

Estudi dels hàbits esportius de la població en edat escolar de la ciutat de Barcelona

Desembre 2022



Promogut per l'Ajuntament de Barcelona



Redactat per Itik Consultoria Esport & Lleure, SL.



Document propietat de l'Ajuntament de Barcelona. Desembre 2022.

Equip de treball de l'estudi

Direcció de l'estudi

Jordi Viñas

Supervisió tècnica de l'estudi

Cristòfol Collado

Redacció de l'estudi

Gemma Baño

Xavier Elizalde

Jana Garcia

Coordinació del treball de camp

Cristina Arias

Col·laboració en el treball de camp

Oriol Donadeu

Maria Nuñez

Miguel Nuñez

Toni Sánchez

Mar Tristán

Ana Zarzoso

Continguts

01.	Introducció.....	9
02.	Objectius de l'estudi	11
03.	Metodologia.....	13
	3.1 Mètode de recopilació de dades.....	14
	3.2 La mostra.....	14
	3.3 Administració del qüestionari	16
	3.4 Tractament de dades	17
04.	La pràctica esportiva i el seu índex de pràctica.....	18
	4.1 La pràctica esportiva organitzada en l'actualitat	24
	4.1.1 L'índex de pràctica esportiva organitzada.....	25
	4.1.2 Motius de pràctica.....	26
	4.2 La pràctica esportiva no organitzada en l'actualitat	30
	4.2.1 Índex de pràctica no organitzada	31
	4.2.2 Activitat física alternativa.....	32
	4.3 Incidència de la COVID-19 a la pràctica esportiva en edat escolar	35
05.	Les modalitats de pràctica esportiva	36
	5.1 Les modalitats de la pràctica esportiva organitzada.....	37
	5.2 Les modalitats de la pràctica esportiva per lliure	38
06.	La pràctica esportiva de competició	40
	6.1 L'índex de pràctica esportiva de competició	41

6.2	Motivacions i actituds vers la pràctica esportiva competitiva.....	42
07.	La inactivitat i l'abandonament de la pràctica esportiva.....	45
7.1	La no pràctica	46
7.2	Historial de pràctica	47
7.3	Abandonament de la pràctica esportiva	49
08.	Les activitats no esportives	51
8.1.	Les activitats no esportives	52
09.	La valoració dels infants i joves	54
9.1.	Voluntat de pràctica esportiva.....	55
9.2.	Valoració personal	55
10.	El decàleg dels hàbits esportius de la població en edat escolar de la ciutat de Barcelona	57
11.	Conclusions	59
12.	Referències	64
13.	Annex I. Models de qüestionaris	66

Índex de taules

Taula 1. Mostra distribuïda segons sexe.....	15
Taula 2. Mostra distribuïda segons cursos i etapes escolars	15
Taula 3. Mostra distribuïda segons titularitat del centre	16
Taula 4. Mostra distribuïda segons districte.....	16
Taula 5. Fitxa tècnica de la investigació	16
Taula 6. Índex de distanciament de la pràctica esportiva entre nois i noies	20
Taula 7. Vegades per setmana de pràctica esportiva	20
Taula 8. Motius de pràctica esportiva classificat per dimensions	27
Taula 9. Tipologia d'esports de pràctica esportiva organitzada	37
Taula 10. Evolució de la tipologia d'esports de pràctica esportiva organitzada 2018-2022 ¹	37
Taula 11. Inici pràctica esportiva per cursos.....	38
Taula 12. Evolució de la tipologia d'esports de pràctica esportiva per lliure	38
Taula 13. Tipologia d'esports de pràctica esportiva per lliure.....	38
Taula 14. Evolució índex de pràctica esportiva de competició per sexes.....	41

Índex de figures

Gràfic 1. Evolució de l'índex de pràctica esportiva per sexes 1998-2022.....	19
Gràfic 2. Índex de pràctica esportiva per sexes	19
Gràfic 3. Índex de pràctica per curs escolar i sexe	20
Gràfic 4. Índex de pràctica segons titularitat del centre i curs escolar.....	20
Gràfic 5. Relació entre els nivells de pràctica esportiva dels pares o tutors i els escolars	21
Gràfic 6. Pràctica esportiva per districtes i sexe (I)	21
Gràfic 7. Pràctica esportiva per districtes i sexe (II).....	22
Gràfic 8. Pràctica esportiva en funció del lloc de naixement.....	23
Gràfic 9. Pràctica esportiva en edat escolar a Catalunya i a Espanya	23
Gràfic 10. Pràctica esportiva adulta a Barcelona	24

Gràfic 11. Tipologia de pràctica esportiva	24
Gràfic 12. Població escolar activa apuntada a un esport.....	25
Gràfic 13. Índex de pràctica organitzada per sexe.....	26
Gràfic 14. Lloc de pràctica esportiva organitzada.....	26
Gràfic 15. Freqüència de pràctica esportiva organitzada	26
Gràfic 16. Motius de pràctica esportiva per sexes.....	27
Gràfic 17. Persona o persones que van animar a la pràctica.....	28
Gràfic 18. Situacions que es produeixen durant els entrenaments.....	28
Gràfic 19. Què agrada de la pràctica esportiva.....	29
Gràfic 20. Grup 1 Què considero que és més important de la pràctica esportiva.....	29
Gràfic 21. Grup 2 Què considero que és més important de la pràctica esportiva.....	30
Gràfic 22. Grup 3 Què considero que és més important de la pràctica esportiva.....	30
Gràfic 23. Grup 4 Què considero que és més important de la pràctica esportiva.....	30
Gràfic 24. Evolució de l'índex de pràctica no organitzada.....	31
Gràfic 25. Índex de pràctica no organitzada per sexe.....	31
Gràfic 26. Freqüència de pràctica esportiva no organitzada	31
Gràfic 27. Ús de mitjans de transport per sexe	32
Gràfic 28. Activitats més realitzades durant l'hora del pati per sexe	32
Gràfic 29. Evolució de l'esport o activitat física esportiva durant les vacances per sexe.....	33
Gràfic 30. Tipus d'esport realitzat durant les vacances per sexe.....	33
Gràfic 31. Lloc de pràctica de l'esport o activitat física esportiva durant les vacances per sexe	34
Gràfic 32. Voluntat de pràctica dels esports realitzats durant les vacances per sexe	34
Gràfic 33. Activitats esportives ocasional	35
Gràfic 34. Persones amb les que es realitza la pràctica esportiva ocasional.....	35
Gràfic 35. Afectació de la pandèmia en la pràctica d'esport i activitat física	35
Gràfic 36. Modalitats esportives més practicades. Organitzades i lliures.	39
Gràfic 37. Pràctica esportiva de competició en funció del curs i el gènere	41
Gràfic 38. Tipologia d'esport de competició per sexe	41
Gràfic 39. Interès per fer competicions i partits de l'esport que es practica.....	42

Gràfic 40. Interès per practicar esports independentment de la competició	42
Gràfic 41. 5 aspectes que més agraden de les competicions per sexe.....	43
Gràfic 42. 5 aspectes que menys agraden de les competicions per sexe.....	43
Gràfic 43. Situacions que es produeixen en les competicions.....	44
Gràfic 44. Valoració de les situacions que es produeixen durant les competicions.....	44
Gràfic 45. Índex de no pràctica	46
Gràfic 46. Motius de no pràctica esportiva.....	46
Gràfic 47. Evolució dels esports practicats abans de l'actual en funció del curs.....	47
Gràfic 48. Nombre d'esports practicats abans de l'actual.....	47
Gràfic 49. Motius d'abandonament de la pràctica esportiva anterior	48
Gràfic 50. Voluntat de tornar a practicar una activitat física o esport que s'havia deixat per curs	48
Gràfic 51. Percentatge de pràctica esportiva anterior de les persones que no realitzen activitat física actualment	49
Gràfic 52. Motius d'abandonament de la pràctica esportiva	50
Gràfic 53. Voluntat de retorn a la pràctica esportiva abandonada	50
Gràfic 54. Evolució pràctica activitats no esportives en funció del curs i sexe	52
Gràfic 55. Tipus activitats no esportives per sexe.....	52
Gràfic 56. Tipologia d'esports amb voluntat de pràctica futura per sexes.....	55
Gràfic 57. Satisfacció sobre el propi cos per curs i sexe	56

01

Introducció

L'Institut Barcelona Esports (IBE) impulsa anualment un conjunt d'iniciatives amb l'objectiu de promoure la pràctica esportiva fora de l'horari lectiu entre la població en edat escolar de la ciutat. En el marc d'aquestes actuacions, es fa necessari conèixer amb dades detallades i actualitzades la realitat actual de la població en edat escolar en relació als seus hàbits i la seva pràctica esportiva.

Segons l'Organització Mundial de la Salut¹⁰, l'activitat física regular d'aproximadament 60 minuts al dia i almenys 3 dies la setmana, afavoreix la salut física i mental i és beneficiosa per a les persones de totes les edats i amb qualsevol capacitat. No obstant, segons l'informe sobre la situació mundial de l'activitat física, actualment el 81% dels adolescents i el 27,5% dels adults no assoleixen els nivells d'activitat física recomanada.

Els hàbits a llarg termini es formen durant la infància i l'adolescència. Aleshores, si es focalitza als infants i joves, es poden detectar les oportunitats d'intervenció abans que s'estableixin comportaments poc saludables. En aquest cas, i segons el Pla d'Acció Global sobre l'Activitat Física 2018-2030, per millorar els nivells d'activitat física es proposa incorporar en les polítiques públiques, plans estratègics que contemplin les quatre esferes: societats actives, entorns actius, persones actives i sistemes actius.

La pandèmia ha posat de manifest la importància vital de l'activitat física i esport per a la salut mental i física, com també ha posat al descobert les desigualtats en l'accés i d'oportunitats d'algunes comunitats. És per aquest fet que enguany, s'ha incorporat una pregunta referent a la percepció de l'afectació de la Covid-19 en la pràctica esportiva.

L'any 2007* es va realitzar el primer estudi sobre els hàbits esportius de la població en edat escolar de la ciutat de Barcelona, el qual es va repetir l'any 2013 i el 2018. Així doncs, la informació que s'extregui d'aquest estudi servirà d'orientació per definir les properes polítiques de promoció i difusió de l'activitat física i l'esport escolar per part de l'administració pública.

Els resultats s'estructuren en 6 grans apartats: La pràctica esportiva i el seu índex de pràctica, les modalitats de pràctica esportiva, la pràctica esportiva de competició, la inactivitat i l'abandonament de la pràctica esportiva, les activitats no esportives i finalment, la valoració dels infants i joves. Així doncs, s'analitzen les dades obtingudes i es comparen amb estudis d'especial rellevància:

- Estudi dels hàbits esportius escolars a Barcelona promogut per l'Institut Barcelona Esports, edicions 2007, 2013 i 2018.
- Estudi dels hàbits esportius escolars a Catalunya, promogut per la Secretaria General de l'Esport l'any 2016.
- l'Enquesta de Benestar Subjectiu de la Infància a Barcelona 2021, promogut per l'Institut d'Estudis Regionals i Metropolitans de Barcelona (IIAB-IERMB).
- La salut i els seus determinants en adolescents de Barcelona, Enquesta FRESC 2021 promogut per l'Agència de Salut Pública de Barcelona.
- Breu de dades sobre la població escolar 2022, Gabinet d'Estudis Socials i d'Opinió Pública.

*El 1998 es va realitzar un primer estudi amb metodologia diferent.

02

Objectius de l'estudi

Seguidament, es presenta l'estudi d'entre la població Barcelonina en edat escolar on es reflecteix la realitat actual i la seva evolució:

Per què és important conèixer la realitat actual sobre els hàbits i l'activitat física i l'esport dels infants i joves de Barcelona?

En l'estudi s'identifiquen els aspectes més rellevants sobre l'activitat física escolar: preferències de pràctica esportiva, freqüència, motivacions o causes d'abandonament.

L'anàlisi de l'**índex de pràctica** esportiva així com la variació de les variables independents (sexe, districte, titularitat del centre educatiu i lloc de naixement) dona informació fonamental per a preveure els hàbits saludables així com encarar les futures polítiques públiques en promoció de l'activitat física i esport escolar.

Quina altra informació ens aporta l'estudi?

A part de l'índex de pràctica, el present estudi extreu informació sobre:

- Tipus d'esports o activitats que es practiquen.
- Nivells de pràctica organitzada i no organitzada.
- Freqüència de pràctica organitzada i no organitzada.
- Motivacions per a la pràctica esportiva, tant de les persones que el practiquen com les que no.
- Actitud i valors enfront la pràctica esportiva.
- Actitud i valors enfront la competició.
- Abandonament de la pràctica esportiva, tant de les persones que el practiquen com les que no.
- Pràctica ocasional d'activitat física i esport.
- Impacte de les activitats no esportives fora de l'horari lectiu.
- Afectació de la Covid-19 en la pràctica esportiva.

L'estudi ens permet avaluar l'estat de situació actual i l'evolució dels darrers anys?

Sí, l'estudi permet conèixer una fotografia actual de la situació i permet analitzar les dades de manera longitudinal dels últims 16 anys.

03

Metodologia

3.1 Mètode de recopilació de dades

La investigació quantitativa desenvolupada ha estat basada en una mostra representativa de la població en edat escolar de la ciutat de Barcelona. El treball de camp ha consistit en l'administració presencial d'un qüestionari de preguntes majoritàriament tancades amb dues o més respostes, i s'ha portat a terme del 2 de maig al 21 de juny de 2022.

Per què s'utilitzen preguntes tancades?

Aquesta modalitat d'enquesta es caracteritza per l'estandardització i representativitat dels resultats, possibilita una anàlisi general i comparativa dels resultats, i permet diagnosticar les diferències que existeixen entre els paràmetres estudiats.

S'ha adaptat el qüestionari als infants i joves?

Sí, les preguntes han estat formulades de manera senzilla i sense ambigüitats, amb un vocabulari conegut i escrit en català. El format de presentació del qüestionari és en un full DIN A4 imprès per les dues cares. L'històric de qüestionaris precedents ha permès basar-se en la tipologia de preguntes a efectes de ser comparades.

Per als infants de cicle inicial, s'ha elaborat una versió reduïda amb menys preguntes, i està fet amb lletra lligada que és de més fàcil comprensió. Es poden trobar les dues versions de qüestionari en l'Annex I.

De quines parts disposa el qüestionari?

El qüestionari consta d'un total de 37 preguntes, 23 pels més petits, i un apartat de dades generals. Es divideix en tres parts diferenciades:

- Les preguntes de l'1 a la 19 van destinades als infants i joves que realitzen activitat física actualment durant el curs escolar.
- Les preguntes de la 20 a la 25 van dirigides a l'alumnat que no fa activitat física.
- La 26 tracta sobre la valoració de l'1 al 10 en quant a la satisfacció personal envers el seu cos.
- De la pregunta 27 a la 37 es tracten temes variats com: l'ús habitual d'elements de transport, les activitats a l'hora del pati, la pràctica d'activitat física esportiva ocasional durant les vacances, l'historial esportiu familiar i la realització d'altres activitats no esportives.
- En la pregunta 36 es demana específicament per la percepció sobre l'afectació de la pandèmia en la pràctica esportiva.

3.2 La mostra

La població escolar de Barcelona en el curs 2021-2022 ha estat de 135.119 escolars. La base de dades, facilitada per l'IBE i el Consorci d'Educació de Barcelona, incloïa la segmentació dels escolars per cursos i per titularitat de centres d'ensenyament, permetent la seva ubicació per districtes i titularitat del centre.

Quina ha estat la dimensió de la mostra?

S'ha treballat amb una mostra de 3.271 escolars que garanteix la representativitat estadística de la mateixa. Es pot afirmar que la mostra ha obtingut un nivell de confiança del 95%, amb un nivell de precisió del $\pm 1,7\%$.

Què significa que la mostra garanteix la representativitat estadística?

Que la mostra obtingui un nivell de confiança elevat, representa que els resultats són vàlids per al 95% de la població escolar de la ciutat de Barcelona. El nivell de precisió obtingut significa que els resultats poden variar en un 1,7% a l'alça o a la baixa respecte de la realitat.

Per a quin tipus de mostreig s'ha optat?

S'ha optat per realitzar un mostreig probabilístic, ja que totes les unitats de la població tenien la mateixa probabilitat de formar part de la mostra, i per quotes, degut a que es partia de distribucions o quotes conegudes de característiques de l'univers.

En quins paràmetres s'ha delimitat la mostra?

D'acord amb els estudis d'hàbits anteriors i l'adaptació als objectius i necessitats actuals, s'ha delimitat la mostra tenint en compte els paràmetres de sexe, curs escolar, titularitat del centre d'ensenyament i distribució geogràfica, que representen les variables independents de la recerca.

- **Sexe:** paràmetre diferenciador principal, sobretot per establir l'índex de pràctica i conèixer el tipus de pràctica esportiva que es realitza. S'observen els percentatges de la mostra comparats amb els de la base de dades d'escolars del Departament d'Educació.

Taula 1. Mostra distribuïda segons sexe

Sexe	Recompte	%	Nombre absolut d'escolars curs 2021-2022	% BBDD d'escolars del Departament d'Educació
Masculí	1.666	51,5%	79.318	58,1%
Femení	1.571	48,5%	57.177	41,9%
Total	3.237	100,0%	136.495	100,0%

Font: elaboració pròpia, 2022.

- **Curs escolar:** ús equivalent a l'edat, té una influència característica en el tipus de pràctica. Es poden observar els percentatges de la mostra comparats amb els de la base de dades d'escolars de la ciutat de Barcelona.

Taula 2. Mostra distribuïda segons cursos i etapes escolars

Curs	Recompte	%	Nombre absolut	% BBDD d'escolars de Barcelona
1r a 3r Prim.	922	28,2%	38.981	28,6%
4t a 6è Prim.	1.096	33,5%	40.337	29,6%
1r a 2n ESO	705	21,6%	28.749	21,1%
3r a 4t ESO	548	16,8%	28.428	20,8%
Total	3.271	100,0%	136.495	100%
Etapes				
Primària	2.018	61,7%	79.318	52,3%
Secundària	1.253	38,3%	57.177	47,7%
Total	3.271	100%	136.495	100%

Font: elaboració pròpia, 2022.

- **Titularitat del centre d'ensenyament:** com a paràmetre diferenciador a l'hora de practicar esport. La taula següent compara els percentatges de la mostra de la recerca amb els de la base de dades d'escolars de la ciutat de Barcelona.

Taula 3. Mostra distribuïda segons titularitat del centre

Titularitat	Recompte	%	Nombre absolut d'escolars curs 2021-2022	% BBDD d'escolars de la ciutat de Barcelona
Públic	1.539	47,0%	59.329	43,5%
Privat	1.732	53,0%	76.988	56,5%
Total	3.271	100%	136.317	100%

Font: elaboració pròpia, 2022.

- **Distribució geogràfica:** en funció de la zona d'escolarització i els equipaments esportius existents pròxims, es podria tendir a practicar un tipus d'esport o un altre. En la taula 4 es presenta la mostra distribuïda segons districte.

Taula 4. Mostra distribuïda segons districte

Districte	Recompte	%	Nombre absolut d'escolars curs 2021-2022	% BBDD d'escolars de la ciutat de Barcelona
Ciutat Vella	227	6,9%	5.619	4,2%
L'Eixample	450	13,8%	18.144	13,4%
Sants Montjuïc	228	7,0%	10.895	8,1%
Les Corts	263	8,0%	9.446	7,0%
Sarrià-Sant Gervasi	473	14,5%	21.255	15,7%
Gràcia	354	10,8%	9.222	6,8%
Horta-Guinardó	280	8,6%	14.697	10,9%
Nous Barris	263	8,0%	13.248	9,8%
Sant Andreu	413	12,6%	13.493	10,0%
Sant Martí	320	9,8%	19.100	14,1%
Total	3.271	100%	135.119	100%

Font: elaboració pròpia, 2022.

Finalment, es mostra la fitxa tècnica resum.

Taula 5. Fitxa tècnica de la investigació

Univers	Població escolar de 6 a 16 anys la ciutat de Barcelona, 135.119 escolars
Àmbit	Ciutat de Barcelona
Dimensió de la mostra	3.271 escolars
Error de la mostra	±1,7%, per al conjunt de la població
Nivell de confiança	95%, p=q=0,5
Procediment de mostreig	Mostreig probabilístic per quotes
Dates de treball de camp	Del 2 de maig al 21 de juny de 2022

Font: elaboració pròpia, 2022.

3.3 Administració del qüestionari

La forma d'administrar el qüestionari varia en funció de l'etapa escolar, diferint entre educació infantil i la resta d'etapes, però ambdós casos s'ha respòs de manera presencial i en format paper.

En el cas del cicle inicial, 1r i 2n de primària, en el que es poden trobar alguns nens i nenes que tinguin dificultats en la lectura, el qüestionari ha estat adaptat, suprimint algunes preguntes més complexes. No obstant, l'ajuda i suport del professorat i la persona enquestadora ha estat necessària per agilitzar el procediment. En algunes ocasions, s'ha organitzat els infants en petits grups on la persona referent feia la pregunta en veu alta i l'alumnat responia.

Des de 3r de primària fins a 4t de secundària, el qüestionari ha estat el mateix i s'ha caracteritzat per respondre's de forma individual. El procediment ha estat la distribució del qüestionari a l'alumnat, contestant-lo amb la figura de suport del professorat i/o persones enquestadores, que en cas de dubte podien donar explicacions i aclariments.

3.4 Tractament de dades

Les dades obtingudes a través d'una anàlisi primària dels resultats s'han extret de la investigació empírica basada en la recollida de dades mitjançant un qüestionari propi.

El tractament de dades s'ha realitzat amb el programa informàtic estadístic SPSS (*Statistical Package for Social Sciences v.25.0*). Ha permès una interpretació de dades general basada en el recompte bàsic per obtenir una distribució de freqüències i interpretació bivariàble, realitzant creuaments entre diferents variables.

04

La pràctica esportiva i el seu índex de pràctica

Quin és l'índex de pràctica esportiva escolar?

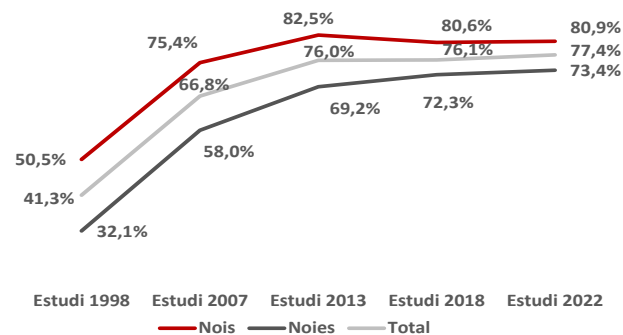
L'índex de pràctica és l'aspecte essencial del qüestionari d'hàbits esportius, que resulta de la pregunta 'Fas algun esport o activitat física fora de l'horari escolar durant el curs?'. Se'n deriva el nombre de persones en edat escolar que realitzen alguna pràctica esportiva setmanalment, ja sigui de forma periòdica o ocasional. Consegüentment, gairebé 8 de cada 10 infants i joves enquestats realitzen pràctica esportiva.



El **77,4%** dels escolars de Barcelona afirma realitzar pràctica esportiva de manera regular fora de l'horari lectiu, mentre que el 22,6% admet no practicar-ne. Consegüentment, l'índex de pràctica esportiva escolar ha augmentat de forma positiva en els darrers quatre anys un 1,3 percentils.

Es presenta el gràfic que mostra l'evolució de l'índex de pràctica esportiva des de 1998 fins l'actualitat, i la diferència entre sexes.

Gràfic 1. Evolució de l'índex de pràctica esportiva per sexes 1998-2022



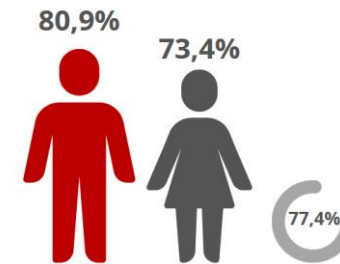
Font: elaboració pròpia, 2022.

En els darrers anys, les dades des del 2007 fins el 2022 mostren un creixement progressiu positiu de l'índex general.

Com varia l'índex de pràctica en funció de les variables independents?

- **Sexe:** En el cas de la diferenciació per gènere, hi ha canvis significatius entre nois i noies. L'índex de pràctica esportiva en nois s'ha mantingut en els anys d'entre 80,6% a 80,9%, en canvi, les noies han experimentat una evolució positiva fins a l'actualitat, arribant al valor més alt amb un percentatge del 73,4%.

Gràfic 2. Índex de pràctica esportiva per sexes



Font: elaboració pròpia, 2022.

Els valors percentuals segueixen sent més baixos en les noies respecte als nois. No obstant, l'índex de distanciament continua en tendència minvant, establint-se sensiblement inferior als estudis anteriors, tal i com es pot observar en la següent taula:

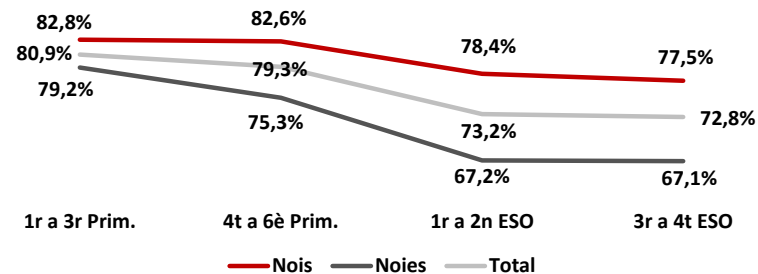
Taula 6. Índex de distanciament de la pràctica esportiva entre nois i noies

Any estudi	Diferència entre sexes
2013	13,3%
2018	8,3%
2022	7,5%

Font: elaboració pròpia, 2022.

- **Curs escolar:** l'índex de pràctica esportiva general es redueix a mesura que s'incrementa el curs, independentment del sexe, amb valors de 80,9% de 1r a 3r de primària i de 72,8% a 3r i 4t d'ESO. L'índex de distanciament més elevat el trobem en els joves en l'inici de l'etapa d'ensenyament secundari. Coincideix amb la tendència dels resultats dels anteriors estudis.

Gràfic 3. Índex de pràctica per curs escolar i sexe

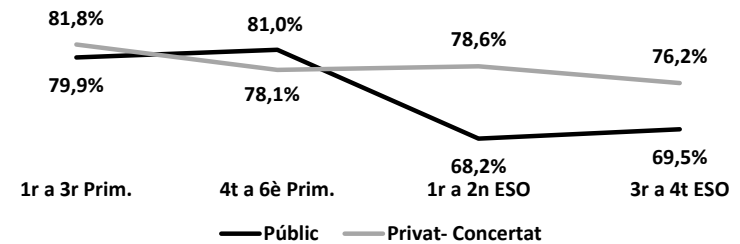


Font: elaboració pròpia, 2022

- **Titularitat del centre d'ensenyament:** l'índex de pràctica esportiva dels centres de titularitat privada-concertada és major que en els centres de titularitat pública, exceptuant en l'etapa de 4t a 6è de primària. D'altra banda, els valors de pràctica en les escoles de

titularitat privada-concertada disminueixen lleugerament a mesura que avancen d'etapa escolar mostrant un índex de pràctica esportiva estable en tota l'escolaritat, mentre que en els centres de titularitat pública l'índex de pràctica decreix de forma pronunciada, gairebé 10 punts percentuals, en el pas a la secundària.

Gràfic 4. Índex de pràctica segons titularitat del centre i curs escolar



Font: elaboració pròpia, 2022

- **Freqüència de pràctica:** la freqüència de pràctica esportiva ha augmentat en els nois i les noies que practiquen activitat física i esport més de 5 vegades per setmana respecte l'estudi de l'any 2018⁸ (de 19,8% a 22,4%). En canvi, també ha augmentat el nombre de nens i nenes que realitzen activitat física i esport 1 vegada a la setmana de 6,6% a 10,2%.

Taula 7. Vegades per setmana de pràctica esportiva

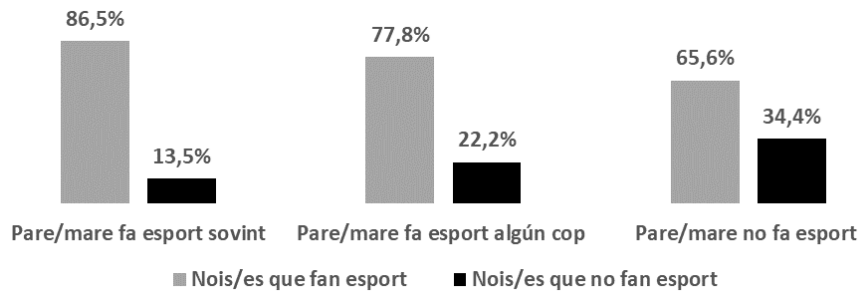
	Total
1 vegada	10,2%
2-3 vegades	34,6%
4-5 vegades	32,8%
Més de 5 vegades	22,4%

Font: elaboració pròpia, 2022

Es distingeix una correlació entre els percentatges en la freqüència de pràctica esportiva de la població escolar en comparació a la població adulta⁵.

- **Pràctica d'activitat física i esport dels familiars:** s'observa un impacte positiu per als nois i noies que tenen pares, mares o tutors/es que practiquen activitat física i esport amb regularitat. Així és que, si la família en practica sovint, el 86,4% dels fills i filles també en fan; i si el pare, mare, tutor/a en practica alguna vegada, el 77,8% de nois i noies en practica. En canvi, el percentatge és menor (65,6%) quan la família no fa activitat física i esport. No hi ha variació significativa d'aquests valors respecte l'estudi de 2018⁸.

Gràfic 5. Relació entre els nivells de pràctica esportiva dels pares o tutors i els escolars

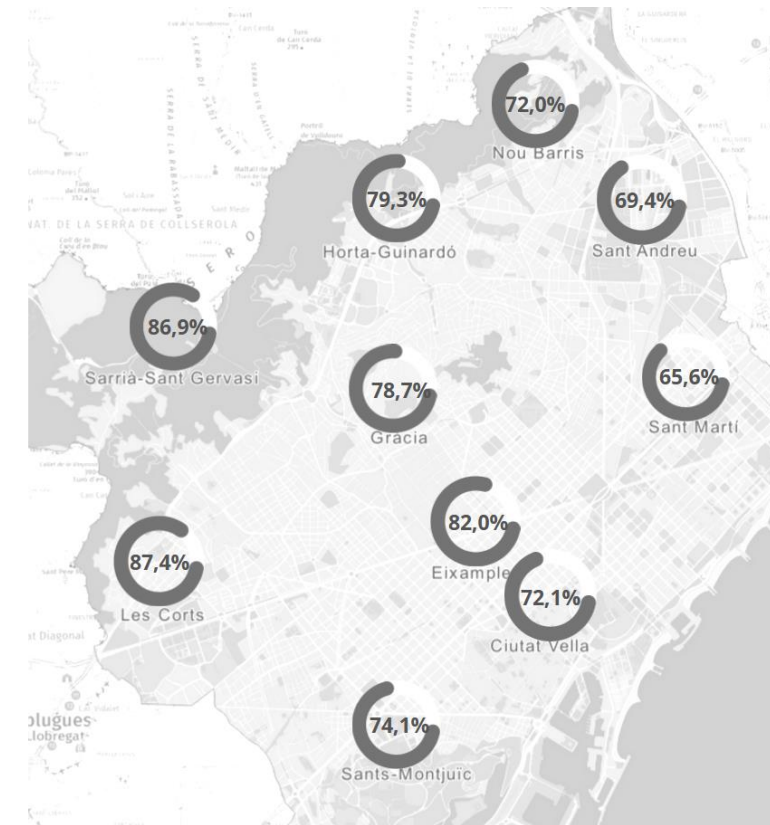


Font: elaboració pròpia, 2022

- **Situació geogràfica:** Les Corts i Sarrià-Sant Gervasi són els districtes barcelonins amb l'índex de pràctica més elevat. En l'altre extrem, els districtes de Sant Martí i de Sant Andreu són els dos que

compten amb un índex de pràctica inferior. Aprofundint en la situació geogràfica per sexe, tant en nois com en noies no hi ha diferència pel que fa als districtes amb l'índex de pràctica més elevat. En canvi, els districtes amb índex de pràctica menor, en nois són Sant Martí i Ciutat Vella, i en noies Sant Martí i Nou Barris.

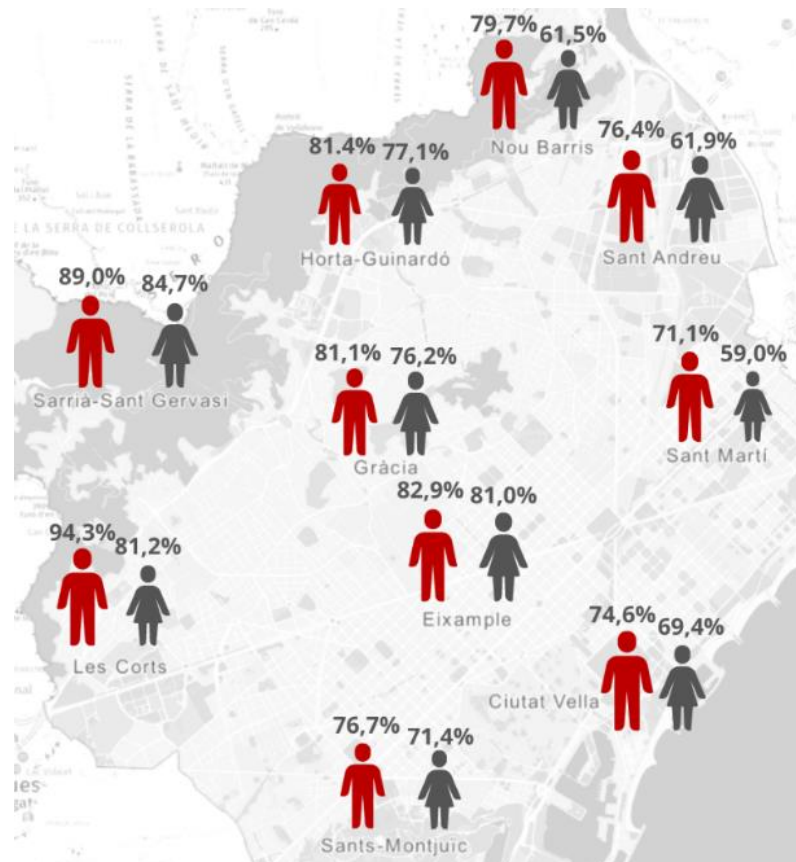
Gràfic 6. Pràctica esportiva per districtes i sexe (I)



Font: elaboració pròpia, 2022

Comparant aquestes dades amb l'estudi de 2018, hi ha diferències positives en els districtes de Ciutat Vella (+11,2%), Les Corts (+9,1%), Horta-Guinardó (+5,6%) i Nou Barris (+5%). En canvi, els districtes de Sant Martí (-7,6%) i de Sant Andreu (-4,7%), han vist disminuït l'índex de pràctica.

Gràfic 7. Pràctica esportiva per districtes i sexe (II)



Font: elaboració pròpia, 2022

D'acord a l'enquesta de Benestar Subjectiu de la Infància a Barcelona 2021⁹ no hi ha diferències mitjanes estadísticament significatives en la satisfacció amb la vida per districtes. A Gràcia, l'Eixample, Sant Andreu, Sarrià-Sant Gervasi, Sants-Montjuïc, Sant Martí i Les Corts es troben molt satisfets més del 56% d'infants i joves. Els 3 districtes on la satisfacció mitjana és més baixa són Nou Barris (55,8%), Horta-Guinardó (53,8%) i Ciutat Vella (51,7%).

En comparació amb els valors obtinguts en l'enquesta d'hàbits esportius de la població adulta de Barcelona 2017⁵, el districte amb major pràctica esportiva és el de Sarrià-Sant Gervasi, generalment vinculat amb un major nombre de familiars amb estudis universitaris i un nivell socioeconòmic més alt; i el menor índex de pràctica Horta-Guinardó.

Quin és l'índex de pràctica segons el lloc de naixement?

Les dades de les persones nascudes a Catalunya no varien respecte l'estudi de 2018⁸ i 2013⁷, arribant gairebé al 80% del total. El mateix cas succeeix en les persones nascudes fora d'Espanya, on no hi ha una variació significativa de l'índex de pràctica, que es troba entorn al 60% en les anteriors edicions. En canvi, hi ha una disminució d'un 20% en els nois i noies nascudes al territori espanyol, respecte les dades de 2018⁸.

Gràfic 8. Pràctica esportiva en funció del lloc de naixement



Font: elaboració pròpia, 2022.

D'acord al Breu de dades 2022⁴, el 16,7% de l'alumnat de Catalunya té nacionalitat estrangera, i és al segon cicle d'educació infantil on hi ha major proporció d'alumnes de nacionalitat estrangera.

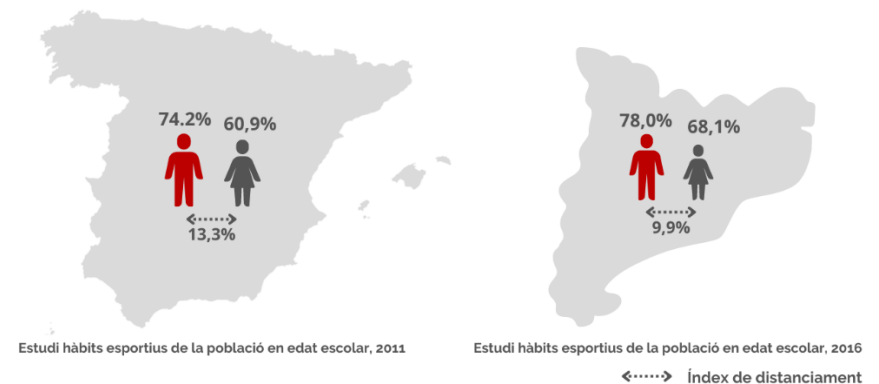
Com estan els i les barcelonines en edat escolar en relació a Catalunya i Espanya?

Tal i com s'ha pogut observar en les dades exposades al gràfic 1. Evolució de l'índex de pràctica per sexes 1988-2022 del present informe, l'índex de pràctica de la població escolar a Barcelona és d'un 77,4%, un 80,9% en nois i un 73,4% en noies. Però quin és l'índex de pràctica

esportiva al territori català i espanyol segons dades d'altres enquestes d'hàbits en la població escolar?

Segons dades de l'enquesta d'hàbits esportius en infants de Catalunya de l'any 2016², el nivell de pràctica esportiva era d'un 72,8%, més de 4 punts percentuals per sota de l'estudi actual. Pel que fa a la pràctica per sexes, els valors en nois es van establir en un 78,0% (-2,9% respecte l'actual) i les noies en un 68,1% (-5.3% respecte l'actual), amb un distanciament de 9,9 punts percentuals entre ambdós sexes.

Gràfic 9. Pràctica esportiva en edat escolar a Catalunya i a Espanya



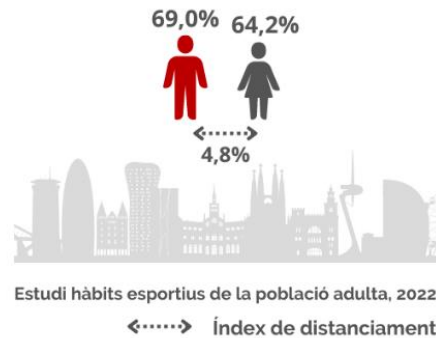
Font: elaboració pròpia, 2022

En la darrera enquesta d'hàbits esportius en infants a nivell estatal, que data del 2011³, el nivell de pràctica dels nois era del 74,2% (-6,7% respecte l'actual) i el de les noies el 60,9% (-12,5% respecte l'actual). En aquest cas, l'índex de distanciament és de 13,3 punts percentuals.

I en el cas de la població adulta?

A Barcelona, i mitjançant l'enquesta d'hàbits esportius d'adults del 2022⁵, l'índex de pràctica esportiva s'establia en un 66,4%, amb un 69,0% en els homes i en un 64,2% en les dones. A nivell general, l'índex de distanciament és de 4,8 punts percentuals.

Gràfic 10. Pràctica esportiva adulta a Barcelona



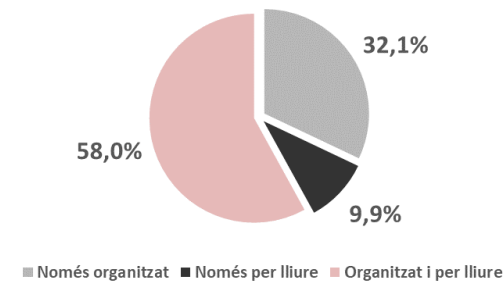
Font: elaboració pròpia, 2022.

A Catalunya, en l'enquesta del 2019¹, el 72,0% de la població adulta afirma practicar activitat física regularment durant l'any, resultant dades positives en l'augment de practicants, 16 punts en concret respecte 2013. Tanmateix, s'observa un augment en la pràctica esportiva de les dones, i de l'índex general en adults menors de 34 anys. Per altra banda, Espanya obté un índex de pràctica menor, corresponent al 53,0%, segons l'Eurobaròmetre publicat el setembre de 2022.

Quin és el tipus de pràctica esportiva predominant?

Del total de persones en edat escolar que practiquen activitat física i esport, 6 de cada 10 en fa tant de forma organitzada com per lliure, 3 de cada 10 només en practica de forma organitzada i 1 de cada 10 en per lliure.

Gràfic 11. Tipologia de pràctica esportiva



Font: elaboració pròpia, 2022.

En relació als percentatges d'esport organitzat, que el valor més alt (58,0%) correspongui a la combinació d'esport organitzat i lliure, posa en evidència que gran part de la població en edat escolar que realitza esport organitzat també en fa pel seu compte. Per tant, existeix un hàbit relacionat amb la pràctica esportiva.

4.1 La pràctica esportiva organitzada en l'actualitat

La pràctica esportiva organitzada és aquella pràctica regulada per una organització o entitat que gestiona, coordina i dinamitza una o més activitats esportives, de forma planificada i dirigida per una persona professional que delimita l'inici i el final d'aquesta.

4.1.1 L'índex de pràctica esportiva organitzada

En els darrers anys hi ha hagut un creixement en l'índex de pràctica esportiva organitzada. Per què hi ha hagut aquesta evolució?

D'una banda, l'augment de la pràctica esportiva era una tendència en creixement d'acord als estudis anteriors, sent la pràctica d'activitat física i esport un element clau àmpliament reconegut per a una bona qualitat de vida saludable promogut des de diferents àmbits de la societat.

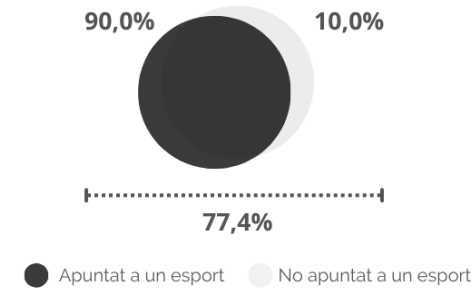
D'altra banda, la crisi sanitària de la COVID-19 va permetre que les famílies s'adonessin de la importància que tenia l'activitat física en el desenvolupament dels seus fills i filles. Tanmateix, en els darrers anys, l'índex d'obesitat també ha augmentat entre infants i joves, tal com mostra l'enquesta FRESC 2021¹¹. Addicionalment, l'alumnat de centres de barris de nivell socioeconòmic desfavorit presenta més sobrepès i obesitat, en ambdós sexes i a totes les edats.

La política esportiva local dels darrers anys ha apostat per fomentar l'accessibilitat a la pràctica esportiva a tota la població escolar, amb un augment progressiu dels ajuts a les famílies amb infants i adolescents amb una edat compresa entre els 6 i els 17 anys, ambdós sexes inclosos i que practiquin esport fora de l'horari escolar en entitats organitzadores homologades per l'Institut Barcelona Esports.

La combinació d'aquests factors i el bon paper i millora en la gestió del teixit associatiu esportiu ha contribuït a aquest augment en la pràctica esportiva organitzada.

Seguidament, dels infants i joves que realitzen activitat física, es presenta el percentatge dels que estan apuntats a un esport:

Gràfic 12. Població escolar activa apuntada a un esport



Font: elaboració pròpia, 2022.

Les dades anteriors mostren que el 90% de la població en edat escolar que realitza activitat física està apuntada a un esport. Per tant, la pràctica esportiva realitzada principalment és de caràcter organitzat. Així doncs, es remarca que en l'actualitat hi ha una major oferta variada d'activitats esportives organitzades, sobretot no convencionals, que en el passat eren disciplines practicades de forma no organitzada com l'skate, la calistènia, el crossfit, el triatló o el ciclisme, entre d'altres, que progressivament s'han anat organitzant en escoles esportives per a infants en edat escolar.

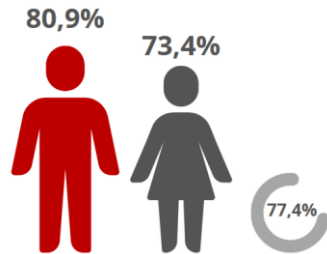
Per últim, s'ha treballat en els darrers anys en tot el sector esportiu, el foment de la pràctica femenina i inclusiva obtenint progressivament bons resultats en activitats esportives tradicionalment associades al sexe masculí com el cas del futbol.

Pràctica esportiva organitzada: com varia l'índex en funció de les variables independents?

- **Sexe:** el nivell de pràctica dels nois és superior al de les noies, com així ho mostra l'índex de distanciament de 7,5 punts percentuals.

De totes maneres, la diferència és menor respecte els estudis anteriors.

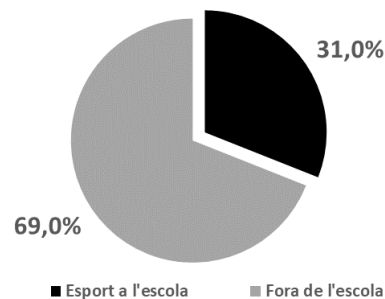
Gràfic 13. Índex de pràctica organitzada per sexe



Font: elaboració pròpia, 2022.

- **Lloc de pràctica organitzada:** el 69,0% no utilitza les instal·lacions esportives escolars per a practicar activitats esportives organitzades, sinó que aquestes es desenvolupen en instal·lacions esportives municipals, instal·lacions privades o a l'aire lliure.

Gràfic 14. Lloc de pràctica esportiva organitzada

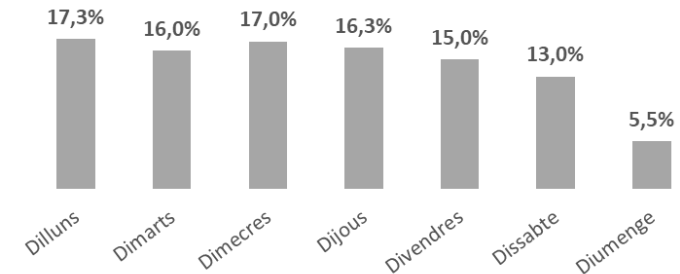


Font: elaboració pròpia, 2022.

- **Freqüència de pràctica organitzada:** els dies de pràctica esportiva es reparteixen de forma similar de dilluns a dijous (de 16,0% a

17,3%), amb un descens progressiu el divendres (15,0%) i el dissabte (13,0%); mentre que diumenge el percentatge de pràctica disminueix considerablement (5,5%).

Gràfic 15. Freqüència de pràctica esportiva organitzada



Font: elaboració pròpia, 2022.

4.1.2 Motius de pràctica

Hi ha diferents motivacions per a que les persones en edat escolar practiquin activitat física i esport. En primer lloc, en destaquen els motius d'afiliació amb un 51,9%, en els que s'inclouen motius relacionats amb l'amistat i amb el paper de les famílies.

Amb un percentatge clarament inferior als motius d'afiliació, altres motivacions escollides són per qüestions de salut (18,8%), ja sigui per estar en forma i/o per motius mèdics; i motius associats a la pràctica esportiva (18,6%), que tenen relació amb l'interès per la competició, partits i per aprendre noves disciplines esportives. Per últim, apareixen els motius d'aprovació social i demostració de capacitat (9,6%), en els quals s'inclou l'objectiu de ser esportista professional, el fet que un esport estigui de moda i per mantenir la línia.

Taula 8. Motius de pràctica esportiva classificat per dimensions

Dimensió	Motius de pràctica	%
Motius d'afiliació	Perquè m'agrada aquesta activitat	51,9%
	Perquè ho fan els amics	
	Perquè els meus pares m'hi han apuntat	
	Per fer nous amics	
Motius de salut	Perquè m'ho ha dit el metge	18,8%
	Per estar en forma	
	Perquè em sento més àgil i ràpid/a	
Motius associats a la pràctica esportiva	Perquè m'agrada competir i fer partits	18,6%
	Perquè aprenc nous esports	
Motius d'aprovació social i demostració de capacitat	Perquè està de moda	9,6%
	Per mantenir la línia	
	Perquè vull ser esportista professional	

Font: elaboració pròpia, 2022.

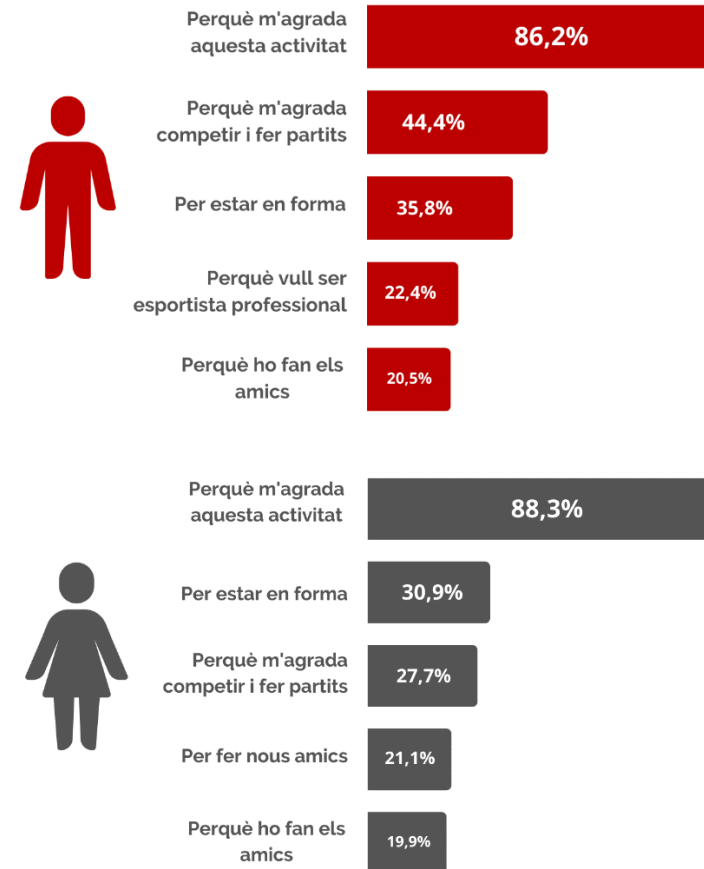
En relació als motius esmentats en l'enquesta del benestar subjectiu 2022⁹, les activitats extraescolars esportives són les més decidides conjuntament amb la família i/o altres agents. El 61,9% dels infants i joves pensa que ha decidit totalment fer o continuar fent l'activitat).

Com varien els motius de pràctica en funció del sexe?

- **Sexe:** els motius de pràctica esportiva varien en funció del sexe. Si bé és cert que en primera posició, tant en nois com en noies i de forma clara (86,2% i 88,3%), el motiu és 'Perquè m'agrada aquesta activitat'; en nois en segona posició es troba 'Perquè m'agrada competir i fer partits' (44,4%) mentre que les noies han destacat 'Per estar en forma' (30,0%).

Seguidament es mostren els 5 motius principals per sexe:

Gràfic 16. Motius de pràctica esportiva per sexes

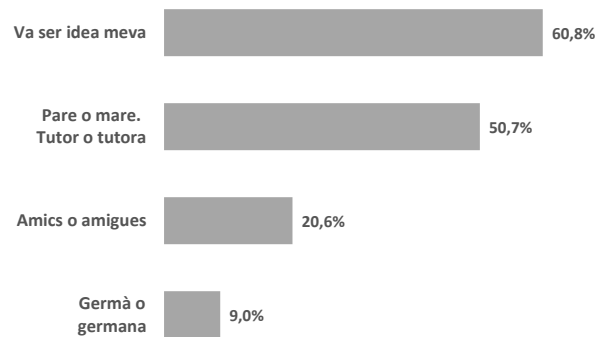


Font: elaboració pròpia, 2022.

És interessant destacar la vessant social predominant en les noies amb motius com 'Per fer nous amics' per damunt dels nois, que destaquen 'Perquè vull ser esportista professional'.

Quines persones motiven als infants i joves a començar a realitzar pràctica esportiva?

Gràfic 17. Persona o persones que van animar a la pràctica



Font: elaboració pròpia, 2022.

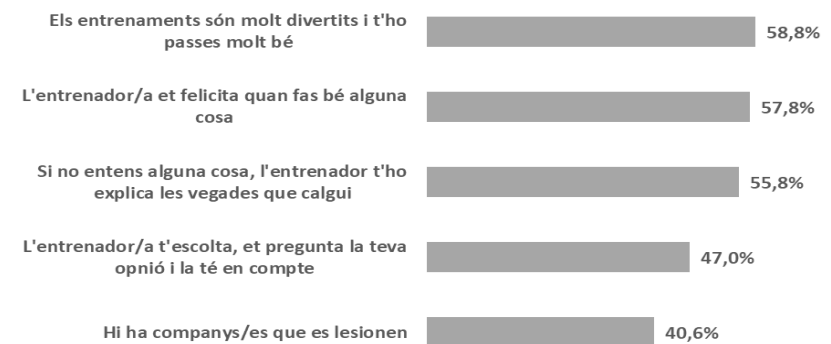
Principalment, els propis infants i joves tenen la voluntat d'iniciar-se en una pràctica esportiva (60,8%). Tot i així, una bona part d'aquests estan influenciats pels familiars (50,7%), i en menor mesura per amics o amigues (20,6%). Es troben persones influents com els germans o germanes (9,0%) i els avis o àvies (4,2%) però també apunten altres persones influents com són els entrenadors i entrenadores, així com esportistes referents que surten als mitjans de comunicació.

Comparant aquestes dades amb l'edició de l'estudi del 2018⁸, s'observa que els pares, mares, tutors/es han influït menys en la motivació per a la pràctica esportiva (45,3% respecte un 33,6% en l'actualitat).

Generalment, quines situacions es produeixen durant els entrenaments?

En el present gràfic, s'observen les 5 situacions més usuals que infants i joves experimenten durant els entrenaments.

Gràfic 18. Situacions que es produeixen durant els entrenaments

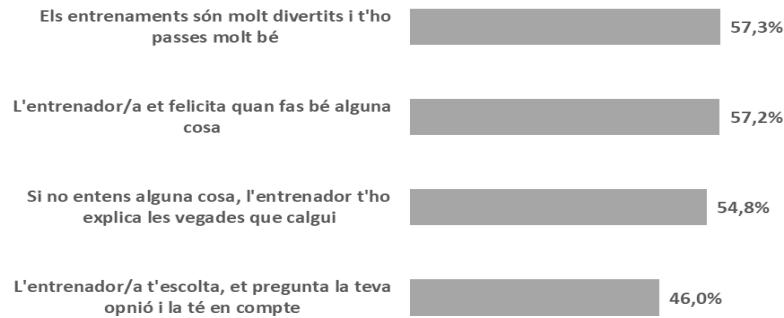


Font: elaboració pròpia, 2022.

En general, les situacions que predominen en els entrenaments segons l'alumnat que ha participat en l'estudi són positives, com és el cas de 'Els entrenaments són molt divertits i t'ho passes molt bé' (58,8%), 'L'entrenador/a et felicita quan fas bé alguna cosa' (57,8%), 'Si no entens alguna cosa, l'entrenador/a t'ho explica les vegades que calgui' (55,8%) i 'L'entrenador/a t'escolta, et pregunta la teva opinió i la té en compte' (47,0%). En canvi, també en destaquen aspectes negatius com que 'Hi ha companys/es que es lesionen' (40,6%) i que 'L'entrenador/a crida molt durant l'entrenament' (21,2%).

Quins són els valors i actituds que s'associen a la pràctica esportiva?

Gràfic 19. Què agrada de la pràctica esportiva



Font: elaboració pròpia, 2022.

Els 4 aspectes que més agraden a l'hora de practicar esport és la diversió que obtenen durant els entrenaments (57,3%), les felicitacions que reben de l'entrenador/a (57,2%), la paciència de l'entrenador/a en les explicacions (54,8%) i el diàleg entre practicant i l'entrenador/a (46,0%). En canvi, es valoren en menor mesura aspectes negatius de l'esport com els crits de l'entrenador/a en els entrenaments (12,0%), les lesions de companys/es (9,7%) i la poca participació en els entrenaments (4,8%), entre d'altres.

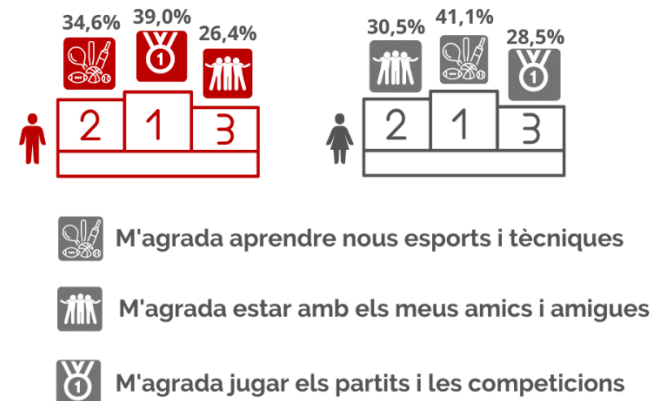
Quines són les coses que consideren més importants de la pràctica esportiva?

En les següents infografies es troben detallats els aspectes més destacats segons l'alumnat que realitza pràctica esportiva, classificats en el pòdium per sexes. Els resultats es mostren en quatre grups diferenciats:

1. M'agrada l'activitat física i l'esport perquè...

2. El més important és...
3. Faig esport per...
4. M'agraden els entrenaments perquè...

Gràfic 20. Grup 1 | Què considero que és més important de la pràctica esportiva

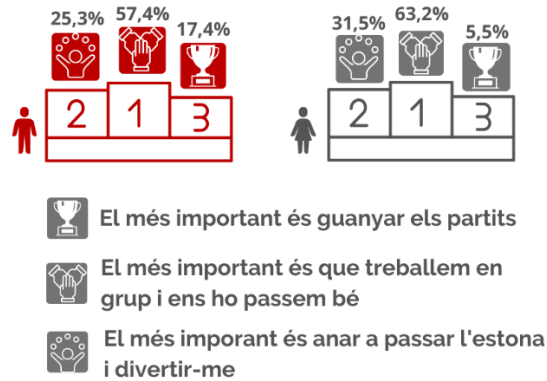


Font: elaboració pròpia, 2022.

Del grup 1, en el rànquing general, els infants i joves consideren que el més important de la pràctica esportiva és aprendre nous esports i tècniques (37,3% general), tot i que difereix en l'anàlisi entre nois i noies (34,5% i 41,1% respectivament).

Així doncs, 'M'agrada jugar els partits i les competicions' és el primer aspecte destacat en nois (39,0%) però no en les noies. També varia el segon aspecte del pòdium on les noies prefereixen estar amb els amics i amigues (30,5%) i en canvi, en els nois es troba en tercera posició (26,4%). Dels resultats anteriors, cal destacar la vessant més competitiva dels nois i la vessant més social de les noies.

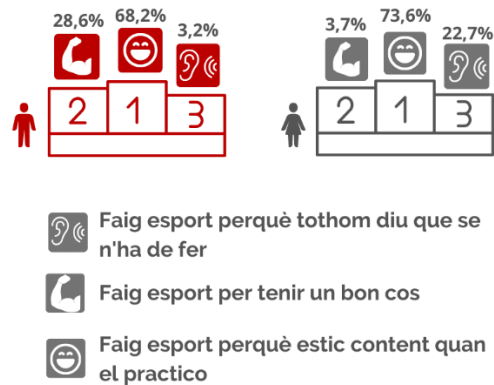
Gràfic 21. Grup 2 | Què considero que és més important de la pràctica esportiva



Font: elaboració pròpia, 2022.

Del grup 2 l'aspecte més important per l'alumnat és treballar en grup i passar-s'ho bé (57,4% en nois i 63,2% en noies). La resta de categories coincideixen en sexes.

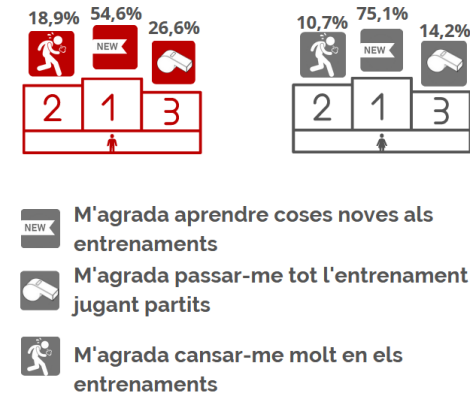
Gràfic 22. Grup 3 | Què considero que és més important de la pràctica esportiva



Font: elaboració pròpia, 2022.

Del grup 3 és estar content a l'hora de practicar esport (68,2% en nois i 73,6% en noies). Al igual que al grup 2, coincideixen els altres aspectes per sexes.

Gràfic 23. Grup 4 | Què considero que és més important de la pràctica esportiva



Font: elaboració pròpia, 2022.

Del grup 4 és aprendre coses noves als entrenaments (54,6% en nois i 75,1% en noies) i al igual que en els dos grups anteriors, els altres aspectes coincideixen entre sexes.

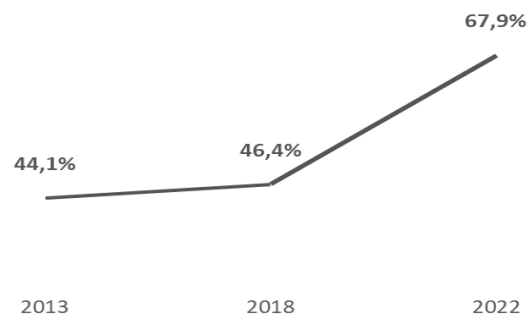
4.2 La pràctica esportiva no organitzada en l'actualitat

La pràctica esportiva no organitzada és la que la persona realitza de forma autònoma, sense estar subjecte a la supervisió d'un monitor o monitora que s'encarregui de conduir o dinamitzar l'activitat.

4.2.1 Índex de pràctica no organitzada

La crisi sanitària de la COVID-19 viscuda en els anys 2020 i 2021, amb confinaments i tancaments totals i parcials d'instal·lacions esportives va provocar que els nois i noies en edat escolar realitzessin més activitat física de forma no organitzada, sent una pràctica que ha continuat enguany. Aquest fet es pot corroborar en el següent gràfic, en el que s'aprecia un creixement de l'índex de pràctica no organitzada en més d'un 20% respecte l'estudi del 2018⁸.

Gràfic 24. Evolució de l'índex de pràctica no organitzada

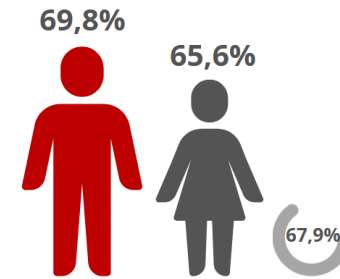


Font: elaboració pròpia, 2022.

Pràctica esportiva no organitzada: com varia l'índex en funció de les variables independents?

- **Sexe:** els nois practiquen, de forma lleugerament superior, més activitat física i esport de forma no organitzada que les noies, amb un distanciament de 4,2%. Es tracta de gairebé el mateix distanciament que en l'estudi del 2018⁸, que va ser de 5,1%. Aquest fet posa en relleu que l'índex de pràctica esportiva no organitzada ha augmentat de la mateixa manera en nois i noies.

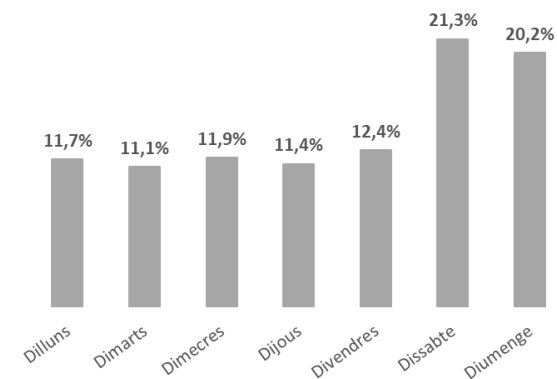
Gràfic 25. Índex de pràctica no organitzada per sexe



Font: elaboració pròpia, 2022.

- **Freqüència de pràctica esportiva no organitzada:** al contrari que en la pràctica esportiva organitzada en el que la freqüència de pràctica tenia lloc, de forma majoritària, de dilluns a divendres; en la pràctica esportiva no organitzada hi ha una predominança del dissabte (21,3%) i diumenge (20,2%) respecte els altres dies (entre 11,1% i 12,4%). La freqüència de pràctica esportiva no organitzada és molt similar a l'estudi del 2018⁸.

Gràfic 26. Freqüència de pràctica esportiva no organitzada



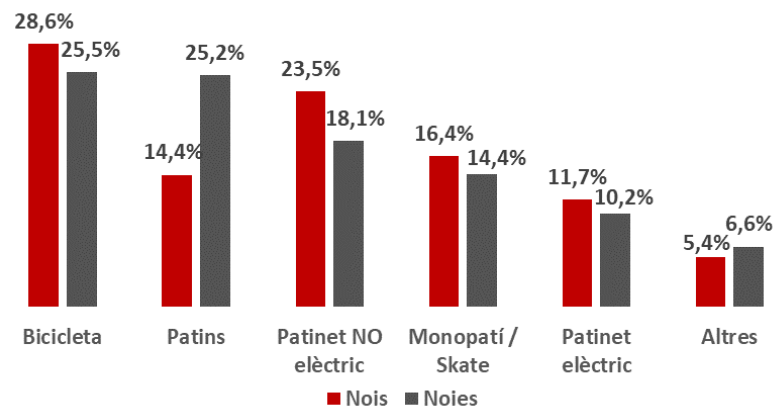
Font: elaboració pròpia, 2022.

4.2.2 Activitat física alternativa

L'activitat física alternativa correspon a la pràctica esportiva realitzada en períodes no lectius. Són totes aquelles activitats ocasionals així com la seva anàlisi, que inclou aspectes relacionats amb l'activitat física i l'esport, els mitjans de transport utilitzats per a desplaçar-se fins als espais de pràctica o com les activitats durant l'hora del pati.

Així doncs, generalment, quins mitjans de transport, excepte transport motor, són els més utilitzats per desplaçar-se als espais de pràctica esportiva?

Gràfic 27. Ús de mitjans de transport per sexe



Font: elaboració pròpia, 2022.

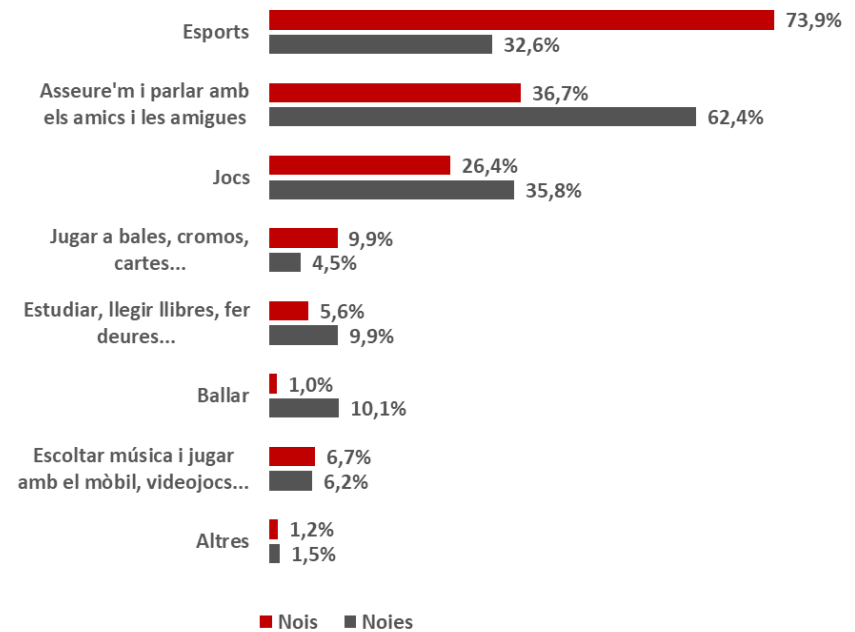
La bicicleta és el mitjà de transport preferit d'infants i joves per desplaçar-se, tant en nois (28,6%) com en noies (25,5%). En canvi, hi ha diferències en el segon mitjà de transport escollit, que en nois és el patinet no elèctric amb un 23,5% i en noies els patins amb un 25,2%.

Respecte l'estudi del 2018⁸, cal destacar la incorporació de la variable 'Patinet elèctric', que ha suposat una innovació en els mitjans de transport per a infants i joves en els darrers anys. No obstant, es destaca el baix percentatge de nois i noies que diuen fer-lo servir.

En l'enquesta FRESC 2021¹¹, mostra que els mitjans de transport actius (a peu o en bicicleta) són els més usats per anar al centre escolar, amb un percentatge general aproximat al 60%.

Quines són les activitats que s'acostumen a fer més sovint durant l'hora del pati?

Gràfic 28. Activitats més realitzades durant l'hora del pati per sexe



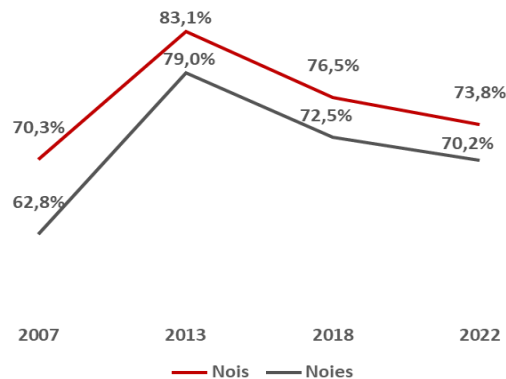
Font: elaboració pròpia, 2022.

Hi ha diferències significatives en les activitats que nois i noies realitzen a l'hora del pati. Si bé en nois predomina la pràctica esportiva (73,9%) per damunt de parlar amb els amics i les amigues (36,7%) i els jocs (26,4%); en les noies l'activitat de parlar amb els amics i les amigues (62,4%) i els jocs (35,8%) es troben per damunt de la pràctica esportiva (32,6%). Aquests resultats són molt semblants als obtinguts a l'estudi del 2018⁸.

I durant les vacances es realitza activitat física?

En el present gràfic, s'observa la progressió de la pràctica d'activitat física i esport durant les vacances (Nadal, Setmana Santa i estiu) segons sexe.

Gràfic 29. Evolució de l'esport o activitat física esportiva durant les vacances per sexe



Font: elaboració pròpia, 2022.

Els períodes no lectius per als nois i les noies en edat escolar representen una oportunitat per a realitzar una major pràctica esportiva que en períodes lectius, degut a una major disponibilitat de temps lliure.

Tot i això, en els darrers anys s'observa una disminució en l'evolució de la pràctica esportiva en les vacances, des de l'any 2013 i tant en nois (de 83,1% a 73,8%) com en noies (de 79,0% a 70,2%).

Vacances: quins esports es practiquen?

Gràfic 30. Tipus d'esport realitzat durant les vacances per sexe



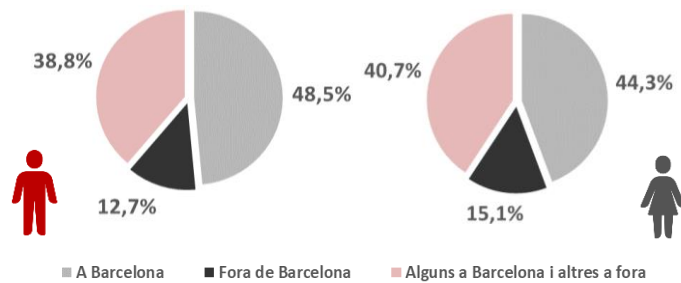
Font: elaboració pròpia, 2022.

Pel que fa a la tipologia de pràctica esportiva realitzada durant les vacances, en ambdós sexes hi ha una predominança de fer el mateix esport que durant els períodes lectius (32,2% en nois i 21,5% en noies). En canvi, els nois prefereixen practicar altres esports d'equip (16,6%) i esports de muntanya (13,3%); mentre que les noies realitzen esports de muntanya (14,3%), esports de neu (11,3%), sortides en bicicletes (11,3%) i esports aquàtics (11,0%). Així doncs, es detecta una major variabilitat en la pràctica esportiva de les noies respecte els nois en períodes de vacances.

Vacances: on es practica activitat física i esport?

D'altra banda, seguint amb el lloc de pràctica esportiva durant les vacances per sexe, no hi ha diferències significatives entre nois i noies tal com mostra el gràfic pròxim.

Gràfic 31. Lloc de pràctica de l'esport o activitat física esportiva durant les vacances per sexe



Font: elaboració pròpia, 2022.

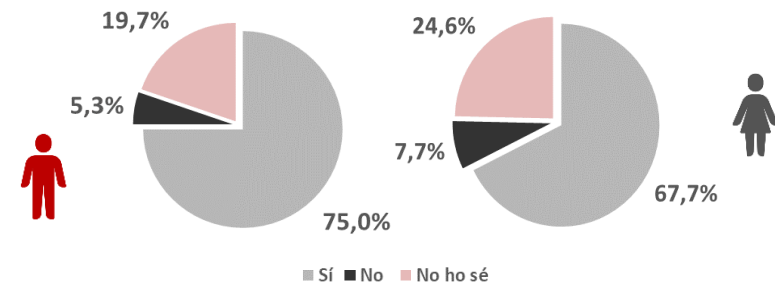
En ambdós sexes gairebé la meitat de nois (48,5%) i noies (44,3%) practiquen activitat física i esport a Barcelona, seguit d'alguns dies a Barcelona i altres a fora (38,8% en nois i 40,7% en noies). Per últim, el percentatge de nois i noies que practiquen esport a les vacances fora de

Barcelona és baix (12,7% en nois i 15,1% en noies). Els valors analitzats són pràcticament idèntics als estudis anteriors.

Vacances: es volen practicar nous esports?

Relacionat amb la pràctica esportiva durant les vacances, la voluntat de pràctica dels esports i disciplines mencionades en el gràfic 30. Tipus d'esport realitzat durant les vacances per sexe, és de fer activitat física en un 75,0% en nois i 67,7% en noies.

Gràfic 32. Voluntat de pràctica dels esports realitzats durant les vacances per sexe



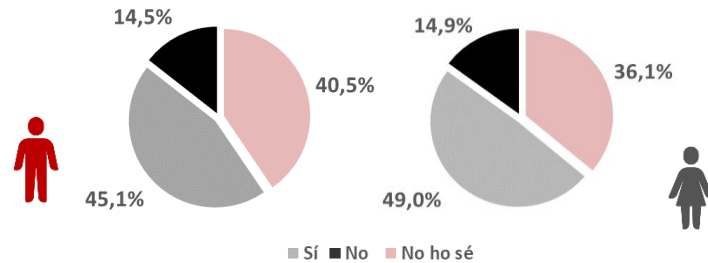
Font: elaboració pròpia, 2022.

Així doncs, alguns infants i joves tenen dubtes un 19,7% dels nois i un 24,6% de les noies; i no tenen voluntat de practicar activitat física i esport un 5,3% de nois i un 7,7% de noies.

Els infants i joves realitzen activitats físiques ocasionals?

L'activitat física ocasional són totes aquelles diades, competicions, jornades esportives, curses, bicicletades i caminades organitzades a través de l'administració pública, teixit associatiu o altres agents tant esportius com socials. S'analitza en el següent gràfic:

Gràfic 33. Activitats esportives ocasional



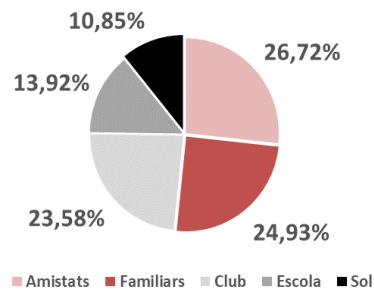
Font: elaboració pròpia, 2022.

Pràcticament la meitat d'infants i joves (45,1% en nois i 49,0% en noies) no saben o no participen en activitats físiques ocasionals. En canvi, el 40,5% dels nois i el 36,1% de les noies sí que en realitzen.

Activitats físiques ocasionals: amb quines persones les realitzen?

Els nois i noies realitzen pràctica esportiva ocasional amb amics i amigues en un 26,7%, amb familiars en un 24,9% i amb clubs en un 23,6%. En menor mesura, també practiquen activitat física i esport amb l'escola (13,9%) i de forma individual (10,8%).

Gràfic 34. Persones amb les que es realitza la pràctica esportiva ocasional

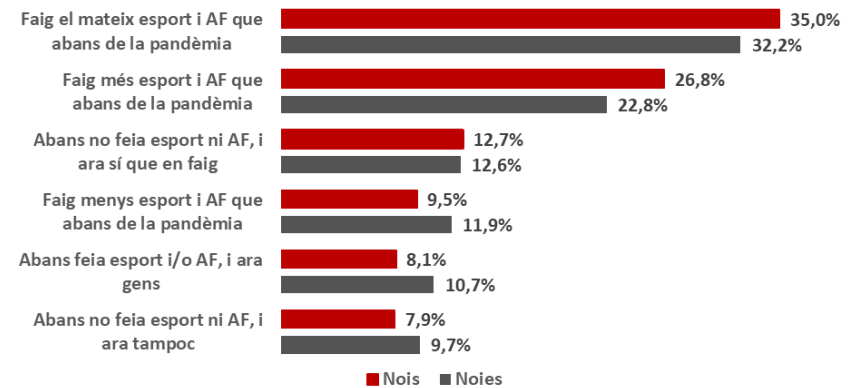


Font: elaboració pròpia, 2022.

4.3 Incidència de la COVID-19 a la pràctica esportiva en edat escolar

Quina ha sigut l'afectació real de la COVID-19 a la pràctica esportiva en edat escolar a Barcelona? Quin impacte ha tingut? Ha provocat que més infants i joves practiquin activitat física i esport? O ha creat l'efecte contrari?

Gràfic 35. Afectació de la pandèmia en la pràctica d'esport i activitat física



Font: elaboració pròpia, 2022.

Com es pot observar en el gràfic, un 35,0% de nois i un 32,2% de noies practica la mateixa activitat física i esport que abans de la pandèmia. Encara més positives són les dades que mostren com el 26,8% de nois i el 22,8% de noies realitzen més activitat física i esport que abans de la pandèmia, i finalment el 12,7% de nois i el 12,6% de noies que no en practicaven s'han iniciat en l'activitat.

En canvi, un 8,1% de nois i un 10,7% de noies abans feia esport i ara no en fa, i un 7,9% de nois i un 9,7% de noies segueix sense fer esport.

05

Les modalitats de pràctica esportiva

5.1 Les modalitats de la pràctica esportiva organitzada

Quines són les disciplines esportives més practicades de forma organitzada?

Les cinc principals modalitats de la pràctica esportiva organitzada amb més participació en edat escolar a Barcelona són futbol i futbol sala (30,6%), natació (14,4%), bàsquet (13,7%), esports de lluita (12,0%) i dansa (10,6%).

Taula 9. Tipologia d'esports de pràctica esportiva organitzada

Pràctica organitzada	
Futbol i futbol sala	30,6%
Natació	14,4%
Bàsquet	13,7%
Esports de lluita	12,0%
Dansa	10,6%

Font: elaboració pròpia, 2022.

Comparant aquestes dades amb les de l'estudi del 2018⁸, les cinc principals modalitats són les mateixes amb diferències en l'ordre. El futbol i el futbol sala continuen sent les predominants però amb una disminució percentual (31,4% respecte 30,6% en l'actualitat). En canvi, la dansa ha sofert una forta disminució, passant de segona a cinquena posició (17,0% respecte 10,6% en l'actualitat). D'altra banda, la natació ha passat de la quarta a la segona posició amb un augment percentual de 2,3% i els esports de lluita han augmentat un 2,0%. Pel que fa al bàsquet, aquesta disciplina ha tingut un descens d'un 2,3%.

En comparativa amb la població adulta 2017⁵, són els més joves, dels 17 als 34 els que practiquen esports d'equip (futbol, futbol sala i voleibol).

A partir dels 24 anys, la pràctica esportiva organitzada d'esports col·lectius disminueix considerablement.

Pràctica esportiva organitzada: hi ha diferències entre sexes?

Pel que fa a l'evolució de la tipologia d'esports per sexe, no hi ha variacions pel que fa a les cinc que predominen en nois respecte l'estudi del 2018⁸, mentre que en noies la natació supera al bàsquet i se situa en la segona disciplina més practicada de forma organitzada.

Taula 10. Evolució de la tipologia d'esports de pràctica esportiva organitzada 2018-2022¹

2018		2022	
Nois	Noies	Nois	Noies
Futbol i futbol sala	Dansa	Futbol i futbol sala	Dansa
Bàsquet	Bàsquet	Bàsquet	Natació
Esports de lluita	Natació	Esports de lluita	Bàsquet
Natació	Patinatge	Natació	Patinatge
Tennis	Voleibol	Tennis	Voleibol
Hoquei (herba, patins, gel)	Esports de lluita	Voleibol	Esports de lluita
Pàdel	Gimnàstica rítmica	Pàdel	Futbol
Dances	Futbol i futbol sala	Iniciació esportiva	Gimnàstica rítmica
Volei	Gimnàstica artística	Patinatge	Tennis
Atletisme	Tennis	Atletisme	Gimnàstica artística
Fitness	Hípica	Dansa	Equitació
Rugby	Atletisme	Fitness (calistenia, crossfit)	Atletisme
Waterpolo	Pàdel	Handbol	Pàdel
Gimnàstica artística	Fitness	Hoquei (herba, patins, gel)	Iniciació esportiva
Handbol	Esports de neu	Skate	Esports de neu

Font: elaboració pròpia, 2022.

¹ Es poden observar els percentatges en detall dels cinc esports més practicats en el gràfic 36. modalitats esportives més practicades.

A quina edat inicien la pràctica esportiva els infants i joves?

Taula 11. Inici pràctica esportiva per cursos

Edat	1r a 3r Prim.	4t a 6è Prim.	1r a 2n ESO	3r a 4t ESO
1 any	0,0%	0,1%	0,2%	0,0%
2 anys	1,8%	1,8%	1,2%	0,3%
3 anys	14,9%	11,7%	10,9%	7,5%
4 anys	15,1%	12,6%	10,3%	9,0%
5 anys	19,0%	15,2%	15,7%	11,6%
de 6 a 10 anys	49,2%	54,0%	45,7%	38,5%
més de 10 anys	0,0%	4,4%	15,7%	33,1%

Font: elaboració pròpia, 2022.

Pel que fa a l'inici de la pràctica esportiva organitzada, en els diferents cursos escolars s'inicia la pràctica esportiva entre els 6 i els 10 anys (49,2% de 1r a 3r de primària, 54,0% de 4t a 6è de primària, 45,7% de 1r a 2n d'ESO i 38,5% de 3r a 4t d'ESO). Tanmateix, es pot observar que a l'etapa de secundària hi ha un augment percentual en l'inici de la pràctica esportiva en més de 10 anys, especialment en l'alumnat de 3r a 4t d'ESO (33,1%).

5.2 Les modalitats de la pràctica esportiva per lliure

Quines són les disciplines esportives més practicades de forma no organitzada?

En el cas de les modalitats de pràctica esportiva per lliure, les cinc principals en edat escolar a Barcelona són caminar (20,6%), bicicleta (18,2%), córrer (12,9%), patinar (10,5%) i el futbol (8,9%).

Aquestes cinc modalitats esportives predominants són les mateixes que en l'estudi de 2018⁸, tot i que ha variat l'ordre, ja que caminar ha passat

de la quarta posició a la primera i futbol de la primera a la cinquena. A nivell percentual les cinc modalitats han vist reduït el seu percentatge de pràctica, degut a la diversificació de la pràctica esportiva per lliure i per l'aparició de noves disciplines.

Taula 12. Evolució de la tipologia d'esports de pràctica esportiva per lliure

Pràctica per lliure	
Caminar	20,6%
Bicicleta	18,2%
Córrer	12,9%
Patinar	10,5%
Futbol	8,9%

Font: elaboració pròpia, 2022.

Pràctica esportiva no organitzada: hi ha diferències entre sexes?

En canvi, s'observen diferències en les cinc modalitats esportives de pràctica lliure segons el sexe. Així doncs, en nois es practica més el joc lliure que patinar. En canvi, en noies predomina la natació per damunt del futbol i el joc lliure. Es poden observar els percentatges en detall en el gràfic 36. Modalitats esportives més practicades.

Taula 13. Tipologia d'esports de pràctica esportiva per lliure

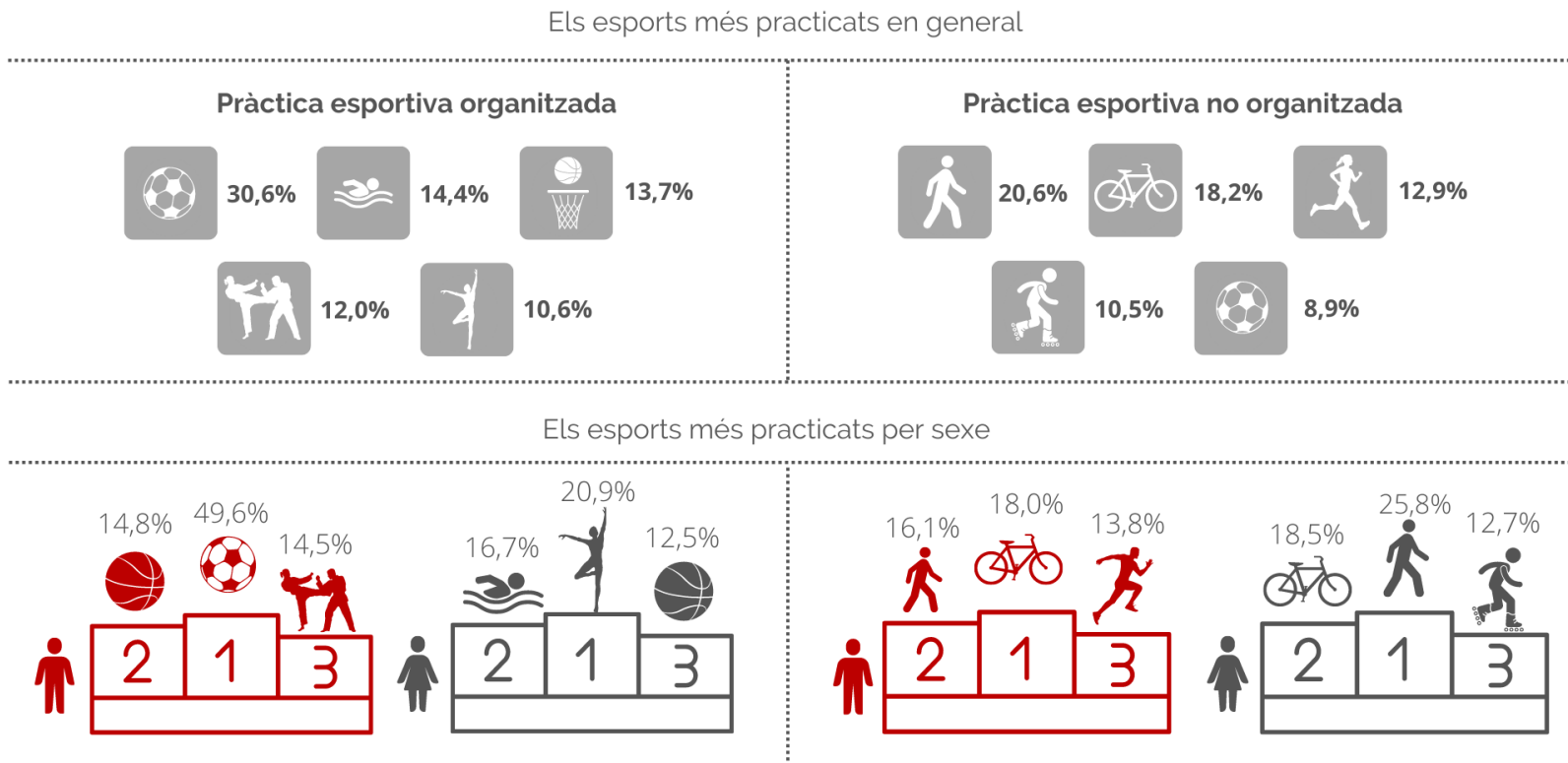
Nois	Noies
Bicicleta	Caminar
Caminar	Bicicleta
Córrer	Patinar
Futbol	Córrer
Joc lliure	Natació

Font: elaboració pròpia, 2022.

Així doncs, quines són les modalitats més practicades?

En resum, i després d’haver analitzat les modalitats de pràctica esportiva organitzada i lliure de forma separada, s’exposen les modalitats més practicades de forma visual en el pròxim gràfic.

Gràfic 36. Modalitats esportives més practicades. Organitzades i lliures.



Font: elaboració pròpia, 2022.

06

La pràctica esportiva de competició

6.1 L'índex de pràctica esportiva de competició

La competició ha estat lligada a l'activitat física i l'esport al llarg dels anys. En alguns casos, la competició pot crear barreres d'entrada a la pràctica esportiva però en d'altres ocasions, l'atractiu de la pròpia competició augmenta l'adhesió a determinades disciplines esportives, tal com es mostra anteriorment en el gràfic 20, on amb un 39% de les respostes, els nois refereixen que el que més els agrada practicar esports és per jugar i competir. Així doncs, quina ha estat la seva evolució en els darrers anys?

Taula 14. Evolució índex de pràctica esportiva de competició per sexes

Competició	2013	2018	2022
Nois	76,8%	82,4%	88,8%
Noies	45,9%	59,8%	67,0%

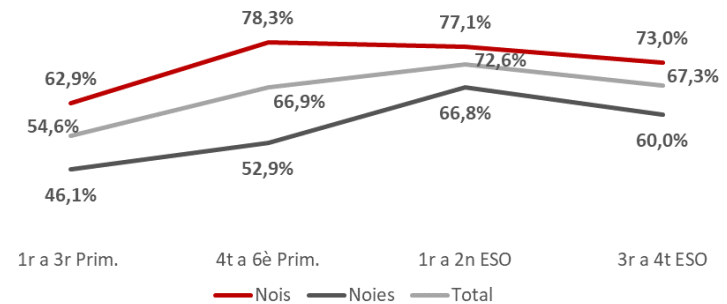
Font: elaboració pròpia, 2022.

Com indica la següent taula, l'evolució de la pràctica esportiva de competició s'ha incrementat de forma evident en nois i noies respecte els estudis anteriors, datats en 2013⁷ i 2018⁸. En nois, hi ha hagut un increment de 12,0 punts percentuals mentre que en noies l'augment ha estat major, amb 21,1 punts percentuals.

Pel que fa a la pràctica esportiva de competició en funció del curs i el gènere respecte els infants i joves que fan activitat física i esport, s'observa que existeix un important augment de la pràctica en les etapes de 4t a 6è de primària respecte la primera etapa de primària en nois (15,4%) i un pronunciat augment en l'etapa de 1r a 2n d'ESO en noies (13,9%). La pràctica de competició es veu reduïda en la darrera

etapa de secundària, amb un descens major en noies (6,8%) que en nois (4,1%).

Gràfic 37. Pràctica esportiva de competició en funció del curs i el gènere

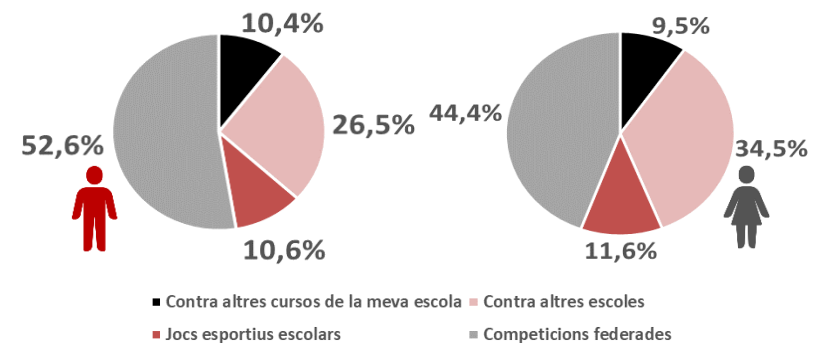


Font: elaboració pròpia, 2022.

Quina és la tipologia d'esport de competició més practicada?

Ambdós sexes prefereixen competir en competicions federades (nois en un 52,6% i noies en un 44,4%).

Gràfic 38. Tipologia d'esport de competició per sexe



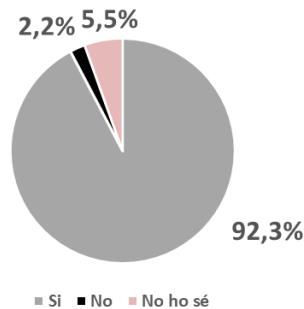
Font: elaboració pròpia, 2022

En segon lloc, tant a nois com a noies els agrada competir contra altres escoles (26,5% i 34,5% respectivament); mentre que les opcions 'Contra altres cursos de la meua escola' i 'Jocs esportius escolars' són els menys valorats amb percentatges de 10,4% i 10,6% en nois, i de 9,5% i 11,6% en noies.

Als infants i joves els agrada la competició?

De forma majoritària, els nois i les noies que practiquen esport organitzat els agrada la competició i els partits en un 92,3%, tenen dubtes si els agrada la competició un 5,5% i únicament un 2,2% dels nois i noies no els engresca.

Gràfic 39. Interès per fer competicions i partits de l'esport que es practica

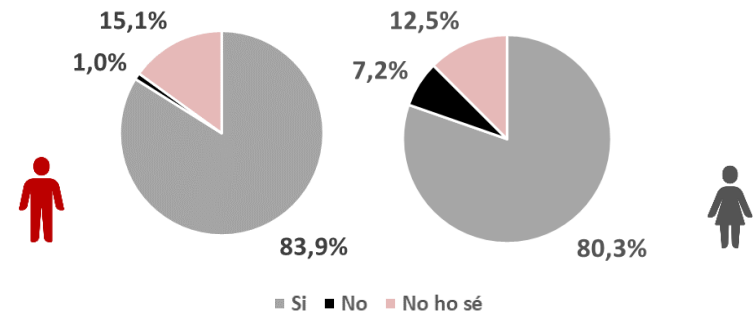


Font: elaboració pròpia, 2022.

Si no hi hagués competició practicarien esport?

La competició és important però en cas que no hi hagués competició, els nois continuarien practicant esport en un 80,3% i les noies ho farien en un 83,9%.

Gràfic 40. Interès per practicar esports independentment de la competició



Font: elaboració pròpia, 2022.

Únicament un 1,0% de les noies deixaria de practicar esport en cas que no hi haguessin partits o competicions. En canvi, el valor és superior en nois, on un 7,2% d'aquests abandonaria la pràctica d'aquesta disciplina esportiva si no hi hagués competició.

6.2 Motivacions i actituds vers la pràctica esportiva competitiva

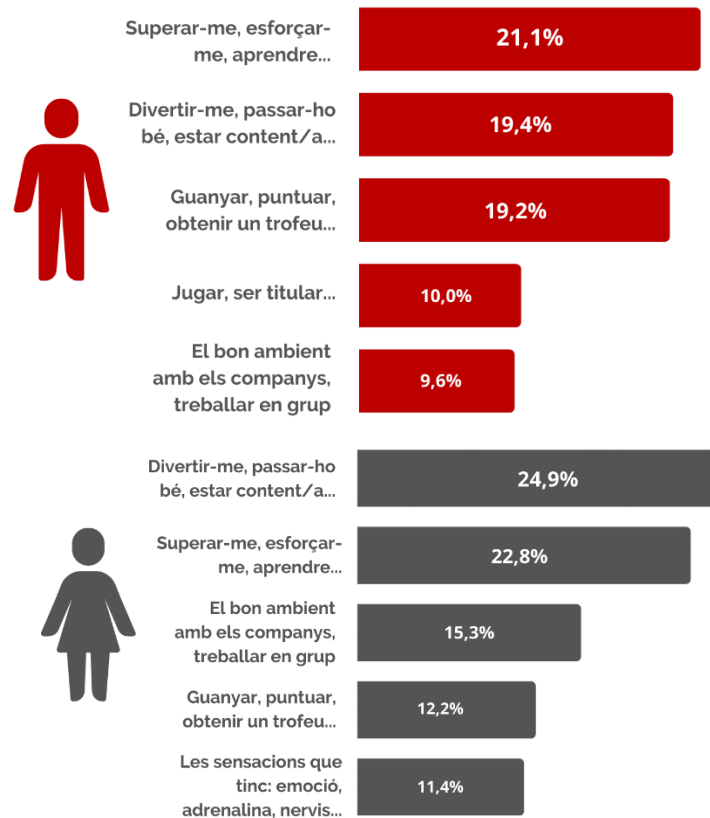
Quins són els aspectes que més agraden de les competicions? I els que menys? Són els mateixos en els nois i en les noies?

Com succeeix en altres aspectes de l'enquesta, els nois tenen motivacions enfocades a la pràctica esportiva mentre que les noies prefereixen aspectes extrínsecs de la pròpia competició.

Pel que fa a les motivacions i actituds dels nois, predominen 'Superar-me, esforçar-me, aprendre...' amb un 21,1%, 'Divertir-me, passar-ho bé, estar content...' amb un 19,4% i 'Guanyar, puntuar, obtenir un trofeu...'

amb un 19,2%. En canvi, en les noies, les motivacions i actituds més escollides són 'Divertir-me, passar-ho bé, estar content...' amb un 24,9%, 'Superar-me, esforçar-me, aprendre...' amb un 22,8% i 'El bon ambient amb els companys, treballar en grup...' amb un 15,3%. En ambdós sexes, els resultats són molt similars als de l'estudi de 2018⁸.

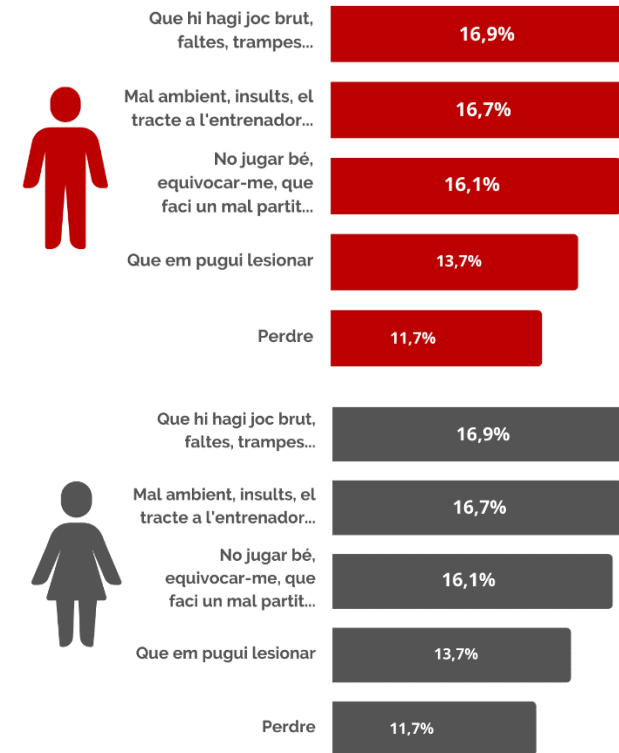
Gràfic 41. 5 aspectes que més agraden de les competicions per sexe



Font: elaboració pròpia, 2022.

Aquesta dicotomia entre nois i noies també es dona en els aspectes que menys agraden de les competicions. Els nois valoren en primer lloc el 'Perdre' amb un 17,5%, mentre que aquest aspecte és el menys valorat en les noies amb un 11,7%. En canvi, es valoren de forma similar entre nois i noies aspectes com 'Mal ambient, insults, el tracte a l'entrenador...' o 'Que hi hagi joc brut, faltes, trapes...' entre d'altres.

Gràfic 42. 5 aspectes que menys agraden de les competicions per sexe

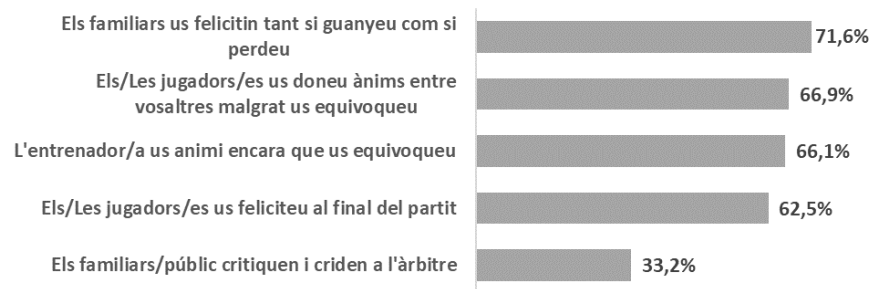


Font: elaboració pròpia, 2022.

Competició: quines són les situacions que es produeixen?

Al llarg de les competicions i partits es donen situacions tant positives com negatives en què s'involucren els infants i joves. Es mostren les 5 situacions més comunes:

Gràfic 43. Situacions que es produeixen en les competicions



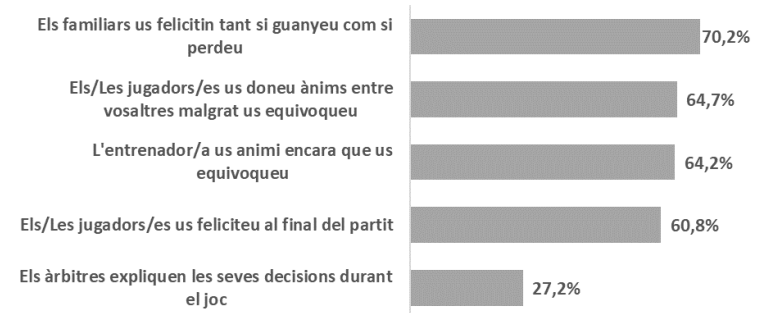
Font: elaboració pròpia, 2022.

Els comentaris de caire positiu destaquen en major mesura, com pot ser que 'Els familiars us feliciten tant si guanyeu com si perdeu' (71,6%), que 'Els jugadors/es us doneu ànims entre vosaltres malgrat us equivoqueu' (66,9%), que 'L'entrenador/a us animi encara que us equivoqueu' (66,1%) i que 'Els jugadors/es us feliciteu al final del partit' (62,5%). En canvi, les situacions que poden ser negatives, perjudicials i mancades de valors compten amb uns percentatges aproximats al 30% i inferiors.

Competició: com són valorades les situacions que es produeixen?

Es mostren les 5 situacions que més agraden:

Gràfic 44. Valoració de les situacions que es produeixen durant les competicions



Font: elaboració pròpia, 2022.

Per un altre costat, es valora amb percentatges elevats les situacions que són positives i transmeten valors positius com és el cas de les situacions destacades del gràfic 44. De la mateixa manera, les situacions negatives es valoren amb percentatges baixos, com és el cas de 'Els familiars/entrenador dona les culpes sempre a l'àrbitre' (7,1%), 'Els jugadors us discuteu entre vosaltres' (7,3%) o 'Els jugadors crideu i insulteu als jugadors de l'altre equip' (8,2%); entre d'altres aspectes perjudicials.

07

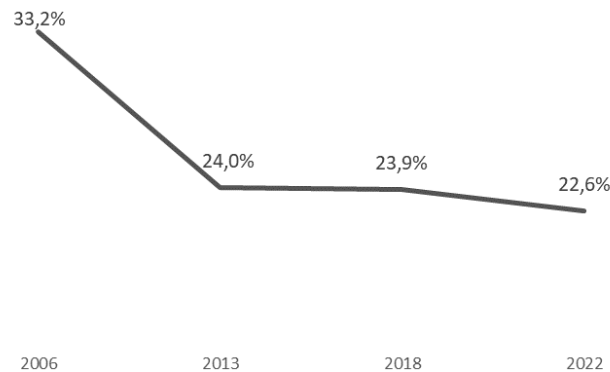
La no pràctica i l'abandonament de la pràctica esportiva

7.1 La no pràctica

L'activitat física i esport és una eina per a la promoció de la salut, la prevenció i control de malalties, com també un mecanisme de desenvolupament motor i psicològic en edats primerenques. Així doncs, per què hi ha població en edat escolar que no practica activitat física i esport fora de l'horari lectiu?

Quin és l'índex de no pràctica de la població en edat escolar de Barcelona?

Gràfic 45. Índex de no pràctica



Font: elaboració pròpia, 2022

Com es pot observar en el gràfic anterior, en el primer estudi realitzat l'any 2007⁶, l'índex de no pràctica era d'un 33,2%. Aquest valor, que va disminuir en l'estudi 2013⁷, s'ha reduït molt lleugerament fins l'actual percentatge del 22,6% al 2022.

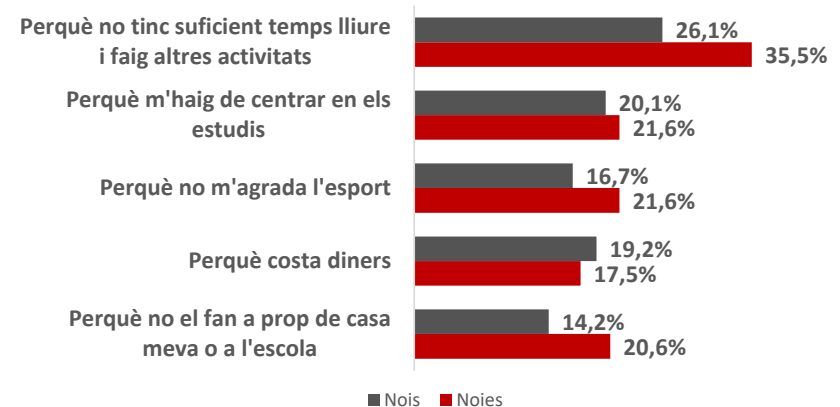
Segons l'enquesta FRESC 2021¹¹, el sedentarisme és gairebé el doble en les noies, i augmenta amb l'edat. Els motius principals segons l'estudi de la Victorian Health Promotion Foundation 2018¹², són per manca

d'oportunitats o perquè l'esport no compleix les necessitats i expectatives dels joves.

Quins són els motius que tenen infants i joves per a no fer activitat física durant el curs escolar per sexe?

Pel que fa als motius de no pràctica, es destaca els 5 motius principals en el present gràfic:

Gràfic 46. Motius de no pràctica esportiva



Font: elaboració pròpia, 2022

El motiu predominant és 'Perquè no tinc suficient temps lliure i faig altres activitats', superior en noies amb un índex de distanciament de 9,4 punts d'entre sexes. Altres motius que predominen són 'Perquè m'haig de centrar en els estudis' amb valors semblants entre gèneres, 'Perquè no m'agrada l'esport' que responen un 16,7% dels nois i el 21,6% de les noies, 'Perquè costa diners' respost per 19,2% i 17,5% dels nois i noies respectivament, i finalment, un 14,2% dels nois i un 20,6% de les noies 'Perquè no el fan a prop de casa o a l'escola'.

Els motius de no pràctica esportiva que no apareixen en aquest gràfic, ja que no es troben en el rànquing dels 5 primers però que també es valoren per part dels nois i noies, són que no realitzen activitat física perquè no tenen facilitat o creuen que no ho fan bé (13,9%), i perquè es cansen o fatiguen (16,2%). També es destaquen altres motius com que tenen intenció d'apuntar-se properament a algun esport, que no el realitzen per lesió o malaltia, o perquè no tenen plaça.

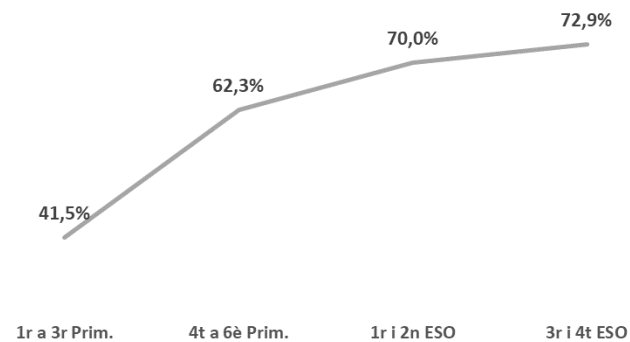
Comparant aquests resultats amb els obtinguts en l'estudi del 2018⁸, aquests són pràcticament idèntics, valorant-se en primer lloc pels nois i noies el fet de no tenir suficient temps lliure i realitzar altres activitats.

7.2 Historial de pràctica

L'historial de pràctica correspon a aquella activitat física i esport practicada en anterioritat, al marge de si en el moment actual l'infant o jove està realitzant o no alguna activitat esportiva.

Quin ha sigut l'historial de pràctica esportiva dels nois i les noies en el passat? Practicaven algun esport anteriorment?

Gràfic 47. Evolució dels esports practicats abans de l'actual en funció del curs



Font: elaboració pròpia, 2022

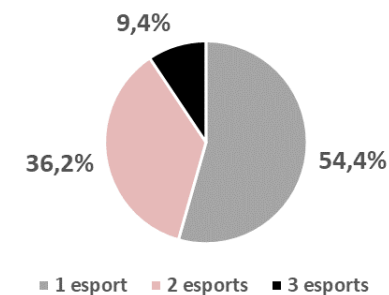
Analitzant la figura anterior, a mesura que els nois i noies de Barcelona canvien d'etapa escolar, hi ha una major evolució de disciplines esportives practicades abans de l'actual. El major increment es produeix del pas de 1r a 3r de primària a 4t a 6è de primària, amb un augment de 20,8 punts percentuals. Tanmateix, el pas de primària a secundària comporta un fort increment (7,7%).

Pel que fa als anteriors estudis realitzats a la ciutat de Barcelona, la tendència és la mateixa que en l'actual estudi, tot i que en les edicions del 2013⁷ i 2018⁸ els nois i les noies de 1r a 3r de primària havien practicat altres disciplines esportives aproximadament un 60%, 20 punts percentuals per sobre d'aquesta edició.

Han practicat alguna disciplina esportiva anterior a l'actual?

En relació a l'historial de pràctica, el 54,4% d'infants i joves que han practicat disciplines esportives diferents a l'actual han fet 1 esport, el 36,2% n'ha practicat 2, mentre que el 9,4% n'ha fet 3 diferents.

Gràfic 48. Nombre d'esports practicats abans de l'actual



Font: elaboració pròpia, 2022

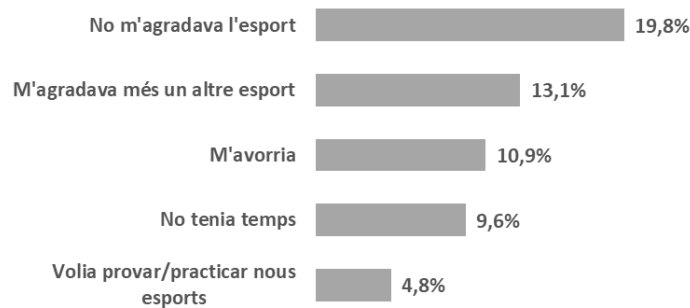
Respecte les dades de l'estudi de l'any 2018⁸, els nois i les noies que havien practicat 3 disciplines esportives s'han reduït en un 5,7%, així

com les persones que havien practicat un esport (-5,7%) en benefici de les persones que han practicat 2 esports, que ha augmentat un 11,4%.

Historial de pràctica: quins són els motius per a no realitzar l'esport que es practicava abans de l'actual?

Els motius principals de l'abandonament de la pràctica esportiva per part dels nois i noies de Barcelona estan relacionats amb l'atracció de l'esport cap a ells/es.

Gràfic 49. Motius d'abandonament de la pràctica esportiva anterior



Font: elaboració pròpia, 2022

En conseqüència, els motius d'infants i joves que realitzen un altre disciplina esportiva anterior a l'actual són 'No m'agradava l'esport' (19,8%), 'M'agradava més un altre esport' (13,1%) i 'M'avorria' (10,9%). També, és important mencionar el motiu 'No tenia temps' (9,6%) i 'Volia provar/practicar nous esports' (4,8%), com a predominants.

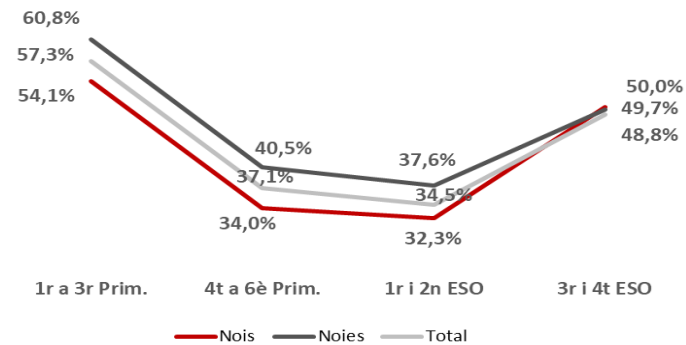
A banda dels motius mencionats en l'anterior gràfic, la COVID-19 és un altre factor indicat que ha provocat l'abandonament de la pràctica esportiva en els nois i noies escolars de Barcelona (1,5%).

Per últim, comparant aquestes dades amb les obtingudes en l'estudi del 2018, és destacable el descens en 7,1 punts percentuals en el motiu 'No tenia temps' i l'augment de 4,9 punts percentuals en el factor 'M'avorria'.

Si tinguessin la possibilitat, tornarien a practicar els esports que practicaven?

La voluntat de retornar amb la pràctica d'activitat física i esport que s'havia abandonat varia de forma important segons l'etapa escolar tal com s'exposa en la pròxima figura:

Gràfic 50. Voluntat de tornar a practicar una activitat física o esport que s'havia deixat per curs



Font: elaboració pròpia, 2022

En l'etapa de 1r a 3r de primària (57,3%) i en 3r i 4t d'ESO (48,8%), aproximadament la meitat de nois i noies compten amb la voluntat de tornar a practicar una activitat física i esport que havien deixat. Aquests percentatges disminueixen pronunciadament en l'etapa de 1r a 2n d'ESO (34,5%) i, en menor mesura, de 4t a 6è de primària (37,1%).

Pel que fa a les diferències entre nois i noies, en totes les etapes exceptuant la darrera de secundària, les noies disposen de major voluntat de retornar a la pràctica esportiva que havien abandonat respecte els nois.

Analitzant les dades de la figura anterior amb les mateixes obtingudes en l'estudi del 2018⁸, es detecta una millora pel que fa la voluntat dels nois de tornar a practicar una activitat física o esport que havien abandonat. S'observa aquesta millora de forma pronunciada en l'etapa de 1r a 3r de primària (+14,1%) i en l'etapa de 3r i 4t d'ESO (+14,5%).

I quan siguin grans, els agradaria practicar activitat física i esport?

En relació amb la pràctica esportiva en un futur, es destaca la voluntat dels nois i les noies de continuar realitzant activitat física i esport. La voluntat de continuar realitzant pràctica esportiva dels i les barcelonines en edat escolar que actualment practiquen esport, en nois és d'un 83,6% i en noies de 82,4%. De la mateixa manera, només un 2,0% de nois i un 1,9% afirmen rotundament que no continuarien practicant activitat física i esport, mentre que un 14,4% i un 15,6% dels mateixos no ho tenen clar.

Els motius principals sobre la voluntat per a seguir realitzant pràctica esportiva són la passió i la diversió que aporta, ja sigui individualment o en grup, amb un percentatge del 55,3% en nois i 64,5% en noies. Un altre dels aspectes essencials és el fet de mantenir-se en forma a nivell físic i mental, 30,8% i 26,0% en nois i noies respectivament. Es troben diferències entre sexes, ja que els nois prefereixen voler ser esportistes professionals en l'etapa adulta (8,5%), versus el 3,7% de les noies. Per últim, altres factors que apunten són la desconexió de les obligacions

diàries que proporciona l'activitat física i l'esport i els bons hàbits que transmet.

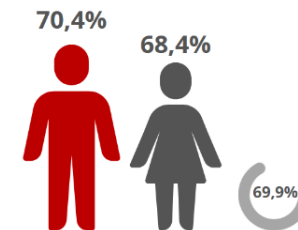
7.3 Abandonament de la pràctica esportiva

L'abandonament de la pràctica esportiva és correlatiu a l'índex de pràctica esportiva. Així doncs, l'abandonament és inversament proporcional a la realització d'activitat física i esport regular.

De la població escolar de Barcelona, quants nois i noies han deixat de practicar esport?

Dels infants i joves que havien realitzat activitat física i esport que actualment no en practiquen, i tal com es mostra en l'índex de no pràctica del 22,6%, el 69,9% sí que realitzava activitat esportiva anteriorment. És a dir, de les persones inactives, el 70,4% dels nois i el 68,4% de les noies practicaven activitat física i esport prèvia a l'abandonament.

Gràfic 51. Percentatge de pràctica esportiva anterior de les persones que no realitzen activitat física actualment



Font: elaboració pròpia, 2022

Quins són els esports practicats abans de l'abandonament?

En general, els esports més practicats abans de l'abandonament coincideixen amb els esports més practicats: natació, futbol i futbol sala,

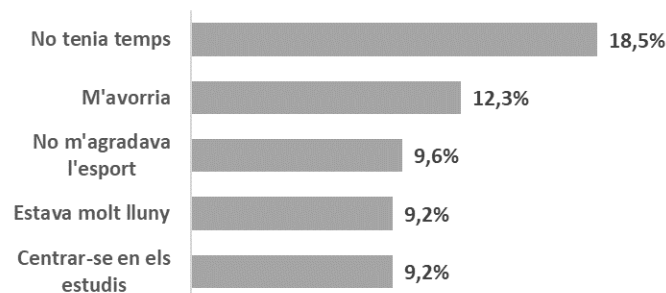
dansa, esports de lluita, bàsquet i patinatge respectivament. No obstant, existeixen diferències entre nois i noies en els esports practicats anteriorment a l'abandonament de la pràctica esportiva, també relacionades amb els esports més practicats per sexe.

En aquest cas, futbol i futbol sala, amb un 31,6%, és l'esport més practicat abans l'abandonament, per part dels nois. La dansa, amb un 21,2%, és el de les noies. Ambdós casos trobem la natació en segona posició, amb valors de 18,0% i 20,6% en nois i noies respectivament.

Abandonament de la pràctica: I quins són els principals motius de l'abandonament de la pràctica esportiva?

Els 5 motius principals de l'abandonament de la pràctica esportiva en la població escolar són 'No tenia temps' (18,5%), 'M'avorria' (12,3%), 'No m'agrada l'esport' (9,6%), 'Estava lluny de casa' amb un (9,2%) i 'Centrar-se en els estudis' amb un (9,2%). Es destaca que els motius d'abandonament de la pràctica esportiva anterior són correlatius amb els motius d'abandonament de la pràctica esportiva.

Gràfic 52. Motius d'abandonament de la pràctica esportiva



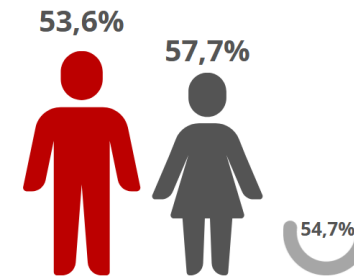
Font: elaboració pròpia, 2022

A part dels motius esmentats en l'anterior gràfic, infants i joves han ressaltat motius els quals estan relacionats amb l'abandonament degut a l'atracció per altres esports (6,2%), per problemes econòmics (5,7%), perquè els familiars han desapuntat al seu fill o filla (3,6%). Altres motius descrits són els relacionats amb el canvi d'escola o territori, i amb la pandèmia.

Els agradaria tornar a practicar l'esport abandonat?

Com a dada positiva, més de la meitat dels nois (53,6%) i les noies (57,7%) tornarien a practicar l'esport o els esports que havien abandonat. A més, un 26,8% dels nois i un 24,3% de les noies no té clar si tornar-hi, la qual cosa fa que únicament un 19,6% en nois i un 18,0% en noies tingui clar que no retornarà a la pràctica esportiva.

Gràfic 53. Voluntat de retorn a la pràctica esportiva abandonada



Font: elaboració pròpia, 2022

És rellevant entendre les barreres i motivacions dels joves¹¹, ja que aquest grup d'edat no percep l'esport de la mateixa manera. En l'estudi es classifica la població en edat escolar en 3 grans grups segons barreres: de l'entorn, relacionades amb l'educació o l'abandonament degut a causes relacionades amb l'esport de competició o les lesions.

08

Les activitats no esportives

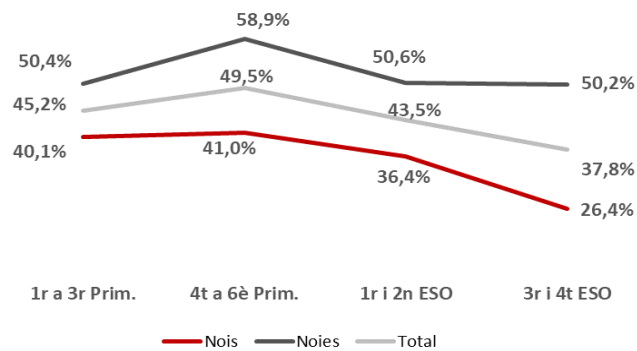
8.1. Les activitats no esportives

Les activitats no esportives són aquelles no relacionades amb l'activitat física i/o esport. Independentment, formen part rellevant en la inversió del temps lliure d'infants i joves, fora de l'horari escolar i en els períodes no docents i de vacances.

Quin és l'índex d'activitats no esportives de la població escolar de Barcelona?

A nivell global, l'índex de pràctica d'activitats no esportives és apreciablement inferior a l'índex de pràctica esportiva (Gràfic 1). D'altra banda, aquest índex creix fins l'etapa de 4t a 6è de primària (49,5%), però disminueix al llarg de la secundària.

Gràfic 54. Evolució pràctica activitats no esportives en funció del curs i sexe



Font: elaboració pròpia, 2022

Pel que fa al sexe, la realització d'activitats no esportives és major en noies, trobant-se clarament per damunt dels nois en les diferents etapes

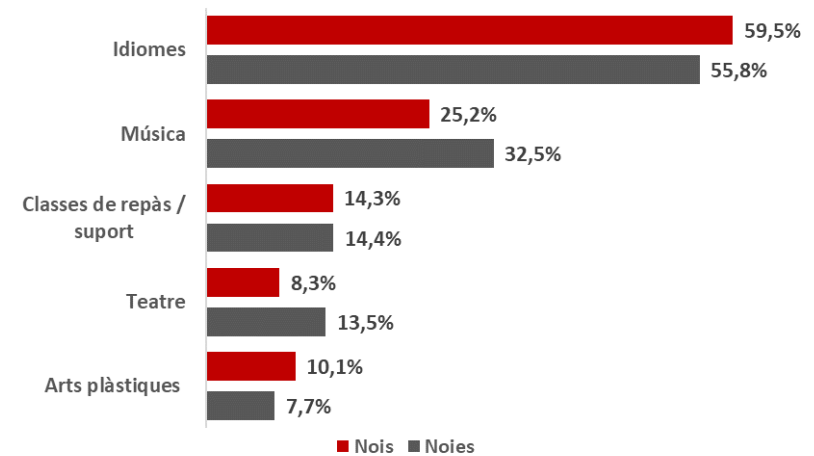
de primària i de secundària i remarcant la diferència existent en l'etapa de 3r i 4t d'ESO (26,4% en nois i 50,2% en noies).

Respecte l'edició de 2018, l'índex de pràctica d'activitats no esportives s'ha reduït de forma important en les etapes de secundària: d'un 49,9% a un 43,5% a 1r i 2n d'ESO i d'un 48,6% a un 37,8% a 3r i 4t d'ESO. Aquesta disminució ha tingut una forma més pronunciada en nois que en noies.

I quines són les activitats no esportives més realitzades per sexe?

Es mostren les 5 activitats no esportives més realitzades per nois i noies:

Gràfic 55. Tipus activitats no esportives per sexe



Font: elaboració pròpia, 2022

Les activitats no esportives més realitzades per ambdós sexes amb diferència són els idiomes (59,5% en nois i 55,8% en noies) i la música (25,2% en nois i 32,5% en noies). Altres activitats amb un índex de

pràctica elevat són les classes de repàs i suport (14,3% en nois i 14,4% en noies), el teatre (8,3% en nois i 13,5% en noies) i finalment arts plàstiques (dibuix, ceràmica, còmic, pintura...)(10,1% nois i 7,7% noies).

Pel que fa a les diferències entre nois i noies, es troben contrastos en música i teatre, on hi ha un percentatge major en noies, amb diferència en 7,3 i 5,2 punts respectivament. En idiomes els nois superen a les noies en un 2,8% més.

Comparant les dades amb les de l'estudi del 2018⁸, són similars tot i que s'ha vist reduït l'índex de distanciament entre sexes en teatre. En l'anterior estudi, la diferència era de 6,6% i actualment és de 3,9%. Finalment, una dada a emfatitzar és l'augment enguany de 7,5 punts dels nois en les arts plàstiques.

Quants dies per setmana es realitzen activitats no esportives?

Infants i joves, realitzen activitats no esportives més d'un dia la setmana però menys de dos, en concret, la mitjana tant de nois com noies és de 1,4 vegades per setmana. Així doncs, es tracta d'un valor inferior al que es dona en la pràctica d'activitat física i esport, que segons percentatges de la taula 7, el 89,8% en practica més de dos vegades per setmana.

09

La valoració dels infants i joves

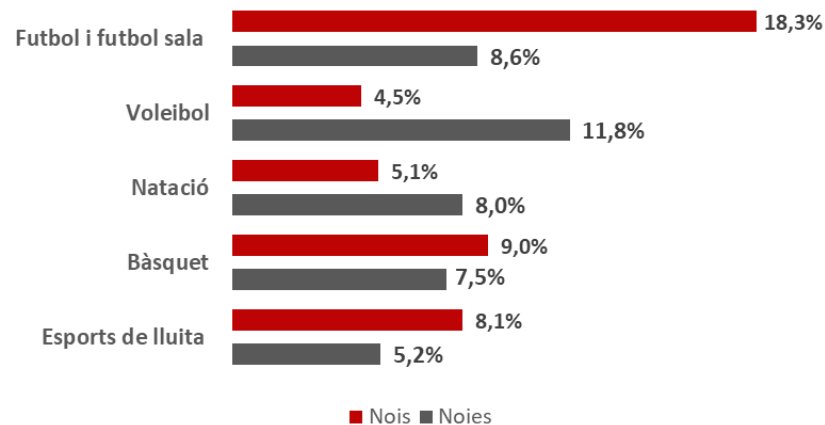
9.1. Voluntat de pràctica esportiva

Quina és la disposició futura a la pràctica d'infants i joves? En aquest sentit, es demana l'opinió de la població en edat escolar barcelonina, independentment que facin o no esport actualment.

Així doncs, quins esports els agradaria practicar en el futur?

Hi ha diverses disciplines esportives que nois i noies estarien interessats en practicar pròximament. Es mostren les 5 activitats més demandades, que corresponen al mateix temps a les més practicades:

Gràfic 56. Tipologia d'esports amb voluntat de pràctica futura per sexes



Font: elaboració pròpia, 2022

En aquesta voluntat de pràctica, hi ha diferències entre sexes. Mentre les noies destaquen el voleibol (11,8%), la dansa (10%), el futbol i futbol sala (8,6%) i la natació (8,0%); els nois segueixen preferint el futbol i futbol sala com a primera opció (18,3%), el bàsquet (9,0%) i els esports de lluita (8,1%). Per tant, els nois es concentren en 2 o 3 esports principals i les noies tenen la voluntat de practicar més activitats

variades. Així doncs, el percentatge es reparteix amb altres disciplines com patinatge (5,3% nenes) i gimnàstica rítmica o artística (4,7% noies).

No obstant, en les dades anteriorment presentades es distingeix la varietat en les disciplines esportives motivades, en molts casos tractant-se d'esports de recent creació, com són tennis i pàdel (9,8% nois; 4,9% noies) dels quals gairebé la meitat del percentatge correspon a pàdel.

Quins són els motius que els porten a voler practicar esports en el futur?

El principal motiu d'ambdós sexes amb un 62% del total és perquè els agrada l'esport que voldrien practicar. El valor es desmarca considerablement d'altres motius, els quals tenen valors iguals o inferiors al 5%, com són aprendre altres esports, posar-se en forma i millorar les habilitats esportives, o perquè anteriorment es practicava i es vol tornar a practicar.

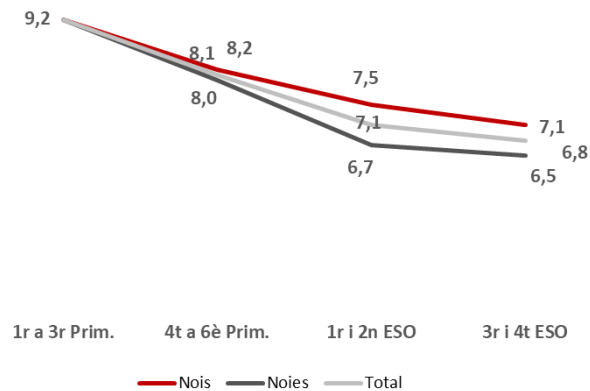
9.2. Valoració personal

L'autoestima i valoració personal d'infants i joves és un tema actual i recurrent degut a l'augment de casos de suïcidi i autolesions d'aquest col·lectiu en els darrers anys, accentuat durant la pandèmia. Segons l'enquesta de Benestar Subjectiu de la Infància a Barcelona 2021⁹, 6 de cada 10 infants de 3r a 6è d'educació primària estan molt satisfets amb la seva vida, tot i que abans de la pandèmia eren 7 de cada 10 i disminueix amb els anys. La reducció de la satisfacció amb la vida ha empitjorat a Barcelona, Catalunya i Espanya, associada amb la vivència de la COVID-19 i les experiències que se n'han derivat.

Per tant, quina valoració de l'1 al 10 tenen infants i joves sobre el seu cos?

Els nois i noies en edat escolar de Barcelona es valoren, de mitjana, en un 8,1 i un 7,8 sobre 10 respectivament tal com s'observa en el següent gràfic:

Gràfic 57. Satisfacció sobre el propi cos per curs i sexe



Font: elaboració pròpia, 2022

Presenten diferències segons etapes educatives, amb un fort descens del grau de satisfacció del propi cos a mesura que infants passen a ser joves, de 9,2 a 1r a 3r de Primària fins 6,8 a 3r i 4t d'ESO. S'accentua la millor valoració del propi cos en nois en totes les etapes educatives.

També es detecten canvis entre nois i noies en l'ensenyament secundari obligatori, on l'índex de distanciament creix de 0,8 punts a 1r i 2n d'ESO, fins 0,6 punts a 3r i 4t d'ESO.

Les nenes i els infants que viuen en contextos econòmicament desfavorits es mostren menys satisfets en general que els nens, i

manifesten estar poc/gens satisfets amb el seu cos. Així doncs, existeix una diferència en la satisfacció del propi cos entre sexes, manifestada en l'enquesta de Benestar Subjectiu⁹, obtenint dades com que el 68,5% de les noies estan molt satisfetes amb el seu cos respecte el 75,4% dels nois, dades que concorden amb l'estudi actual.

10

El decàleg dels hàbits esportius de la població en edat escolar de la ciutat de Barcelona

ELS HÀBITS ESPORTIUS DE LA POBLACIÓ EN EDAT ESCOLAR DE BARCELONA 2022

Mostra: 3.237 persones en edat escolar. Distribució segons sexe: 51,5% nois, 48,5% noies. Segons tipus de centre: 47,0% de públics i 53,0% de concertats-privats.

Itik consultoria per Institut Barcelona Esport. Ajuntament de Barcelona 2022

01 ÍNDEX DE PRÀCTICA

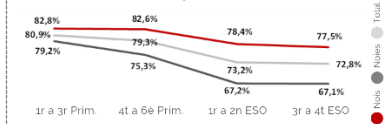
Evolució creixent de l'índex de pràctica general i per sexes en els diferents estudis realitzats.



Dels escolars de Barcelona afirma realitzar pràctica esportiva de manera regular fora de l'horari lectiu.

02 Í.P. PER CURS I SEXE

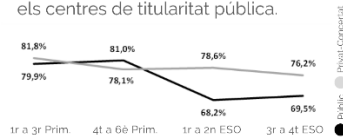
L'índex de pràctica (Í.P.) esportiva general es **redueix a mesura que els infants creixen**.



L'índex de distanciament més elevat el trobem en els joves en l'inici de l'etapa d'ensenyament secundari.

03 Í.P. TITULARITAT DEL CENTRE I CURS

Generalment, l'índex de pràctica (Í.P.) esportiva en els centres de **titularitat privada-concertada és major** que en els centres de titularitat pública.



Es destaca l'índex de distanciament del 12,8% en el pas de primària a secundària en l'educació pública.

04 INICI PRÀCTICA ORGANITZADA

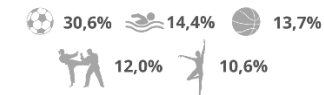
La pràctica esportiva s'inicia entre els **6 i els 10 anys** tal com es mostra en els percentatges per curs:



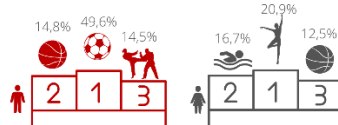
* El valor inferior de 3r i 4t d'ESO es relaciona amb que hi ha un 33,1% dels joves que inicien la pràctica esportiva quan tenen més de 10 anys.

05 PRÀCTICA ORGANITZADA

Els esports més practicats en general:

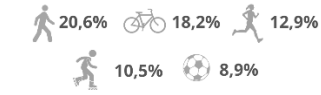


Els esports més practicats per sexe:

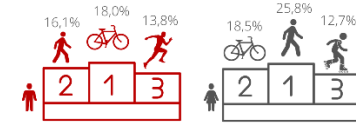


06 PRÀCTICA NO ORGANITZADA

Els esports més practicats en general:



Els esports més practicats per sexe:



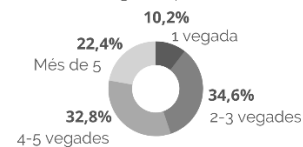
07 DISTRIBUCIÓ PRÀCTICA ESPORTIVA

Predomina la pràctica esportiva organitzada entre setmana i la no organitzada els caps de setmana.



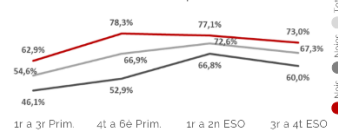
08 FREQUÈNCIA PER SETMANA

Més del 55% dels infants i joves compleixen la recomanació de l'OMS de realitzar Activitat Física i Esport un mínim de 3 vegades per setmana.



09 PRÀCTICA COMPETITIVA

Es mostra l'**evolució** per cursos:



La pràctica organitzada de competició ha incrementat en nois i noies respecte estudis anteriors.

10 MOTIUS DE PRÀCTICA

- Els principals motius són els d'**afiliació** (51,9%).
- En segon lloc es troben els motius de **salut** (18,8%).
- En tercer lloc els **associats a la pràctica esportiva** (18,8%).
- Per últim, els motius d'**aprovació social** i **demostració de capacitat** (9,6%).

Afectació de la Covid-19: Un 12,7% de la població escolar que no realitzava activitat física ha iniciat la pràctica arran de la pandèmia. El 35,0% dels nois i el 32,2% de les noies practica la mateixa activitat física i esport que abans de la pandèmia, i el 26,8% de nois i el 22,8% de noies realitza més pràctica esportiva que abans.

11

Conclusions

Es reconeixen els nombrosos **beneficis** que l'activitat física i esport de forma periòdica i regular aporta a les persones en **qualsevol etapa vital**. Tanmateix, cal tractar amb transcendència, els avantatges físics, psíquics, mentals i del benestar personal a llarg termini en infants i adolescents.

Les recomanacions són clares. Amb només **60 minuts al dia** d'activitat física, combinant exercici muscular i de treball aeròbic, **almenys 3 dies la setmana**, s'obtenen millores en les funcions cardio-respiratòries, metabòliques relacionades amb la resistència amb insulina, una major salut òssia i muscular, així com una progrés en els resultats cognitius i una menor presència de símptomes relacionats amb la depressió i demència¹⁰.

No obstant, segons l'OMS¹⁰, actualment el 81% dels adolescents no assolixen els nivells d'activitat física recomanats. Així doncs, es consideren persones inactives, que a la llarga, **la manca d'activitat pot afectar a la seva salut i la de la seva família, generant conseqüències en els serveis de salut i la societat en conjunt**. La no pràctica deriva a patir malalties no transmissibles (ENT), com la hipertensió, diabetis, càncer, depressió, entre d'altres.

De totes maneres, els resultats de l'estudi actual mostren que el 77,4% realitzen activitat física o esport fora de l'horari lectiu, dels quals un **55,2% la practiquen de forma regular almenys 3 vegades per setmana**. Els i les barcelonines menors de 17 anys realitzen més pràctica esportiva respecte els valors catalans i espanyols, obtenint fins i tot un major índex d'activitat que els adults. Segons el lloc de naixement també se situa en primera posició respecte de les persones nascudes a Espanya o fora del territori. La majoria d'infants i joves inicien la pràctica esportiva

entre els 6 i 10 anys, mantenint un índex homogeni de pràctica durant l'escolarització primària però paulatinament, abandonant l'activitat esportiva a mida que es fan grans i finalitzen l'educació secundària obligatòria.

És en la transició de primària a secundària on es troba major contrast en l'índex de pràctica esportiva segons titularitat del centre. Per sistema, l'organització educativa es troba físicament dividida en escoles de primària i instituts de secundària en l'àmbit públic. S'identifica en aquest moment un abandonament destacable de la pràctica d'activitat física i esport, especialment en les noies. Aquest fet és menys plausible en els centres privats, en el que no hi ha un canvi de centre en educatiu en el traspàs de primària a secundària. Aquest fet genera un **biaix destacable entre l'índex de pràctica esportiva en infants dels centres concertats i privats respecte els públics**. D'acord amb això, l'índex de pràctica de 4t a 6è de primària és superior a l'escola pública (81,0%) però considerablement inferior en el salt a l'institut públic (68,2%). Aquest aspecte no passa en els centres escolars de titularitat concertada-privada, on l'índex es manté estable, aproximadament de 79%.

Els patis escolars són transformats gradualment en espais coeducatius, inclusivament i igualitaris, malgrat l'afany d'incloure diverses perspectives i col·lectius, **segueixen existent diferències significatives en les activitats realitzades durant l'hora del pati entre sexes**. En nois predomina la pràctica esportiva, al voltant de 75%, i en les noies asseure's i parlar amb els amics i amigues, 62% aproximadament.

En funció de la variable independent per situació geogràfica, Les Corts i Sarrià-Sant Gervasi són els districtes amb l'índex de pràctica més elevat,

vinculats amb un nivell socioeconòmic alt. Sant Martí i Sant Andreu els que compten amb l'índex més baix. De tota manera, es destaca **l'augment de pràctica esportiva en els districtes de Ciutat Vella, Horta-Guinardó i Nou Barris**, relacionada amb polítiques públiques de promoció esportiva i foment de la inclusió de col·lectius amb risc d'exclusió social, que, a la vegada coincideixen amb els districtes amb una menor satisfacció de la vida segons l'enquesta del benestar subjectiu de la infància a Barcelona⁹.

Hi ha experiències rellevants per a què els infants es mostrin més satisfets amb la vida post-pandèmica, relacionades amb sentir-se segurs a l'escola, que les amistats els tractin bé, fer coses divertides a l'aire lliure i en espais naturals, i amb gaudir de temps de qualitat amb la família. Passar temps amb els familiars, i fer activitat física junts, té un impacte positiu en infants i joves. **Gairebé un 90% dels fills i filles els quals els pares, mares o tutors/es fan activitat física sovint, realitzen esport**, demostrant la relació entre els nivells de pràctica esportiva dels familiars i la població en edat escolar.

L'autoestima i la valoració personal és un tema recurrent degut a l'augment de casos de suïcidi i autolesions en els darrers anys i accentuat durant la pandèmia. La **valoració mitjana del propi cos es troba al voltant de 8 sobre 10, presentant diferències entre sexes i un fort descens a mesura que els petits i les petites creixen**. Les nenes i els infants que viuen en contextos econòmicament desfavorits es mostren menys satisfets amb la vida⁹, i manifesten estar poc/gens satisfets amb el seu cos.

L'índex de no pràctica es troba en el valor més baix, un 22,4% del total d'enquestats, que refereixen no ser regularment actius fora de l'horari

lectiu. El percentatge d'abandonament augmenta amb l'edat, i de mitjana, **el 69,9% de la població escolar no activa afirma haver practicat algun esport anteriorment**. En tot cas, es té la voluntat ferma de retornar a la pràctica, ja que gairebé la meitat de l'alumnat que es troba en els últims cursos d'educació secundària li agradaria tornar a realitzar pràctica esportiva.

Més de la meitat dels infants i joves fan l'activitat física que fan degut a motius d'afiliació, relacionats amb perquè els agrada l'esport que fan, ho fan les amistats o els seus familiars els han apuntat. Un de cada cinc tenen motius relacionats amb la pràctica esportiva, perquè aprenen nous esports o els agrada competir i fer partits, i en la mateixa proporció altres motius són associats a la dimensió de salut, perquè els hi ha dit el metge o per estar en forma.

Relatiu al **tipus de pràctica esportiva predominant**, la combinació d'esport organitzat i per lliure obté el valor més alt proper al 60%. Així doncs, no només es realitza activitat física regulada i gestionada des dels centres educatius i el teixit associatiu, sinó que infants i joves també la realitzen pel seu compte. L'índex de pràctica organitzada coincideix en xifres amb l'índex de pràctica, esdevenint un factor clau en la comprensió dels motius i motivacions per a la realització de les activitats esportives.

Així doncs, un terç de la població en edat escolar realitza **futbol i futbol sala**, convertint-se en la **modalitat més practicada per la meitat dels nois**. La segueix la natació on gairebé un de cada sis infants i joves va a nedar. El **bàsquet** és el tercer classificat, convertint-se en **l'esport més equitatiu en quant a practicants masculins i femenins**. Es troba en la segona posició en nois i tercera en noies. Una de cada cinc noies realitza

activitats amb acompanyament musical, convertint-se la dansa com la principal disciplina entre el sexe femení.

Els apassionen esports diferents. Les noies en practiquen de més variats i els nois es concentren en alguns esports concrets. Les noies practiquen menys esport que els nois, observant-se valors més baixos tant en pràctica esportiva organitzada com no organitzada, així com també en competitiva. **L'índex de distanciament entre sexes s'ha reduït respecte estudis anteriors, però, tot i així actualment segueix havent-t'hi una diferència de 7,5 punts.**

L'esport de competició s'ha incrementat en nois i noies respecte estudis anteriors, amb una pauta estable, amb major percentatge en nois, que arriba al major pic de pràctica entre 4t de primària i 2n d'ESO. Pràcticament **la meitat competeixen en competicions federades**, i un terç contra altres escoles. Els agrada la competició, s'ho passen bé i aprenen, i en el cas que no poguessin competir, la gran majoria continuarien realitzant activitat esportiva. Als nois no els agrada perdre i a les noies que hi hagi joc brut.

Amb referència a la **pràctica no organitzada**, on l'índex de pràctica del 67,9% ha augmentat considerablement respecte l'edició anterior, anar a caminar és l'activitat física més practicada en general i la primera per les noies. En segon lloc es troba anar en bicicleta, coincidint amb la primera posició pels nois. Al voltant del 10% d'infants i joves van a córrer i surten a patinar o amb skate. Generalment, **la bicicleta és el mitjà de transport no motor preferit** per desplaçar-se als espais de pràctica, seguit pels patins i els patinets no elèctrics. Segons l'enquesta FRESC¹¹, els 60% d'infants i joves també van a peu o utilitzen la bicicleta per anar al centre escolar.

La **distribució de la pràctica esportiva** organitzada durant la setmana segueix un patró homogeni entre setmana però disminueix el cap de setmana, sobretot en diumenge, quan habitualment hi ha competicions o partits. La pràctica no organitzada segueix el patró invers, es manté durant la setmana i augmenta considerablement durant tot el cap de setmana. Els dissabtes i diumenges són dies lliures que contribueixen en que la meitat dels enquestats participin en **activitats físiques ocasional** com són diades i jornades esportives, curses o caminades populars.

La població en edat escolar **està disposada a practicar activitat física, independentment de que, si actualment siguin actius o no**, perquè els agrada l'esport que voldrien practicar. Els nois segueixen preferint el futbol i futbol sala com a primera opció esportiva la qual els agradaria realitzar, i les noies diversifiquen la seva voluntat de pràctica de més a menys entre voleibol, dansa, futbol i futbol sala. També es distingeixen altres disciplines esportives motivades com són el pàdel o altres esports alternatius i de nova creació.

Durant les vacances de Nadal, Setmana Santa i estiu, generalment la població escolar continua realitzant activitats esportives degut a una major disponibilitat de temps lliure, i només en el 15% dels casos es realitza únicament fora de l'àrea metropolitana de Barcelona. Una de cada 5 noies i un de cada 4 nois realitzen durant les vacances el mateix esport que practiquen durant l'any. La resta, volen provar nous esports i aprofiten les vacances per fer-ho.

Adicionalment, la pandèmia de **COVID-19 ha posat de manifest la importància essencial de l'activitat física**, destacant les desigualtats en l'accés i les oportunitats d'algunes comunitats. Envers a la problemàtica resultant, l'OMS¹⁰ proposa mitjançant Pla d'acció mundial sobre

activitat física 2018-2030 la intervenció col·lectiva. No obstant, un de cada tres infants i joves practica la mateixa activitat física i esport que abans de la pandèmia, i fins i tot aproximadament el 25% fan més esport que abans i al voltant del 12% han iniciat la pràctica esportiva que abans no realitzaven.

Per tant, caldria plantejar l'aplicació de polítiques esportives seguint les quatre esferes estratègiques del Pla d'acció mundial, amb l'objectiu de aconseguir **persones més actives per a un món més sa: societats, entorns, persones i sistemes actius**. La reducció del 15,0% de la no pràctica gràcies a la promoció de l'activitat física pot salvar vides, millorar la salut i ajudar a crear comunitats resistents i amb resiliència.

12

Referències

1. Consell Català de l'Esport, Instituto DYM (2019). Enquesta sobre l'activitat física i esportiva a Catalunya.
2. Consell Català de l'Esport, Itik consultoria de l'esport i el lleure (2016) Els hàbits esportius dels escolars de Catalunya.
3. Consell Superior d'Esports (2011). Enquesta d'hàbits esportius d'escolars d'Espanya.
4. Gabinet d'Estudis Socials i Opinió Pública (2022). Breu de dades de la població escolar: de P3 a 4t d'ESO, setembre 2022.
5. Institut Barcelona Esports, GESOP (2022). Enquesta d'hàbits esportius de la població adulta de Barcelona.
6. Institut Barcelona Esports, Itik consultoria de l'esport i el lleure (2007) Estudi dels hàbits esportius de la població en edat escolar de Barcelona.
7. Institut Barcelona Esports, Itik consultoria de l'esport i el lleure (2013) Estudi dels hàbits esportius de la població en edat escolar de Barcelona.
8. Institut Barcelona Esports, Itik consultoria de l'esport i el lleure (2018) Estudi dels hàbits esportius de la població en edat escolar de Barcelona.
9. Institut Infància i Adolescència de Barcelona (2022). Primeres dades de l'Enquesta de Benestar Subjectiu de la Infància a Barcelona 2021.
10. Organització Mundial de la Salut (2022). Informe sobre la situació mundial de l'activitat física.
11. Sánchez-Ledesma E, Serral G, Ariza C, López MJ, Pérez C, i Grup col·laborador enquesta FRESC 2021. La salut i els seus determinants en adolescents de Barcelona. Enquesta FRESC (2021). Barcelona: Agència de Salut Pública de Barcelona; 2022.
12. Victorian Health Promotion Foundation (2018). Teens and sport in Australia: What the research shows.

13

Annex I. Models de qüestionaris

QÜESTIONARI SOBRE ELS HÀBITS ESPORTIUS DE LA POBLACIÓ ESCOLAR DE BARCELONA

El present estudi sobre "els hàbits esportius de la població escolar de la ciutat de Barcelona" que l'Institut Barcelona Esports està realitzant, té com a principal objectiu obtenir informació sobre la situació de la pràctica esportiva dels escolars fora de l'horari lectiu. T'agraïrem molt que ens ajudessis responnent aquest qüestionari, el qual és totalment anònim. La seva durada és d'uns 15 minuts aproximadament. Gràcies.

Escola:		Districte (de l'escola):
Curs:	Edat (anys):	Sexe (encerclar): Home / Dona
Data de naixement:	Ciutat/poble de naixement:	Província o país de naixement:

1. Fas algun esport o activitat física fora de l'horari escolar durant el curs?
 Sí No

Si la resposta és **NO**, passa a la pregunta 20.

Si la resposta és **SÍ**, digues quins esports o activitats físiques fas **com a mínim un cop per setmana**, i quins dies de la setmana (inclou entrenaments i partits). Diferència entre esport o activitat física **a la que estàs apuntat i a la que NO estàs apuntat** (que realitzes pel teu compte sense entrenador).

Esport o activitat física a la que estàs apuntat <i>Per exemple:</i> jugar en un equip de futbol, bàsquet o handbol; entrenar en un grup de natació, atletisme, tennis, gimnàstica o ball	A la meua escola?		Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
	Sí	No							
Esport 1:									
Esport 2:									
Esport 3:									

Esport o activitat física a la que NO estàs apuntat (que fas pel teu compte sense entrenador) i que fas més sovint <i>Per exemple:</i> anar en bicicleta o skate, patinar, sortir a caminar o córrer pel carrer, anar al gimnàs o piscina, jugar a la pilota, etc.	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
Esport 1:							
Esport 2:							
Esport 3:							

2. D'aquests esports, quin és el que fa més anys que practiques? Quants anys tenies quan vas començar a practicar-lo?

Esport: _____ Quants anys tenies? _____

3. Qui et va animar a començar a practicar l'esport o l'activitat esportiva que fas? (Màxim 2 respostes)

Va ser idea meua	Amics o amigues
Pare o mare. Tutor o tutora	Mestre o professor
Germà o germana	Metge
Aví o àvia	Altres (Qui?):

4. Per què practiques aquests esports o activitats esportives? (Marca els 3 principals motius)

Perquè m'agrada aquesta activitat	Per mantenir la línia
Perquè ho fan els amics i les amigues	Per estar en forma
Perquè els meus pares m'hi han apuntat	Per fer nous amics i noves amigues
Perquè m'agrada competir i fer partits	Perquè vull ser esportista professional
Perquè m'ho ha dit el metge	Perquè em sento més àgil i ràpid
Perquè està de moda	Perquè apreng nous esports

Altres motius (Quins?): _____

5. Es produeixen les següents situacions quan fas els entrenaments? En cas que es produeixin, t'agrada que passin?

	Passa?		T'agrada?	
	Sí	No	Sí	No
Em canso molt, i l'entrenador/a no em deixa temps per recuperar-me				
L'entrenador/a s'enfada amb mi si no em surt bé un exercici o activitat				
L'entrenador/a crida molt durant l'entrenament				
Els entrenaments són molt divertits i m'ho passo molt bé				
Hi ha companys i companyes que es lesionen				
De vegades participo poc en els entrenaments				
Si no entenc alguna cosa, l'entrenador m'ho explica les vegades que calgui				
L'entrenador/a em felicita quan faig bé alguna cosa				
L'entrenador/a demana moltes coses que no se fer				
L'entrenador/a m'escolta, em pregunta la meua opinió i la té en compte				

6. Dels següents grups de frases, marca la que consideris més important de cada grup. Només pots marcar UNA frase per grup.

Grup 1	Grup 2
M'agrada aprendre nous esports i tècniques	El més important és guanyar els partits
M'agrada estar amb els meus amics	El més important és que treballem en grup i que ens ho passem bé
M'agrada jugar els partits i les competicions	El més important és anar a passar l'estona i divertir-me
Grup 3	Grup 4
Faig esport perquè tothom diu que se n'ha de fer	M'agrada aprendre coses noves als entrenaments o sessions
Faig esport per tenir un bon cos	M'agrada passar-me tot l'entrenament jugant partits o competint
Faig esport perquè estic content quan el practico	M'agrada cansar-me molt en els entrenaments o sessions

7. Fas competicions o partits dels esports que practiques? (Marca la resposta per a cada esport)

Esport 1: _____ Sí NO

Esport 2: _____ Sí NO

Esport 3: _____ Sí NO

Si la resposta és **NO** en algun esport passa a la pregunta 8 i si la resposta és a tots **SÍ** passa a la pregunta 9.

8. T'agradaria fer competicions en els esports on NO en fas? (Marca la resposta per a cada esport que no fas competició)

Esport 1: _____ Sí NO

Esport 2: _____ Sí NO

Esport 3: _____ Sí NO

Si **NO** fas competició a cap esport passa a la pregunta 14, i si **SÍ** fas competició en algun passa a la pregunta 9.

9. En quin tipus de competicions participes? (Pots marcar més d'una resposta)

Contra altres cursos de la meua escola	Jocs esportius escolars
Contra altres escoles	Competicions federades

Estudi dels hàbits esportius de la població en edat escolar de la ciutat de Barcelona
13 Annex I. Models de qüestionaris



10. T'agrada fer competicions i partits dels esports que practiques?

Sí No No ho sé

11. Marca amb una creu les 3 coses que t'agraden més de les competicions i partits i les 3 coses que no t'agraden:

Les 3 coses que m'agraden més són:

Guanyar, puntuar, obtenir un trofeu...	
Divertir-me, passar-ho bé, estar content...	
Superar-me, esforçar-me, aprendre...	
Jugar, ser titular	
El bon ambient amb els companys, treballar en grup	
La competitivitat, la rivalitat...	
Les sensacions que tinc: emoció, adrenalina, nervis...	
Conèixer gent nova	
Que em vegin els pares, els ànims del públic...	

Les 3 coses que no m'agraden:

Perdre	
Mal ambient, insults, el tracte del entrenador/a...	
Que em pugui lesionar	
Que hi hagi joc brut, faltes, trapes...	
No jugar bé, equivocar-me, que faci un mal partit...	
Les sensacions que tinc: nervis, vergonya, estrès...	
Els horaris, les obligacions, no tenir temps lliure...	
No jugar o actuar, estar a la banqueta...	
Que l'àrbitre ho faci malament, que afavoreixi...	

12. Si no hi haguessin competicions i partits, practicaries igualment aquests esports?

Sí No No ho sé

13. Es produeixen les següents situacions quan fas competicions? En cas que es produeixin, t'agrada que passin?

	Passa?		T'agrada?	
	Sí	No	Sí	No
Els jugadors o les jugadores dels diferents equips ens felicitem al final del partit o competició				
Els familiars i/o el públic critiquen i criden a l'àrbitre				
Els jugadors o les jugadores d'un mateix equip ens discutim entre nosaltres				
Els jugadors o les jugadores cridem i diem insults als jugadors o a les jugadores de l'altre equip				
L'entrenador o l'entrenadora s'enfada si perdem el partit o competició o ens equivoquem				
Els jugadors o les jugadores ens donem ànims entre nosaltres malgrat ens equivoquem				
Els familiars i l'entrenador donen les culpes a l'àrbitre si perdem el partit o la competició				
L'entrenador o l'entrenadora ens anima malgrat ens equivoquem				
Els familiars ens feliciten tant si guanyem o perdem si hem jugat bé				
Els àrbitres expliquen les seves decisions durant el joc				

14. A part d'aquests esports o activitats, n'has fet d'altres que ja no practiques?

Sí No

Si la resposta és NO Passa a la pregunta 18.

15. Quins esports?

Esport: _____
Esport: _____
Esport: _____

16. Per què ja no els practiques?

17. T'agradaria tornar-los a practicar?

Sí No No ho sé

18. Quan siguis gran, t'agradaria continuar fent esport o activitat?

Sí No No ho sé



19. Per què?

Passa a la pregunta 25.

20. En el cas que NO facis esport durant el curs escolar, per què no en practiques? (Pots marcar més d'una resposta)

Perquè no m'agrada l'esport		Perquè m'haig de centrar en els estudis	
Perquè el què jo vull fer no ho fan a prop de casa meva o a l'escola		Perquè costa diners	
Perquè els meus pares no volien		Perquè no ho faig bé	
Perquè no tinc suficient temps lliure i faig altres activitats		Perquè em canso - fatigo	
Perquè el metge no em deixa		Perquè no em diverteixo - m'ho passo bé	
Perquè no tenia cap amic o amiga que en faci		Altres (Quins?):	

21. Havies fet algun esport anteriorment?

Sí No No ho sé

Si la resposta és NO o NO HO SÉ, passa a la pregunta 25.

22. Quins esports?

Esport: _____
Esport: _____
Esport: _____

23. Per què els vas deixar (Pots marcar més d'una resposta)?

Perquè no m'agradava l'esport		Perquè m'havia de centrar en els estudis	
Perquè m'agradava més un altre esport		Perquè costava diners	
Perquè els meus pares no volien		Perquè em cansava/fatigava	
Perquè no tenia temps		Perquè volia provar/practicar nous esports	
Perquè no em portava bé amb els companys		Perquè m'avorria	
Perquè vaig tenir una lesió/malaltia		Perquè no el feia cap amic meu	
Perquè estava molt lluny		Altres (Quins?):	

24. T'agradaria tornar-los a fer?

Sí No No ho sé

25. Facis o no esport actualment, quin esport o activitat física t'agradaria fer que no fas ara? Per què?

Esport: _____
Motius: _____

26. Valora del 1 al 10 fins a quin punt estàs satisfet/a amb el teu cos: _____

27. De dilluns a divendres, en algun moment del dia fas servir algun d'aquests vehicles? (Pots marcar més d'una resposta).

Bicicleta		Patinet NO elèctric	
Patins		Patinet elèctric	
Monopatí / skate		Altres (Què?):	

Estudi dels hàbits esportius de la població en edat escolar de la ciutat de Barcelona
13 Annex I. Models de qüestionaris



28. Quines activitats acostumes a fer més sovint durant l'hora del pati? (Màxim 2 respostes)

Esports (futbol, bàsquet, voleibol...)	Estudiar, llegir llibres, fer deures
Jocs (pilla - pilla, saltar corda, amagar-se...)	Escollir música i jugar amb el mòbil, videojocs...
Ballar (dances, hip-hop, ballet, coreografies...)	Asseure'm i parlar amb els amics i les amigues
Jugar a bales, cromos, cartes,...	Altres (Quines?):

29. Quan fas vacances d'escola (Nadal, Setmana Santa, Estiu), fas esport o alguna activitat física?

Sí No

Si la resposta és NO, passa a la pregunta 33.

30. Quin esport o activitat esportiva fas durant les vacances? (Pots marcar més d'una resposta)

El mateix que faig durant l'any	Activitats de ball (dansa, hip-hop, funky, ballet,...)
Esports de neu (esquí, snowboard, raquetes de neu,...)	Esports d'equip (futbol, bàsquet, handbol,...)
Esports d'aventura (piragüisme, ràfting,...)	Esports individuals (tennis, pàdel, judo, atletisme,...)
Esports de muntanya (senderisme, córrer, BTT, escalada...)	Natació només a l'estiu
Esports aquàtics marítims (vela, surf,...)	Campus Olímpia
Sortides en bicicleta (carretera, BTT, BMX,...)	Altres campus o estades esportives
Activitats de gimnàs	Altres (Quins?):

31. Aquests esports, els fas a Barcelona o en una altra població?

Barcelona Fora de Barcelona Alguns a Barcelona i altres a fora

32. T'agradaria poder practicar aquests esports durant la resta de l'any?

Sí No No ho sé

33. En algun moment de l'any, participes en activitats esportives puntuals (diades, competicions, jornades esportives, curses, bicicletades, caminades, etc.) que es fan en el teu barri o ciutat?

Sí No No ho sé

Si la resposta és NO o NO HO SÉ, passa a la pregunta 35.

34. Si la resposta és que SÍ, amb qui participes en activitats esportives puntuals?

Sol o sola	Familiars	Amics o amigues	Escola	Club
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

35. Marca amb una X l'opció que correspongui.

	Practiquen esport?			Practiquen esport amb tu?		
	Mai	Algun cop	Sovint	Mai	Algun cop	Sovint
Pare o tutor						
Mare o tutora						
Germans o germanes						
Avi o àvia						
Altres familiars						



36. Marca amb una X com creus que t'ha afectat la pandèmia de la COVID-19 en la pràctica d'esport i activitat física.

Abans de la pandèmia no feia esport ni activitat física, i ara tampoc	<input type="checkbox"/>
Abans feia esport i/o activitat física, i ara ja no faig gens	<input type="checkbox"/>
Abans de la pandèmia no feia esport ni activitat física, i ara sí en faig	<input type="checkbox"/>
Faig menys esport i activitat física que abans de la pandèmia	<input type="checkbox"/>
Faig el mateix esport i activitat física que feia abans de la pandèmia	<input type="checkbox"/>
Faig més esport i activitat física que abans de la pandèmia	<input type="checkbox"/>

37. Fas altres activitats extraescolars que NO siguin esportives (teatre, música, idiomes, reforç...)?

Sí No No ho sé

Si la resposta és NO o NO HO SÉ, ja has acabat el qüestionari. Moltes gràcies per la teva col·laboració!

Si la resposta és SÍ, digues quines són i quan de temps hi dediques a la setmana.

	Dies setmana	Hores
Activitat 1		
Activitat 2		
Activitat 3		

Ja has acabat el qüestionari. Moltes gràcies per la teva col·laboració!

QUESTIONARI SOBRE ELS HÀBITES ESPORTIUS DE LA POBLACIÓ ESCOLAR DE BARCELONA

Escola:		Districte (de l'escola):
Curs:	Edat (anys):	Sexe (encerclear): Nen / Nena
Data de naixement:	Ciutat/poble de naixement:	Província o país de naixement:

1. Fas algun esport o activitat física fora de l'horari escolar durant el curs?

Sí No

Si la resposta és NO, passa a la pregunta 13.

Si la resposta és SÍ, diques quins esports o activitats físiques fas com a mínim un cop per setmana, i quins dies de la setmana (inclou entrenaments i partits). Diferència entre esport o activitat física a la que estàs apuntat i a la que NO estàs apuntat (que realitzes pel teu compte sense entrenador).

Esports amb entrenadors

Esport o activitat física a la que estàs apuntat <i>Per exemple:</i> jugar en un equip de futbol, bàsquet o handbol, entrenar en un grup de natació, atletisme, tennis, gimnàstica o ball	A la meua escola?		Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
	Sí	No							
Esport 1:									
Esport 2:									
Esport 3:									

Esports o activitats físiques sense entrenadors

Esport o activitat física a la que NO estàs apuntat (que fas pel teu compte sense entrenador) i que fas més sovint <i>Per exemple:</i> anar en bicicleta o skate, patinar, sortir a caminar o córrer pel carrer, anar al gimnàs o piscina, jugar a la pilota, etc.	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
Esport 1:							
Esport 2:							
Esport 3:							

2. D'aquests esports, quin és el que fa més anys que practiques? Quanto anys tenies quan vas començar a practicar-lo?

Esport: _____ Quanto anys tenies? _____

3. Qui et va animar a començar a practicar l'esport o l'activitat esportiva que fas? (Màxim 2 respostes)

Va ser idea meua	Amics o amigues
Pare o mare, Tutor o tutora	Mestre o professor
Germà o germana	Mestre
Avi o àvia	Altres (Qui?):

4. Per què fas aquests esports o activitats esportives? (Marcar els 3 principals motius)

Perquè m'agrada aquesta activitat	Per mantenir la línia
Perquè ho fan els amics i les amigues	Per estar en forma
Perquè els meus pares m'hi han apuntat	Per fer nous amics i noves amigues
Perquè m'agrada competir i fer partits	Perquè vull ser esportista professional
Perquè m'ha dit el metge	Perquè em sento més àgil i ràpid
Perquè estic de moda	Perquè aprenc nous esports

Altres motius (Quins?): _____

5. Dels següents grups de frases, marca la que consideris més important de cada grup. Només pots marcar UNA frase per grup.

Grup 1	Grup 2
M'agrada aprendre nous esports i tècniques	El més important és guanyar els partits
M'agrada estar amb els meus amics	El més important és que treballem en grup i que ens ho passem bé
M'agrada jugar els partits i les competicions	El més important és anar a passar l'estona i divertir-me
Grup 3	Grup 4
Faig esport perquè tothom diu que se n'ha de fer	M'agrada aprendre coses noves als entrenaments o sessions
Faig esport per tenir un bon cos	M'agrada passar-me tot l'entrenament jugant partits o competint
Faig esport perquèestic content quan el practico	M'agrada cansar-me molt en els entrenaments o sessions

6. Fas competicions o partits dels esports que practiques? (Marca la resposta per a cada esport)

Esport 1: _____ Sí No

Esport 2: _____ Sí No

Esport 3: _____ Sí No

Si la resposta és NO en algun esport passa a la pregunta 7 i si la resposta és a tots SÍ passa a la pregunta 8.

7. T'agradaria fer competicions en els esports en els que NO competeixes? (Marca la resposta per a cada esport que NO fas competició)

Esport 1: _____ Sí No

Esport 2: _____ Sí No

Esport 3: _____ Sí No

Si NO fas competició a cap esport passa a la pregunta 9, i si SÍ fas competició en algun passa a la pregunta 8.

8. T'agrada fer competicions i partits dels esports que practiques?

Sí No No ho sé

9. A part d'aquests esports o activitats, n'has fet d'altres que ja no practiques?

Sí No

Si la resposta és NO Passa a la pregunta 12.

Estudi dels hàbits esportius de la població en edat escolar de la ciutat de Barcelona
13 Annex I. Models de qüestionaris



10. Quins esports?

Esport: _____
Esport: _____
Esport: _____

11. T'agradaria tornar-los a practicar?

Sí No No ho sé

12. Quan sigues gran, t'agradaria continuar fent esport o activitat?

Sí No No ho sé

Passa a la pregunta 17.

13. En el cas que NO facis esport durant el curs escolar, per què no en practiques? (Pots marcar més d'una resposta)

Perquè no m'agrada l'esport	Perquè m'hauria de centrar en els estudis
Perquè el que jo vull fer no ho fan a prop de casa meua o a l'escola	Perquè costa diners
Perquè els meus pares no volen	Perquè no ho faig bé
Perquè no tinc suficient temps lliure i faig altres activitats	Perquè em canso - fatiga
Perquè el meu jo no em deixa	Perquè no em disenteixo - m'ho passo bé
Perquè no tenc cap amic o amiga que en faci	Altres (Quins?):

14. Haves fet algun esport anteriorment?

Sí No No ho sé

Si la resposta és NO o NO HO SÉ, passa a la pregunta 17.

15. Quins esports?

Esport: _____
Esport: _____
Esport: _____

16. T'agradaria tornar-los a fer?

Sí No No ho sé

17. De 11 al 10, quant tagnada el teu cos? _____

18. De dilluns a divendres, en algun moment del dia fas servir? (Pots marcar més d'una resposta).

Bicicleta	Patinet NO elèctric
Patins	Patinet elèctric
Monopatí / skate	Altres (Què?):



19. Quines activitats acostumes a fer més sovint durant l'hora del pati? (Màxim 2 respostes)

Esports (futbol, bàsquet, voleibol...)	Estudiar, llegir llibres, fer deures
Jocs (pulla - pulla, saltar corda, amagar-se...)	Escollir música i jugar amb el mòbil, videojocs...
Ballar (dances, hip-hop, ballet, coreografies...)	Asseure'm i parlar amb els amics i les amigues
Jugar a bales, cromos, cartes...	Altres (Quines?):

20. Quan fas vacances d'escola (Nadal, Setmana Santa, Estiu), fas esport o alguna activitat física?

Sí No

21. Marca amb una X l'opció que correspongui.

	Practiquen esport?			Practiquen esport amb tu?		
	Mai	Algún cop	Sovint	Mai	Algún cop	Sovint
Pare o tutor						
Mare o tutora						
Germans o germanes						
Avi o àvia						
Altres familiars						

22. Marca amb una X com creus que t'ha afectat la pandèmia de la COVID-19 en la pràctica d'esport i activitat física.

Abans de la pandèmia no feia esport ni activitat física, i ara tampoc	
Abans feia esport i/o activitat física, i ara ja no faig gens	
Abans de la pandèmia no feia esport ni activitat física, i ara sí en faig	
Faig menys esport i activitat física que abans de la pandèmia	
Faig el mateix esport i activitat física que feia abans de la pandèmia	
Faig més esport i activitat física que abans de la pandèmia	

23. Fas altres activitats extraescolars que NO siguin esportives (teatre, música, idiomes, reforç...)?

Sí No No ho sé

Si la resposta és NO o NO HO SÉ, ja has acabat el qüestionari. Moltes gràcies per la teua col·laboració!
Si la resposta és SÍ, digues quines són i quins dies de la setmana hi vas i quantes hores.

	Dies setmana	Hores
Activitat 1		
Activitat 2		
Activitat 3		

Ja has acabat el qüestionari. Moltes gràcies per la teua col·laboració!