



Høgskulen
på Vestlandet

MASTEROPPGAVE

**Egenorganisert fysisk aktivitet i Sogndal kommune:
kartlegging av ungdoms anleggsbruk og faktorer
sammenhengende med bruk**

Self-organized physical activity in the municipality of
Sogndal: An examination of youths' use of facilities and
associated factors for use

Nicole Anne Fraser Dubé

Master i idrettsvitenskap
Avdeling ved lærerutdanning, kultur og idrett
Veileder Ellen Eimhjellen Blom
Bilveileder Solveig Nordengen

16.mai 2022

Jeg bekrefter at arbeidet er selvstendig utarbeidet, og at referanser/kildehenvisninger til alle kilder som er brukt i arbeidet er oppgitt, jf. Forskrift om studium og eksamen ved Høgskulen på Vestlandet, § 12-1.

Forord

Jeg ble inspirert til å skrive denne masteroppgaven fordi jeg lenge har fundert på hvorfor aktivitetsnivået i befolkningen er lavt. Samtidig opplever jeg å være veldig heldig siden jeg har funnet en rekke aktiviteter som kan utøves i mitt nærmiljø. Disse aktivitetene gir meg glede og motiverer meg til å være i aktivitet så ofte som mulig. Denne masteroppgaven er resultatet av min nysgjerrighet.

Jeg vil rette en stor takk til mine veiledere Ellen Eimhjellen Blom og Solveig Norengen for grundig og god veiledning. Takk til Amund Riiser for god hjelp tidlig i masterforløpet. Takk til Trine Anikken Larsen for hjelpen med å melde prosjektet til Norsk senter for forskningsdata. Jeg vil også takke alle som har tatt seg tid til å videresende spørreundersøkelsen til ungdommer i Sogndal kommune.

Jeg er takknemlig for alle gode folk rundt meg som har tilpasset dagene sine etter min timeplan, slik at vi kunne finne på noe gøy sammen. Takk til Martin, du er gull og du er vel den som inspirerer meg mest til å bruke fjell, elv og naturen rundt meg for å leke ute. Til slutt er jeg takknemlig for at jeg bor på et sted som inspirerer meg stadig til å oppdage, utforske og utfordre meg selv.

Voss, 16.mai 2022

Nicole Dubé

Sammendrag

Store deler av befolkningen oppfyller ikke Norges anbefalinger for fysisk aktivitet. Forskning tyder på at egenorganisert trening og aktivitet øker i popularitet, mens deltakelse i idrettslag og organisert trening synker i løpet av ungdomstiden. Noen studier peker på en positiv sammenheng mellom aktivitetsnivå og befolkningens tilgang til gode anlegg for å utøve fysisk aktivitet på egenhånd. Prosjektet hadde til hensikt i å kartlegge hvilke arenaer ungdom (15-19 år) i Sogndal kommune bruker for egenorganisert fysisk aktivitet og identifisere faktorer sammenhengende med bruk. Prosjektet undersøkte følgende problemstilling: *Hvilke anlegg bruker ungdommer til egenorganisert fysisk aktivitet og hvilke faktorer har betydning for bruken av anlegget?* Formålet med prosjektet er å danne et kunnskapsgrunnlag som kan brukes til vurdering av anleggsbehov i kommunen og utvikling av areal for å fremme fysisk aktivitet i kommunen. For å belyse problemstillingen ble en kvantitativ design med spørreskjema som målemetode benyttet. Teori om økologiske modeller for fysisk aktivitet ble anvendt som teoretisk rammeverk for utformingen av spørreskjemaet.

Ungdommer i Sogndal kommune brukte primært fotballanlegg, tursti, friluftsområde og volleyballbane for egenorganisert fysisk aktivitet. Det var signifikante forskjeller mellom bruk av anlegg mellom gutter og jenter. Signifikant flere ungdommer fra tettstedet Sogndalsfjøra brukte skisportanlegg sammenlignet med ungdommer fra de andre tettstedene. Faktorer som hadde betydning for bruk og ikke-bruk av anlegg varierte etter anleggs-kategorien, men god beliggenhet var aktivitetsfremmende for flest ungdommer. Å ha interesse for aktiviteten ved anlegget og at anlegget la til rette for mestringsopplevelser var de neste viktigste faktorene for bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet. Få aktivitets-hemmende faktorer hadde betydning for ikke-bruk av anlegg.

Ved utvikling av fremtidige anlegg for fysisk aktivitet bør det tas hensyn til lokale preferanser for aktivitet og legges til rette for anlegg med nær beliggenhet til målgruppen. Rom og felleskap som legger til rette for mestringsopplevelser bør ikke undervurderes for å fremme fysisk aktivitet.

Abstract

Many Norwegians do not meet the daily recommendations for physical activity. Studies have shown that self-organized physical activity is growing in popularity, while participation in organized sports is on the decline, especially throughout teenage years. Some studies have shown associations between physical activity levels and the local population's access to facilities for physical activity. This project aimed to examine which facilities youth (15-19 years) from the municipality of Sogndal used for self-organized physical activity. This study also aimed to identify which factors were associated with the use of facilities for self-organized physical activity. The goal of this study was to contribute the knowledge about physical activity habits amongst local youth, which can be used for the assessment of future facilities. A quantitative design and a survey method was used in this study. The survey was designed based on ecological models theories for physical activity. Youth from the municipality of Sogndal primarily used soccer fields, hiking trails, green spaces and outdoor volleyball courts for self-organized physical activity. Convenient location was the most important factor for the use of facilities. Facilities in line with youths' interests and which facilitated mastery experiences were also important factors for use. In order to promote physical activity, the design of future facilities should consider the importance of local preferences and ensure that facilities are conveniently located. Facilities that can promote and enable mastery experiences should also not be underestimated.

Innholdsfortegnelsen

Forord	2
Sammendrag	3
Abstract	4
Oversikt over tabeller	8
Oversikt over figurer	9
1.0 Begrepsavklaring	10
2.0 Innledning	12
3.0 Formål og problemstilling	14
3.1 Konkrete forskningsspørsmål	14
3.2 Presisering av problemstillingen	14
4.0 Teori	16
4.1 Fysisk aktivitet blant ungdom i Norge	16
4.2 Egenorganisert fysisk aktivitet	17
4.3 Økologiske modeller for fysisk aktivitet	19
4.3.1 Personlige- og mellommenneskelige faktorer	20
4.3.2 Fysiske-miljømessige faktorer	21
4.4 Politiske føringer for fysisk aktivitet	22
4.5 Bruk av anlegg til fysisk aktivitet i Norge	24
4.6 Rasjonale for studien	24
5.0 Metode	26
5.1 Studiedesign	26
5.2 Utvalg	26
5.3 Rekruttering	26
5.4 Målemetode	27
5.4.1 Hvilke ordinære- og nærmiljøanlegg bruker ungdommer for egenorganisert fysisk aktivitet?	27
5.4.2 Hva er forskjellene mellom Sogndal kommunes tettsteder når det gjelder bruk av anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet?	28
5.4.3 Hvilke faktorer har betydning for bruk og ikke-bruk av anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet?	28
5.5 Ethiske hensyn	30

5.6	Databehandling og statistikk.....	30
5.6.1	Analysen for «Hvilke ordinære og nærmiljøanlegg bruker ungdommer til egenorganisert fysisk aktivitet?»	32
5.6.2	Analysen for «Hva er forskjellene mellom Sogndal kommunes tettsteder når det gjelder bruk av anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet?»	32
5.6.3	Analysen for «Hvilke faktorer har betydning for bruk og ikke-bruk av anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet?»	33
6.0	Resultat	34
6.1	Deskriptiv framstilling av deltakerne i studien	34
6.2	Anlegg ungdommer bruker for egenorganisert fysisk aktivitet.....	35
6.2.1	Anleggspreferanser blant gutter og jenter for egenorganisert fysisk aktivitet	37
6.3	Forskjeller mellom tettstedene når det gjelder bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet	38
6.4	Aktivitetsfremmende faktorer for bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet	39
6.5	Aktivitetshemmende faktorer for bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet	42
6.6	Ungdoms subjektiv oppfatning av nærmiljøet sitt for egenorganisert fysisk aktivitet.....	44
7.0	Diskusjon	45
7.1	Hovedfunn.....	45
7.1.1	Ungdoms bruk av anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet.....	45
7.1.2	Forskjellene i bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet mellom tettstedene .	48
7.1.3	Aktivitetsfremmende faktorer som har betydning for bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet.....	48
7.1.4	Aktivitetshemmende faktorer som har betydning for bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet.....	50
7.2	Metodiske styrker og svakheter	51
7.2.1	Styrker ved studiedesign	51
7.2.2	Utvalgets representativitet	51
7.2.3	Statistiske forbehold	52
7.2.4	Kausalitet	53
7.2.5	Validitet og reliabilitet	53
7.3	Implikasjoner av studien	54
7.4	Videre forskning.....	55
8.0	Konklusjon.....	57
9.0	Litteraturliste	59
	Vedlegg 1. Kulturdepartements fordeling av anleggs kategorier med tilhørende anleggstyper	64

Vedlegg 2. Nærmiljø- og ordinare anlegg i Sogndal kommune	66
Vedlegg 3. Infoskriv for spørreundersøkelsen	69
Vedlegg 4. Fullstendig spørreskjema	72
Vedlegg 5. Operasjonalisering av bakgrunnsinformasjon og faktorer i spørreskjemaet	77
Vedlegg 6. Godkjenning av Norsk senter for forskningsdata	79

Oversikt over tabeller

Tabell 1. Aktivitetsfremmende- og aktivitetshemmende faktorer undersøkt i studien	29
Tabell 2. Anleggstyper og tilhørende anleggs kategorier brukt for statistiske analyser	31
Tabell 3. Deskriptiv framstilling av deltakerne i studien (N=128) (% , antall)	34
Tabell 4. Antall ungdommer som har svart at faktoren hadde betydning eller ikke betydning for bruk av en bestemt anleggs kategori (N=71) (andel)	41
Tabell 5. Antall ungdommer som har svart at faktoren hadde betydning eller ikke betydning for at anlegg ikke ble brukt like ofte som ønsket (N=90) (andel)	43
Tabell 6. Ungdoms subjektiv oppfatning av nærmiljøet sitt for egenorganisert fysisk aktivitet (N=112)..	44
Tabell 7. Kulturdepartements fordeling av anleggs kategorier med tilhørende anleggstyper.....	64
Tabell 8. Anleggsliste over anleggstyper som befinner seg i Sogndal.....	66
Tabell 9. Operasjonalisering av bakgrunnsinformasjon og faktorer i spørreskjemaet.....	77

Oversikt over figurer

Figur 1. Andel gutter og jenter som har brukt anleggstypen for egenorganisert fysisk aktivitet minst én gang i løpet av det siste året (N=128)	36
Figur 2. Andel gutter og jenter som har brukt anleggskategorien for egenorganisert fysisk aktivitet minst én gang i løpet av det siste året (N=128)	37
Figur 3. Anleggspreferanser blant ungdommer fordelt etter kjønn: andel ungdommer ved favoritt anleggstype (N=89) og anleggstype som ønskes brukt oftere (N=120).....	38
Figur 4. Andel ungdommer som har brukt anleggskategorien for egenorganisert fysisk aktivitet minst en gang i løpet av de siste 12 månedene fordelt etter tettsted (N=128).....	39

1.0 Begrepsavklaring

Del 1.0 definerer og operasjonaliserer viktige begreper for oppgaven.

Fysisk aktivitet: «Enhver kroppslig bevegelse initiert av skjelettmuskulatur som resulterer i en økning i energiforbruket utover hvilenivå» hvor hvilenivå hos voksne er tilsvarende et oksygenforbruk av 3,5 ml per kilo kroppsvekt per minutt (Nerhus et al., 2011, s.2). Dette omtales som 1 «metabolic equivalent of task» (MET) (Nerhus et al., 2011, s.2).

Egenorganisert fysisk aktivitet: Alle former for aktivitet, mosjon, idrett, sport, trening, lek som drives på egenhånd, som er selvinitiert og utøvd uten veileder, trener eller organisert gjennom et lag (Tverga, 2019). Slik aktivitet kan utøves alene eller i gruppe med både familie og/eller venner og kan være tradisjonelle- eller ikke-tradisjonelle aktiviteter (Rafoss & Breivik, 2012, s.54, Tverga, 2019). Litteraturen betegner egenorganisert fysisk aktivitet som: uformell-, selvorganisert-, ustrukturert aktivitet «spontaneous sport», «lifestyle sports», «alternativ sport», «informal sport» (Högman & Augustsson, 2017; King & Church, 2017; Säfvenbom et al., 2018; Wiiium & Säfvenbom, 2019). Oppgaven bruker betegnelsen «egenorganisert fysisk aktivitet» i samsvar med kulturdepartementet (Meld.St.26, 2011).

Trening: «Aktivitet som er planlagt, strukturert og repetitiv (det vil si som gjentas regelmessig) i den hensikt å forbedre eller opprettholde en eller flere komponenter av den fysiske formen.» (Nerhus et al., 2011, s.150)

Fysisk form: «...er et sett av egenskaper som man har eller erverver seg, og som er relatert til evnen man har for å utføre fysisk aktivitet» (Nerhus et al., 2011, s.150). I denne oppgaven er begrepet forbundet med helserelatert form. Helserelatert form er assosiert med lavere risiko for utvikling av livsstilssykdommer og andre lidelser (Nerhus et al., 2011, s.150)

Friluftsliv: Friluftsliv defineres som «fysisk aktivitet og/eller opphold i natur med sikte på miljøforandring og naturopplevelse» (Nerhus et al., 2011, s.151).

Organisert idrett: Kroppslige bevegelser som foregår undre konkurranse- eller treningssammenhenger (Nerhus et al., 2011, s.151). Aktiviteten er organisert og styrt av leder,

instruktør eller trener (Nerhus et al., 2011, s.150). Aktiviteten organiseres oftest under et idrettslag, organisasjon eller andre institusjoner regi av voksne (Wiiium & Säfvenbom, 2019, s.2).

Sport: En form for fysisk aktivitet som er preget av konkurranse og regler hvor utøverens hjelpemidler er viktig for resultatet (Nerhus et al., 2011. s.151).

Anlegg til fysisk aktivitet: I denne oppgaven er begrepet avgrenset til å gjelde alle ordinære- og nærmiljøanlegg som har fått offentlig finansiering. Dette er i samsvar med kulturdepartementets definisjon for anlegg (Kulturdepartementet, 2020). Se vedlegg 1 for kulturdepartementets liste over alle anleggs kategorier og tilhørende anleggstyper.

Ordinært anlegg: Et arena som brukes til både organiserte idrett og egenorganisert fysisk aktivitet (Kulturdepartementet, 2021a). Ordinære anlegg inkluderer vanlige idrettsanlegg samt med andre større utendørsanlegg (Kulturdepartementet, 2020). Se vedlegg 2 for liste over all ordinære anlegg i Sogndal kommune.

Nærmiljøanlegg: «(...) anlegg eller område for egenorganisert fysisk aktivitet, som ligger i tilknytning til bo- og/eller oppholdsområder» (Kulturdepartementet, 2021, s.50). Slike anlegg er utendørs og brukes først og fremst for egenorganisert fysisk aktivitet. Se vedlegg 2 for liste over all nærmiljøanlegg i Sogndal kommune.

Anleggstype: I denne oppgaven brukes begrepet for å betegne en spesifikk type anlegg som er en del av en større anleggs kategori.

Anleggs kategori: I denne oppgaven brukes begrepet for å betegne liknende anleggstyper som ble slått sammen til en større overordnet kategori. Anleggs kategorier kan inneholde både nærmiljøanlegg og ordinære anlegg.

Økologisk modell: «Økologiske modeller har til hensikt å beskrive komplekse sammenhenger mellom flere nivåer i samfunnet og brukes innen mange forskjellige forskningsområder» (Denison, 2013, s.182). Innen forskningsfeltet av fysisk aktivitet og folkehelse brukes økologiske modeller for å forstå hvordan samspillet mellom individuelle, mellommenneskelige, fysiske og politiske faktorer påvirker aktiv atferd (Denison, 2013, s.182).

2.0 Innledning

Det er veldokumentert at fysisk aktivitet har en positiv innvirkning på helse og livskvalitet (Ding et al., 2020; Warburton et al., 2010). Grunnet store endringer i arbeidslivet, transportmidler og i nærmiljø er store deler av befolkningen inaktiv (Denison, 2013). Økt fysisk aktivitet i befolkningen er nasjonalt viktig for å fremme helse i befolkningen (Helse- og omsorgsdepartementet, 2020). Selv om det er gode kunnskaper om helsegevinstene av fysisk aktivitet, forblir mange unge og voksne ikke aktive nok (Brymer & Davids, 2016). Nåværende aktivitetsnivå i Norge gir grunn til bekymring fra et folkehelseperspektiv, og sykdomsbyrden kan bli betydelig redusert dersom fysisk inaktivitet reduseres (Denison et al., 2013, s.181).

De siste tiårene har statlige føringer i vestlige land satset på idretten for å møte økende utfordringer knyttet til fysisk inaktivitet (Gilchrist & Wheaton, 2017). Også i Norge har statens idrettspolitik hatt et helsefremmende formål ved å sikte for fysisk aktivitet og idrett for alle (Skille & Säfvenbom, 2011). Statens idrettspolitikken fremmer fysisk aktivitet gjennom tilskudd til aktivitetsformål og tilskudd til anlegg for fysisk aktivitet og idrett (Meld.St.26 (2011-2012), s.41). Det sistnevnte er statens viktigste virkemiddel for fysisk aktivitet grunnet størst tildelt beløp til dette formålet (Meld.St.26, (2011-2012)). Kulturdepartementet understreker at tilskudd til anlegg for fysisk aktivitet kan fremme fysisk aktivitet i befolkningen dersom anleggsmassen speiler befolkningens aktivitetsbehov og -ønsker (Meld.St.26 (2011-2012), s.12). Ungdommer er en prioritert målgruppe i idrettspolitikken, og ifølge idrettsmeldingen er tilgang til anlegg som legger til rette for varierte, kreative og utfordrende måter til å være i aktivitet er viktig for å motivere denne gruppen til fysisk aktivitet (Meld.St.26, (2011-2012)).

Omtrent 75% av ungdommer er- eller har vært medlem av et idrettslag, og har brukt idrettsanlegg aktivt til dette formålet (Bakken, 2019). Likevel er det stort frafall fra den organiserte idretten i overgang til videregående skole (Bakken, 2019, s.72). Litt over halvparten som er i et idrettslag slutter i løpet av denne perioden (Bakken, 2019, s.72). Samtidig viser forskning av andre egenorganiserte former for aktivitet har økt i popularitet de siste to tiåra, særlig blant ungdommer og unge voksne (Bakken, 2019; Breivik & Rafoss, 2017; Gilchrist & Wheaton, 2017; Säfvenbom et al., 2018).

Denne masterstudien er forankret i Sogndal kommune. Kommunen har målet om å være et samfunn som innbyr til en aktiv livsstil, sosial aktivitet og fritidsaktivitet (Sogndal kommune, 2021, s.7). Kommunen ønsker å mobilisere til fysisk aktivitet gjennom anlegg med høy kvalitet for både organisert og egenorganisert aktivitet (Sogndal kommune, 2021, s.7). Kartlegging av innbyggernes aktivitetsvaner er dermed viktig for et av kommunens mål om å etablere og utvikle flere trenings-, aktivitets- eller rekreasjonsområder til egenorganisert fysisk aktivitet (Sogndal kommune, 2021, s.6-7). Kommunen har behov for mer kunnskap om forskjeller i innbyggernes aktivitetsvaner for å redusere sosiale- og geografiske forskjeller i fysisk aktivitetsnivå.

3.0 Formål og problemstilling

Prosjektets formål er å identifisere hvilke ordinære- og nærmiljøanlegg ungdommer i Sogndal kommune bruker til egenorganisert fysisk aktivitet. Videre er formålet å undersøke hvilke faktorer er betydningsfulle for ungdommenes bruk og ikke-bruk av anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet. Følgende problemstilling er utviklet:

Hvilke anlegg bruker ungdommer i Sogndal kommune til egenorganisert fysisk aktivitet og hvilke faktorer har betydning for bruken av anlegget?

3.1 Konkrete forskningsspørsmål

Følgende forskningsspørsmål er undersøkt gjennom prosjektet:

- a. Hvilke ordinære- og nærmiljøanlegg bruker ungdommer for egenorganisert fysisk aktivitet?
- b. Hva er forskjellene mellom Sogndal kommunes tettsteder når det gjelder bruk av anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet?
- c. Hvilke faktorer har betydning for bruk og ikke-bruk av anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet?

3.2 Presisering av problemstillingen

Prosjektet har undersøkt ungdommers (15-19 år) bruk av ordinære- og nærmiljøanlegg i Sogndal kommune for egenorganisert fysisk aktivitet. Dette gjelder utendørsanleggstyper som er finansiert av- eller har fått offentlige spillemidler (se vedlegg 2 for liste over inkluderte anlegg). Prosjektet undersøkte deretter hvilke faktorer som har hatt betydning for bruk og *ikke-bruk* av et anlegg.

Med utendørsanleggstyper menes det anlegg som legger til rette for aktivitet og ikke anleggstyper som støtter aktivitet (som f.eks. garderobe, servicebygg). Innendørsanleggstyper som for eksempel idrettshaller og aktivitetsrom er ekskludert av denne masterstudien. Prosjektet har fokusert på utendørsanlegg siden Sogndal kommune ønsker å etablere flere utendørs aktivitetsområder for egenorganisert fysisk aktivitet (Sogndal kommune, 2021).

Innendørsanleggstyper ble også ekskludert for å avgrense antall anleggstyper som skulle kartlegges.

Undersøkte faktorer i studien er relatert til egenarten av egenorganisert fysisk og tar utgangspunkt i økologiske modeller for fysisk aktivitet (Bauman et al., 2012; Bedimo-Rung et al., 2006; King & Church, 2015; Pilkington et al., 2016; Raymore, 2002; Sallis et al., 2006; Säfvenbom et al., 2018). Begrunnelsen for valg av denne teoretiske rammeverket er videre utdypet del 4.6. Økologiske modeller er videre utdypet i del 4.3.

4.0 Teori

4.1 Fysisk aktivitet blant ungdom i Norge

Regelmessig fysisk aktivitet er forebyggende mot sykdom, gir bedre fysisk funksjon, flere friske leveår og er sammenhengende med bedre livskvalitet (Booth et al., 2012; Ding et al., 2020; Warburton et al., 2010). Fysisk aktivitet har en positiv innvirkning på individets psykisk-, sosial helse, søvn og utvikling (Chekroud et al., 2018; Ding et al., 2020; Dunn et al., 2001). I noen sammenhenger er det dokumentert at utøvingen av fysisk aktivitet kan legge til rette for opplevelsen av mestring, trivsel og tilhørighet (Gilchrist & Wheaton, 2017; Säfvenbom et al., 2018; Teixeira et al., 2012). Opplevelsen av tilhørighet, fellesskap og positive mestringsforventninger kan være helsefremmende og betydningsfull for myndiggjøring av individets egne ressurser (Sørensen & Graff-Iversen, 2001). Imidlertid er fysisk inaktivitet imidlertid en risikofaktor for tidlig død og er assosiert med ei rekke ikke-smittsomme sykdommer som kreft, diabetes, hjerte- og karsykdommer, osteoporose, hjerneslag og høyt blodtrykk (Lee et al., 2012; Tremblay et al., 2017; Warburton et al., 2010).

For å oppnå viktige fysiske helsegevinster anbefaler helsedirektoratet (2019) at barn og unge (6-17 år) utøver minimum 60 minutter fysisk aktivitet med moderat eller hard intensitet daglig. Videre er det anbefalt at aktiviteten bør styrke muskler og skjelettet minst tre ganger i uken (Helsedirektoratet, 2019). Fysisk aktivitet som fører til helsegevinster kan utøves for forskjellige grunner og i forskjellige kontekster (Strath et al., 2013). Litteraturen skiller mellom fire domener for fysisk aktivitet: transport, hverdagsaktivitet, yrkesmessig og i fritiden (Bauman et al., 2012, s.259; Strath et al., 2013, s.2260). I vestlige land bidrar fysisk aktivitet i fritiden mest til det fysiske aktivitetsnivået (Bauman et al., 2012).

Hos barn og ungdommer går andelen som oppfyller anbefalinger for fysisk aktivitet ned ved økende alder (Hansen et al., 2019). Den siste undersøkelsen på fysisk aktivitetsnivå i Norge viser at 90% av 6-åringene, 77% av 9-åringene, 48% av 15-åringene oppfyller anbefalingene (Hansen et al., 2019). Blant ungdommene (13-18 år) som er aktive trener en firedel av disse i et idrettslag mens en firedel trener på egenhånd 3-4 ganger i uka (Bakken, 2019, s.54). Selv om mesteparten av ungdommer har i løpet av sin barn- eller ungdomstiden vært med i et idrettslag, slutter over halvparten av disse å være med i løpet av videregående skole (Bakken, 2019, s.72). Av de som har sluttet, fortsetter nesten to tredjedeler av disse å trene på egenhånd (Bakken, 2019, s.12).

Fenomenet er ikke nødvendigvis problematisk for folkehelse dersom ungdommer er aktive nok på andre måter (Bakken, 2019, s.12). Imidlertid er det uklart i hvor stor grad egenorganisert trening- og fysisk aktivitet erstatter det samme volumet av fysisk aktivitet som utøves i idrettslaget (Bakken, 2019, s.12). En norsk studie av Lagestad og medarbeidere (2019) har vist at utøvingen av egenorganisert fysisk aktivitet blant ungdommer som hadde sluttet med idretten førte ikke til et høyere aktivitetsnivå. Dette funnet kan sees i sammenheng med ungdommers synkende fysisk aktivitetsnivå i ungdomstiden (Hansen et al., 2019).

Frafallet fra den organiserte idretten kan være knyttet til økt krav til utstyr, nivå og engasjement (Högman & Augustsson, 2017; Jacobsen et al., 2021, s.15). At idrettstilbudet ikke lenger oppleves som gøy eller at utøveren ikke lenger deler idrettens verdier er andre mulige årsaker for frafallet (Högman & Augustsson, 2017, Bakken, 2019, s.12). Ungdomstiden er en overgangsfase preget av nye interesser og nye akademiske krav for mange, og idretten passer ikke nødvendigvis sammen med denne overgangsfasen (Bakken, 2019, s.17). Til tross for aktivitetsvaner er i endring i ungdomstiden, er denne perioden viktig for å etablere gode aktivitetsvaner (Kjønniksen et al., 2008). Dersom aktivitetsnivået er lavt ved barn- og ungdomstiden, er det en høyere sannsynlighet for inaktivitet senere i livsløpet (Kjønniksen et al., 2008).

Det er et politisk mål om å øke andelen av fysiske aktive i Norge og redusere sosiale ulikheter i fysisk aktivitetsnivå (Helse- og omsorgsdepartementet, 2020). Andelen som er tilstrekkelige fysisk aktive skal økes med 10% innen 2025, og 15% innen 2030 (Helse- og omsorgsdepartementet, 2020, s.17).

4.2 Egenorganisert fysisk aktivitet

Blomdahl og medarbeidere (2012) referert i (Högman & Augustsson, 2017, s.1137) foreslår denne definisjon for egenorganisert fysisk aktivitet: «(...) sporting or exercising performed by oneself or in group, without an official organiser/ instructor/trainer/teacher controlling/governing the activity. The practitioners themselves organise, establish rules, and perform the activity». Ressursenteret for egenorganisert fysisk aktivitet og idrett, Tverga, inkluderer alle selvstyrt former for lek, mosjon, trening, tradisjonelle aktiviteter (f.eks å leke football) og ikke-tradisjonelle livstilssaktiviteter (som f.eks skating, klatring, rafting, snowboard og padling bl.a.) som former for egenorganisert fysisk aktivitet (Tverga, 2019).

Egenorganiserte former for fysisk aktivitet og idrett har økt i popularitet de to siste tiåra (Gilchrist & Wheaton, 2017; King & Church, 2015; Säfvenbom et al., 2018). Slike aktiviteter har et stort aktivitetspotensial for grupper som ikke nås med det tradisjonelle idrettstilbudet (Högman & Augustsson, 2017; King & Church, 2017). Egenorganisert aktivitet viser økende individualisering av aktivitetsvaner, noe som kan sees i sammenheng med individets større ønske for autonomi og medbestemmelse under aktiviteten (Högman & Augustsson, 2017).

Iboende trekk av egenorganisert fysisk aktivitet er at aktiviteten i seg selv utøves «*for the sake of fun*» og at det er deltakerne som skaper rammene for aktiviteten (Högman & Augustsson, 2017, s.1142). Egenorganisert fysisk aktivitet og idrett er preget av «deliberate play» i motsetning til «deliberate practice» som ofte er assosiert med den organiserte idretten (Nybakken & Falco, 2022). At deltakerne er med på å skape rammene for aktiviteten gjør at slike aktiviteter kan være svært meningsfulle for opplevelsen av felleskap, autonomi og medbestemmelse (Högman & Augustsson, 2017). Forskning tyder på at noen typer av egenorganiserte aktiviteter er attraktive for mange grunnet sterke opplevelser av mestring uten at aktiviteten skal være forbundet med prestasjon eller konkurranse (Wiium & Säfvenbom, 2019, s.13). Andre studier peker på at deltakerne er motivert av indre faktorer for å drive med egenorganisert aktivitet fordi lek og mestring er forbundet med glede (Högman & Augustsson, 2017; King & Church, 2017; Teixeira et al., 2012).

I Norge har deltakelse i alle former for egenorganisert fysisk aktivitet og trening økt de siste to tiåra, mens deltakelse i organisert idrett forblir nokså likt (-3%) (Breivik & Rafoss, 2012, s.53, s.55). Organisert idrett er fortsatt en viktig kilde for fysisk aktivitet i befolkningen, men idrettslagene er ikke like viktig som tidligere (Breivik & Rafoss, 2012, s.42). Styrketrening (+25%), fottur (+9%), langrenn (+14 %) og andre livsstilsaktiviteter har hatt størst økning i oppslutning de siste 20 årene (Breivik & Rafoss, 2017, s.51). Trening på egenhånd anses nå som viktigste for aktivitetsnivået (Breivik & Rafoss, 2012, s.44). Syttini prosent av befolkningen mellom 15-24 år trener på egenhånd minst en gang i måned (Breivik & Rafoss, 2017, s.41). Femti syv prosent av denne aldersgruppen driver med friluftslivsaktiviteter en gang i måned i sesongen, og litt over en tredjedel opplyser at de driver med livsstilsaktiviteter (Breivik & Rafoss, 2017, s.41).

Endring i aktivitetsvaner viser behov for nye tilpassete steder, rom og fellesskap der individer kan være i aktivitet på andre måter (Breivik & Rafoss, 2017, s.116). Mer kunnskap om hvordan anlegg inviterer ungdommer til å drive med egenorganisert fysisk aktivitet er relevant siden denne formen for aktivitet er viktigste for denne målgruppen (Bakken, 2019; Breivik & Rafoss, 2017).

4.3 Økologiske modeller for fysisk aktivitet

Tidligere forskning i folkehelsefeltet har hatt større fokus på personlige- og mellommenneskelige faktorer (f.eks. kjønn, tidligere aktivitetsnivå, mestringsforventninger og sosial støtte) for å forstå hva som påvirker aktiv atferd (Pilkington et al., 2016; Spence & Lee, 2003). Nyere forskning viser at personlige- og mellommenneskelige faktorer forklarer lite varians i aktiv atferd (kun 20-40% varians) (Spence & Lee, 2003). Lite effekt av individuelle rettede tiltak har ført til at forklaringsmodeller (dvs. økologiske modeller) som anerkjenner samspillet mellom miljø, individ, samfunn og helse ble utviklet og anvendt for å fremme fysisk aktivitet (Bauman et al., 2012; Giles-Corti et al., 2005; Kaczynski & Henderson, 2007; Pilkington et al., 2016; Sallis et al., 2006; Spence & Lee, 2003; Stokols, 1992). Ifølge Giles-Corti et al. (2005) vil tiltak som tar hensyn til forskjellige faktornivåer ha større helsefremmende effekt.

Hovedhypotesen bak økologiske modeller for fysisk aktivitet er at fysiske-miljømessige faktorer, som for eksempel tilstedeværelse av aktivitetsfremmende nærmiljøer, vil ha innflytelse på helse (Giles-Corti et al., 2005, s.178, Spence & Lee, 2003, s.10; Stokols, 1992). Som konsekvens av denne tilnærmingen har tiltak for å fremme fysisk aktivitet hatt større fokus på design av aktivitetsfremmende nærmiljøer og økt tilgang til arenaer som legger til rette for aktivitet (Brymer & Davids, 2016, s.929). Anlegg til idrett og fysisk aktivitet er viktige arenaer for fysisk aktivitet (Bedimo-Rung et al., 2005).

Økologiske modeller varierer, men de inkluderer vanligvis ei rekke personlige- (dvs. individuelle, intrapersonale), mellommenneskelige- (dvs. psykososiale, interpersonale), fysiske-miljømessige- og strukturelle faktorer (Sallis et al., 2006, s.299). Personlige faktorer omfatter biologiske-, psykologiske- og demografiske determinanter, mens mellommenneskelige faktorer er kulturelle- og sosiale omgivelser som påvirker utøvingen av fysisk aktivitet (Sallis et al., 2006). Fysiske-miljømessige faktorer er knyttet til det fysiske miljøet, omgivelsene og

miljøbetingelser (Sallis et al., 2006). Organisasjonelle-, og politiske («policy»), lovhjemle faktorer betraktes som strukturelle faktorer (Sallis et al., 2006, s.299). Nasjonal- og kommunalhelsepolitikk er en annen eksempel på strukturelle faktorer (Wold, 2017, s.217).

Selv om bruk av økologiske modeller for fysisk aktivitet er nå allment akseptert, er implementeringen av modellen utfordrende i praksis på grunn av manglende spesifisitet mot forskjellige målgrupper og konteksten (Giles-Corti et al., 2005). Modellen bør være tilpasset stedet og målgruppen for å kunne anvendes (Giles-Corti et al., 2005).

Deler 4.3.1-4.3.3 presenterer en oversikt over nåværende kunnskap relatert til personlige-, mellommenneskelige- og fysisk-miljømessige faktorer (med unntak av strukturelle- og politiske faktorer).

4.3.1 Personlige- og mellommenneskelige faktorer

Studien av Bauman og medarbeidere (2012) har identifisert at noen personlige som faktorer kjønn (dvs. gutt), helsestatus, sosioøkonomisk status, mestringsforventninger var positiv sammenhengende med fysisk aktivitetsnivå. Høyere utdanningsnivået var sammenhengende med høyere aktivitetsnivå, mens alder og opplevelsen av stress var omvendt sammenhengende med aktivitetsnivået (Bauman et al., 2012).

Personlige motiver og opplevde barrierer er også individuelle faktorer som påvirker utøvingen av fysisk aktivitet (Breivik & Rafoss, 2017). «Helsegevinster» er det viktigste motivet for fysisk aktivitet i befolkningen over 15 år, mens den viktigste barrieren er knyttet til «lite tid» (Breivik & Rafoss, 2017). Andre faktorer som motivasjon, interesse og ferdigheter vil også påvirke utøvingen av fysisk aktivitet (Wold, 2017, s.218). Individuelle faktorer påvirker aktiv atferd, men de predikerer i liten grad hvem bruker- og hvor nærmiljøet brukes til aktivitet (Saelens et al., 2006, s.191).

Når det gjelder mellommenneskelige faktorer har Bauman og medarbeidere (2012) identifisert at støtte i familien for aktiviteten var assosiert med fysisk aktivitet, mens aktive rollemodeller i familien var ikke assosiert med aktivitetsnivået. Sosiale normer påvirket ikke aktivitetsnivået (Bauman, 2012, s.263).

4.3.2 Fysiske-miljømessige faktorer

Det fysiske miljøet kan beskrives gjennom karakteristikk som kan være subjektive oppfatninger eller objektive målinger av de samme karakteristikkene (Stokols, 1992, s.7). Enkelte fysiske elementer kan påvirke bruk av et bestemt område for fysisk aktivitet, men det sammensatte bildet av flere elementer kan også påvirke bruk (Stokols, 1992, s.7).

Tilgang til anlegg for fysisk aktivitet er en faktor som påvirker aktivitetsnivå, og dette omfatter avstand til anlegg, individets mulighet til å komme seg dit og muligheter til å bruke det når individet er først tilstede (Bedimo-Rung et al., 2006). Forskning viser at objektive målinger av anleggstetthet og subjektiv oppfatning av tilgang til anlegg er positiv sammenhengende med aktivitetsnivået (Bauman et al., 2012, s.266; Liu et al., 2020; McCormack et al., 2010; Sallis et al., 2006, 2000). Videre viser Mackenbach et al. (2018) en positiv sammenheng mellom fysisk aktivitet og en positiv oppfatning av tilgang til anlegg. Helsedirektoratets litteraturgjennomgang (2008, s.13) viser at å ha muligheter til å være aktiv er en korrelat for fysisk aktivitet hos ungdommer (13-18 år).

Kvaliteten av et anlegg er også avgjørende for bruk (Bedimo-Rung et al., 2005; McCormack et al., 2010; Saelens et al., 2006). I noen studier handler dette om estetikken av området, opplevelsen av trygghet, anleggets tilstand og kvaliteten av tilbudene ved anlegget (Bedimo-Rung et al., 2005; Davison & Lawson, 2006; McCormack et al., 2010; Sallis 2006).

Estetikk er en subjektiv faktor som er tett koblet til opplevelsen av trygghet (McCormack et al., 2010). Indikatorer for estetikk er knyttet til utseende (dvs. om anlegget er ryddig, preget av graffiti, i dårlig stand, tilværelse av natur, blomster, belysning) (Bedimo-Rung et al., 2005; McCormack et al., 2010). Tilstedeværelse av natur er positivt, mens graffiti og uryddighet påvirker bruk negativt (Humpel et al., 2002; McCormack et al., 2010). Dårlig tilstand av anlegget og tilstedeværelse av andre «uønskete grupper» ved anlegget påvirker opplevelsen av trygghet negativt og hindrer bruk (Davison & Lawson, 2006; McCormack et al., 2010). Selv om studier har vist at opplevelsen av utrygghet hindrer bruk av anlegg, er opplevelsen av trygghet ikke assosiert med økt bruk av anlegg (Cohen et al., 2010).

Når det gjelder kvaliteten av tilbudene ved anlegget, handler det om det organiserte aktivitetstilbudet ved anlegget eller variasjon i hva slags aktiviteter som legges tilrette for (Bedimo-Rung et al., 2005; McCormack, 2010). Ulike elementer som toaletter, grill og piknikbord har betydning for bruk av anlegg (McCormack et al., 2010). Anlegg som ikke er tilpasset målgruppen er lite stimulerende og ikke motiverende for bruk (McCormack et al., 2010). Oversikten til McCormack og medarbeidere (2010) viser dessuten at anlegg som kan brukes som et sosialt møteplass er positiv for ungdoms bruk. En positiv oppfatning av kvaliteten av et anlegg er positiv sammenhengende med aktivitetsnivået (Bauman et al., 2012; Humpel, 2002; McCormack et al., 2010).

4.4 Politiske føringer for fysisk aktivitet

Politiske føringer for fysisk aktivitet i fritiden har en viktig rolle i skape flere muligheter for aktivitet i befolkningen (Helse- og omsorgsdepartementet, 2020). Ulike politiske føringer er omtalt i handlingsplan for fysisk aktivitet 2020-2029, folkehelsemeldingen (Meld. St.19 (2018-2019)), handlingsplan for friluftsliv og den norske idrettsmodellen (Meld. St.26 (2011–2012)) (Helsedirektoratet, 2018). Handlingsplan for fysisk aktivitet 2020-2029 har visjonen at: «bevegelse og fysisk aktivitet er et naturlig valg for alle gjennom hele livet» (Helse- og omsorgsdepartementet, 2020, s.16). Tiltak for fysisk aktivitet rettes mot muligheter for å være aktiv i hverdagen og fritiden slik at alle, «uavhengig av alder, kjønn, funksjonsnivå og sosial bakgrunn» skal kunne drive med fysisk aktivitet (Helse- og omsorgsdepartementet, 2020, s.17-18). For å nå mål for økt fysisk aktivitet har handlingsplanen for fysisk aktivitet innsatsområder som er rettet mot aktivitetsvennlige nærmiljøer og fritidsarenaer (dvs. friluftsliv og idrett) (Helse- og omsorgsdepartementet, 2020, s.18).

Idrettsmeldingen er en viktig føring fra kulturdepartementet for å ivareta den organiserte idretten og egenorganisert fysisk aktivitet gjennom tilskudd til anlegg og tilskudd til aktivitetsformål (Meld.St.26 (2011-2012), s.13). Anleggspolitikken fastsetter at anlegg med stort brukspotensial, særlig anlegg for egenorganisert aktivitet bør prioriteres (Meld.St.26, (2011-2012)). Anlegg bør ha som mål om å møte ungdommens behov for variasjon og utfordring samtidig som å være en sosial møteplass (Kulturdepartementet, 2021b, s.6). For å redusere barrierer til fysisk aktivitet bør anlegg til fysisk aktivitet være inkluderende ved å være tilrettelagt for ulike funksjonsnivåer (Meld.St.26, (2011-2012)).

Tverga (2020), ressurscenteret for egenorganisert fysisk aktivitet og idrett, anbefaler at anlegg som brukes særlig til egenorganisert fysisk aktivitet har god beliggenhet, et inspirerende konsept, fremmer kreativitet, er inkluderende og fleksible. At et anlegg er fleksibelt i den forstanden handler om at det er tilgjengelig og kan brukes året rundt (Tverga, 2020). For å fremme egenorganisert fysisk aktivitet mener Tverga (2020) at anlegg bør inspirere og invitere flere til å drive med fysisk aktivitet på nye måter.

I 2021 delte kulturdepartementet ut 1,7 milliard kroner over hele landet til idrettsanlegg hvorav 1,6 milliard kroner gikk til idrettsanlegg i kommunene, 32 millioner kroner til løypetiltak i fjellet og overnattingshytter, 32,5 millioner kroner til utstyr og 30 millioner til nyskapende aktivitetsarenaer (Kulturdepartementet, 2021a). I perioden 2000-2011 ble 70% av midlene til anlegg brukt til tradisjonelle idrettsanlegg (i.e. fotballanlegg, flerbrukshaller og svømmehaller) (Breivik & Rafoss, 2017, s.82).

Det er kommunen, fylkeskommunen og idrettslag som bygger og eier anlegg for fysisk aktivitet (Meld.St.26, (2011-2012), s.57). Kommunen har en særlig en viktig rolle i vurdering av lokale anleggsbehov og utdeling av midler til anlegg siden det er kommunen som er lovpålagt til å fremme helse i befolkningen i henhold til folkehelseloven (Folkehelseloven, 2012, §2-4, Kulturdepartementet, 2018). Dette innebærer kommunen skal iverksette forebyggende tiltak for helse ved bruk av tilgjengelige virkemidler. Kommunen fremmer befolkningens helse ved å sikre arealer til fysisk aktivitet og ved å bygge ut anlegg etter innbyggernes behov (Kulturdepartementet, 2018, 2018; Meld.St.26, (2011-2012)).

Når det gjelder vurdering av behov for anlegg for idrett og fysisk aktivitet, kreves det en oversikt over organisert- og egenorganisert aktivitet i kommunen, eksisterende antall anlegg samtidig som kunnskap om hvor mye anleggene er brukt (Kulturdepartementet, 2018). Vurdering av behov for anlegg forutsetter kunnskap om befolkningens aktivitetsnivå og hvilke grupper har spesielle behov for tilrettelegging (Kulturdepartementet, 2018).

Om idrettsmodellens mål om «idrett og fysisk aktivitet for alle» har lyktes er omdiskutert i litteraturen (Breivik & Rafoss, 2017; Rafoss & Tangen, 2017; Tangen, 2003). Idrettspolitikken har tidligere blitt kritisert for å ha hatt for stort fokus på utbyggingen av tradisjonelle

idrettsanlegg (Rafoss & Tangen, 2017). Ifølge Rafoss og Tangen (2017) har denne satsingen ikke nødvendigvis lyktes til å aktivisere flere i hele befolkningen.

4.5 Bruk av anlegg til fysisk aktivitet i Norge

Individet er avhengig av et sted som er tilgjengelig og støtter fysisk aktivitet (Breivik & Rafoss, 2017). «Fysisk aktivitet skjer i tilknytning til anlegg, arenaer og landskaper som muliggjør et bredt spektrum av aktiviteter; trening og mosjon, idretter og friluftsliv» (Rafoss & Breivik, 2012, s.57). Hvor mye tilrettelegging av det fysiske miljøet er nødvendig for fysisk aktivitet varierer etter aktiviteten (Breivik & Rafoss, 2012, s.6). Noen former for aktiviteter er avhengig av et idrettsanlegg, mens andre aktiviteter kan utøves med minimal bearbeiding av et naturområde (Breivik & Rafoss, 2012, s.6).

I Norge har anlegg som er lett tilgjengelige og som kan brukes individuelt til egenorganisert aktivitet har hatt størst økning i bruk siden 1995 (Breivik & Rafoss, 2017). Fra 1999 til 2015 har regelmessig bruk av idrettsanlegg vært nokså stabilt (-1%), mens bruk av naturpregede anlegg (+14%) og andre anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet (+12%) har økt (Breivik & Rafoss, 2017, s.97). De enkelte anleggstypene som har hatt størst økning i regelmessig bruk (en gang i uken eller mer) i befolkningen som er 15 år og eldre er private treningssentre (+16%), turstier (+17%), lysløype (+7%), vekt- og styrkerom (+13%) (Breivik & Rafoss, 2017, s.94). Ifølge forskningsrapporten til Breivik og Rafoss (2017, s.83, 86) er friluftslivsanlegg (dvs. «naturpregede anlegg») den viktigste anleggskategori for hele befolkningen, men styrketreningssrom og treningssenter er de meste populære anleggstypene for aldersgruppen 15-24 år.

4.6 Rasjonale for studien

Det er per i dag relativt god kunnskap om norske ungdommers aktivitetsvaner og bruk av anlegg til fysisk aktivitet (Bakken, 2019, 2020; Breivik & Rafoss, 2017). Flest ungdommer driver med egenorganisert trening og friluftslivsaktiviteter, og de mest populære anleggstyper blant ungdommer (15-24 år) er styrketreningssrom og treningssenter (Bakken, 2020; Breivik & Rafoss, 2017). Imidlertid har studien av Bakken og medarbeidere (2019, s.63) fokusert på å kartlegge former for fysisk aktivitet som forbindes med fysiske helsegevinster. På grunn av denne studiens

design kan andre former for fysisk aktivitet som ikke forstås som trening (dvs. målrettet aktivitet for å forbedre fysisk form og funksjon) (Nerhus et al., 2011, s.150) ikke bli fanget opp i like stor grad. Nasjonale kartlegginger har undersøkt identifisert at «helsegevinster» er det viktigste motivet for fysisk aktivitet, mens «lite tid» er den viktigste barrieren (Breivik & Rafoss, 2017). Imidlertid har disse kartleggingene hovedsakelig undersøkt instrumentelle motiver og individuelle barrierer for fysisk aktivitet.

Det er omfattende forskning på individuelle og mellommenneskelige faktorer som påvirker aktiv atferd (Bauman et al., 2012; Heitzler et al., 2006; Limstrand & Rehrer, 2008). Bauman og medarbeideres systematisk litteraturgjennomgang har vist at aktivitetsnivået påvirkes av kjønn, helsestatus, sosioøkonomisk status og individets egne mestringsforventninger. En norsk studie av Limstrand og Rehrer (2008) har identifisert at ungdommer som brukte offentlige finansiert anlegg var i hovedsak gutter under 14 år med et høyt aktivitetsnivå. En annen studie av Heitzler og medarbeidere (2006) identifisert at opplevelsen av trygghet, støtte i familien og tilgang til arenaer for fysisk aktivitet var sterk sammenhengende med barn og ungdoms fysisk aktivitetsnivå (Heitzler et al., 2006).

Andre studier har undersøkt hvilke enkelte karakteristikker ved arenaer for fysisk aktivitet er sammenhengende med den enkeltes aktivitetsnivå (Davison & Lawson, 2006; Humpel, 2002; McCormack et al., 2010; Saelens et al., 2012; Sallis et al., 2000). For å identifisere hva som fremmer eller hindrer bruk av områder, arenaer og anlegg for fysisk aktivitet, har forskning i folkehelsefeltet hatt ulike tilnærminger og målgrupper. Systematiske litteraturgjennomganger har identifisert at fysiske-miljømessige faktorer som kvalitet av- og tilgang til anlegg er sammenhengende med den lokale befolkningens aktivitetsnivå (Davison & Lawson, 2006; Humpel et al., 2002; McCormack et al., 2010; Sallis et al., 2012, 2000).

Til tross for denne kunnskapen mangler det fortsatt kunnskap relatert til andre former for egenorganisert fysisk aktivitet ungdom utøver. Relevante studier og nasjonale kartlegginger har lagt lite vekt på hva som *motiverer* ungdommer til å drive med for egenorganisert fysisk, og hvilke faktorer i nærmiljøet påvirker dette. Det er også behov for lokal kunnskap om ungdoms aktivitetsvaner for å redusere sosiale ulikheter i fysisk aktivitetsnivå i kommunen. Denne kunnskapen relevant for Sogndal kommunes satsingsområde og politiske føringer for fysisk aktivitet.

5.0 Metode

For å undersøke problemstillingen «*Hvilke anlegg bruker ungdommer til egenorganisert fysisk aktivitet og hvilke faktorer har betydning for bruken av anlegget?*» er det valgt en kvantitativ metode. Prosjektet har et induktivt metodevitenskapelig ståsted (Grønmo, 2017). Studien har hatt en induktiv tilnærming fordi innsamlet data sikter til å være teorigenerende og bidra til forklaringsmodeller for deltakelse i egenorganisert fysisk aktivitet.

5.1 Studiedesign

Denne studien er en tverrsnittstudie med spørreskjema som målemetode. Studien har hatt en deskriptiv tilnærming for å beskrive hvilke anlegg ungdommer (15-19 år) bruker på et bestemt tidspunkt. Studien har videre hatt en analytisk tilnærming ved å identifisere hvilke utvalgte faktorer er sammenhengende med bruk- og ikke-bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet.

5.2 Utvalg

Inklusjonskriterier for studien var alle ungdommer mellom 15-19 år bosatt i Sogndal kommune. Alle ungdommer fra tettstedene Kaupanger, Kjørnes Sogndalsfjøra, Hermansverk/Leikanger og Balestrand ble invitert til å delta i studien. Ifølge Statistisk sentralbyrå er 778 ungdommer mellom 13-19 år bosatt i disse tettstedene (SSB, 2021). Tallet tar ikke hensyn til antall ungdommer under 20 år som går på høgskolen eller folkehøgskolen og som ikke er folkeregistret i kommunen. Alle ungdommer ble invitert til å delta i studien for å få et representativt bilde av anleggsbruk i kommunen og av personvern hensyn.

5.3 Rekruttering

Datainnsamlingsperioden varte fra 23.november 2021 til 23.januar 2022. Ungdom- og videregående skoler ble valgt som primært rekrutteringsarena. I begynnelsen av prosjektutformingen hadde jeg en løst avtale med Sogndal kommune for å samarbeide med utdelingen av spørreskjemaet. Etter å ha fått godkjenning av Norsk senter for forskningsdata (NSD) for innsamlingen av personopplysninger, ble et nytt forespørsel om samarbeid sendt til kommunen og fylkeskommunen. Kommunen videresendte informasjon om prosjektet til alle

rektorene ved de fire ungdomsskolene i Sogndal kommunen. Jeg har deretter selv tatt kontakt med alle rektorene ved de 6 ungdoms- og videregående skoler i kommunen med ny forespørsel om å videresende spørreundersøkelsen til elevene i 10.klasse og eldre. Fire skoler videresendte spørreundersøkelsen til elevene sine via skolens kommunikasjonskanal. På grunn av lite ressurser var det ikke mulig for skoler å sende påminnelser om spørreskjemaet eller å bruke undervisningstid for dette.

På grunn av lav svarrespons ble andre rekrutteringsarenaer brukt for å nå målgruppen. Etter tre uker ble reklameplakater om prosjektet hengt opp på diverse steder i Sogndal kommune (Kaupanger, Sogndalsfjøra, Hermansverk/Leikanger og Balestrand). Forespørsel om å videresende spørreskjemaet ble sendt ut til lokale idrettslag og organisasjoner. Prosjektet ble delt på sosiale medieplattformer via ulike frivillige grupper og andre organisasjoner i Sogndal kommune.

5.4 Målemetode

Spørreskjemaet er utformet og delt ut ved bruk av programmet SurveyExact.

Spørreundersøkelsen ble utformet med lukkede spørsmål og skrevet på nynorsk. Spørsmål om bakgrunnsinformasjon og svaralternativer for disse spørsmålene har tatt utgangspunkt i spørsmålene i forskningsrapportene av Bakken (2020) og Breivik & Rafoss (2012). Se vedlegg 3 for fullstendig spørreskjema. Deler 5.4.1-5.4.3 presenterer hvordan spørreskjemaet ble utformet for å svare på prosjektets tre forskningsspørsmål.

5.4.1 Hvilke ordinære- og nærmiljøanlegg bruker ungdommer for egenorganisert fysisk aktivitet?

Oversikt over alle offentlige finansierte utendørsanlegg i kommunen ble hentet fra Kulturdepartementets anleggsregister. I Sogndal kommune fins det 282 eksisterende ordinære- og nærmiljøanlegg som er videre fordelt i 54 anleggstyper (Kulturdepartementet, u.å.). Se vedlegg 2 kulturdepartementets liste over eksisterende anleggstyper i Sogndal kommune.

Innendørsanlegg og anleggstyper som støtter aktivitet på en indirekte måte (f.eks. garderobe, servicebygg, sanitærbygg, båthus) ble ekskludert fra undersøkelsen. Resterende utendørs ordinære- og nærmiljøanlegg i Sogndal kommune ble deretter kategorisert i 20 anleggstyper i

spørreskjemaet. Betegnelser for anleggstyper i spørreskjemaet ble tilpasset målgruppen og varierer dermed fra kulturdepartementets betegnelser for anleggstyper. Se vedlegg 2 for anleggsbetegnelser brukt i spørreskjema.

For å svare på forskningsspørsmålet «Hvilke ordinære- og nærmiljøanlegg bruker ungdommer for egenorganisert fysisk aktivitet?» ble respondenten først bedt til å sette kryss ved alle anleggene hen hadde brukt minst en gang i løpet av det siste året (se vedlegg 4: spørsmål 9). Deretter ble respondenten bedt til å krysse ut alle anlegg som hovedsakelig ble brukt til egenorganisert fysisk aktivitet (se vedlegg 4: spørsmål 10). En kort definisjon av egenorganisert fysisk aktivitet ble inkludert ved dette spørsmålet. Dersom respondenten hadde krysset av «Ingen av disse» på spørsmål 9 eller 10, ble respondenten automatisk ført videre til et spørsmål relatert til aktivitetshemmende faktorer (se vedlegg 4: spørsmål 13).

Spørsmål om frekvens for bruk av anlegget har brukt samme tidskriterier som i forskningsrapporten av Breivik og Rafoss (2012, s.79): «minst 1 gang ila. de siste 12 måneder». Kriteriene for bruk av anlegg har hatt et lavt involveringsnivå for å fange opp bruk uavhengig av årstiden.

5.4.2 Hva er forskjellene mellom Sogndal kommunes tettsteder når det gjelder bruk av anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet?

For å svare på dette forskningsspørsmålet ble respondenter bedt til å opplyse om nærmeste tettsted i begynnelsen av undersøkelsen (se vedlegg 4: spørsmål 4). De følgende tettstedene er en del av den nye Sogndal kommune: Balestrand, Hermansverk/Leikanger, Sogndalsfjøra, Kaupanger og Kjørnes (SSB, 2020). Tettstedene i spørreskjemaet ble slått sammen til de følgende hovedkategoriene: Balestrand, Leikanger, Sogndal og Kaupanger for å avgrense antall kategorier for analysen.

5.4.3 Hvilke faktorer har betydning for bruk og ikke-bruk av anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet?

Undersøkte faktorer i denne masterstudien ble valgt med utgangspunkt i en økologisk modell for fysisk aktivitet og er spesifikke mot egenarten av egenorganisert fysisk aktivitet. Studiene til Bauman og medarbeidere (2012), Bedimo-Rung og medarbeidere (2005), Breivik & Rafoss

(2017), Cohen og medarbeidere (2010), Humpel og medarbeidere (2002), Kaczynski og Henderson (2007), McCormack og medarbeidere (2010), Raymore (2002), Wiium og Säfvenbom (2019) og Tvergas (2019) kunnskapsgrunnlag om anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet ble brukt for å velge faktorene som skulle undersøkes. Inkluderte faktorer er subjektive, og objektive målinger av kvaliteten av anlegget er ekskludert (som f.eks. tilgang til toalett, belysning). Undersøkte faktorer er fordelt i aktivitetsfremmende- og aktivitetshemmende faktorer. Se vedlegg 4 for hvordan aktivitetsfremmende og -hemmende faktorer ble operasjonalisert i spørreskjemaet.

Tabell 1. Aktivitetsfremmende- og aktivitetshemmende faktorer undersøkt i studien

Nivå	Faktor	Aktivitetsfremmende og aktivitetshemmende	
		Aktivitetsfremmende	Aktivitetshemmende
Personlige	Individuelle faktorer	Har interesse for det	Manglende kunnskap og ferdigheter
Mellommenneskelige	Mellommenneskelig	Tilgjengelig for sosialisering	Manglende sosialt miljø
Fysiske-miljømessige	Anleggets fleksibilitet	Variasjon i aktivitetstilbudet	Dårlige åpningstider/ for kort sesong
	Anleggets konsept	Mestringsfremmende	
		Fremmer lek	
	Tilgang til anlegget	God beliggenhet	Dårlig beliggenhet
		Gratis/koster lite	Dyrt/koster mye
Subjektiv oppfatning av anlegget	Positiv estetikk	Dårlig tilstand	
		Opplevelse av utrygghet	

For å undersøke hvilke faktorer var aktivitetsfremmende for bruk av anlegg ble respondenten først stilt spørsmålet: «Kva for ein stad er din favoritt for å være i aktivitet, trene, mosjonere på eigenhånd?» ut ifra anleggstypene respondenten hadde brukt minst en gang det siste året (se vedlegg 4: spørsmål 11). Formuleringen «favoritt stad» antok at respondenten brukte anlegget aktivt. Deretter ble respondenten spurt i hvor stor grad ulike aktivitetsfremmende faktorer hadde betydning for at stedet var sitt favoritt. Denne operasjonaliseringen forutsatt at faktorer som hadde betydning for favorittanlegget er aktivitetsfremmende faktorer. Faktorer ble operasjonalisert i form av «jeg-påstand» som i Ungdata spørreundersøkelsen (Bakken, 2020). «Jeg-påstander» ble valg overfor et begrep for å tilpasse spørreskjemaet til målgruppen. Respondenter ble bedt til å svare i hvor stor grad de var enige med påstanden mellom: «stemmer ikke», «stemmer litt», «stemmer nokså godt», «stemmer helt».

For å undersøke hvilke faktorer var aktivitetshemmende for bruk av anlegg ble respondenten først stilt spørsmålet: «Velg ein stad du kunne ha tenkt deg å bruke på eigenhand oftare enn det du gjer no» (se vedlegg 4: spørsmål 11). Dette spørsmålet forutsatt at anlegget hadde vært brukt oftere dersom det ikke var noe som hindret dette. Etter å ha valgt et anlegg, ble respondenten spurt i hvor stor grad aktivitetshemmende faktorer hadde betydning for at hen ikke brukte stedet like ofte som ønsket. Disse faktorene ble også operasjonalisert i form av «jeg-påstander» og brukte samme likert-skala som nevnte tidligere.

5.5 Etiske hensyn

Prosjektet har hatt ungdom mellom 15-19 år som målgruppe. Denne aldersgruppen har samtykkekompetanse på vilkår at prosjektet ikke behandler særlige kategorier av personopplysninger (NSD, u.å.). Elektronisk, frivillig og informert samtykke ble hentet inn før deltakelse i studien. Kun prosjektmedarbeidere har hatt tilgang til data. Prosjektet har behandlet kombinasjoner av personopplysninger, noe som gjør at prosjektet var meldt til NSD for godkjenning. På oppdrag fra høgskulen på Vestlandet har Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at prosjektet er i samsvar med personvernregelverket (referansenummer: 248442, se vedlegg 6).

5.6 Databehandling og statistikk

Surveyxact, IBM SPSS Statistics versjon 28.0.1.0 (142) og Microsoft Excel 2013 ble brukt for analysen. Innsamlet data består av nominale og ordinale variabler. For å gjennomføre signifikansanalyser ble resultatene av de opprinnelige anleggstypene slått sammen til fem hovedanleggskategorier som baserer seg på Breivik og Rafoss (2017) sin fordeling av anlegg (tabell 2). Noen betegnelser av anleggstype i spørreskjemaet ble forkortet for analysen (tabell 2). «Ingen anlegg» var den sjette kategorien i hovedanleggskategorien fremstilt i deskriptive analyser, men denne kategorien var ikke inkludert i statistiske analyser. Kategorien omfatter alle respondenter som ikke har brukt minst en av de nevnte anleggstypene for verken organisert- eller egenorganisert fysisk aktivitet (se vedlegg 4: spørsmål 9 og 10).

Tre signifikanstester ble brukt i analysen: kjikvadrat «Goodness-of-fit» test, kjikvadrat «test of independance» og Friedmans test. Akseptabelt signifikansnivå for statistiske analyser var $p=0,05$. Kjikvadrattesten ble brukt for å teste for signifikante forskjeller når funnet var i form av

nominale variabler (McHugh, 2013). Testen «Goodness-of-fit» ble brukt for å teste for signifikante forskjeller ved et sett nominale variabler, mens «Test-of independance» ble brukt ved 2 sett nominale variabler (dvs. vanligvis mellom to utvalg) (McHugh, 2013). Testen forutsetter at variablene og utvalgene er uavhengige av hverandre (McHugh, 2013). Dette betyr at hver respondent ikke kunne tilføye data flere ganger og utvalgene ikke kunne være relatert (McHugh, 2013). Kjikvadrattesten forutsetter også at 80% av cellene i en hypotetisk krysstabell har en forventet verdi på minimum 5, og ingen celler skal ha en forventet verdi på mindre enn 1 (McHugh, 2013). Når det ble for mange celler med en forventet verdi som var mindre enn 5, ble verdien av «likelyhood ratio» brukt siden p-verdien kan bli overestimert (McHugh, 2013). Friedmans test ble valg for å teste signifikans ved 3 eller flere serier av ordinale variabler fra samme utvalget (Laerd statistics, 2018). Testen kan brukes med forutsetning at den avhengige variabelen er ordinal og at utvalget består av en gruppe som er målt på 3 eller flere tidspunkt (Laerd statistics, 2018).

Tabell 2. Anleggstyper og tilhørende anleggskategorier brukt for statistiske analyser

Anleggskategori	Anleggstype
Aktivitetsanlegg	BMX-/skateanlegg («BMX-/skatepark eller pumptrack») <ul style="list-style-type: none"> Lekeplass Utendørs klatrevegg Ballbinge/-løkke Trampolinepark Trimpark Sandvolleyballbane Basketballbane
Friluftslivsanlegg	Friluftsområde («Friluftslivsområde/badeplass») <ul style="list-style-type: none"> Vannsportanlegg («Stad med tilgang til kajakk, kano, SUP eller robåt») Orienteringsløype Tursti («Tursti for fot- eller sykkelstur»)
Skisportanlegg	Lys-/langrennsløype <ul style="list-style-type: none"> Alpinbakke Hoppbakke (ski)
Idrettsanlegg	Friidrettsbane <ul style="list-style-type: none"> Fotballbane
Andre anlegg	Skytebane <ul style="list-style-type: none"> Motocrossbane Ridebane

5.6.1 Analyser for «Hvilke ordinære og nærmiljøanlegg bruker ungdommer til egenorganisert fysisk aktivitet?»»

Variabler for denne analysen har bestått av to sett nominale variabler: hovedanleggskategorier og kjønn. Kjikvadrat testen «Goodness-of-fit» ble brukt for å identifisere om det var signifikante forskjeller i bruk og ikke-bruk av hovedanleggskategorier uavhengig av kjønn (dvs. 5 hovedanleggskategori). Alle kjønn (dvs. gutter, jenter og «anna») ble inkludert i denne analysen. Kjikvadrat «Test of independance» ble deretter brukt for å identifisere om det var signifikante forskjeller mellom gutter og jenter i bruk og ikke-bruk av hovedanleggskategori. «Anna» kjønn ble ekskludert i denne analysen på grunn av for få enheter i denne kjønnskategori.

Søylediagram (figur 1 og 2) ble brukt for å presentere prosentandel gutter og jenter som har brukt de enkelte anleggstypene og hovedanleggskategoriene minst 1 gang de siste 12 månedene. Søylediagram ble brukt for å synliggjøre forskjellen mellom kjønn og forskjellene mellom bruk av anlegg.

For å videre belyse forskningsspørsmålet «Hvilke ordinære- og nærmiljøanlegg bruker ungdommer for egenorganisert fysisk aktivitet?», ble gutter og jenters anleggspreferanser presentert i et søylediagram (figur 3). Figuren presenterer ungdommers favoritt anleggstype og anleggstypen som ønskes brukt oftere. Signifikansanalyser ble gjennomført for å identifisere om det var signifikante forskjeller mellom utvalgets favorittanleggstype og anleggstypen ønsket brukt ved bruk av kjikvadrat «goodness-of-fit» testen. Variabler for disse analysene bestod av ett sett nominale variabler for hver test: favorittanleggskategorier og anleggskategorier ønsket brukt.

Resultatene i figurene 1-3 ble fremstilt i form av prosentandel for hvert kjønn siden det var vesentlig flere jenter i utvalget. Respondenter med «anna» kjønn ble ekskludert fra figur 1-3 for å ivareta personvern.

5.6.2 Analyser for «Hva er forskjellene mellom Sogndal kommunes tettsteder når det gjelder bruk av anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet?»»

Variabler for denne analysen har bestått av to sett nominale variabler: hovedanleggskategorier og tettsted. Kjikvadrat «Test of independance» ble brukt for å teste for signifikante forskjeller mellom tettstedene i bruk og ikke-bruk av hovedanleggskategori. Signifikansanalyser har testet

forskjellen mellom antall ungdommer per tettsted som har brukt anleggskategorien og ikke total bruk av anleggskategori per tettsted. Analysene ble gjort slikt for å ta hensyn til at respondenter ikke skal tilføye mer enn et svar per kategori.

Et søylediagram ble deretter bruk for å presentere prosentandel ungdommer per tettsted som har brukt hver anleggskategori (figur 4). Søylediagram ble brukt for å synliggjøre forskjellene mellom tettstedene. Alle kjønn er inkludert i analysen og presentasjonen av resultatene.

5.6.3 Analyser for «Hvilke faktorer har betydning for bruk og ikke-bruk av anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet?»

Databehandling og statistiske analyse for dette forskningsspørsmålet ble fordelt i to deler: aktivitetsfremmende faktorer for bruk av anlegg (se del 6.4) og aktivitetshemmende faktorer for ikke-bruk av anlegg (se del 6.5). Variabler for statistiske analyser har bestått av et sett nominale variabler (dvs. 8 aktivitetsfremmende faktorer og 7 aktivitetshemmende faktorer) og et sett ordinale variabler (firedelt likert-skala for betydningen av faktorene). Likert-skala i spørreskjemaet (dvs. «stemmer ikkje», «stemmer litt», «stemmer noskå godt» og «stemmer heilt») blir oversatt til de følgende kategoriene: «ikke betydning», «lite betydning», «stor betydning» og «meget stor betydning» for analysen. Testen sammenlignet medianverdien av den ordinale variabelen (dvs. verdier av likert-skalaen) ved hver faktor (Laerd statistics, 2018). Friedmans test ble brukt for å identifisere om det var statistisk signifikans «i hvor stor grad» hver faktor har påvirket bruk og ikke-bruk av et anlegg.

Faktorer som har hatt betydning for bruk og ikke bruk av anlegg ble presentert deskriptivt ved bruk av to krysstabeller: en tabell for aktivitetsfremmende faktorer (tabell 3) og den andre for aktivitetshemmende faktorer (tabell 4). Antall «stor betydning» svar og «meget stor betydning» svar ved hver faktor per anleggskategori ble slått sammen til et tall (n=). Antall «ikke betydning» svar og «lite betydning» svar ved hver faktor per anleggskategori ble også slått sammen et tall (n=). Respondenter som ikke hadde et favorittanlegg (n=18) og ikke ønsket å bruke et anlegg oftere (n=30) ble ekskludert av tabellene siden det ikke var mulig å assosiere faktorer til disse svarene. Etersom spørreskjemaet tilpasset seg etter respondentenes tidligere svar, ble antall respondenter ved tabell 3 (N=71) og i tabell 4 (N=90) ulikt. Deskriptive krysstabeller ble brukt

for å presentere resultatene siden tre variabler (dvs. anleggskategori, faktor og antall «betydning» vs. «ikke-betydning» svar) kunne presenteres samtidig.

For å videre belyse forskningsspørsmålet: «Hvilke faktorer har betydning for bruk og ikke-bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet?» ble ungdommenes oppfatning av nærmiljøet sitt for å drive med egenorganisert fysisk aktivitet presentert deskriptiv (se del 6.6: tabell 6). En frekvensfordeling av ungdommers oppfatning av nærmiljøet ble presentert for å drøfte resultatene i lys av relevant forskning.

6.0 Resultat

Det var totalt 165 personer som svarte på undersøkelsen. Av disse var 23 påbegynte spørreskjemaer uten samtykke, 3 påbegynte spørreskjemaer uten noen gyldige svar og 11 respondenter som ikke var i målgruppen 15-19 år. Dataanalysen baserer seg på resterende 128 respondenter, og av disse var 16 spørreskjemaer ikke fullstendig utfylt.

6.1 Deskriptiv framstilling av deltakerne i studien

Nesten to tredjedeler av utvalget var jenter (tabell 3). Nesten tre firedeler av utvalget gikk på videregående skole. Flest ungdommer i utvalget hadde en foreldre med høy utdanning. Om lag halvparten av utvalget var medlem av et idrettslag, og to tredjedeler av utvalget var i aktivitet minst 3 ganger i uken.

Tabell 3. Deskriptiv framstilling av deltakerne i studien (N=128) (% , antall)

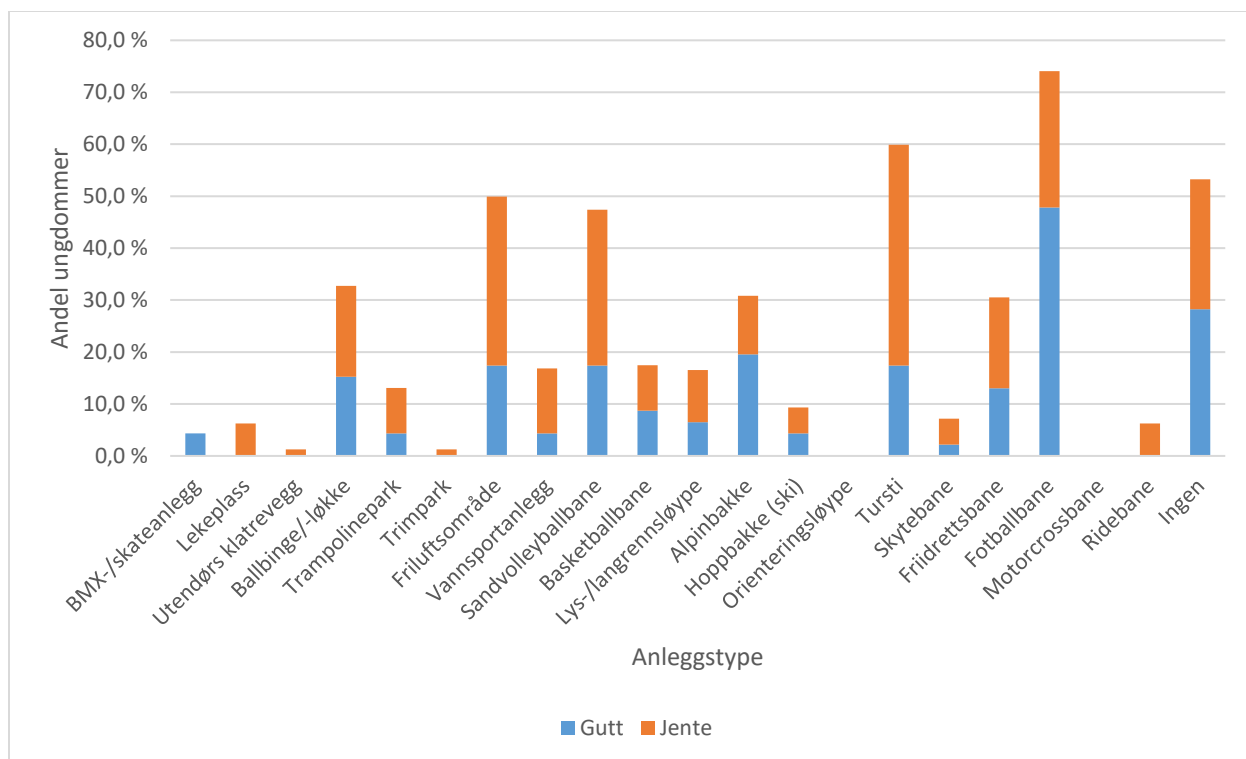
Variabel		%	Antall (n)
Aldersgruppe	Ungdomsskole	25	32
	Videregående skole	73	93
	Folkehøgskole/høyere utdanning	2	3
			N=128
Kjønn	Gutt	36	46
	Jente	63	80
	Anna	2	2
			N=128
Tettsted	Kaupanger	7	9
	Sogndal	36	46
	Leikanger	16	21
	Balestrand	41	52

			N=128
Foreldrenes utdanningsnivå*	Ingen med høyere utdanning	19	24
	Én med høyere utdanning	43	54
	Begge med høyere utdanning	39	49
			N=127
Aktivitetsnivå	Aldri/sjelden	2	2
	1-2 ganger i måneden	8	10
	1-2 ganger i uka	24	30
	3-4 ganger i uka	41	51
	Minst 5 ganger i uka	26	32
			N=125
Medlem i et idrettslag	Ja	46	57
	Nei	54	68
			N=125

*hvor høyere utdanning er minimum 3 år etter videregående skole

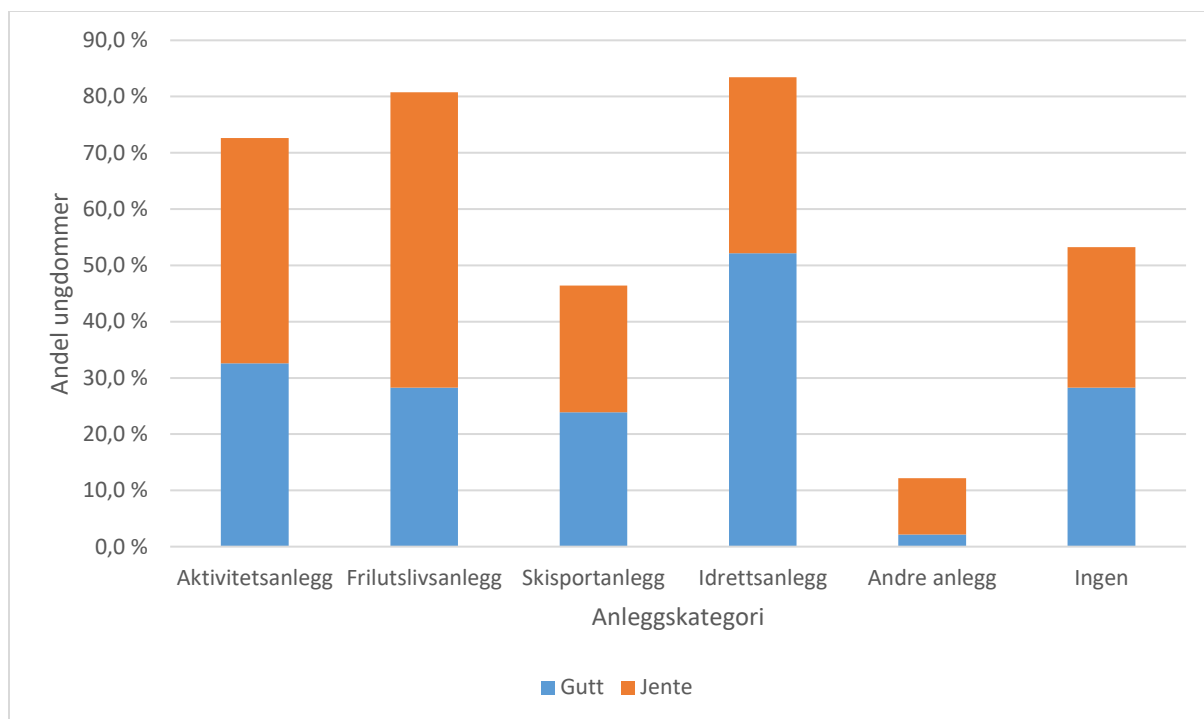
6.2 Anlegg ungdommer bruker for egenorganisert fysisk aktivitet

Fotballbane var brukt av flest gutter (48%), mens tursti var brukt av flest jenter (43%) for egenorganisert fysisk aktivitet (figur 1). Alpinbakke (20%), friluftslivsområde (17%), sandvolleyballbane (17%), tursti (17%) var de neste mest populære anleggstypene blant gutter. Friluftslivsområde (33%), sandvolleyballbane (30%) og fotballbane (26%) var de neste mest populære anleggstypene blant jenter. Motocrossbane og orienteringsløype var hverken brukt av gutter eller jenter. Tjueåtte prosent av guttene og 25% av jentene brukte ingen av de nevnte anleggstypene i løpet av det siste året.



Figur 1. Andel gutter og jenter som har brukt anleggstypen for egenorganisert fysisk aktivitet minst én gang i løpet av det siste året (N=128)

Når kjønnene er slått sammen, er det statistiske signifikante forskjeller i hvilke anleggs kategorier utvalget har brukt og ikke brukt ($\chi^2(5)=41,186$ $p<0,001$). Forskjellen mellom gutters anleggsbruk og jenters anleggsbruk er også signifikant forskjellig ($\chi^2(6)=16,123$, $p=0,013$). Flest gutter brukte idrettsanlegg (52%), mens flest jenter brukte friluftslivs anlegg (53%) for egenorganisert fysisk aktivitet. Skisportanlegg ble neste minst brukt av guttene og jentene (24% og 23% henholdsvis). Anleggs kategorien «andre anlegg» (dvs. bruk av skytebane og ridebane) ble minst brukt av utvalget (2% av guttene og 10% jentene).



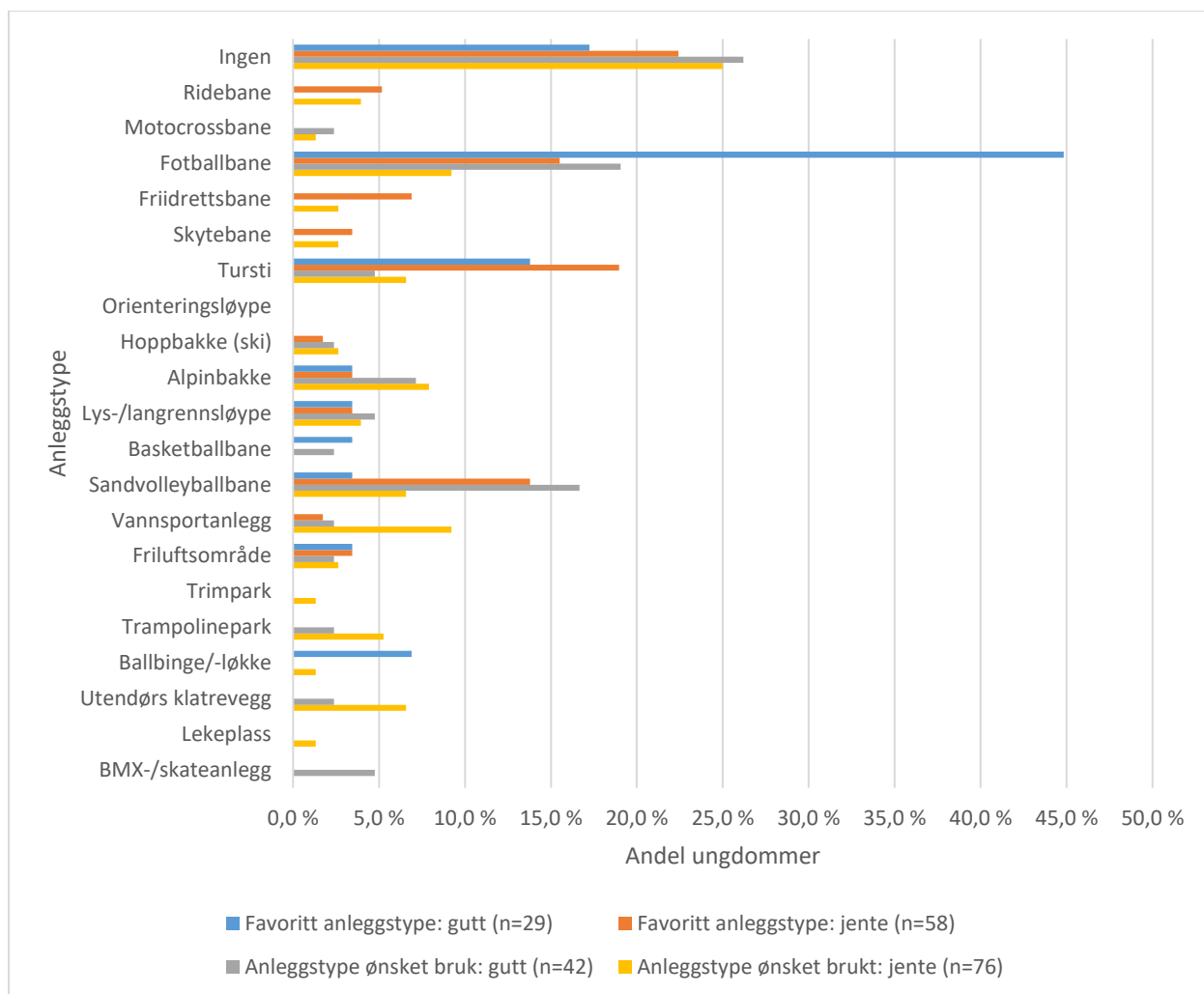
Figur 2. Andel gutter og jenter som har brukt anleggs kategorien for egenorganisert fysisk aktivitet minst én gang i løpet av det siste året (N=128)

6.2.1 Anleggspreferanser blant gutter og jenter for egenorganisert fysisk aktivitet

Idrettsanlegg var anleggs kategorien som var best likt av utvalget for egenorganisert fysisk aktivitet ($\chi^2(4)=21,042$, $p<0,001$). For 45% av guttene var fotballbane anleggstypen foretrukket for egenorganisert fysisk aktivitet (figur 3). For 19% av jentene var tursti den favorittanleggstypen. Sytten prosent av guttene og 22% av jentene svarte at ingen av de nevnte anleggstypene var foretrukket for egenorganisert fysisk aktivitet.

Idrettsanlegg var anleggs kategorien som utvalget ønsket å bruke oftere for egenorganisert fysisk aktivitet ($\chi^2(4)=13,667$, $p=0,008$). Fotballbane (19%) etterfulgt av sandvolleyballbane (17%) var anleggstypene de fleste guttene ønsket å bruke for egenorganisert fysisk aktivitet oftere.

Vannsportanlegg (9%) og fotballbane (9%) var anleggstypene jentene ønsket å bruke oftere. Omtrent like mange jenter ønsket å bruke alpinbakke oftere (8%). Tjueseks prosent av guttene og 25% av jentene svarte de ikke ønsket å bruke de nevnte anleggene for egenorganisert fysisk aktivitet oftere.



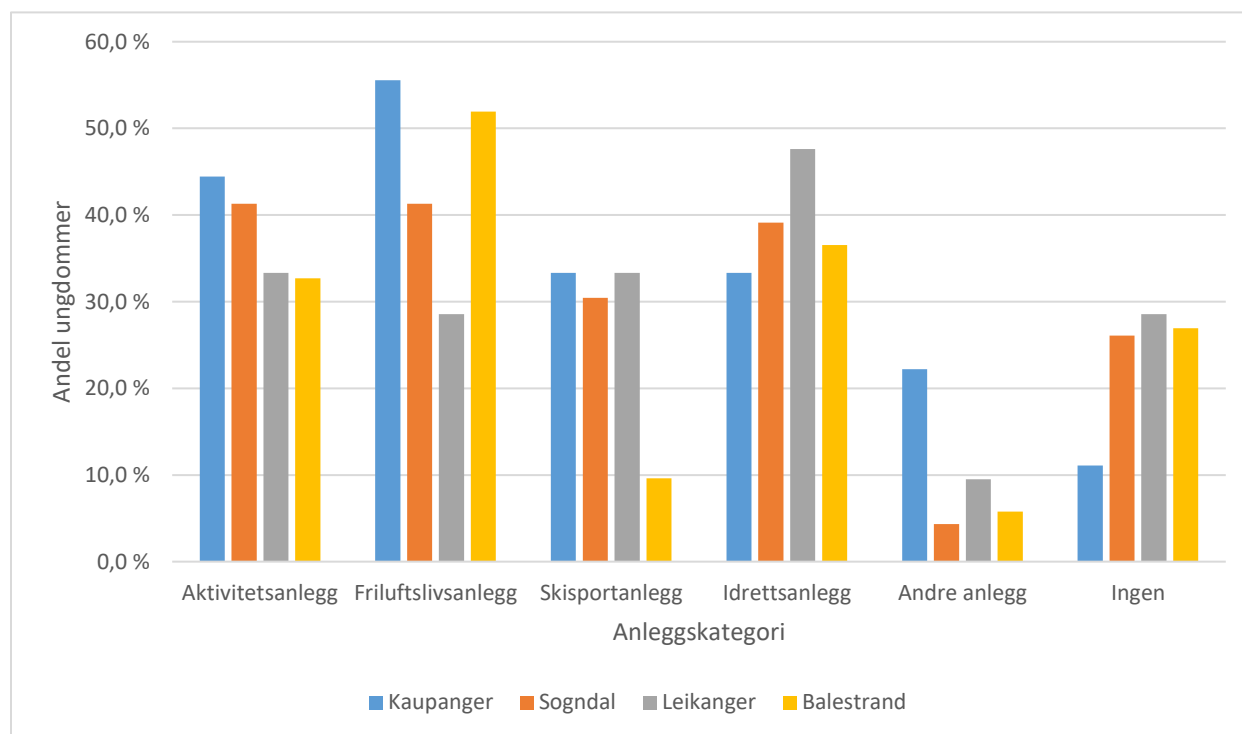
Figur 3. Anleggspreferanser blant ungdommer fordelt etter kjønn: andel ungdommer ved favoritt anleggstype (N=89) og anleggstype som ønskes brukt oftere (N=120).

6.3 Forskjeller mellom tettstedene når det gjelder bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet

Det var ikke noen signifikante forskjeller mellom tettstedene når det gjaldt bruk og ikke-bruk av aktivitetsanlegg ($\chi^2(3)=0,809$, $p=0,847$), friluftslivsanlegg («likelihood ratio» $\chi^2(3)=4,037$, $p=0,257$), idrettsanlegg ($\chi^2(3)=0,909$, $p=0,823$) og andre anlegg («likelihood ratio» $\chi^2(3)=3,002$, $p=0,391$). Det var en signifikant forskjell mellom tettstedene når det gjaldt bruk og ikke-bruk av skisportanlegg («likelihood ratio» $\chi^2(3)=9,337$, $p=0,025$).

De fleste fra tettstedet Kaupanger har brukt friluftslivsanlegg for egenorganisert fysisk aktivitet (56%) (figur 4). Flest ungdommer fra tettstedet Sogndalsfjøra har brukt aktivitetsanlegg (41%)

og friluftslivsanlegg (41%). Flest ungdommer fra tettstedet Leikanger har brukt idrettsanlegg (48%), og flest fra tettstedet Balestrand har brukt friluftslivsanlegg (52%).



Figur 4. Andel ungdommer som har brukt anleggskategori for egenorganisert fysisk aktivitet minst en gang i løpet av de siste 12 månedene fordelt etter tettsted (N=128)

6.4 Aktivitetsfremmende faktorer for bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet

I hvor stor grad faktoren har hatt betydning (dvs. «ikke betydning», «lite betydning», «stor betydning» og «meget stor betydning») for bruk av et bestemt anlegg var statistisk signifikant ($\chi^2(7)=53,814$, $p<0,001$). Mer enn halvparten av ungdommene har svart at de undersøkte faktorene har hatt betydning for bruk av anlegg. Faktorer som hadde betydning for bruk av anlegg varierte etter anleggskategori, men god beliggenhet (dvs. «i nærleiken av der eg bur») var faktoren som hadde betydning for de fleste (86%). Å ha interesse for aktiviteten som utøvdes ved anlegget (83%) og at anlegget la til rette for mestringsopplevelser (82%) var de neste viktigste faktorene for bruk av anlegg.

Faktorene som var aktivitetsfremmende («betydning» i tabell 4) for de fleste ved bruk av aktivitetsanlegg var: gratis/koster lite (86%), tilgjengelig for sosialisering (79%), fremmer lek (79%) og god beliggenhet (79%) (tabell 4). Faktorene som var aktivitetsfremmende for de fleste

ved bruk av friluftslivsanlegg var: positiv estetikk (100%), gratis/koster lite (89%) og god beliggenhet (89%). Faktorene som var aktivitetsfremmende for de fleste ved bruk av skisportanlegg var: interesse for aktiviteten (86%), mestringsfremmende (86%) og positiv estetikk (86%). Faktorene som var aktivitetsfremmende for de fleste for de fleste ved bruk av idrettsanlegg var: god beliggenhet (92%), interesse for aktiviteten (88%) og mestringsfremmende (88%). Faktorene som var aktivitetsfremmende for de fleste ved bruk av andre anlegg (dvs. skytebane og ridebane) var: interesse for aktiviteten (100%), tilgjengelig for sosialisering (100%), variasjon i aktivitetstilbud (100%) og mestringsfremmende (100%).

6.5 Aktivitetshemmende faktorer for bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet

I hvor stor grad faktoren har hatt betydning for at en anleggstype ikke bruktes like ofte som ønsket var statistisk signifikant ($\chi^2(6) = 43,445$, $p < 0,001$). Omtrent to tredjedeler av utvalget har svart at de undersøkte faktorene *ikke* hindret bruk av anlegg. Faktorer som hindret bruk anlegg varierte etter anleggs-kategorien.

Dårlig beliggenhet var aktivitetshemmende («betydning» i tabell 5) for 33% av ungdommene som ønsket å bruke aktivitetsanlegg, 59% av ungdommene som ønsket å bruke skisportanlegg og 50% av ungdommene som ønsket å bruke andre anlegg (dvs. skytebane og ridebane) oftere (tabell 5). Manglende kunnskap og ferdigheter var aktivitetshemmende for 39% av ungdommene som ønsket å bruke friluftslivsanlegg oftere. Manglende sosialt miljø og dårlige åpningstider/for kort sesong var aktivitetshemmende for 29% av ungdommene som ønsket å bruke idrettsanlegg.

6.6 Ungdoms subjektiv oppfatning av nærmiljøet sitt for egenorganisert fysisk aktivitet

Tolv prosent av ungdommene er meget- og litt misfornøyd med mulighetene i nærmiljøet sitt for å drive med trening, mosjon eller aktivitet på egenhånd (tabell 6). Trettifem prosent av ungdommene er verken fornøyd eller misfornøyd, mens 54% er ganske- og meget fornøyd med nærmiljøet sitt for å drive med egenorganisert fysisk aktivitet.

Tabell 6. Ungdoms subjektiv oppfatning av nærmiljøet sitt for egenorganisert fysisk aktivitet (N=112)

Ungdoms oppfatning av nærmiljøet sitt	Andel (%)	Antall (n)
Meget misfornøyd	0,9	1
Litt misfornøyd	10,7	12
Verken fornøyd eller misfornøyd	34,8	39
Ganske fornøyd	38,4	43
Meget fornøyd	15,2	17

7.0 Diskusjon

7.1 Hovedfunn

Ungdommer i Sogndal kommune brukte primært fotballanlegg, tursti, friluftsområde og volleyballbane for egenorganisert fysisk aktivitet. Flest gutter i Sogndal kommune har brukt fotballbane, mens flest jenter har brukt tursti. Statistiske analyser har vist at det var signifikante forskjeller mellom gutter- og jenters bruk av anlegg. Ungdommers anleggspreferanser viser at gutter likte fotballbane best, mens jenter likte tursti best for å drive med egenorganisert fysisk aktivitet. Det var flest gutter som kunne ha tenkt seg å bruke fotballbane oftere, mens jenter ønsket å bruke vannsportanlegg og fotballbane oftere. Få signifikante forskjeller mellom tettstedene i bruk av anlegg ble identifisert, men det var signifikant flere ungdommer fra tettstedet Sogndalsfjøra som brukte skisportanlegg.

Faktorene som hadde betydning for bruk og ikke-bruk av anlegg varierte etter anleggs-kategorien. God beliggenhet aktivitetsfremmende for de fleste, særlig for bruk av idrettsanlegg. Å ha interesse for aktiviteten ved anlegget og at anlegget la til rette for mestringsopplevelser var de neste viktigste faktorene for bruk av anlegg. Muligheter for sosialisering ved anlegget var motiverende for bruk av aktivitetsanlegg og andre anlegg (dvs. skytebane og ridebane). Estetikken var særlig viktig for bruk av friluftslivsanlegg og skisportanlegg. Få aktivitetshemmende faktorer hadde betydning for ikke-bruk av anlegg, men dårlig beliggenhet var hemmende for noen ungdommer særlig når det gjaldt bruk av skisportanlegg og andre anlegg (dvs. skytebane, motocrossbane og ridebane).

7.1.1 Ungdoms bruk av anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet

Fotballbane var anleggstypen som ble benyttet av flest gutter for egenorganisert fysisk aktivitet, og tursti var anleggstypen som ble benyttet av flest jenter. De neste mest brukte anleggstypene blant gutter var alpinbakke etterfulgt av sandvolleyballbane, tursti og friluftslivsområde. Friluftslivsområde etterfulgt av sandvolleyballbane og fotballbane var de neste mest populære anleggstypene blant jenter. Få ungdommer brukte utendørs klatrevegg og trimpark. Det var signifikante forskjeller mellom gutter- og jenters anleggbruk.

Resultatene av denne masterstudien sammenfaller i noen grad med forskningsrapporten av Breivik & Rafoss (2017). I likhet med resultatene av min studie rapporterte Breivik & Rafoss

(2017, s.85) at det var flere kvinner som brukte friluftslivsanlegg som turstier/turløyper, utmarksarealer, park og grøntområde enn menn, mens flere menn brukte fotballanlegg enn kvinner. I min masterstudie var forskjellen mellom kjønn når det gjaldt bruk av fotballbane ikke like stor som i studien av Breivik og Rafoss (2017). Siden nesten halvparten av utvalget i min masterstudie er medlem av et idrettslag, kan medlemskapet til et fotballidrettslag muligens forklare hvorfor det var mindre forskjell mellom kjønn i bruk av fotballbane for egenorganisert fysisk aktivitet.

Tidligere studier har hevdet at tradisjonelle idrettsanlegg blir hovedsakelig brukt til konkurranseidretten (Tangen, 2003, s.2). Resultatene av denne masterstudien viser at mange ungdommer i Sogndal kommune har brukt fotballbane til egenorganisert fysisk aktivitet allikevel. Dette funnet presenterer et annet bilde av hvordan tradisjonelle idrettsanlegg brukes blant ungdommer. At fotballbane brukes også til egenorganisert fysisk aktivitet kan være positivt for ungdommers aktivitetsnivå og utviklingen av idrettsspesifikke ferdigheter. Studien av Nybakken og Falco (2022) har vist at ustrukturert lek i fotballsammenhenger er assosiert med mer aktivitet (dvs. lengre økter, færre pauser og mer ballkontakt per spiller) enn i organiserte fotballtreninger. Ungdommenes bruk av fotballbane for egenorganisert fysisk aktivitet kan tyde på at tradisjonelle idrettsanlegg brukes i større grad og i flere sammenhenger enn tidligere antatt.

Forskningsrapporten av Breivik og Rafoss (2017) har identifisert at styrketreningsrom og treningssenter var de meste brukte anleggstypene for aldersgruppen 15-24 år. Trimpark, en anleggstype som legger til rette for liknende fysisk aktivitet, var lite brukt av ungdommer i Sogndal kommune (kun 1% av utvalget). Selv om egenorganisert trening er viktigste form for fysisk aktivitet blant ungdommer (Bakken, 2019), viser min undersøkelse at trimpark ikke brukes til dette i Sogndal kommune.

Det kan være mange grunner for at trimpark ikke brukes for egenorganisert trening blant ungdommer i Sogndal kommune. En systematisk litteraturgjennomgang av Grigoletto og medarbeidere (2021) har vist at et økende antall trimpark («outdoor fitness equipment» eller «outdoor gym») bygges ut i urbane grøntområder i byer med høy befolkningstetthet (som f.eks. i China, USA, Sør-amerika, Australia). Tilstedeværelse av trimpark var assosiert med økt bruk av området og økt fysisk aktivitet ved den voksne lokale befolkningen (Grigoletto et al., 2021).

Befolkningstetthet i Sogndal er vesentlig mindre enn i større byer, og ungdommer i Sogndal har tilgang til andre anlegg for å være i aktivitet framfor trimpark. Ifølge MacKenzie og medarbeidere (2015) har ungdommer som bor i tettsteder bedre tilgang til friluftslivsområder og muligheter for å utøve andre former for fysisk aktivitet, enn ungdommer som bor i mer urbane områder.

Til tross for funnet i studien av Grigoletto og medarbeidere (2021) er det uklart i hvor stor grad bruk av trimpark fører til økt helsegevinst (Chow & Ho, 2018). Studien av Chow og Ho (2018) viste at eldre voksne (dvs. med medianalder av 71 år) utøvde fysisk aktivitet på en høyere intensitet ved bruk av innendørs treningsutstyr sammenlignet med bruk av liknende treningsutstyr ved utendørs trimpark. En annen mulig årsak for at ungdommer i Sogndal kommune ikke bruker trimpark for egenorganisert fysisk aktivitet kan være at innendørs treningsfasiliteter er assosiert med fysisk aktivitet på en høyere intensitet (Chow & Ho, 2018). Ungdommer i Sogndal som ønsker å trene styrke velger bevisst eller ubevisst å bruke innendørs treningsfasiliteter fremfor trimpark.

Ungdommer i Sogndal kommunes anleggsprefranser sammenfalte med deres anleggsbruk. Fotballbane var anleggstypen brukt og likt av flest gutter. Samtidig ønsket de fleste guttene å bruke denne anleggstypen oftere for egenorganisert fysisk aktivitet. Blant jenter var tursti anleggstypen som var brukt og likt av de fleste. Imidlertid ønsket jentene å bruke vannsportanlegg og fotballbane oftere. Selv om resultatene av denne masterstudien viser at jenter brukte anlegg de trives ved, ønsket jentene å bruke andre anleggstyper. Ifølge Högman og Augustsson (2017, s.1137) er det ikke uvanlig at gutter dominerer aktiviteter som ikke er styrt av leder eller trener. Som konsekvens av kjønns mønsteret blir jenter ofte ekskludert av aktiviteten (Högman & Augustsson, 2017). Aktivitet som ikke er styrt av leder eller trener kan gjenspeile de ulikhetene mellom kjønnene som finnes i andre idrettslige sammenhenger (Högman & Augustsson, 2017). En mulig årsak for at jenter ikke brukte fotballbane like ofte som ønsket kan være at de ikke var inkludert eller ivaretatt i stor nok grad.

De fleste ungdommene har brukt et eller flere av de nevnte anleggene for egenorganisert fysisk aktivitet. Likevel var det omtrent en firedel av utvalget som ikke brukte noen av de nevnte anleggstypene. En mulig årsak for at denne andelen ungdommer ikke brukte disse kan være at

anleggene var ikke motiverende for bruk. Ifølge Teixeira og medarbeidere (2012, s.2) kan mangel på motivasjon for fysisk aktivitet kan forklares på to måter: med at individet selv ikke er interessert nok i aktiviteten eller resultatet ved aktiviteten, eller med at individet ikke har nok kunnskap eller ferdigheter for å drive med aktiviteten. Det var en stor andel ungdommer i Sogndal kommune som ikke hadde meninger (dvs. verken fornøyd- eller misfornøyd) om mulighetene i nærmiljøet sitt for egenorganisert fysisk aktivitet sammenlignet med nasjonale resultater (Bakken, 2020). At så mange ungdommer ikke hadde meninger om nærmiljøet sitt kan sees i sammenheng med at disse ungdommene var muligens ikke interessert i aktivitetene ved de undersøkte anleggene.

7.1.2 Forskjellene i bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet mellom tettstedene

Det var signifikant flere ungdommer fra tettstedet Sogndalsfjøra som brukte skisportanlegg sammenlignet med ungdommer fra de andre tettstedene. Tettstedet Sogndalsfjøra skiller seg fra de andre tettstedene fordi det er kortere avstand til to alpinanlegg (dvs. omtrent 15km og 19km fra tettstedets sentrum) (*Google Maps*, u.å.-a; *Google Maps*, u.å.-b) sammenlignet med de andre tettstedene. I en studie av Boone-Heinonen og medarbeidere (2010) ble det identifisert ungdommers aktivitetsnivå er positiv sammenhengende med tilgang til anlegg innen 1-5km fra bostedet. Ifølge Giles-Corti og medarbeidere (2005) varierer avstanden som hindrer bruk av anlegg etter anleggstype og type aktivitet som utøves der. Kortere avstand til et skianlegg kan være en grunn for at flere fra tettstedet Sogndalsfjøra brukte anlegget. At det ikke var noe andre signifikante forskjeller mellom tettstedene kan tyde på at ungdommer i kommunen har nokså lik tilgang til anleggene de ønsker å bruke.

7.1.3 Aktivitetsfremmende faktorer som har betydning for bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet

Over halvparten av utvalget mente at *alle* undersøkte faktorer hadde betydning for bruk av sitt favorittanlegg. Faktorene som var aktivitetsfremmende varierte etter anleggs-kategorien. Resultatene tyder også på at et sammensatt bilde av faktorer påvirket den overordnede kvaliteten av anlegget. Dette samsvarer med Stokols (1992) som skriver at kvaliteten av et område for fysisk aktivitet er resultatet av et samspill mellom flere karakteristikk.

God beliggenhet var aktivitetsfremmende for bruk av idrettsanlegg, aktivitetsanlegg og friluftslivsanlegg. Betydningen av kort avstand for bruk av et anlegg støttes av mange andre studier (Boone-Heinonen et al., 2010; Liu et al., 2020; McCormack et al., 2010). En tverrsnittsstudie av Liu et al. (2020) har vist at voksne hadde et høyere aktivitetsnivå dersom de bodde ved områder tilrettelagt for fysisk aktivitet. En litteraturgjennomgangen av McCormack og medarbeidere (2010) har vist at grøntområder og andre anlegg ble hyppigere brukt av ungdom dersom de var innen gangavstand, eller befant seg ved ofte brukte gangveier. En tverrsnittstudie av Boone-Heinonen og medarbeidere (2010) har vist at tilgang til anlegg innen 1-5km fra bostedsadresse var positiv sammenhengende med ungdoms aktivitetsnivå.

Å ha interesse for aktiviteten som utøvd ved anlegget var viktig for bruk av skisportanlegg, idrettsanlegg og andre anlegg (dvs. skytebane og ridebane). Mestringsopplevelser var viktig for bruk av skisportanlegg og andre anlegg (dvs. skytebane og ridebane). Etter min kunnskap er disse faktorene ikke tradisjonelt sett inkludert i studier som undersøker fysiske-miljømessige faktorer (Bedimo-Rung et al., 2006). Men ifølge Teixeira og medarbeideres (2012) systematisk litteraturgjennomgang er aktiviteter som oppleves som interessant og gøy er motiverende for individet. Fysisk aktivitet kan legge til rette for mestringsopplevelser, og dette er assosiert med glede (Teixeira et al., 2012). At et anlegg legger til rette for aktiviteter som er av interesse for målgruppen og som oppleves mestringsfulle kan være særlig relevant for å motivere til bruk og dermed til fysisk aktivitet.

At aktiviteten ved anlegget opplevdes sosialt var viktig for bruk av aktivitetsanlegg og andre anlegg (dvs. skytebane og ridebane). Studien av McCormack et al. (2010) har vist at et område som kan brukes til sosialisering motiverer til bruk. Området brukes først og fremst som et møteplass, men fysisk aktivitet er en bivirkning av sosialiseringen (McCormack et al., 2010). Mulighetene for sosialisering ved et anlegg er spesielt viktige for samhandling, noe som er viktig for lokalt samhold (Bedimo-Rung et al., 2005, s.161).

Positiv estetikk hadde betydning for bruk av friluftslivsanlegg og skisportanlegg. Andre studier har også identifisert at positiv estetikk (i.e. i form av naturopplevelser) motiverer til bruk av anlegg for fysisk aktivitet (Bauman et al., 2012; Humpel, 2002; McCormack et al., 2010; Sallis et al., 2006). Fysisk aktivitet i naturen er assosiert med velvære, mer glede ved aktiviteten og et

større ønske om å gjenta aktiviteten sammenlignet med innendørsaktiviteter (Coon et al., 2011). Positiv estetikk i form av naturopplevelser kan være motiverende for varig bruk av friluftslivs- og skisportanlegg.

Variasjon i aktivitetstilbudet ved anlegget var viktig for utvalgets bruk av andre anlegg (dvs. skytebane og ridebane), mens faktoren «fremmer lek» var en viktig for bruk av aktivitetsanlegg. Faktoren «gratis/koster lite» var viktig for bruk av friluftslivsanlegg og aktivitetsanlegg. Bedimo-Rung og medarbeidere (2005) har også identifisert at anlegg som tilbydde en stor variasjon av aktiviteter var aktivitetsfremmende. Anlegg som hadde et stimulerende design og som kunne brukes både til lek og idrett var hyppigere brukt and andre anlegg (McCormack et al., 2010). Det er uklart i litteraturen om faktoren «gratis/koster lite» er aktivitetsfremmende for bruk av anlegg, men individets sosioøkonomisk status er sammenhengende med det fysiske aktivitetsnivået (Bauman et al., 2012, s.262).

7.1.4 Aktivitetshemmende faktorer som har betydning for bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet

I motsetning til aktivitetsfremmende faktorer var det betydelig færre ungdommer (dvs. omtrent en tredjedel av utvalget) som mente at de undersøkte faktorene hindret bruk av anlegg. Faktorer som var lite aktivitetshemmende er ikke drøftet videre.

Dårlig beliggenhet (dvs. «for langt unna/for vanskelig å komme meg dit) var aktivitetshemmende for omtrent halvparten av ungdommene som ønsket å bruke skisportanlegg og andre anlegg (dvs. skytebane, motocrossbane og ridebane) oftere. Siden det er få alpinbakker, ridebaner, skytebane, motocrossbaner i kommunen (Kulturdepartementet, u.å.), kan det være at mange ungdommer i kommunen er nødt til å reise lengre for å bruke et av disse anleggene. Dette funnet kan sees i sammenheng med betydningen av god beliggenhet for utvalget. Som nevnt tidligere har mange studier bekreftet at kort avstand til områder for fysisk aktivitet er aktivitetsfremmende (Boone-Heinonen et al., 2010; Liu et al., 2020; McCormack et al., 2010).

Få ungdommer i denne studien har svart at opplevelsen av utrygghet var aktivitetshemmende for bruk av anlegg. En litteraturgjennomgang av Davison og Lawson (2006) viser at kriminalitet var negativt sammenhengende med barn og ungdoms deltakelse i fysisk aktivitet. Tilstedeværelse av «uønskete grupper» ved et område for fysisk aktivitet hindrer bruk av området (McCormack et

al., 2010). At så få ungdommer svarte at opplevelsen av utrygghet hindret bruk av anlegg kan tyde ungdommer i Sogndal kommune opplever seg trygge i nærmiljøet sitt. Ifølge Cohen og medarbeidere (2010) vil opplevelsen av trygghet ikke nødvendigvis fremme bruk av anlegg for fysisk aktivitet.

Raymore (2002, s.37) mener at «the absence of constraints does not necessarily lead to participation». Ifølge Raymore (2002) vil fraværet av aktivitetshemmende faktorer ikke nødvendigvis fremme deltakelse i fysisk aktivitet eller bruk av anlegg til dette formålet. Til tross for at undersøkte aktivitetshemmende faktorer ikke hadde særlig stor betydning for ungdommer i Sogndal, betyr det ikke nødvendigvis at undersøkte anlegg brukes.

7.2 Metodiske styrker og svakheter

Del 7.2.1 presenterer styrker av studiedesignen. Deler 7.2.2-7.2.5 presenterer noen av studiens svakheter: utvalgets representativitet, statistiske forbehold i analysen, ingen kausale forhold og studiens validitet og reliabilitet.

7.2.1 Styrker ved studiedesign

Spørreskjema ble valgt som målemetode siden den er spesielt godt egnet for forskningsspørsmål som undersøker atferd og meninger (Andres, 2012). Spørreskjemaet har fokusert på ungdoms atferd når det gjaldt bruk av anlegg, og deres subjektive meninger om hva som påvirker bruk disse anleggene.

Siden det er et stort antall tilgjengelige anlegg i Sogndal kommune, kunne anleggsbruk ikke beskrives av en enkelte kategori i spørreskjemaet. Derfor var bruk av spørsmål med flere mulige svar (dvs. «multiple-response question) gunstig. Ved å gi respondenter muligheten til å krysse av flere alternativer, har dette gitt en mer helhetlig beskrivelse av ungdommers bruk av anlegg (Vlach & Plašil, 2006).

7.2.2 Utvalgets representativitet

Statistisk generalisering forutsetter et sannsynlighetsutvalg (Grønmo, 2017, s.340). Etersom ikke alle skolene hadde muligheten til å videresende spørreundersøkelsen til elevene i målgruppen, er det svært sannsynlig at noen ungdommer i Sogndal kommune ikke har fått

anledningen til å bli inkludert i studien. På grunn av lav svarrespons ble respondenter også rekruttert på ikke-tilfeldige metoder (bekvemmelighetsprøvetaking). Deltakere som selv har tatt initiativet til å delta i studien kan være forskjellige fra andre som ikke har tatt det samme initiativet (Bryman, 2015). Rekrutteringsprosessen for denne masterstudien *kan* ha ført til prøvetakingsfeil og dermed en seleksjonsbias. Dersom en seleksjonsbias befinner seg i utvalget, kan resultatene av denne masterstudien ikke generaliseres til en større befolkningsgruppe (Bryman, 2015). I denne sammenhengen vil det si at resultatene ikke kan generaliseres til alle ungdommer i Sogndal kommune.

Utvalget i denne studien kjennetegnes av et høyt aktivitetsnivå og en stor andel deltok i organisert idrett sammenliknet med denne aldersgruppens aktivitetsnivå i befolkningen. Omtrent dobbelt så mange i utvalget var andpusten 3-4 ganger i uka sammenliknet med ungdommer i Norge (Bakken, 2020). Utvalget i Sogndal er ikke representativ for hele landet, men det er uklart om utvalget er representativt for Sogndal kommune. Ungdoms gjennomsnittlig aktivitetsnivå påvirker aktiv atferd, og dette kan ha en innvirkning på bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet (Bauman, 2012).

Selv om resultatene ikke kan generaliseres til alle ungdommer i Norge, kan funnet brukes til å bekrefte eller utdype andre studier (Bryman, 2015, s.187). Funnet kan også brukes som rasjonale for videre forskning knyttet til det samme problemområdet (Bryman, 2015, s.187). Resultatene av denne masterstudien har gitt mer lokal kunnskap om ungdoms anleggsbruk for egenorganisert fysisk aktivitet.

7.2.3 Statistiske forbehold

Grunnet stort antall variabler (dvs. 6 hovedanleggskategorier, 8 aktivitetsfremmende faktorer og 7 aktivitetshemmende faktorer) i analysene, ble den kompleks og uoversiktlig (Grønmo, 2017, s.312). Mange kategorier har forutsatt et stort utvalg for å identifisere signifikans.

Kjikkvadrat testen eller Fischers eksakt test var to alternativer for å teste for signifikante forskjeller når variabler er nominale eller ordinale variabler. Kjikkvadrat testen ble valgt for analysen siden det var for mange variabler for å bruk Fischers eksakt test (McHugh, 2013). Imidlertid grunnet kjikkvadratens forutsetninger kan noen p-verdier ikke tolkes med tillit. Siden spørreskjemaet anvendte spørsmål med flere mulige svar (dvs. «multiple-response

questions») ved spørsmålet om bruk av anlegg, kan respondenter ha tilføyet data til flere kategorier. Selv om det er en signifikant forskjell mellom bruk og ikke-bruk av anlegg, må resultatene tolkes forsiktig siden datasettet tilfredsstillende ikke kravet om gjensidige utelukkende kategorier (McHugh, 2013). Bruk av «second order Roa-Scott approach» kunne eventuelt ha blitt brukt for å ta hensyn til kategorier som ikke var gjensidige utelukkende, men denne prosedyren kunne ikke gjennomføres i SPSS (Thomas & Decady, 2004).

7.2.4 Kausalitet

Denne masterstudien kan ikke fastsette kausale forhold på grunn av studiens design og metoden. Med tverrsnittstudier er det ikke alltid mulig å identifisere årsaksretningen (dvs. hvilke variabler er avhengige og uavhengige) når data for variabler er innhentet samtidig (Bryman, 2015, s.163). Årsaksforhold i tverrsnittstudier utledes med utgangspunkt i tidligere forskning (Bryman, 2015, s.163). I denne masterstudien er det ikke gitt at ungdoms tettsted er den uavhengige variable for eventuelle årsakssammenhenger. Eksperimentelle studier (randomisert kontrollert studier) er gullstandard for å fastsette kausalitet siden effekten av den uavhengige variabler på den avhengige variabelen kontrolleres gjennom en intervensjon (Bryman, 2015, s.44).

Forskningsspørsmål for prosjektet har dessuten undersøkt forskjeller i bruk av anlegg mellom kjønn, tettsted og faktorer som hadde betydning for bruk og ikke-bruk av anlegg. Mennesket er ofte for komplekst for å bli beskrevet ved bruk av noen utvalgte variabler og det er ikke alle faktorer som påvirker menneskelig adferd som kan måles ved bruk av indikatorer og variabler (Aarø, 2007). Litteraturen har identifisert mange flere faktorer som påvirker bruk av anlegg til fysisk aktivitet enn de som var undersøkt i denne masterstudien (Kaczynski & Henderson, 2007). Av den grunn ble statistiske sammenhenger mellom variabler ikke undersøkt. Ingen multivariate analyser ble gjennomført for å avklare et årsaksforhold (Grønmo, 2017, s.315).

7.2.5 Validitet og reliabilitet

Dersom studien har lav reliabilitet- eller validitet vil resultatene av studien ikke representere reelle sammenhenger (Grønmo, 2017, s.342). Reduksjonisme av fenomener vil også påvirke i hvor stor grad resultater stemmer med virkeligheten (Aarø, 2007). Validiteten av en spørreundersøkelse påvirkes av presisjon i begrepsbruk, språklige formuleringer og at studien

bygger på logiske premisser som er holdbare for å utlede konklusjoner (Grønmo, 2004, 42). Språklige formuleringer er avhengige av at respondenten har nok kunnskap for å kunne svare på de stilte spørsmålene (Bryman, 2015, s.255).

Språklige formuleringer i spørreskjemaet og betegnelser for forskjellige anleggstyper har forsøkt å bli så presise som mulige. Til tross for dette er det ikke mulig å bekrefte om begrep og formulering ble riktig forstått siden spørreskjemaet var selvadministrert (Bryman, 2015). Min studies validitet påvirkes av hvordan ungdommer har tolket begrepet «egenorganisert fysisk aktivitet». En kort definisjon var inkludert i spørreskjemaet for å presisere begrepet.

Kompleksitet av aktiv atferd gjør at det kan ha vært utfordrende for respondenter å skille mellom organiserte- og egenorganiserte sammenhenger for fysisk aktivitet. Former for egenorganisert fysisk aktivitet er mangfoldige, og kan eventuelt foregå før- eller etter andre organiserte former for fysisk aktivitet. Når det gjelder denne masterstudiens slutninger om hvilke anlegg brukes *for egenorganisert fysisk aktivitet* bør det ikke konkluderes at disse anleggene brukes *kun* for egenorganisert fysisk aktivitet.

Operasjonalisering av faktorer for bruk og ikke-bruk av anlegg har forsøkt å etterligne hvordan andre studier som studiene av McCormack et al. (2010), Bauman et al. (2012), Sallis et al. (2006), Cohen et al. (2010) og Tverga (2020) kunnskapsgrunlaget har operasjonalisert disse faktorene. Likevel bør gyldigheten av denne operasjonaliseringen vurderes særskilt. Videre har denne masterstudien antatt at ungdommer bruker sin favorittanleggstype aktivt. Siden resultatene av denne masterstudien har vist at ungdommers anleggsbruk og anleggspreferanser samsvarer, er denne premissen antakeligvis holdbar.

7.3 Implikasjoner av studien

Et av idrettspolitikken sentrale mål handler om å fremme fysisk aktivitet og idrett for alle (Meld.St.26, (2011-2012)). Kulturdepartementet har tidligere vurdert i 2011-2012 at anleggsutbyggingen har lyktes i å gi befolkningen flere muligheter til fysisk aktivitet (Meld.St.26, (2011-2012)). Den største andelen av offentlige midler ble brukt til idrettsanlegg (Meld.St.26, (2011-2012)). Ifølge Kulturdepartementet samsvarer denne finansieringen med barn og ungdoms anleggsbruk (Meld.St.26, (2011-2012), s.57).

Denne masterstudien bekrefter at ungdommer i Sogndal bruker idrettsanlegg, også til egenorganisert fysisk aktivitet. Prioritering av idrettsanlegg i anleggspolitikken samsvarer med ungdom i Sogndal kommunes bruk av anlegg nokså godt. Imidlertid bør resultatene av denne masterstudien tolkes med forsiktighet på grunn av utvalgets høyt aktivitetsnivå og siden en høy andel av disse deltok i organisert idrett sammenlignet med resten av befolkningen (Breivik & Rafoss, 2017). Resultatene av denne masterstudien indikerer også at diverse friluftslivsanlegg og aktivitetsanlegg som tursti, friluftslivsområde og volleyballbane er også viktige for egenorganisert fysisk aktivitet blant ungdommer. Fremtidige vurderinger av anlegg i kommunen bør ta hensyn til ungdoms varierte anleggspreferanser.

Denne masterstudien har vist at god beliggenhet og anleggets konsept er viktige aktivitetsfremmende faktorer. Ved utbyggingen av nye anlegg vil det være spesielt viktig å sørge for at disse er lett tilgjengelige for ungdommer. Samtidig bør anleggets konsept være i tråd med ungdoms interesser og legger til rette for mestringsopplevelser. Ungdom som opplever at et anlegg innbyr til aktiviteter som gir glede vil være indre motiverte til å benytte seg av tilbudet (Teixeira et al., 2012).

Forskjeller mellom kjønn i bruk av anlegg kan peke på at noen sammenhenger for egenorganisert fysisk aktivitet ikke er inkluderende nok. Ifølge Högman og Augustsson (2017) kan lek, mosjon, trening styres av en leder for å sikre at alle er inkludert uten at deltakerne mister autonomi og medbestemmelse i aktiviteten. Muligheter for organisering av fysisk aktivitet bør ikke undervurderes for å sørge for at alle er ivaretatt og inkludert.

7.4 Videre forskning

Denne masterstudien har bidratt til mer kunnskap om hvilke offentlige finansierte utendørsanlegg ungdom i Sogndal kommune har brukt for egenorganisert fysisk aktivitet. Deretter har studien bidratt til kunnskap om hvilke faktorer fremmer eller hindrer bruk av bruk av anlegg blant ungdommer som *ønsket* å bruke en anleggstype oftere.

Mer kunnskap om andre aspekter av denne problemstillingen være nyttig forvaltning av offentlige midler til fysisk aktivitet. Kunnskap om hvorfor ungdommer ikke bruker de tilgjengelige offentlige finansierte utendørsanlegg kan bidra til å tilrettelegge nærmiljøet til de minste aktive. Videre vil mer kunnskap om hvor *mye* ungdommer bruker forskjellige anlegg for

egenorganisert fysisk aktivitet indikere hvilke anlegg bidrar til regelmessig fysisk aktivitet. Siden regelmessig fysisk aktivitet er tradisjonelt sett assosiert med fysisk helsegevinster (Warburton et al., 2010), kan denne kunnskapen ha større implikasjoner for folkehelse. Dessuten kan det være nyttig å få mer informasjon om hvem som utøver egenorganisert fysisk aktivitet i kommunen. Er det hovedsakelig ungdommer som allerede er aktive og er med et idrettslag som bruker anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet? Er det noen få ungdommer som brukte alle tilgjengelige anlegg, eller er det flere som bruker få anlegg? Til slutt kan mer spesifikk kunnskap om *hvilke* former for fysisk aktivitet utføres på forskjellige anlegg bidra til å identifisere hva som motiverer til aktiviteten. Kvalitative metoder eller bruk av åpne spørsmål i undersøkelser kan være spesielt nyttig for å identifisere alle mulige former for fysisk aktivitet som utøves i kommunen.

Denne masterstudien har hatt fokus på subjektive faktorer som påvirker bruk av anlegg. Det er også behov for mer objektive kunnskaper relatert til elementer som fremmer eller hindrer bruk av lokale anlegg. Fremtidige studier kan benytte standardiserte målemetoder for å evaluere kvaliteten av spesifikke anlegg. Kartleggingsverktøyene «Environmental Assessment of Public Recreation Spaces» (EAPRS), «Bedimo-Rung Assessment Tool» (BRAT) eller «Recreational Facility Audit Tool» (RecFAT) er noen eksempler av standardiserte metoder som kan brukes for å vurdere kvaliteten av et anlegg objektivt (Bedimo-Rung et al., 2006; Lee et al., 2013; Saelens et al., 2006).

Videre forskning som fokuserer på å fremme fysisk aktivitet bør ikke undervurdere betydningen av organisert fysisk aktivitet, selv om det er et stort frafall fra den organiserte idretten i ungdomstiden (Bakken, 2019). Ifølge Högman og Augustsson (2017) er det ikke nødvendigvis det organisatoriske aspektet av aktiviteten som fører til frafall i den organiserte idretten, men det er heller fokuset på prestasjon og krav for engasjement. Motivasjoner for å delta i den organiserte idrett kan sees sammenhengende med «controlled forms of motivation» hvor deltakelsen er motivert av ytre resultater eller instrumentelle grunner (Teixeira et al., 2012, s.2). Som følge av denne masterstudien vil jeg råde fremtidige studier i fysisk aktivitetsfeltet å snarere skille mellom hva som motiverer til fysisk aktivitet- eller idrett istedenfor for å skille mellom de organisatoriske sammenhengene aktiviteten utøves i. Indre motiver for utøvingen av fysisk aktivitet og idrett er forbundet med varig deltakelse i fysisk aktivitet (Teixeira et al., 2012, s.1).

8.0 Konklusjon

Denne masterstudien hadde formålet til å undersøke hvilke anlegg ungdommer i Sogndal kommune bruker for egenorganisert fysisk aktivitet og hvilke faktorer hadde betydning for bruk av disse anleggene. En kvantitativ design med spørreskjema som målemetode ble brukt for å belyse problemstillingen. Utformingen av spørreskjemaet har tatt utgangspunkt i økologiske modeller for fysisk aktivitet og har vært spesifikk mot egenarten av egenorganisert fysisk aktivitet.

Ungdommer i Sogndal kommune brukte primært fotballanlegg, tursti, friluftsområde og volleyballbane for egenorganisert fysisk aktivitet. Ungdoms anleggsbruk for egenorganisert fysisk aktivitet har noen felles trekk med befolkningens bruk av anlegg for fysisk aktivitet (Breivik & Rafoss, 2017). I likhet med befolkningen brukte ungdommer i Sogndal kommune friluftslivsanlegg i stor grad, og det var forskjeller mellom gutter- og jenters bruk av anlegg. En mulig årsak for forskjellene mellom kjønn kan være knyttet til ikke tilstrekkelig inkludering av alle under aktiviteten. Et annet resultat av denne masterstudien som bemerkes er at trimpark, en anleggstype som legger til rette for ungdoms viktigste form for fysisk aktivitet, ikke ble bruk av ungdommer i Sogndal kommune. Ungdom kan ha valgt å bruke andre anlegg framfor trimpark, siden ungdom som bor i tettsteder har stor tilgang til andre friluftslivsområder (MacKenzie et al., 2015). Det kan også være at ungdommer i Sogndal kommune velger å trene styrke på innendørs treningsfasiliteter siden disse fasilitetene legger til rette for aktivitet på en høyere intensitet (Chow & Ho, 2018). Signifikant flere ungdommer fra tettstedet Sogndalsfjøra brukte skisportanlegg sammenlignet med ungdommer fra de andre tettstedene. En mulig forklaring for dette kan være kortere avstand til flere alpinanlegg for ungdommene fra tettstedet Sogndalsfjøra. Dette funnet henger sammen med at god beliggenhet var den viktigste aktivitetsfremmende faktoren for bruk av anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet. Å ha interesse for aktiviteten ved anlegget og at anlegget la til rette for mestringsopplevelser var de neste viktigste faktorene for bruk av anlegg til egenorganisert fysisk aktivitet. Faktorer som hadde betydning for bruk og ikke-bruk av anlegg varierte etter anleggskategori, men få aktivitetshemmende faktorer hindret bruk av anlegg.

Noen av studiens sterke siden var knyttet bruk av spørreskjema som målemetode. Spørreskjema har gitt muligheter for å få direkte informasjon om målgruppens bruk av anlegg og subjektive meninger knyttet til bruk av anlegg. Valg av spørsmål med flere mulige svar har også bidratt til å få et mer representativ bilde av ungdommers anleggsbruk. Imidlertid er resultatene av denne studien ikke nødvendigvis representative for ungdommer i Sogndal kommune siden rekrutteringsprosessen kan ha ført til systematiske feil i studien. Signifikante forskjeller mellom kjønn og tettstedene når det gjelder bruk av anlegg bør tolkes med forsiktighet ettersom noen av kjikvadrattestens forutsetninger ikke ble oppfylt. Denne studien har identifisert faktorer som har hatt betydning for bruk av anlegg, men kausalitet kan ikke fastsettes på grunn av studiens design.

Ved utvikling av fremtidige anlegg for fysisk aktivitet bør det tas hensyn til lokale preferanser for aktivitet og legges til rette for anlegg med nær beliggenhet til målgruppen. Rom og felleskap som legger til rette for mestringsopplevelser bør ikke undervurderes for å fremme fysisk aktivitet.

9.0 Litteraturliste

- Bakken, A. (2019). *Idrettens posisjon i ungdomstida—Hvem deltar og hvem slutter i ungdomsidretten?* (NOVA Rapport 2/2019; s. 112). Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- Bakken, A. (2020). *Ungdata 2020. Nasjonale resultater.* (NOVA Rapport 16/220; s. 59).
<https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/handle/20.500.12199/6415>
- Bauman, A. E., Reis, R., Sallis, J. F., Wells, J. C., Loos, R. J. F. & Martin, B. W. (2012). *Correlates of physical activity: Why are some people physically active and others not?* 380, 14.
- Bedimo-Rung, A. L., Gustat, J., Tompkins, B. J., Rice, J. & Thomson, J. (2006). Development of a Direct Observation Instrument to Measure Environmental Characteristics of Parks for Physical Activity. *Journal of Physical Activity and Health*, 3(s1), S176–S189. <https://doi.org/10.1123/jpah.3.s1.s176>
- Bedimo-Rung, A. L., Mowen, A. J. & Cohen, D. A. (2005). The significance of parks to physical activity and public health. *American Journal of Preventive Medicine*, 28(2), 159–168.
<https://doi.org/10.1016/j.amepre.2004.10.024>
- Boone-Heinonen, J., Popkin, B. M., Song, Y. & Gordon-Larsen, P. (2010). What neighborhood area captures built environment features related to adolescent physical activity? *Health & Place*, 16(6), 1280–1286. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2010.06.015>
- Booth, F. W., Roberts, C. K. & Laye, M. J. (2012). Lack of Exercise Is a Major Cause of Chronic Diseases. I R. Terjung (Red.), *Comprehensive Physiology* (1. utg., s. 1143–1211). Wiley.
<https://doi.org/10.1002/cphy.c110025>
- Breivik, G. & Rafoss, K. (2012). *Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet – en oppdatering og revisjon* (IS-0366; s. 97). Helsedirektoratet.
- Breivik, G. & Rafoss, K. (2017). *Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet* (IS-0613). Norges idrettshøgskole, Norges artiske universitet.
- Bryman, A. (2015). *Social Research Methods* (5.utgave). Oxford University Press.
- Brymer, E. & Davids, K. (2016). Designing Environments to Enhance Physical and Psychological Benefits of Physical Activity: A Multidisciplinary Perspective. *Sports Medicine*, 46(7), 925–926.
<https://doi.org/10.1007/s40279-016-0535-8>
- Chekroud, S. R., Gueorguieva, R., Zheutlin, A. B., Paulus, M., Krumholz, H. M., Krystal, J. H. & Chekroud, A. M. (2018). Association between physical exercise and mental health in 1-2 million individuals in the USA between 2011 and 2015: A cross-sectional study. *The Lancet Psychiatry*, 5(9), 739–746. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(18\)30227-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(18)30227-X)
- Chow, H. & Ho, C.-H. (2018). Does the use of outdoor fitness equipment by older adults qualify as moderate to vigorous physical activity? *PLOS ONE*, 13(4), e0196507.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0196507>
- Cohen, D. A., Marsh, T., Williamson, S., Derosé, K. P., Martinez, H., Setodji, C. & McKenzie, T. L. (2010). Parks and physical activity: Why are some parks used more than others? *Preventive Medicine*, 50, S9–S12. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2009.08.020>
- Davison, K. K. & Lawson, C. T. (2006). Do attributes in the physical environment influence children's physical activity? A review of the literature. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 17.
- Denison, E. (2013). Kunnskapsbasert folkehelse – eksempel fysisk aktivitet. *Norsk Epidemiologi*, 23(2).
<https://doi.org/10.5324/nje.v23i2.1642>
- Ding, D., Mutrie, N., Bauman, A., Pratt, M., Hallal, P. R. C. & Powell, K. E. (2020). Physical activity guidelines 2020: Comprehensive and inclusive recommendations to activate populations. *The Lancet*, 396(10265), 1780–1782. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)32229-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)32229-7)

- Dunn, A. L., Trivedi, M. H. & O'Neal, H. A. (2001). Physical activity dose-response effects on outcomes of depression and anxiety: *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 33(Supplement), S587–S597. <https://doi.org/10.1097/00005768-200106001-00027>
- Gilchrist, P. & Wheaton, B. (2017). The social benefits of informal and lifestyle sports: A research agenda. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.1080/19406940.2017.1293132>
- Giles-Corti, B., Timperio, A., Bull, F. & Pikora, T. (2005). Understanding Physical Activity Environmental Correlates: Increased Specificity for Ecological Models: *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 33(4), 175–181. <https://doi.org/10.1097/00003677-200510000-00005>
- Google Maps. (u.å.-a). Google Maps. Hentet 14. mai 2022 fra <https://www.google.ca/maps/dir/Sogndal+Skisenter++Hodlekve,+Hodlekve+Kulvert,+Hodlekvevegen,+Sogndal/6856+Sogndalsfj%C3%B8ra/@61.2603686,6.9654931,12z/data=!3m1!4b1!4m14!4m13!1m5!1m1!1s0x4615fc898293b53b:0x923eedb5be5dc497!2m2!1d6.9685287!2d61.2893333!1m5!1m1!1s0x4615f98ce25ff059:0x32ac643d36414e3!2m2!1d7.1017897!2d61.2257489!3e0>
- Google Maps. (u.å.-b). Google Maps. Hentet 14. mai 2022 fra <https://www.google.ca/maps/dir/Sogn+Skisenter++alpinanlegg,+Hafslo/6856+Sogndalsfj%C3%B8ra/@61.2807594,7.0922523,12z/data=!3m1!4b1!4m14!4m13!1m5!1m1!1s0x4615e569640b3fb:0xf99771247c7634a9!2m2!1d7.2173075!2d61.3357233!1m5!1m1!1s0x4615f98ce25ff059:0x32ac643d36414e3!2m2!1d7.1017897!2d61.2257489!3e0>
- Grigoletto, A., Mauro, M., Maietta Latessa, P., Iannuzzi, V., Gori, D., Campa, F., Greco, G. & Toselli, S. (2021). Impact of Different Types of Physical Activity in Green Urban Space on Adult Health and Behaviors: A Systematic Review. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 11(1), 263–275. <https://doi.org/10.3390/ejihpe11010020>
- Grønmo, S. (2017). *Samfunnsvitenskapelige metoder* (2. utgave). Fagbokforlaget.
- Hansen, B. H., Kolle, E., Steene-Johannessen, J., Dalene, K. E., Ekelund, U. & Anderssen, S. A. (2019). Monitoring population levels of physical activity and sedentary time in Norway across the lifespan. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 29(1), 105–112. <https://doi.org/10.1111/sms.13314>
- Heitzler, C. D., Martin, S. L., Duke, J. & Huhman, M. (2006). Correlates of physical activity in a national sample of children aged 9–13 years. *Preventive Medicine*, 42(4), 254–260. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2006.01.010>
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2020). *Sammen om aktive liv—Handlingsplan for fysisk aktivitet 2020-2029* (I-1196 B). <https://www.regjeringen.no/contentassets/43934b653c924ed7816fa16cd1e8e523/handlingsplan-for-fysisk-aktivitet-2020.pdf>
- Helsedirektoratet. (2018). *Strategier og tiltak for å øke fysisk aktivitet i samfunnet*. Helsedirektoratet. <https://www.helsedirektoratet.no/tema/fysisk-aktivitet/strategier-og-tiltak-for-a-oke-fysisk-aktivitet-i-samfunnet>
- Helsedirektoratet. (2019). *Fysisk aktivitet for barn, unge, voksne, eldre og gravide*. Helsedirektoratet. <https://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/fysisk-aktivitet-for-barn-unge-voksne-eldre-og-gravide>
- Humpel, N., Owen, N. & Leslie, E. (2002). Environmental factors associated with adults' participation in physical activity A review. *American Journal of Preventive Medicine*, 22(3), 188–199. [https://doi.org/10.1016/S0749-3797\(01\)00426-3](https://doi.org/10.1016/S0749-3797(01)00426-3)

- Högman, J. & Augustsson, C. (2017). To play or not to play, that's the question – young people's experiences of organized spontaneous sport. *Sport in Society*, 20(9), 1134–1149. <https://doi.org/10.1080/17430437.2016.1269080>
- Jacobsen, A., Nordø, S. og A., Nordø, Å. D., Sletten, M. & Arnesen, D. (2021). *Sosial ulikhet i barn og unges deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter—Betydningen av sosioøkonomiske ressurser, geografi og landbakgrunn*. Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.
- Kaczynski, A. T. & Henderson, K. A. (2007). Environmental Correlates of Physical Activity: A Review of Evidence about Parks and Recreation. *Leisure Sciences*, 29(4), 315–354. <https://doi.org/10.1080/01490400701394865>
- King, K. & Church, A. (2015). Questioning policy, youth participation and lifestyle sports. *Leisure Studies*, 34(3), 282–302. <https://doi.org/10.1080/02614367.2014.893005>
- King, K. & Church, A. (2017). Lifestyle sports delivery and sustainability: Clubs, communities and user-managers. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 9(1), 107–119. <https://doi.org/10.1080/19406940.2017.1289236>
- Kjønniksen, L., Torsheim, T. & Wold, B. (2008). Tracking of leisure-time physical activity during adolescence and young adulthood: A 10-year longitudinal study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5(1), 69. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-5-69>
- Kulturdepartementet. (u.å.). *Finn anlegg—Anleggsregisteret*. Anleggsregisteret. Hentet 28. desember 2021 fra <https://www.anleggsregisteret.no/finn-anlegg/>
- Kulturdepartementet. (2018). *Bestemmelse om tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet*.
- Kulturdepartementet. (2020). *Spillemidler til idrettsanlegg—En gjennomgang av søknader, tildelinger og anlegg (V-1021 B)*. Kulturdepartementet. <https://www.regjeringen.no/contentassets/9f08c3a9d71a47e18349b115179817d5/spillemidler-til-idrettsanlegg-en-gjennomgang-av-soknader-og-tidelinger-for-2020-rettet-versjon.pdf>
- Kulturdepartementet. (2021a). *Bestemmelser om tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet (V-0732 B)*. Kulturdepartementet - Avdeling for sivilsamfunn og idrett. <https://www.regjeringen.no/contentassets/891491c8582b457fba022904cd161755/bestemmelser-om-tilskudd-til-anlegg-for-idrett-og-fysisk-aktivitet-2021.pdf>
- Kulturdepartementet. (2021b). *Regjeringens idrettsstrategi: Sterkere tilbake – En mer inkluderende idrett (V-1028; s. 36)*. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/regjeringens-idrettsstrategi--sterkere-tilbake--en-mer-inkluderende-idrett/id2870227/>
- Laerd statistics. (2018). *Mann-Whitney U Test in SPSS Statistics | Setup, Procedure & Interpretation | Laerd Statistics*. <https://statistics.laerd.com/spss-tutorials/mann-whitney-u-test-using-spss-statistics.php>
- Lagestad, P., Mikalsen, H., Ingulfsvann, L. S., Lyngstad, I. & Sandvik, C. (2019). Associations of Participation in Organized Sport and Self-Organized Physical Activity in Relation to Physical Activity Level Among Adolescents. *Frontiers in Public Health*, 7, 129. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2019.00129>
- Lee, I.-M., Shiroma, E. J., Lobelo, F., Puska, P., Blair, S. N. & Katzmarzyk, P. T. (2012). Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: An analysis of burden of disease and life expectancy. *The Lancet*, 380(9838), 219–229. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)61031-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)61031-9)
- Limstrand, T. & Rehrer, N. J. (2008). Young people's use of sports facilities: A Norwegian study on physical activity. *Scandinavian Journal of Public Health*, 36(5), 452–459. <https://doi.org/10.1177/1403494807088455>
- Liu, Y., Wang, X., Zhou, S. & Wu, W. (2020). The association between spatial access to physical activity facilities within home and workplace neighborhoods and time spent on physical activities:

- Evidence from Guangzhou, China. *International Journal of Health Geographics*, 19(1), 22. <https://doi.org/10.1186/s12942-020-00216-2>
- Mackenbach, J. D., Matias de Pinho, M. G., Faber, E., Braver, N. den, de Groot, R., Charreire, H., Oppert, J.-M., Bardos, H., Rutter, H., Compernelle, S., De Bourdeaudhuij, I. & Lakerveld, J. (2018). Exploring the cross-sectional association between outdoor recreational facilities and leisure-time physical activity: The role of usage and residential self-selection. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 15(1), 55. <https://doi.org/10.1186/s12966-018-0689-x>
- MacKenzie, J., Brunet, J., Boudreau, J., Iancu, H.-D. & Bélanger, M. (2015). Does proximity to physical activity infrastructures predict maintenance of organized and unorganized physical activities in youth? *Preventive Medicine Reports*, 2, 777–782. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2015.09.005>
- McCormack, G. R., Rock, M., Toohey, A. M. & Hignell, D. (2010). Characteristics of urban parks associated with park use and physical activity: A review of qualitative research. *Health & Place*, 16(4), 712–726. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2010.03.003>
- McHugh, M. L. (2013). The Chi-square test of independence. *Biochemia Medica*, 23(2), 143–149. <https://doi.org/10.11613/BM.2013.018>
- Meld.St.26. (2011). *Den norske idrettsmodellen*. Kulturdepartementet. <https://www.regjeringen.no/contentassets/aaf9142d54e344608cc20d4e5fa752e0/no/pdfs/stm201120120026000dddpdfs.pdf>
- Nerhus, K. A., Anderssen, S. A., Lerkelund, H. E. & Kolle, E. (2011). Sentrale begreper relatert til fysisk aktivitet: Forslag til bruk og forståelse. *Norsk Epidemiologi*, 20(2). <https://doi.org/10.5324/nje.v20i2.1335>
- NSD. (u.å.). *Samtykke og andre behandlingsgrunnlag*. NSD. Hentet 11. juni 2021 fra <https://nsd.no/personverntjenester/oppslagsverk-for-personvern-i-forskning/samtykke-og-andre-behandlingsgrunnlag/>
- Nybakken, T. & Falco, C. (2022). Activity Level and Nature of Practice and Play in Children’s Football. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(8), 4598. <https://doi.org/10.3390/ijerph19084598>
- Pilkington, P., Powell, J. & Davis, A. (2016). Evidence-Based Decision Making When Designing Environments for Physical Activity: The Role of Public Health. *Sports Medicine*, 46(7), 997–1002. <https://doi.org/10.1007/s40279-015-0469-6>
- Rafoss, K. & Tangen, J. O. (2017). Den norske idrettsmodellen – i utakt med tiden? *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 1(2), 152–170. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-2512-2017-02-04>
- Raymore, L. A. (2002). Facilitators to Leisure. *Journal of Leisure Research*, 34(1), 37–51. <https://doi.org/10.1080/00222216.2002.11949959>
- Saelens, B. E., Frank, L. D., Auffrey, C., Whitaker, R. C., Burdette, H. L. & Colabianchi, N. (2006). Measuring Physical Environments of Parks and Playgrounds: EAPRS Instrument Development and Inter-Rater Reliability. *Journal of Physical Activity and Health*, 3(s1), S190–S207. <https://doi.org/10.1123/jpah.3.s1.s190>
- Sallis, J. F., Cervero, R. B., Ascher, W., Henderson, K. A., Kraft, M. K. & Kerr, J. (2006). AN ECOLOGICAL APPROACH TO CREATING ACTIVE LIVING COMMUNITIES. *Annual Review of Public Health*, 27(1), 297–322. <https://doi.org/10.1146/annurev.publhealth.27.021405.102100>
- Sallis, J. F., Floyd, M. F., Rodriguez, D. A. & Saelens, B. E. (2012). *Role of Built Environments in Physical Activity, Obesity, and Cardiovascular Disease*. 9.
- Sallis, J. F., Prochaska, J. J. & Taylor, W. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents: *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 963–975. <https://doi.org/10.1097/00005768-200005000-00014>
- Skille, E. Å. & Säfvenbom, R. (2011). Sport policy in Norway. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 3(2), 289–299. <https://doi.org/10.1080/19406940.2010.547867>

- Sogndal kommune. (2021). *Utfordrarbygda*. Satsingsområde.
<https://www.utfordrarbygda.no/#Utfordrarbygda>
- Spence, J. C. & Lee, R. E. (2003). Toward a comprehensive model of physical activity. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(1), 7–24. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00014-6](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00014-6)
- SSB. (2021). 05277: *Folkemengde, etter region, alder, statistikkvariabel, år og kjønn*. Statistikkbanken. SSB. <https://www.ssb.no/system/>
- Stokols, D. (1992). Establishing and maintaining healthy environments: Toward a social ecology of health promotion. *American Psychologist*, 47(1), 6–22. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.47.1.6>
- Strath, S. J., Kaminsky, L. A., Ainsworth, B. E., Ekelund, U., Freedson, P. S., Gary, R. A., Richardson, C. R., Smith, D. T. & Swartz, A. M. (2013). Guide to the Assessment of Physical Activity: Clinical and Research Applications: A Scientific Statement From the American Heart Association. *Circulation*, 128(20), 2259–2279. <https://doi.org/10.1161/01.cir.0000435708.67487.da>
- Säfvenbom, R., Wheaton, B. & Agans, J. P. (2018). ‘How can you enjoy sports if you are under control by others?’ Self-organized lifestyle sports and youth development. *Sport in Society*, 21(12), 1990–2009. <https://doi.org/10.1080/17430437.2018.1472242>
- Sørensen, M. & Graff-Iversen, S. (2001). Hvordan stimulere til helsefremmende atferd? *Tidsskrift for Den norske legeforening*. <https://tidsskriftet.no/2001/02/kronikk/hvordan-stimulere-til-helsefremmende-atferd>
- Tangen, J. O. (2003). *Tause forventninger og taus kunnskap – en oversett sammenheng mellom idrettsanlegg og deres brukere*. 13.
- Teixeira, P. J., Carraça, E. V., Markland, D., Silva, M. N. & Ryan, R. M. (2012). *Exercise, physical activity, and self-determination theory: A systematic review*. 30.
- Tremblay, M., Aubert, S., Barnes, J. D., Saunders, T. J., Carson, V., Latimer-Cheung, A. E., Chastin, S. F. M., Altenburg, T. M. & Chinapaw, M. J. M. (2017). Sedentary Behavior Research Network (SBRN) – Terminology Consensus Project process and outcome. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(1), 75. <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0525-8>
- Tverga. (u.å.). Hva er egenorganisert idrett og fysisk aktivitet? *Tverga*. Hentet 12. april 2022 fra <https://tverga.no/hva-er-egenorganisert-idrett-og-fysisk-aktivitet/>
- Tverga. (2019). *Hva er egenorganisert idrett og fysisk aktivitet? En begrepsavklaring og redegjørelse for eksisterende kunnskap*.
- Tverga. (2020). En morsom omvei. *Tverga*. <https://tverga.no/kunnskap/finansiering/>
- Vlach, P. & Plašil, M. (2006). *Analysis of Multiple-Response Data*. 5.
- Warburton, D. E., Charlesworth, S., Ivey, A., Nettlefold, L. & Bredin, S. S. (2010). A systematic review of the evidence for Canada’s Physical Activity Guidelines for Adults. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7(1), 39. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-7-39>
- Wium, N. & Säfvenbom, R. (2019). Participation in Organized Sports and Self-Organized Physical Activity: Associations with Developmental Factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(4), 585. <https://doi.org/10.3390/ijerph16040585>
- Wold, B. (2017). Ungdom og fysisk aktivitet: Helse, motivasjon og tiltak. I K.-I. Klepp & L. E. Aarø (Red.), *Ungdom, livsstil og helsefremmende arbeid* (4.utg.). Gyldendal.
- Aarø, L. E. (2007). *Fra spørreskjemakonstruksjon til multivariat analyse av data: En innføring i survey-metoden*. HEMIL-senteret og Grieg-akademiet.

Vedlegg 1. Kulturdepartements fordeling av anleggskategorier med tilhørende anleggstyper

Tabell 7. Kulturdepartements fordeling av anleggskategorier med tilhørende anleggstyper (Kulturdepartementet, 2020, s.150)

Anleggskategori	Anleggstype
Bueskytteranlegg	Bueskytterbane (ute), Bueskytterhall
Fotballanlegg	Fotball treningsfelt, Fotballbane gress, Fotballbane grus, Fotballbane kunstgress, Fotballhall
Friidrettsanlegg	Friidrett treningsanlegg (inne), Friidrett treningsanlegg (ute), Friidrettshall, Friidrettsstadion grus, Friidrettsstadion kunststoff, Friplassen
Friluftslivsanlegg	Badeplass, Dagsturhytte, Friluftsområde, Gapahuk, Overnattingshytte, Sanitærbygg, Sikringshytte, Småbåthavn, Tur-/skiløype, Tursti, Turvei
Golfanlegg	Driving range, Golfbane, Golfhall, Korthullsbane, Minigolfbane
Hestesportanlegg	Galoppbane, Ridebane, Ridehall, Ridesti, Stall, Travbane
Hundesportanlegg	Agilityhall, Agilityområde, Hundekjøringsanlegg
Idrettshaller og Aktivitetssaler	Biljardhall, Bowlinghall, Danse-/cheerleadingssal, Fleraktivitetssal, Fleridrettshall, Kampidrettsanlegg, Turnhall
Idrettshus og Servicebygg	Garderobebygg, Klubbhus, Lager- og garasjebygg
Is- og Skøyteanlegg	Bandybane (ute), Bob-/skeleton-/akeanlegg, Curlinghall, Hurtigløpsbane (ute), Hurtigløpshall, Ishall, Ishockeybane (ute), Mindre isflate (ute), Rulleskøytebane
Kart	Nærmiljøkart, Orienteringskart, Sjøsportkart, Turkart
Klatreanlegg	Klatre/buldreveg (inne), Klatre/buldreveg (ute), Klatrefører, Klatrehall, Klatrerute fjellveg
Luftsportanlegg	Avgangs- og landingsanlegg, Flyhangar, Modellflyanlegg, Oppstillingsplass for fly
Mindre utendørsanlegg	Ballbinge, Baseballpitch, Cricketpitch, Diskgolfanlegg, Flerbruksområde (ute), Hinderløype, Liten balløkke/-bane, Parkouranlegg, Petanquebane, Sandhåndballbane, Sandvolleyballbane, Trimpark

Motorsportanlegg	Anlegg for radiostyrt motorsport, Baneracing/roadracingbane, Bilcross/ralleycrossbane, Dragracingbane, Gokartbane, Motorcrossbane, Motorsporthall, Snøscooterbane, Speedway/longtrackbane, Trial/enduroløype
Racketsportanlegg	Bordtennisbord (ute), Bordtennishall, Padeltennisbane, Ricochetanlegg, Squashanlegg, Tennisbane (ute) Tennishall
Skateanlegg	Skatehall, Skatepark
Ski- og alpinanlegg	Akebakke, Alpinbakke, Freestyle- og snowboardanlegg, Hoppbakke, Langrennsanlegg, Skileikanlegg, Skiskytteranlegg
Skyteanlegg	Feltskytebane (ute), Lerduebane (ute), Pistolbane (ute), Riflebane (ute), Skytebane (inne), Viltmålbane (ute)
Svømme- og stupeanlegg	Opplæringsbassen (inne), Opplæringsbasseng (ute), Stupebasseng (inne), Stupebasseng (ute), Trenings-/konkurransbasseng (inne), Trenings-/konkurransbasseng (ute)
Sykkelanlegg	BMX-anlegg, Downhillsykkelløype, Terrengsykkelløype, Velodrim (inne), Velodrom (ute)
Vannsportanlegg	Båthus, Castinganlegg, Motorbåtanlegg, Ro-/padleanlegg, Seilanlegg, Vannskianlegg

Vedlegg 2. Nærmiljø- og ordinare anlegg i Sogndal kommune

Tabell 8. Anleggsliste over anleggstyper som befinner seg i Sogndal (Kulturdepartement, u.å).

Anleggsklasse	Anleggskategori	Anleggstype	Betegnelsen i spørreskjema
Nærmiljøanlegg	Sykkelanlegg	Sykkelløype, pumptrack	BMX-/skatepark eller pumptrack
		Sykkelløype, terreng	Tursti til fot- eller sykkeltur
	Ski- og alpinanlegg	Skileikanlegg	Friluftsområde/badeplass
	Skateanlegg	Skatepark	BMX-/skatepark eller pumptrack
	Mindre utendørsanlegg	Ballbinge	Ballbinge/-løkke
		Flerbruksområde (ute)	Basketballbane, ballbinge/-løkke, lekeplass, trimpark, trampolinpark
		Hinderløype	Lekeplass
		Turn/styrkeapparat	Trimpark, trampolinpark
		Liten balløkke/-bane	Ballbinge/-løkke
		Sandvolleyballbane	Sandvolleyballbane
	Klatreanlegg	Klatre/buldreveg (ute)	Utendørs klatreveg
	Kart	Nærmiljøkart	Tursti til fot- eller sykkeltur
	Idrettshus og servicebygg	Klubbhus	Ekskludert
	Friluftslivsbygg	Dagsturhytte	Friluftsområde/badeplass
		Friluftsområde	Friluftsområde/badeplass
		Tursti	Tursti til fot- eller sykkeltur
Fotballanlegg	Fotballbane kunstgress	Fotballbane	
Ordinært anlegg	Vannsportanlegg	Båthus	Ekskludert
		Ro-/padleanlegg	Sted med tilgang til kajakk, kano, SUP eller robåt
	Svømme- og stupeanlegg	Opplæringsbasseng (inne)	Ekskludert
		Trenings-/konkurranserbasseng (inne)	Ekskludert
	Skyteanlegg	Lerduebane (ute)	Skytebane
		Riflebane (ute)	Skytebane
		Skytebane (inne)	Ekskludert

Ski- og alpinanlegg	Alpinbakke	Alpinbakke
	Hoppbakke	Hoppbakke
Racketsportsanlegg	Squashanlegg	Ekskludert
Motorsportanlegg	Motocrossbane	Motocrossbane
Mindre utendørsanlegg	Hinderløype	Lekeplass, Trimpark
	Liten balløkke/-bane	Ballbinge/-løkke
Kulturarena*	Flerbrukslokale for kultur	Ekskludert
	Kino	Ekskludert
	Regionalt kulturbygg	Ekskludert
Klatreanlegg	Klatre/buldreveg (inne)	Ekskludert
Kart	Orienteringskart	Orienteringsløype
	Turkart	Tursti til fot- eller sykketur
Idrettshus og servicebygg	Garderobebygg	Ekskludert
	Klubbhus	Ekskludert
	Lager- og garasjebygg	Ekskludert
Idrettshaller og aktivitetssaler	Danse-/cheerleadingssal	Ekskludert
	Fleraktivitetssal	Ekskludert
	Fleridrettshall	Ekskludert
Hestesportanlegg	Ridehall	Som en del av «ridebane»
Friluftslivsanlegg	Badeplass	Friluftsområde/badeplass
	Dagsturhytte	Friluftsområde/badeplass
	Friluftsområde	Friluftsområde/badeplass
	Overnattingshytte	Ekskludert
	Sanitærbygg	Ekskludert
	Småbåthavn	Ekskludert
	Tur-/skiløype	Lys-/langrennsløype
	Tursti	Tursti til fot- eller sykkelstur
	Turvei	Tursti til fot- eller sykkelstur
Friidrettsanlegg	Friidrett treningsanlegg (inne)	Ekskludert
	Friidrett treningsanlegg (ute)	Friidrettsbane
	Friidrettsstadion grus	Friidrettsbane
	Friidrettsstadion kunststoff	Friidrettsbane
Fotballanlegg	Fotballbane gress	Fotballbane
	Fotballbane grus	Fotballbane, ballbinge/-løkke

		Fotballbane kunstgress	Fotballbane
		Fotballhall	Ekskludert

*denne anleggskategori er ikke inkludert i en Kulturdepartements fordeling av anlegg (refererer til Kulturdepartementet, 2020)

Anleggskategorier og anleggstyper i dette vedlegget viser til Kulturdepartementets fordeling av anlegg.

Vedlegg 3. Infoskriv for spørreundersøkelsen

Vil du delta i forskingsprosjektet

«Bruk av anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet i Sogndal kommune»?

Kva er prosjektet sitt føremål

Hensikten med studien er få meir kunnskap om kva for ein stad du brukar for å vere aktiv, og kva som påverker din bruk av forskjellige arenaer. Dette vil bidra til eit bedre kunnskapsgrunnlag om dine aktivitetsvanar og –behov.

Kven er ansvarleg for forskingsprosjektet?

Høgskulen på Vestlandet er ansvarleg for prosjektet.

Kvifor får du spørsmål om å delta?

Vi ønsker at alle ungdommer 15-19 år busatt i Sogndal kommune får moglegheit til å delta i spørjeundersøkinga.

Kva inneber det for deg å delta?

Dersom du vel å delta, inneber det at du fyller ut eit kort elektronisk spørjeskjema. Det vil ta deg ca. 5-8 minutt.

Spørjeskjemaet inneheld:

- Nokre bakgrunnsspørsmål om deg
- Spørsmål om kva stader i Sogndal kommune du brukar for å drive med aktivitet
- Spørsmål om kva som har betydning for deg når det gjeld staden du brukar for å drive med aktivitet på eigenhånd

Det er frivillig å delta

Dersom du vel å delta, kan du når som helst trekkje samtykket tilbake utan å gje nokon grunn. Det vil ikkje føre til nokre negative konsekvensar for deg.

Ditt personvern – korleis vi oppbevarer og bruker opplysingane dine

Vi vil berre bruke opplysningane om deg til føremåla vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandlar opplysningane konfidensielt og etter personvernregelverket.

Dette vil si at:

- Kun mastersstudent og rettleiarne vil ha tilgang til opplysningane dine
- Det vil ikkje være mulig å identifisere deg i studien når oppgaven er ferdig
- Datamaterialet lagres trygt på høgskulen sin forskingsserver og beskyttast med passord

Kva skjer med opplysningane dine når vi avsluttar forskingsprosjektet?

Opplysningane blir anonymiserte og sletta når prosjektet er avslutta, noko som etter planen er 15.mai 2022.

Dine rettar

Så lenge du kan identifiserast i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i kva personopplysninar som er registrert om deg,
- å få retta personopplysningar om deg,
- å få sletta personopplysningar om deg,
- å få utlevert en kopi av dine personopplysningar (dataportabilitet), og
- å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysningar.

Kva gjev oss rett til å behandle personopplysningar om deg?

Vi behandlar opplysningar om deg basert på samtykket ditt. På oppdrag frå høgskulen på Vestlandet har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Har du spørsmål til studien, eller om du ynskjer å vite meir eller klage?

Ta kontakt med: Nicole Dubé (epost: 595013@stud.hvl.no) ved Høgskulen på Vestlandet eller Ellen Eimhjellen Blom (epost: Ellen.Eimhjellen.Blom@hvl.no). Vårt personvernombod: Trine Anikken Larsen (epost: Trine.Anikken.Larsen@hvl.no).

Har du spørsmål om personvern i dette prosjektet?

Ta kontakt med: NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på e-post
(personverntjenester@nsd.no) eller på telefon: 55 58 21 17.

Venleg helsing

Ellen Eimhjellen Blom, Amund Riiser - prosjektansvarleg, Nicole Dubé – masterstudent

Vedlegg 4. Fullstendig spørreskjema

1. Kva skule går du på?

- Ungdomsskule
- Videregående skule
- Folkehøgskule/høgare utdanning

2. Kor gammel er du?

(Spørsmål tilgjengelig kun for respondenter som har svart «ungdomsskule» på «1. Kva skule går du på?»)

- Yngre enn 15 år (videresendt til ny side: Takk for din interesse i studien. Kun ungdommar 15 år og eldre kan svare på spørjesøkinga.)
- 15 år eller eldre

2. Kor gammel er du?

(Spørsmål tilgjengelig kun for respondenter som har svart «Videregående skule» eller «Folkehøgskule/høgare utdanning» på «1. Kva skule går du på»)

- 19 år eller yngre
- Eldre enn 19 år

3. Er du gutt eller jente?

- Gutt
- Jente
- Anna

4. Kvar bur du no/Kvar er din nærmeste tettstad? Hvis du bur på fleire stadar, tenk på staden du bur mest på.

Kaupanger

- Sogndal
- Leikanger
- Balestrand

5. Har dine foreldre/føresette universitets- eller høgskuleutdanning?

- Nei, ingen av dei
- Ja, den eine
- Ja, begge

6. Kor ofte er du så fysisk aktiv at du blir andpusten eller sveitt?

- Aldri
- Sjeldan
- 1-2 gonger i månaden
- 1-2 gonger i veka
- 3-4 gonger i veka
- Minst 5 gonger i veka

7. Er du med i eit idrettslag eller ein idrettsklubb no?

- Ja
- Nei

8. Utanom skuletida, kor lang tid brukar du framfor ein skjerm (TV, data, nettbrett, mobil) i løpet av ein vanleg dag?
- Ikkje noko tid
 - Mindre enn ein time
 - 1-2 timar
 - 2-3 timar
 - 3-4 timar
 - 4-6 timar
 - Mer enn 6 timar
9. Her er det ei liste med mange forskjellige uteområde som er tilgjengelege for idrett, trening, mosjon og aktivitet i Sogndal kommune. Sett kryss på stadane du har bruk minst ein gong dei siste 12 månadene.
- BMX-/skatepark eller pumtrack
 - Leikeplass
 - Utandørs klatrevegg
 - Ballbinge/-løkke
 - Trampolinepark
 - Trimpark
 - Badeplass/friluftsområde
 - Stad med tilgang til kajakk, kano, SUP eller robåt
 - Sandvolleyballbane
 - Basketballbane
 - Lys/langrennsløype
 - Hoppbakke (ski)
 - Orienteringsløype
 - Tursti til fot- eller sykkelstur
 - Alpinbakke
 - Fotballbane
 - Friidrettsbane
 - Motorcrossbane
 - Skytebane
 - Ridebane
 - Ingen av desse (Respondenter er sendt vidare til spørsmål 13)
10. Du har svart at du har brukte dei fylgjande stadane for idrett, trening, mosjon og aktivitet. Kva stadar brukar du **hovedsakeleg** på **eigenhånd**? (Kryss ut fleire dersom det er aktuelt).

På eigenhånd betyr at: når du brukar området **utanom** organisert trening, **utan** at ein trenar eller instruktør er tilstades. Det kan vere at du brukar staden aleine, med familie eller/og med vennar.

- BMX-/skatepark eller pumtrack
- Leikeplass
- Utandørs klatrevegg
- Ballbinge/-løkke
- Trampolinepark

- Trimpark
- Badeplass/friluftsområde
- Stad med tilgang til kajakk, kano, SUP eller robåt
- Sandvolleyballbane
- Basketballbane
- Lys-/langrennsløype
- Alpinbakke
- Hoppbakke (ski)
- Orienteringsløype
- Tursti for fot- eller sykkelstur
- Skytebane
- Friidrettsbane
- Fotballbane
- Motorcrossbane
- Ridebane
- Ingen av desse (Respondenter er sendt vidare til spørsmål 13)

11. Kva for ein stad er din **favoritt** for å være i aktivitet, trene, mosjonere **på eigenhånd**?

- BMX-/skatepark eller pumptrack
- Leikeplass
- Utandørs klatrevegg
- Ballbinge/-løkke
- Trampolinepark
- Trimpark
- Badeplass/friluftsområde
- Stad med tilgang til kajakk, kano, SUP eller robåt
- Sandvolleyballbane
- Basketballbane
- Lys-/langrennsløype
- Alpinbakke
- Hoppbakke (ski)
- Orienteringsløype
- Tursti for fot- eller sykkelstur
- Skytebane
- Friidrettsbane
- Fotballbane
- Motorcrossbane
- Ridebane
- Ingen av desse (Respondenter er sendt vidare til spørsmål 13)

12. Kor mykje har dei fylgjande grunnane noko å sei for at "xy" er ditt favoritt stad?

	Stemmer ikkje	Stemmer litt	Stemmer nokså godt	Stemmer heilt
Eg meiner det er sosialt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Eg får drive med det eg likar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Kan drive med mykje forskjellig/det er alltid variert	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Eg får kjenne meistring	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er leikent	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er i nærleiken av der eg bur	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er gratis/kostar lite	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er ein fin naturoppleving	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

13. Velg ein stad du kunne ha tenkt deg å bruke på eigenhand **oftare** enn det du gjer no.

BMX-/skatepark eller pumptack

- Leikeplass
- Utandørs klatrevegg
- Ballbinge/-løkke
- Trampolinepark
- Trimpark
- Badeplass/friluftsområde
- Stad med tilgang til kajakk, kano, SUP eller robåt
- Sandvolleyballbane
- Basketballbane
- Lys-/langrennsløype
- Alpinbakke
- Hoppbakke (ski)
- Orienteringløype
- Tursti for fot- eller sykkelstur
- Skytebane
- Friidrettsbane
- Fotballbane
- Motorcrossbane
- Ridebane
- Eg brukar ingen av desse (Respondenter er sendt vidare til spørsmål 15)
- Eg likar ingen av desse (Respondenter er sendt vidare til spørsmål 15)

14. Kvifor brukar du ikkje "xy" like ofte som du skulle ynskje?

	Stemmer ikkje	Stemmer litt	Stemmer nokså godt	Stemmer heilt
Saknar eit godt miljø	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har ikkje nok kunnskap eller ferdigheitar for å bruke det	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er i for dårleg stand	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opningstidar/sesongen er for kort	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
For vanskeleg å komme meg dit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
For dyrt/har ikkje råd	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Føler meg ikkje trygg der	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
---------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

15. I kor stor grad er du fornøgd med ditt nærmiljø for å drive med trening, mosjon og aktivitet **på eigenhånd?**

- Meget misfornøgd
- Litt misfornøgd
- Verken fornøgd eller misfornøgd
- Ganske fornøgd
- Meget fornøgd

16. Takk for at du tok deg tid til å svare på spørjeundersøkinga!

Om du har noko spørsmål eller ynsker å trekkje samtykke ditt, venligst ta kontakt med Nicole Dubé:
595013@stud.hvl.no.

Vedlegg 5. Operasjonalisering av bakgrunnsinformasjon og faktorer i spørreskjemaet

Tabell 9. Operasjonalisering av bakgrunnsinformasjon og faktorer i spørreskjemaet

	Bakgrunnsinformasjon	Spørsmål i spørreskjema	
	Kjønn	«Er du gutt eller jente?»	
	Alder	«Kva skule går du på?»	
	Tettsted	«Kvar bur du no/Kvar er din nærmeste tettstad? Hvis du bur på fleire stadar, tenk på staden du bur mest på.»	
	Sosioøkonomisk status	«Har dine foreldre/føresette universitets- eller høgare utdanning?»	
	Nåværende aktivitetsnivå	«Kor ofte er du så fysisk aktiv at du blir andpusten eller sveitt?» «Utanom skuletida, kor lang tid bruker du vanlegvis på aktivitetar framfor ein skjerm (TV, data, nettbrett, mobil) i løpet av ein dag?»	
	Nåværende deltakelse i idrettslag	«Driv du med aktiv idrett og deltar i konkurranser i regi av laget nå?»	
	Tilgang til anlegg	«Kor fornøg er du med ditt nærmiljø for aktivitet, trening og mosjon på eigenhånd?»	
		Aktivitetsfremmende	Aktivitetshemmende
		«Kor mykje har dei fylgjande grunnane noko å sei for at "xy" er ditt favoritt stad?»	«Kvifor brukar du ikkje "xy" like ofte som du skulle ynskje?»
	Faktornivå	Svaralternativer	
Personlig	Individuelle faktorer	Har interesse for det «Eg får drive med det eg likar»	Manglende kunnskap og ferdigheter «Har ikkje nok kunnskap eller ferdigheitar for å bruke det»
Mellommenneskelig	Mellommenneskelig	Tilgjengelig for sosialisering «Eg meiner det er sosialt»	Manglende sosialt miljø «Sakna eit godt miljø»
Fysiske-miljømessige	Anleggets fleksibilitet	Variasjon i aktivitetstilbudet «Kan drive med mykje forskjellig/det er alltid variert»	Dårlige åpningstider/ for kort sesong «Opningstidar/sesongen er for kort»
	Anleggets konsept	Mestringsfremmende «Eg får kjenne meistring»	
		Fremmer lek «Det er leikent»	
		God beliggenhet	Dårlig beliggenhet

	Tilgang til anlegget	«Det er i nærleiken av der eg bur»	«For vanskeleg å komme meg dit»
		Gratis/koster lite «Det er gratis/kostar lite»	Dyrt/koster mye «For dyrt/har ikkje råd»
	Subjektiv oppfatning av anlegget	Positiv estetikk «Det er ein fin naturoppleving»	Dårlig tilstand «Det er i for dårleg stand»
			Opplevelse av utrygghet «Føler meg ikkje trygg der»

Vedlegg 6. Godkjenning av Norsk senter for forskningsdata

Meldeskjema / Egenorganisert fysisk aktivitet i Sogndal kommune: kartlegging av anleggsbruk / Vurdering

Vurdering

Referansenummer 248442

Prosjekttittel: Egenorganisert fysisk aktivitet i Sogndal kommune: kartlegging av anleggsbruk

Behandlingsansvarlig institusjon: Høgskulen på Vestlandet / Fakultet for lærerutdanning, kultur og idrett / Institutt for idrett, kosthold og naturfag

Prosjektperiode: 01.11.2021 - 16.05.2022

Dato: 19.11.2021

Kommentar:

Type

Standard

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg den 19.11.2021, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 16.05.2022.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a. PERSONVERNPRINSIPPER

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

- lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke behandles til nye, uforenlige formål
- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lenger enn nødvendig for å oppfylle formålet

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), og dataportabilitet (art. 20).

NSD vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

SurveyXact og SPSS er databehandlere i prosjektet. NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene til bruk av databehandler, jf. art 28 og 29.

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og/eller rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde:

<https://www.nsd.no/personverntjenester/fylle-ut-meldeskjema-for-personopplysninger/melde-endringer-i-meldeskjema> Du må vente på svar fra NSD før endringen gjennomføres.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet. Lykke til med prosjektet!