfostran. En utvärdering av statens stöd till idrotten* (SOU 2008:59). Stockholm: Fritze.
- Idrottsutredningen (1969). *Idrott åt alla: betänkande* (SOU 1969:29). Stockholm.
- Jansson, E., Hagströmer, M., & Anderssen, S. A. (2015). "Fysisk aktivitet – nya vägar och val i rekommendationerna för vuxna". *Läkartidningen*, 2015;112:DP7W.
- Johannisson, K. (1991). "Folkhälsa – det svenska projektet från 1900 till 2:a världskriget". I *Lychnos: årsbok för idé- och lärdoms historia 1991*.
- Knoll, M., Fessler, N., & Müller, M. (2016). "Health-related physical activity. Basic, diagnostics, determinants and characteristics – A review of German-language publication in the years 2012–2015". *International Journal of Physical Education* vol. 53, nr 2, s. 15 – 25.
- Lindgren, E.-C., Dohlsten, J., & Annerstedt, C. (2016). *Individen i centrum när idrottsföreningar lyckas behålla sina ungdomar*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Lindroth, J. (1974). *Idrottens väg till folkrörelse. Studier i svensk idrottsrörelse till 1915*. Uppsala: Acta Universitatis Upsaliensis.
- McIntosh, P.C. (1969). *Idrotten och samhället*. Stockholm: PAN/Norstedt.
- Malina, R., Cumming, S., & Coelho-e-Silva, M. (2016). "The health-enhancing effects of physical activity among youth". In K. Green & A. Smith (Eds.), *Routledge Handbook of Youth Sport*. London: Routledge.
- Mansfield, L., & Malcolm, D. (2015). "The Olympic movement, sport and health". In J. Baker, P. Safai & J. Fraser-Thomas (Eds.), *Health and elite sport. Is high performance sport a healthy pursuit?* London: Routledge.
- Nielsen, N. K. (1994). "Hälsa och idrott – en modern nationell angelägenhet". I *Idrott, historia och samhälle 1994*.
- Nilsson, B. G. (2000). "Idrottens själ i kris?" I B. G. Nilsson (red.), *Idrottens själ*. Stockholm: Nordiska museet.
- Nilsson, A. (2002). *Fånge i marginalen. Uppväxtvillkor, levnadsförhållanden och återfall i brott bland fångar*. Stockholm: Kriminologiska institutionen.
- Norberg, J. R. (2004). *Idrottens väg till folkhemmet. Studier i statlig idrottspolitik 1913–1970*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.
- Norberg, J. R. (2007). "Forskning om barn- och ungdomsidrotten som uppfostringsmiljö", *Idrotten vill – en utvärdering av barn- och ungdomsidrotten*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Norberg, J. R. (2012). "Idrottens föränderliga samhällsnytta. Om synen på idrottens mervärde och egenvärde från 1800-talet till idag". I J. Hvenmark (red.), *Är idrotten nyttig? En antologi om idrott och samhällsnytta*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.
- Patriksson, G. (1979). *Socialisation och involvering i idrott*. Göteborg: Acta Universitatis Gothoburgensis.
- Petersson, M. (1995). "Från tävlingsidrott till motionsidrott. Paradigmskiftet inom den akademiska idrotten under 1960- och 1970-talen". *Idrott, historia och samhälle 1995*.
- Riksidrottsförbundet (2009). *Idrotten vill. Idrottsrörelsens idéprogram [Antagen av RF-stämman 2009]*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Qvarsell, R. (1991). *Vårdens idéhistoria*. Stockholm: Carlsson.
- Riordan, J. (1982). "Sport and communism – on the example of the USSR". In J. Hargreaves (Eds.), *Sport, culture and ideology*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Redelius, K., Kempe Bergman, M., Larsson, B., & Linghede, E. (2016). *Gör idrotten som Idrotten vill? Barn- och ungdomsidrottens utformning i retorik och praktik*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Safai, P., Fraser-Thomas, J., & Baker, J. (2015). "Sport and health of the high performance athlete. An introduction". In J. Baker, P. Safai & J. Fraser-Thomas (Eds.), *Health and elite sport. Is high performance sport a healthy pursuit?* London: Routledge.
- Sandblad, H. (1985). *Olympia och Valhall. Idéhistoriska aspekter av den moderna idrottsrörelsens framväxt*. Grillby: Lärdoms historiska samfundet.
- Schelin, B. (1985). *Den ojämlika idrotten. Om idrottsstratifiering, idrottspreferens och val av idrott*. Lund: Sociologiska institutionen.

- Sjöblom, P. (2006). *Den institutionaliserade tävlingsidrotten. Kommuner, idrott och politik i Sverige under 1900-talet*. Stockholm: Acta Universitatis Stockholmiensis.
- Sjöblom, P. (2015). "Det samhällsnyttiga Riksidrottsförbundet: svensk statlig idrottspolitik i ett historiskt, institutionellt och jämförande perspektiv". *Idrott, historia och samhälle* 2015.
- Socialstyrelsen, Sveriges Kommuner och Landsting & Folkhälsomyndigheten (2014). *Öppna jämförelser 2014*. Folkhälsa. Stockholm: Socialstyrelsen.
- Thedin Jakobsson, B. (2015). *Vilka stannar kvar och varför? En studie om ungas föreningsidrottande under uppväxtåren*. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan.
- Thedin Jakobsson, B., & Engström, L-M. (2008). *Vilka stannar kvar och varför? En studie om ungas föreningsidrott under uppväxtåren*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Vescovi, R. (1999). "Education and the cure of the body in the fascist regime". In T. Terret (Eds.), *Sport and health in history*. Sankt Augustin: Academia Verlag.
- Waddington, I. (2002). "Sport and health: A sociological perspective". J. Coakley & E. Dunning (Eds.), *Handbook of sports studies*. London: Sage.
- Weed, M., Coren, E., Fiore, J., Mansfield L., Wellard I., Chatziefstathiou D., & Dowse S. (2009). *A systematic review of the evidence base for developing a physical activity and health legacy from the London 2012 Olympic and Paralympic Games*. London: Department of Health.
- Åstrand, P-O. (1954). "Har svensk idrott lidit skepsbrott?". *Svensk Idrott*, nr 45.
- Özdemir, M., & Stattin, H. (2012). "Konsekvenser av att börja, fortsatt eller sluta idrotta". I J. Hvenmark (red.), *Är idrotten nyttig? En antologi om idrott och samhällsnytta*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.



Riksidrottsförbundet

Idrottens Hus, Box 11016, 100 61 Stockholm | Tel: 08 - 699 60 00 | Fax 08 - 699 62 00
E-post: riksidrottsforbundet@rf.se | Hemsida: www.rf.se