

ØFFSIDE

Il drop out sportivo nella Z-generation

REPORT PRATICANTI SPORTIVI

Progetto realizzato con il contributo di:



A cura di:



PREMESSA

Il mese di giugno 2021 ha visto l'avvio del progetto promosso da A.S.C. Attività Sportive Confederates e Centro Sportivo Italiano (CSI) con il contributo di Sport e Salute, "OFFSIDE-II drop out sportivo nella Z - generation" volto alla promozione di una ricerca-azione sul precoce abbandono della pratica sportiva, agonistica e non, in età giovanile.

Obiettivi dell'indagine

Il progetto di ricerca nasce dalla volontà comprendere le cause, di natura personale, sociale o economica, che sottendono al drop out sportivo giovanile. Tale comprensione risulta necessaria per la riuscita di opere di prevenzione atte a salvaguardare un sufficiente livello di attività fisica per i giovani, indispensabile per garantire una adeguata crescita psico-fisica dei bambini e dei ragazzi e per contrastare i fenomeni di esclusione sociale, favorendo l'inclusione e la ricchezza culturale.

Da ultimo, il progetto mira a promuovere ad aumentare le conoscenze e le competenze degli operatori sportivi sul tema in modo che possano divenire agenti di positivo cambiamento sostenendo i percorsi di partecipazione all'attività sportiva dei giovani.

- Indagare su quali sono le caratteristiche che principalmente caratterizzano chi decide di abbandonare, o in generale non praticare, l'attività sportiva;
- Stimare quali fattori determinano maggiormente la scelta di abbandonare, o non praticare, uno sport;
- Proporre soluzioni in modo da ridurre il dropout sportivo.

Metodo di ricerca

Per raggiungere gli obiettivi prefissati sono stati selezionati tre differenti target di riferimento relativi all'età interessata dalla ricerca:

- Studenti delle scuole secondarie di primo grado (11-13 anni);
- Studenti delle scuole secondarie di secondo grado (14-18 anni);
- Praticanti sportivi delle età indicate in precedenza, individuati all'interno di associazioni e società sportive.

Considerando l'età del target, si è scelto di coinvolgerli attraverso uno strumento digitale che permettesse loro di rispondere tempestivamente attraverso i propri device. È stato dunque ideato e realizzato un questionario online con domande chiuse a scelta singola e multipla, utilizzando la piattaforma di Qualtrics con una metodologia CAWI.

Il questionario è stato così diffuso ai target individuati, attraverso il coinvolgimento diretto degli enti di promozione ASC e CSI.

I praticanti Sportivi

Il questionario è stato compilato da 1.393 praticanti, di questi però 216 questionari non presentavano alcuna risposta e in 357 casi le risposte non erano in numero sufficiente per essere presi in considerazione.

In totale, quindi, il numero di questionari considerati utili è stato di 820 unità.

In base ad una domanda di profilazione, l'intera indagine ha previsto una classificazione del campione in sottogruppi: i "praticanti di più sport", gli "ex praticanti di più sport" e i "praticanti di uno sport", con l'obiettivo di armonizzare le risposte e confrontarle tra loro.

Nella prima parte dell'indagine questi sottogruppi sono stati studiati indistintamente, mentre in seguito sono stati messi in relazione per studiarne comunanze e differenze.

Per facilità di lettura e comprensione dei dati ottenuti, la presentazione dei risultati dell'indagine è stata suddivisa in cinque diverse sezioni:

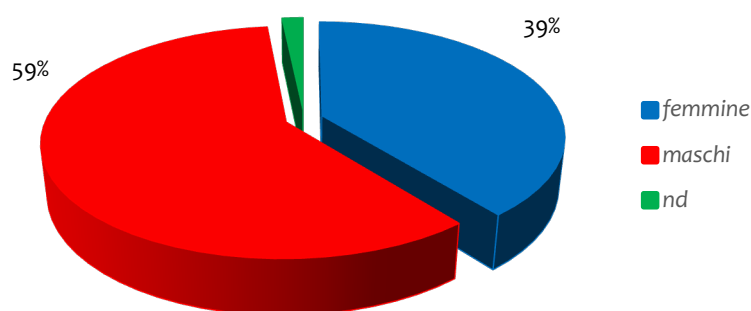
- A. Profilazione degli intervistati: domande sociodemografiche su caratteristiche demografiche (età, sesso, corso di studio, ...) e stile di vita (attività extrascolastiche, tempo dedicato allo studio, ...);
- B. Pratica sportiva: domande mirate a comprendere se l'intervistato pratica o ha mai praticato attività sportiva e in che modo (spazi della pratica, frequenza, ...);
- C. Motivazioni: domande volte a comprendere le cause delle varie scelte prese nel mondo dello sport (motivazioni della pratica, dell'abbandono, ...);
- D. Confronto tra sottogruppi: analisi delle singole risposte di ogni sottogruppo con l'obiettivo di confrontarne abitudini e caratteristiche sociodemografiche e le loro proposte relative ad un ipotetico aumento della propria pratica motoria;
- E. Conclusioni e proposte: commento e analisi delle risposte ottenute e proposte su come favorire da parte del mondo sportivo una sempre più ampia partecipazione alla pratica sportiva.

N.B. Si segnala che tale analisi è stata svolta su un campione non probabilistico e che i questionari sono stati diffusi nelle scuole e società sportive grazie alla fattiva collaborazione di ASC e CSI nei mesi di dicembre 2021 e gennaio 2022. Inoltre, 45 intervistati, quindi circa il 5%, non hanno risposto alle domande di profilazione e per questo, sono stati esclusi da qualsiasi analisi sottostante contenente queste variabili, mentre rientrano in tutte le altre sezioni.

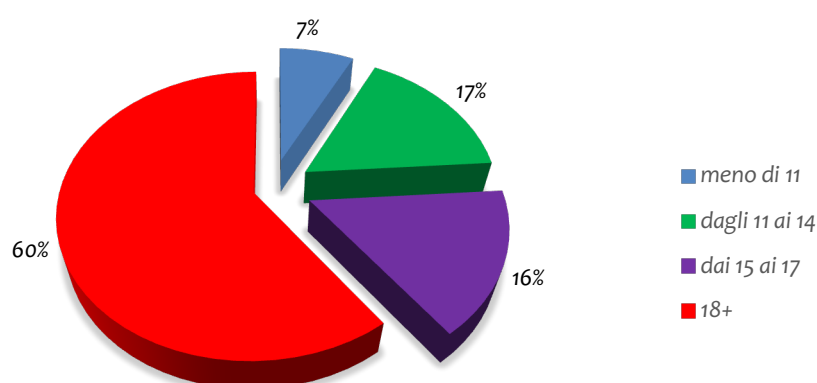
SEZIONE A - PROFILAZIONE DEGLI INTERVISTATI

Alla survey sul mondo dei praticanti sportivi hanno partecipato un totale di 820 soggetti rispondenti per il 59% di **sexo maschile**, perlopiù **giovanissimi (33%) e maggiorenni (60%)**, con una piccola quota restante di bambini.

Tab. 1 – Genere partecipanti

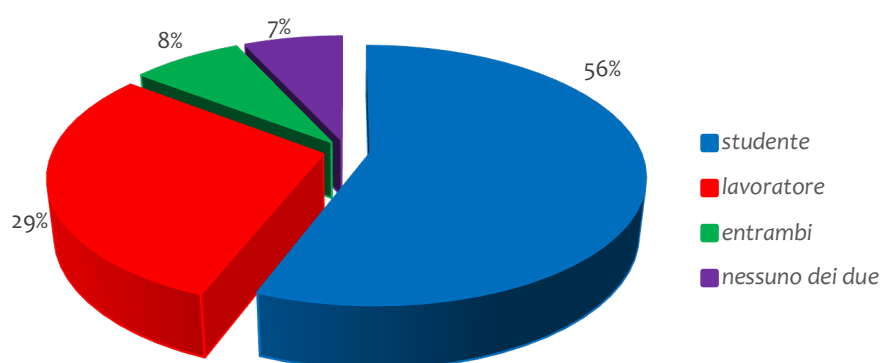


Tab. 2 – Età dei partecipanti



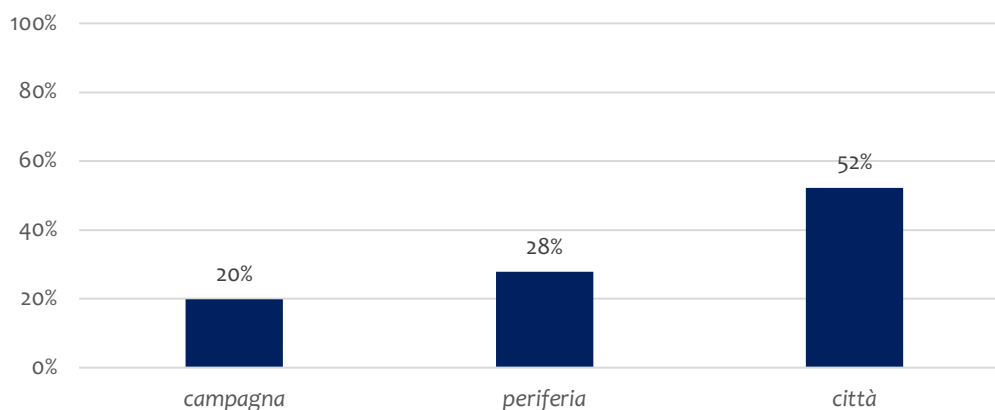
Il 56% dei rispondenti, inoltre, risulta essere uno studente (non era richiesto l'ordine e il grado di istruzione), il 29% è un lavoratore e, in seguito all'8% troviamo chi è uno studente-lavoratore e al 7% chi non si classifica né come studente, né come lavoratore.

Tab. 3 – Professione



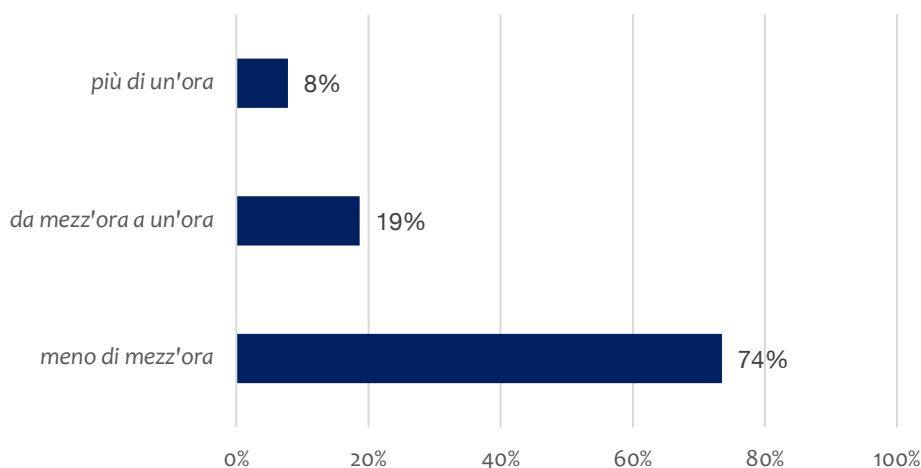
Per quanto riguarda l'area di residenza, i praticanti si **dividono quasi perfettamente a metà fra coloro che vivono in città (52%) e chi in periferia e/o area rurale (48%).**

Tab. 4 – Area di residenza



Per i nostri intervistati, tre praticanti su quattro (**74%**), impiegano meno di mezz'ora a raggiungere il luogo di lavoro/studio, mentre la restante parte impiega da mezz'ora ad un'ora.

Tab. 5– Distanza residenza/luogo di lavoro o studio

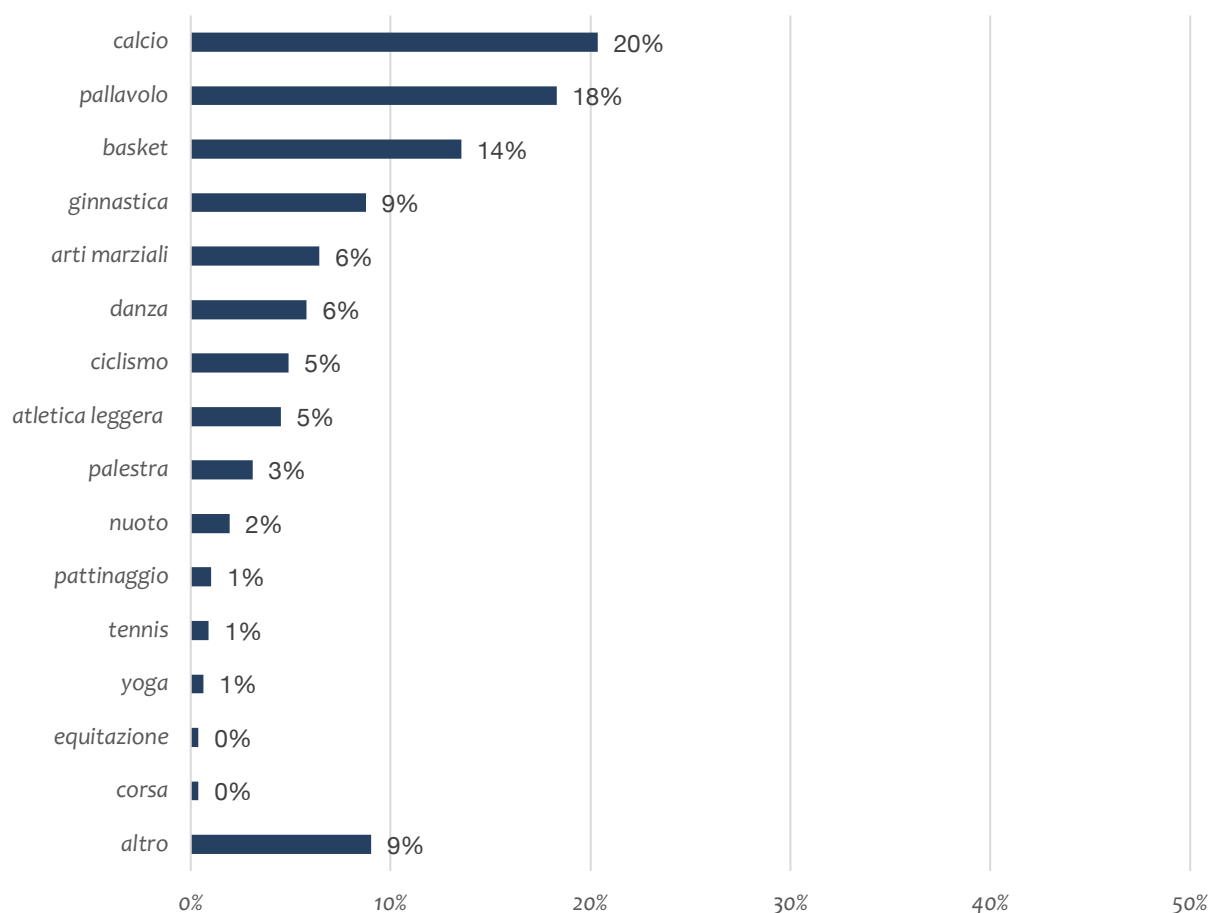


Questi due parametri possono aiutarci a dedurre che, presumibilmente, chi pratica sport lo fa in quanto si trova vicino o ad aree attrezzate, oppure nei pressi di società sportive che possono offrire loro un servizio. Questo potrebbe essere un punto significativo sul quale società sportive e Federazioni Sportive possono e devono riflettere con l'obiettivo di attrarre nuovi praticanti sportivi e mantenere gli atleti che già praticano.

SEZIONE B – LA PRATICA SPORTIVA

Successivamente è stato analizzato quali fossero le principali discipline sportive praticate:

Tab. 6 – Disciplina sportiva praticata



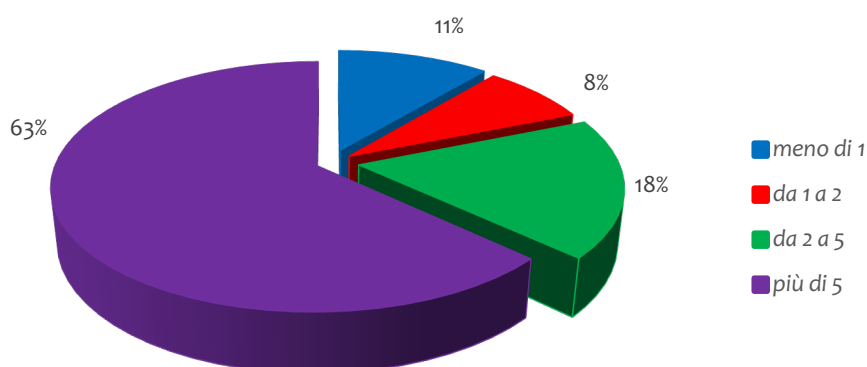
Ai primi posti troviamo i principali sport di squadra (calcio, pallavolo, pallacanestro), a seguire la ginnastica e le arti marziali con una percentuale dell'8%.

A seguire la danza (6%), il ciclismo, l'atletica leggera e la palestra tutte e tre con il 4%. Altri sport praticati risultano essere il nuoto, il pattinaggio, la vela, il tennis, la corsa, lo yoga, il tennistavolo, l'equitazione ed il judo, seppur tutti con percentuali inferiori al 4%.

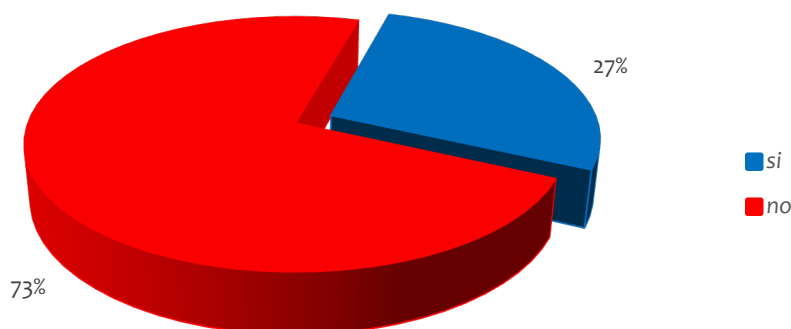
Successivamente abbiamo indagato sul tipo di pratica sportiva che viene svolta, se una pratica strutturata o destrutturata e se esiste una continuità di pratica della stessa disciplina.

Per i nostri rispondenti la grande maggioranza dei praticanti intervistati risulta **praticare la sua attuale disciplina da più di due anni (81%)**. Inoltre, **circa 3 praticanti su 10 sostengono di praticare in maniera professionistica**.

Tab. 7 – Da quanto pratici la tua disciplina?

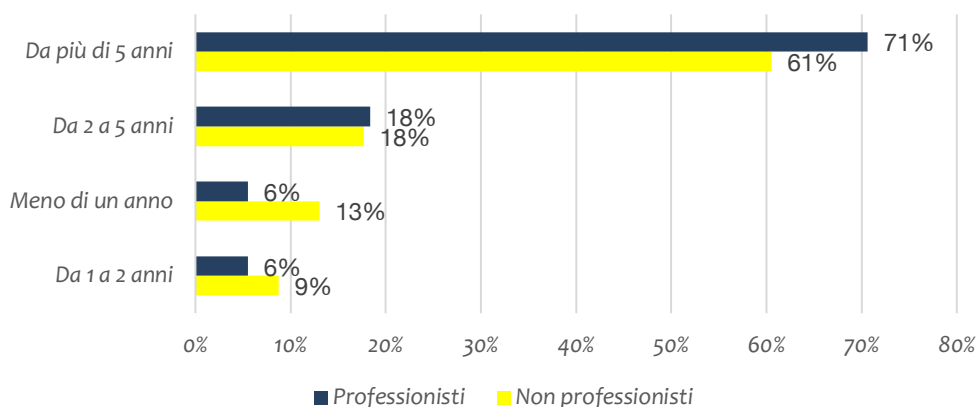


Tab. 8 – Pratici in maniera professionistica?



Inoltre, al fine di valutare un'eventuale correlazione tra la pratica agonistica e la durata dell'esperienza di pratica sportiva, è stato analizzato se il praticare sport in maniera professionistica potesse incidere sulla continuazione di una o più discipline negli anni. Da tale dato non appare una stretta correlazione tra professionisti e non, in quanto la differenza tra le due variabili, su chi pratica attività sportiva da più di 5 anni, è solo del 10% (non professionisti 61%; professionisti 71%).

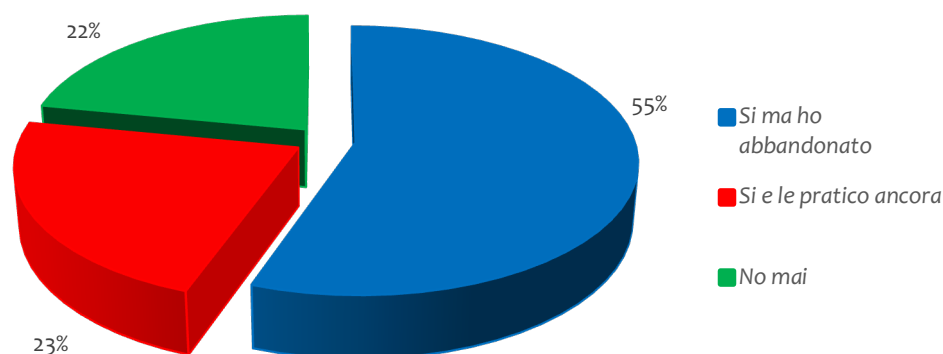
Tab. 9 – Pratica sportiva tra professionisti e non professionisti



Successivamente è stato indagato se i nostri intervistati avessero mai praticato più discipline sportive in contemporanea, chiedendo inoltre di specificare se, nel caso di risposta affermativa, tutt'ora sono mantenute.

Per i nostri praticanti rispondenti il 55% ha confermato di aver praticato più di una disciplina sportiva successivamente abbandonandone una, il 22% dei praticanti non ha mai praticato più di una disciplina sportiva, mentre il 23% ne ha praticata più di una e attualmente continua a praticarle entrambe.

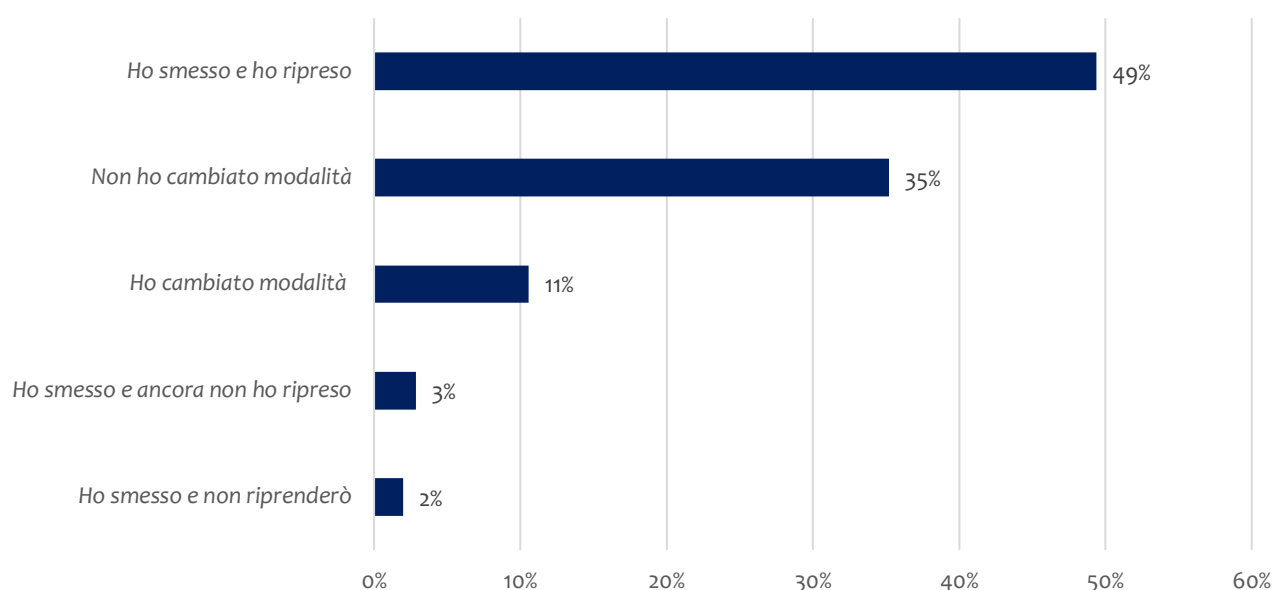
Tab. 10 – Hai praticato altre discipline?



Cercando di comprendere se la pratica sportiva è cambiata durante il periodo di pandemia da Covid-19 ed eventualmente se questi cambiamenti sono stati mantenuti, è emerso che circa la metà dei praticanti (49%) ha smesso di praticare durante il periodo pandemico ma

successivamente ha ripreso, il 35% ha continuato a praticare come d'abitudine anche in pandemia, mentre l'11% ha cambiato modalità.

Tab. 11 – A causa della pandemia è cambiato il rapporto con lo sport?



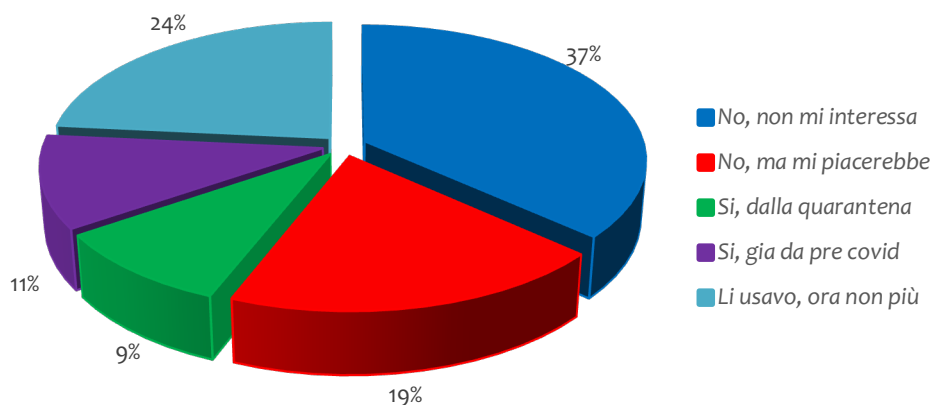
Con percentuali attorno al 3% troviamo chi ha smesso di praticare e al momento ancora non ha ripreso, e al 2% chi ha smesso e ha affermato che non riprenderà più.

A questo punto si è analizzato quali potessero essere i cambiamenti per chi ha continuato a praticare durante il lockdown, seppur con modalità diverse a quelle abituali.

Ad esempio, è stato chiesto se fossero mai state utilizzate App / device per la pratica e, in caso di risposta negativa, se fossero curiosi di provarli.

Notiamo che, per il 37% dei nostri intervistati non ha espresso interesse nell'usarle o nel provarle, il 24% afferma di averle usate in passato ma al momento le ha abbandonate, mentre il 19% non le ha mai usate ma è interessato a provarle.

Tab. 12 – Utilizzo di App/device per allenamenti



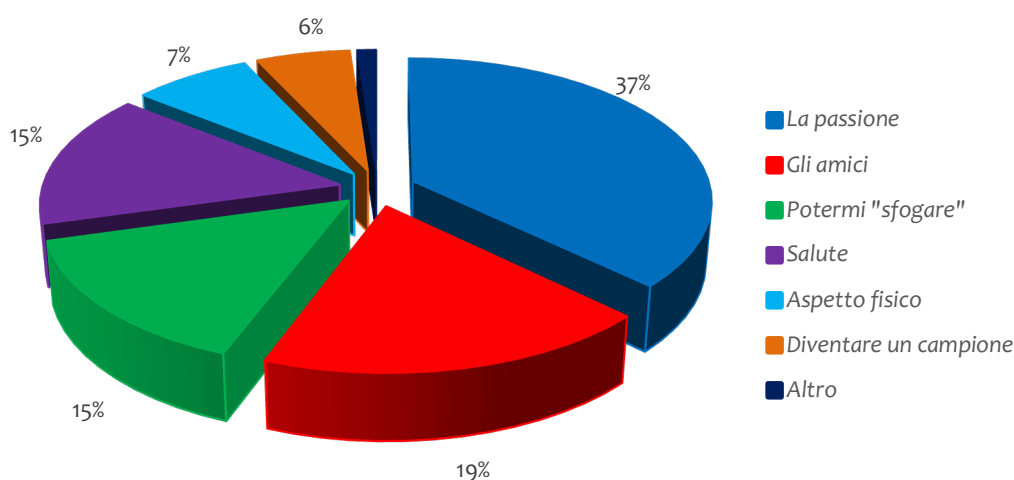
Circa un praticante su 5 (20%) afferma di utilizzare app o device già da prima della quarantena oppure che li ha iniziati ad utilizzare proprio a causa della pandemia.

SEZIONE C – LE MOTIVAZIONI

Proseguendo poi con l'indagine si è voluto indagare su quali fossero i fattori che portano i praticanti a non abbandonare l'attività sportiva.

Dalle nostre risposte è emerso che le principali motivazioni che portano gli sportivi a mantenersi attivi sono per il 37% la passione per quella determinata disciplina, per il 19% il poter passare del tempo con gli amici ed in pari percentuale al 15% troviamo come motivazione utilizzare lo sport come valvola di sfogo e per mantenersi in salute.

Tab. 13 – Motivazioni alla pratica sportiva

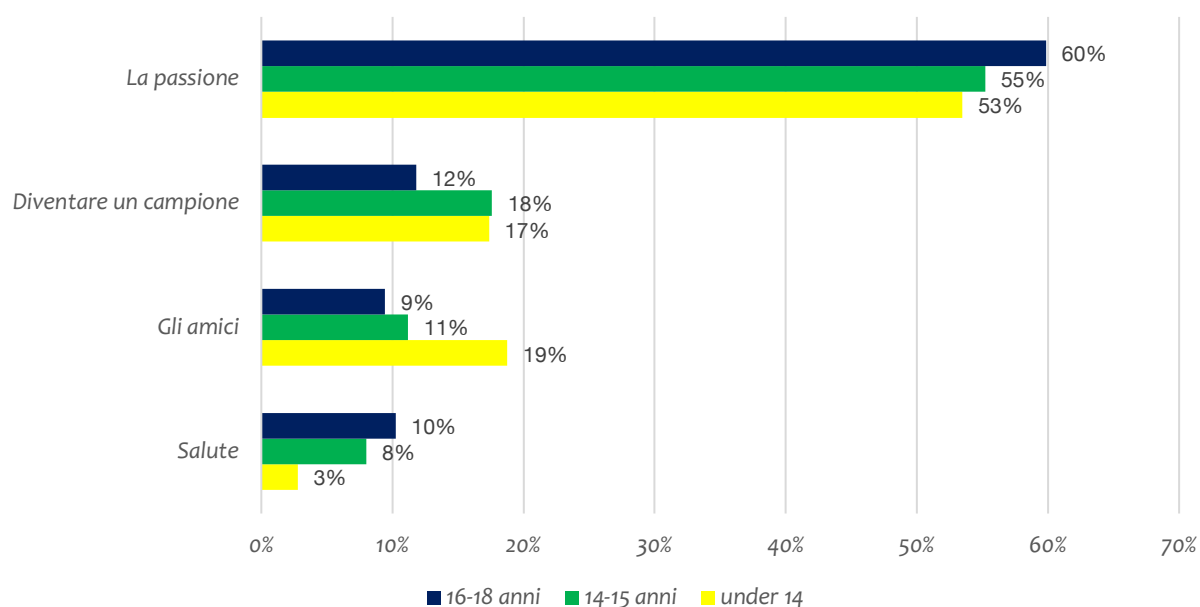


Con percentuali pari al 7% e 6% troviamo rispettivamente mantenere un bell'aspetto fisico ed il desiderio di diventare un campione.

Provando ad entrare nel dettaglio di tali motivazioni, è stato possibile valutarle per età di risposta, per comprendere se determinate motivazioni fossero legate ad una particolare fascia di età. È interessante notare come alcune motivazioni siano assolutamente trasversali (quale ad esempio la passione e il piacere nel praticare sport), mentre per altre situazioni si possono notare decise evidenze:

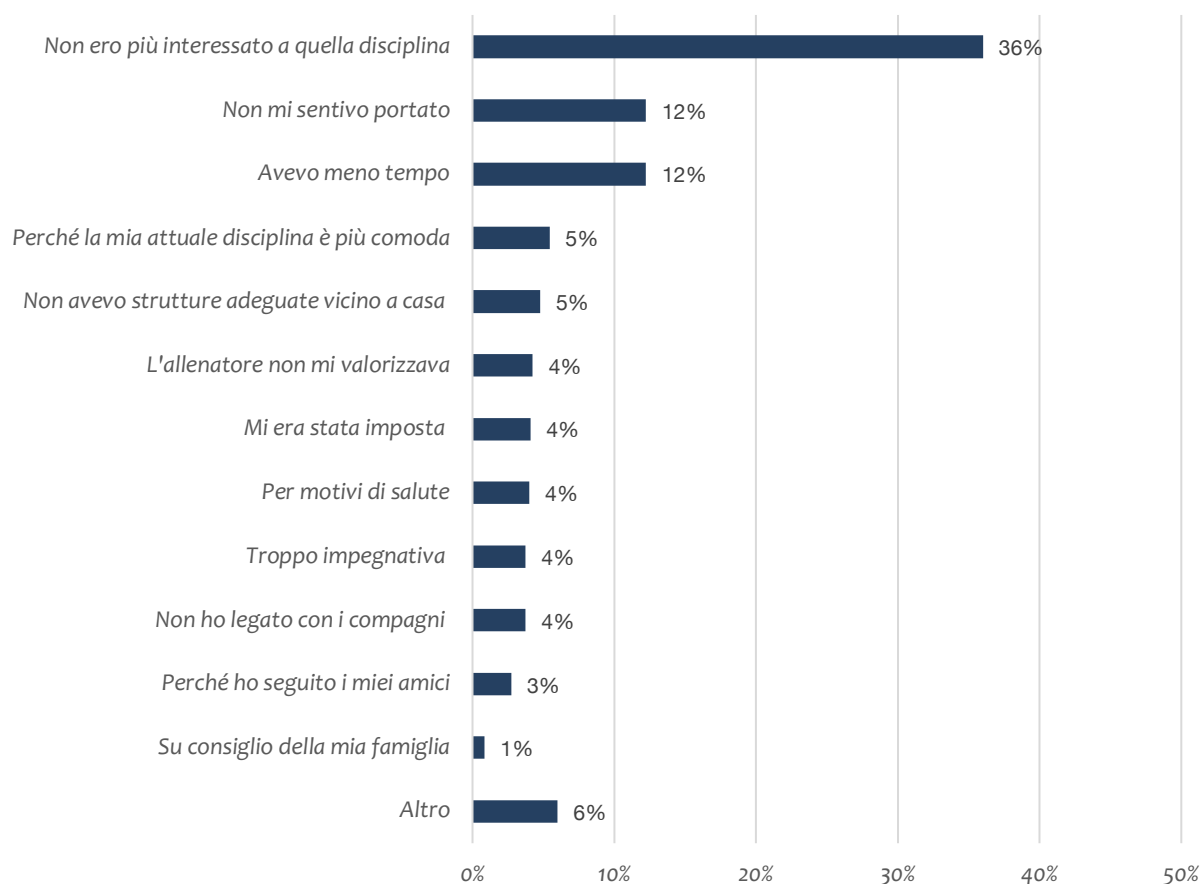
- gli amici rappresentano una spinta molto significativa per gli under 14 (ovvero studenti delle scuole secondarie di primo grado), mentre cala con l'aumentare dell'età;
- l'obiettivo di diventare un campione cala con l'aumento dell'età, probabilmente per una presa di coscienza delle proprie qualità sportive;
- invece la salute e il sentirsi bene rappresentino una motivazione che cresce con l'età, probabilmente legato anche al tema dell'aspetto fisico, che rappresenta un elemento prioritario soprattutto per il genere femminile.

Tab. 14 – Relazione motivazioni alla pratica sportiva - età



Facendo riferimento solo al sottogruppo relativo a coloro che praticavano più sport ma hanno scelto di abbandonarne alcuni, si nota che fra le principali cause di abbandono predomina la perdita di interesse con circa il 36%, seguita dalla mancanza di tempo (13%) e il sentirsi poco portato (12%).

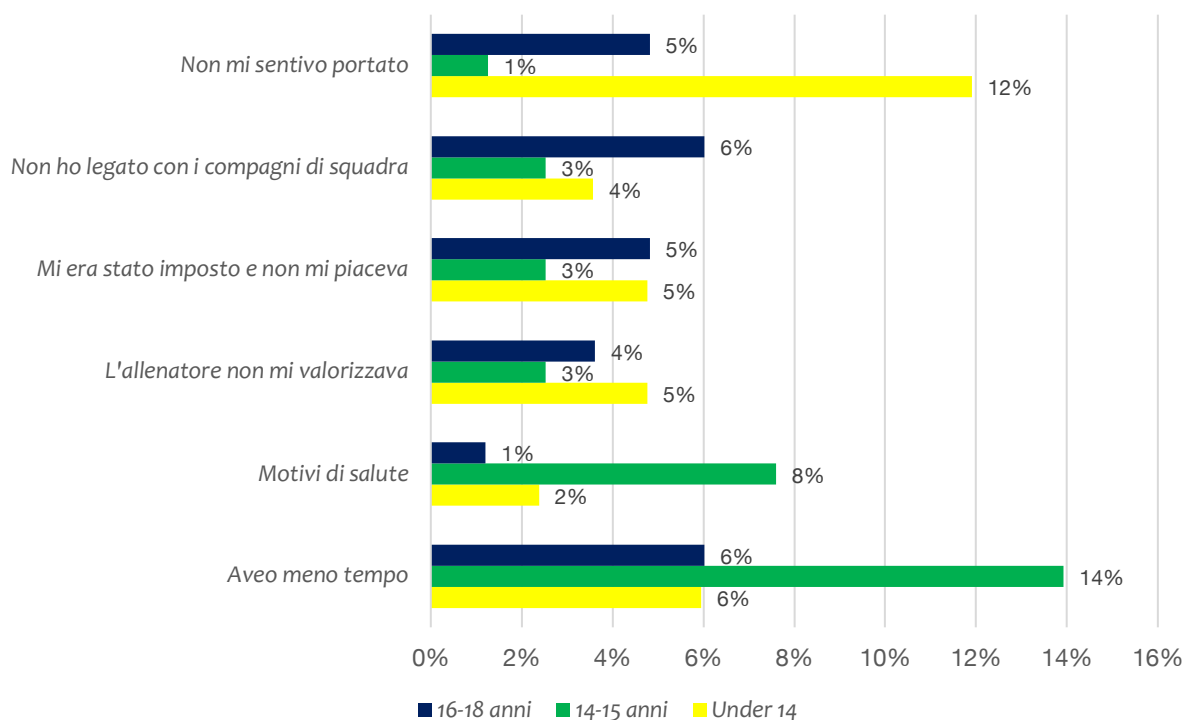
Tab. 15 – Motivazioni abbandono disciplina sportiva



Anche in questo caso è possibile entrare nel dettaglio delle fasce di età, analizzando alcune evidenze:

- il tempo a disposizione diventa un problema attorno ai 14/15 anni (specialmente per il genere femminile), contestualmente con il passaggio delle scuole secondarie di secondo grado;
- il non sentirsi pronto rappresenta la principale motivazione di abbandono per le fasce più giovani, soprattutto maschili, (e ciò rappresenta un campanello d'allarme per le società sportive), mentre appare meno rilevante con il crescere dell'età;
- le altre motivazioni appaiono abbastanza trasversali ad eccezione dei motivi di salute che si evidenziano tra i 14 e 15 anni.

Tab. 16 – Relazione motivazioni abbandono disciplina sportiva - età



SEZIONE D – IL CONFRONTO FRA SOTTOGRUPPI

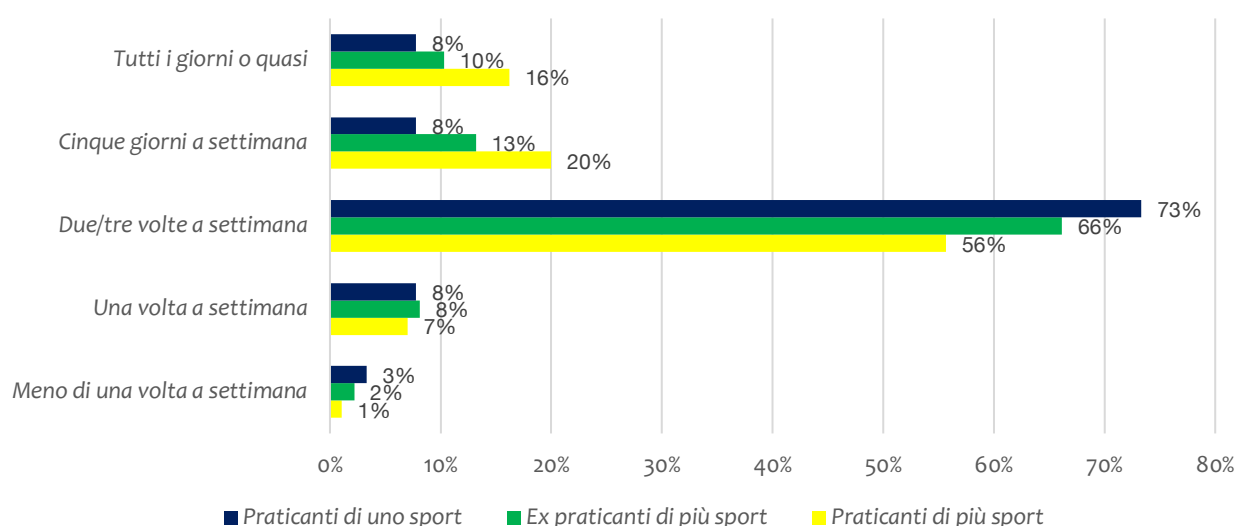
Successivamente per ottenere un maggiore grado di approfondimento e dettaglio delle informazioni ricevute, i partecipanti al questionario sono stati suddivisi in sottogruppi:

- **praticanti di più sport**
- **ex praticanti di più sport**
- **praticanti di uno sport.**

Questa suddivisione ha permesso, a parità di evidenze emerse, di provare a dare più chiarezza sulle motivazioni che hanno portato i rispondenti a prendere una decisione piuttosto che un'altra in ambito sportivo.

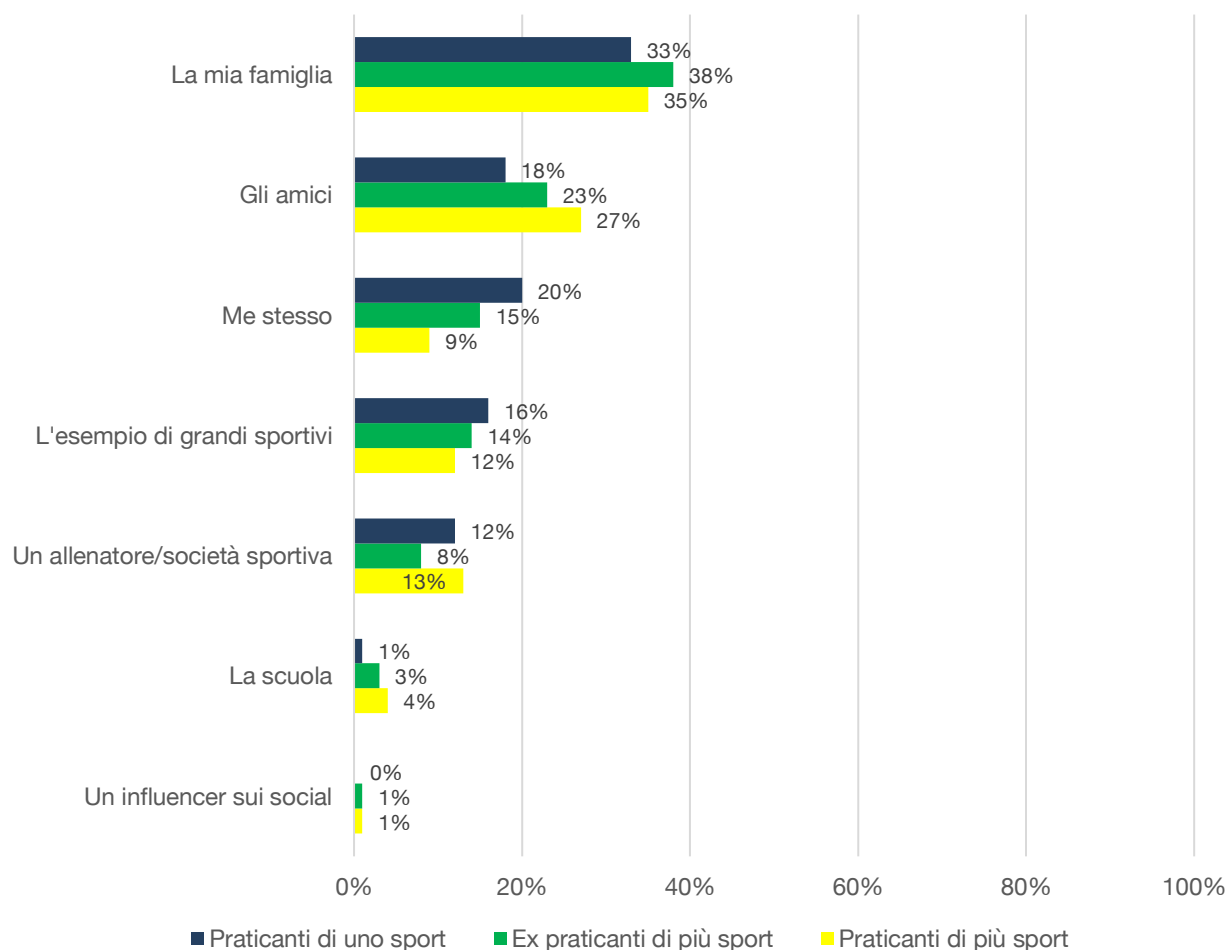
Per i nostri rispondenti si evince che, nonostante tutti i sottogruppi pratichino per la maggior parte sport due/tre volte a settimana, il sottogruppo relativo ai praticanti di più sport presenta una quota importante di sportivi che si allenano cinque o più giorni a settimana (36%).

Tab. 17 – Frequenza di pratica



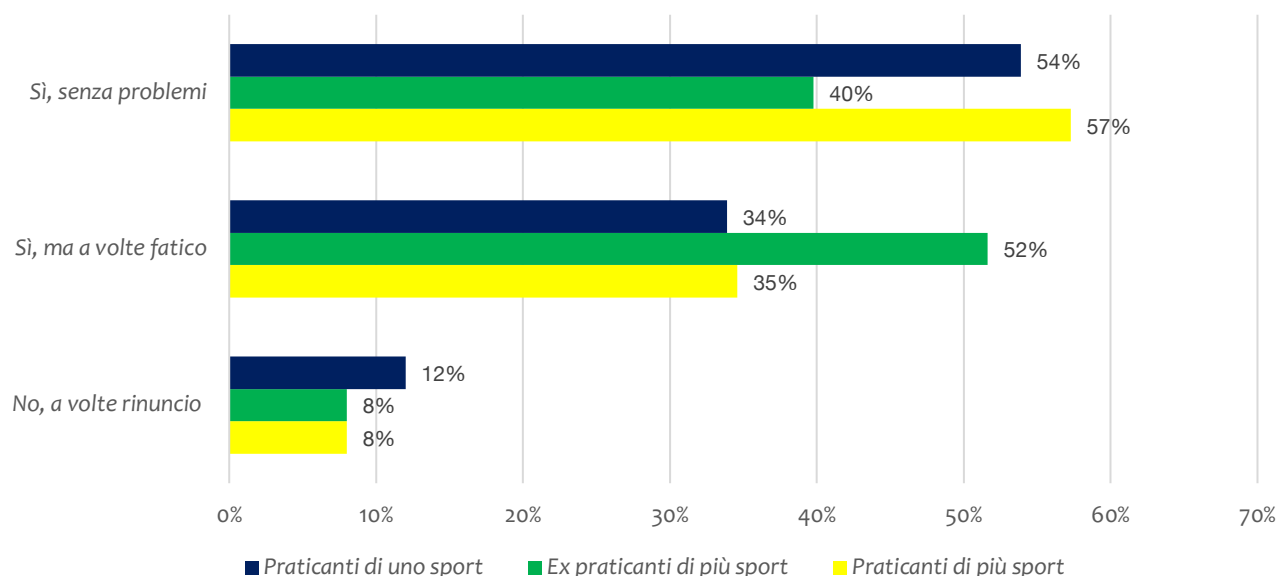
Osservando, invece, chi sono le figure che hanno principalmente incoraggiato i vari sportivi a iniziare la pratica, nonostante la famiglia sia predominante in tutti i gruppi (una media dei gruppi circa del 35%), vi sono delle differenze per il secondo posto: coloro dediti a più attività infatti danno peso alla propria forza di volontà (20%), mentre gli altri alla compagnia dei propri amici (una media dei due gruppi circa del 25%).

Tab. 18 – Incoraggiamento a fare sport



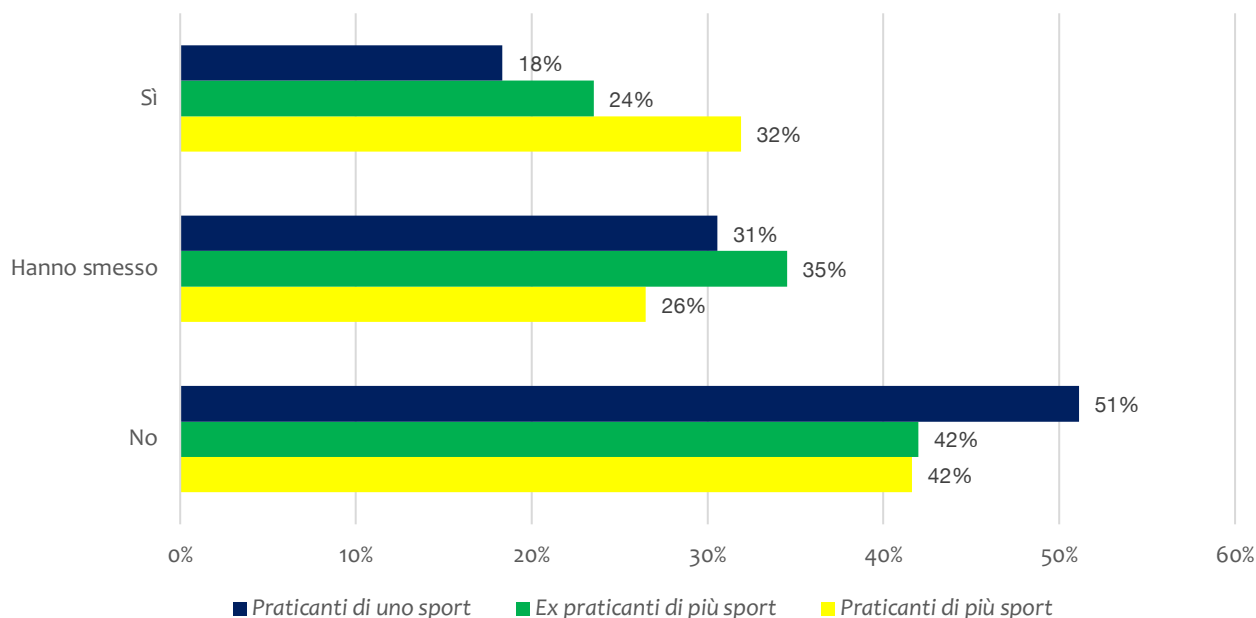
Inoltre, nonostante la grande maggioranza di tutti i nostri intervistati praticanti sostenga di riuscire a conciliare l'attività ai propri impegni personali, la metà di chi ha abbandonato alcuni sport (52%) ammette di fare particolarmente fatica.

Tab. 19 – Conciliazione attività quotidiane e sport



Infine, notiamo che i praticanti di più sport hanno una quota maggiore di genitori che praticano a loro volta attività sportiva (32%), rispetto al 24% degli ex praticanti di più sport e il 18% dei praticanti di un'attività, questo indica come la famiglia sia un vettore importantissimo per la pratica sportiva soprattutto in età infantile e adolescenziale.

Tab. 20 – Genitori praticanti



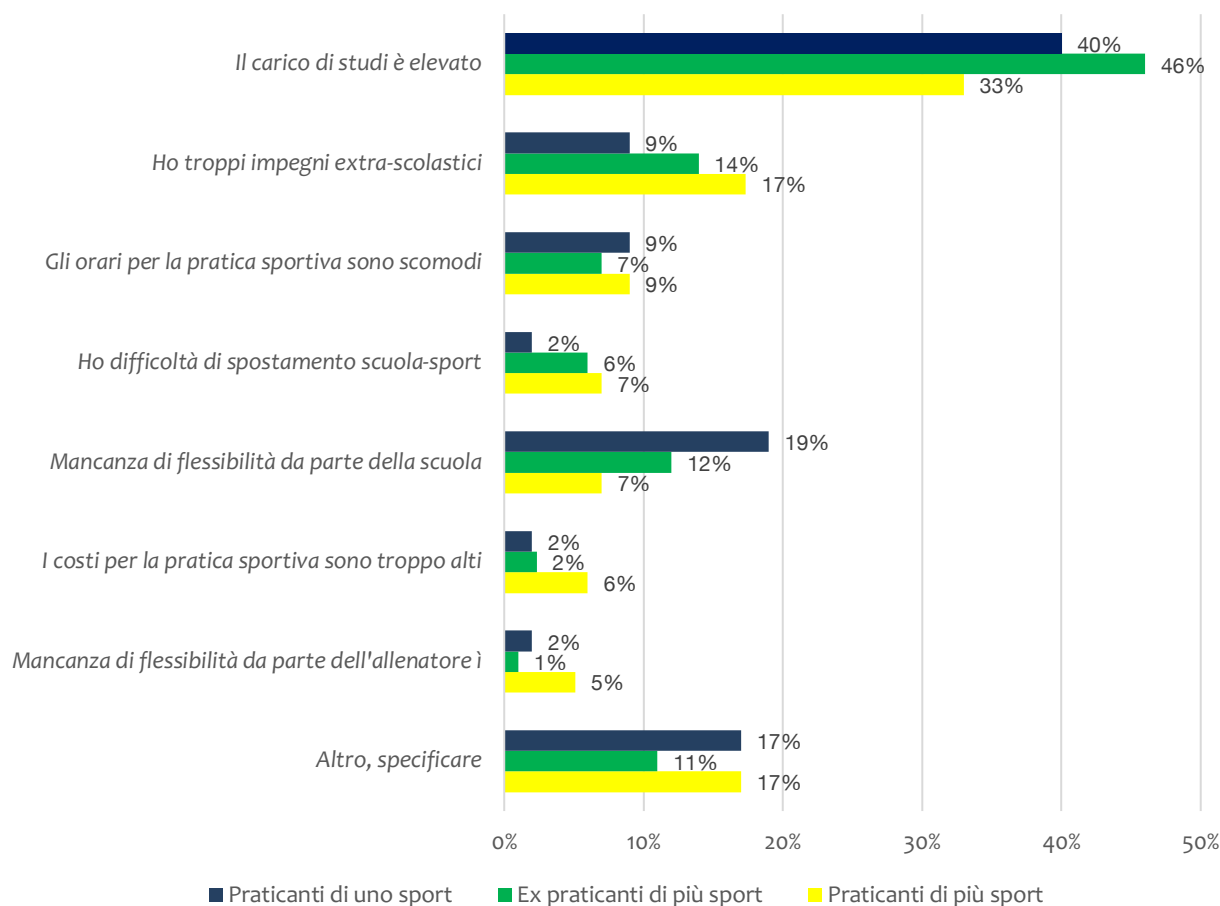
Analizzando le motivazioni per le quali alcuni sportivi fanno fatica a conciliare la pratica con i propri impegni, emerge, come problematica principale comune a tutti i sottogruppi, il carico di studio elevato.

È possibile notare come per i praticanti di più sport questo incida per il 33%, per gli ex praticanti di più sport pesa il 46%, mentre il 40% per chi pratica solamente uno sport.

Questo ci indica come sia presente una buona percentuale di studenti in tutte e tre i sottogruppi del campione.

Altre problematiche emerse, soprattutto da parte dagli ex praticanti, sono la poca flessibilità da parte della scuola (12%) e i troppi impegni extrascolastici (14%).

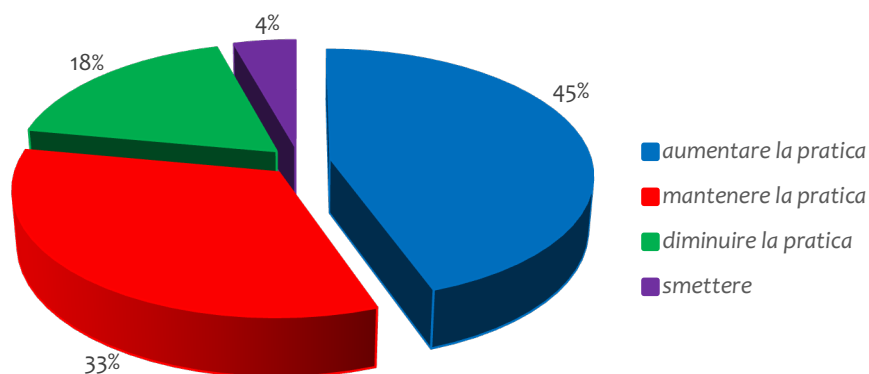
Tab. 21 – Motivazioni difficoltà conciliare sport ad attività quotidiane



Infatti, proprio gli ex praticanti di più sport hanno dichiarato che lo studio è ciò che ha principalmente sostituito le varie attività abbandonate (52%) seguito dall'iniziare a lavorare (25%).

Per i nostri rispondenti infine, nonostante poco meno della metà dei praticanti spera di aumentare la propria pratica nel futuro, il 22% pensa che potrebbe diminuire o addirittura smettere.

Tab. 22 – Desideri futuri sulla pratica sportiva



La causa maggiore della probabile interruzione, si pensa siano proprio gli impegni di lavoro/studio che potranno condizionare quindi il proprio stile di vita, dovendo effettuare delle scelte per gestire al meglio il proprio tempo libero.

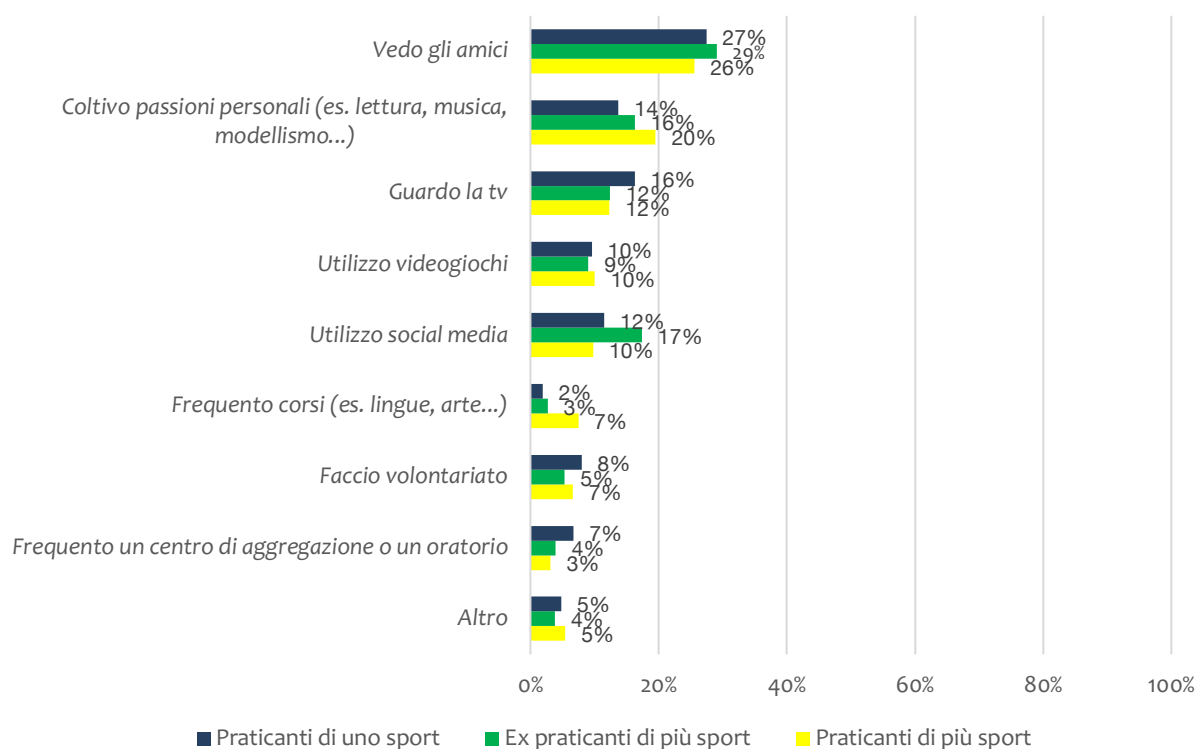
Analisi dello stile di vita

Per fare maggiore chiarezza e cercare di comprendere quali siano le variabili che influenzano la pratica sportiva, è stato analizzato lo stile di vita dei praticanti sportivi.

Dalle risposte precedentemente analizzate è emerso come lo studio e le diverse attività extrascolastiche siano ciò che compromette principalmente la pratica sportiva.

Prendendo in considerazione le diverse attività quotidiane per sottogruppo, notiamo che non vi sono sostanziali differenze né di attività svolte né di tempo dedicato allo studio fra chi pratica uno sport, chi ne pratica più di uno e fra gli ex praticanti di più sport.

Tab. 23 – Attività quotidiane



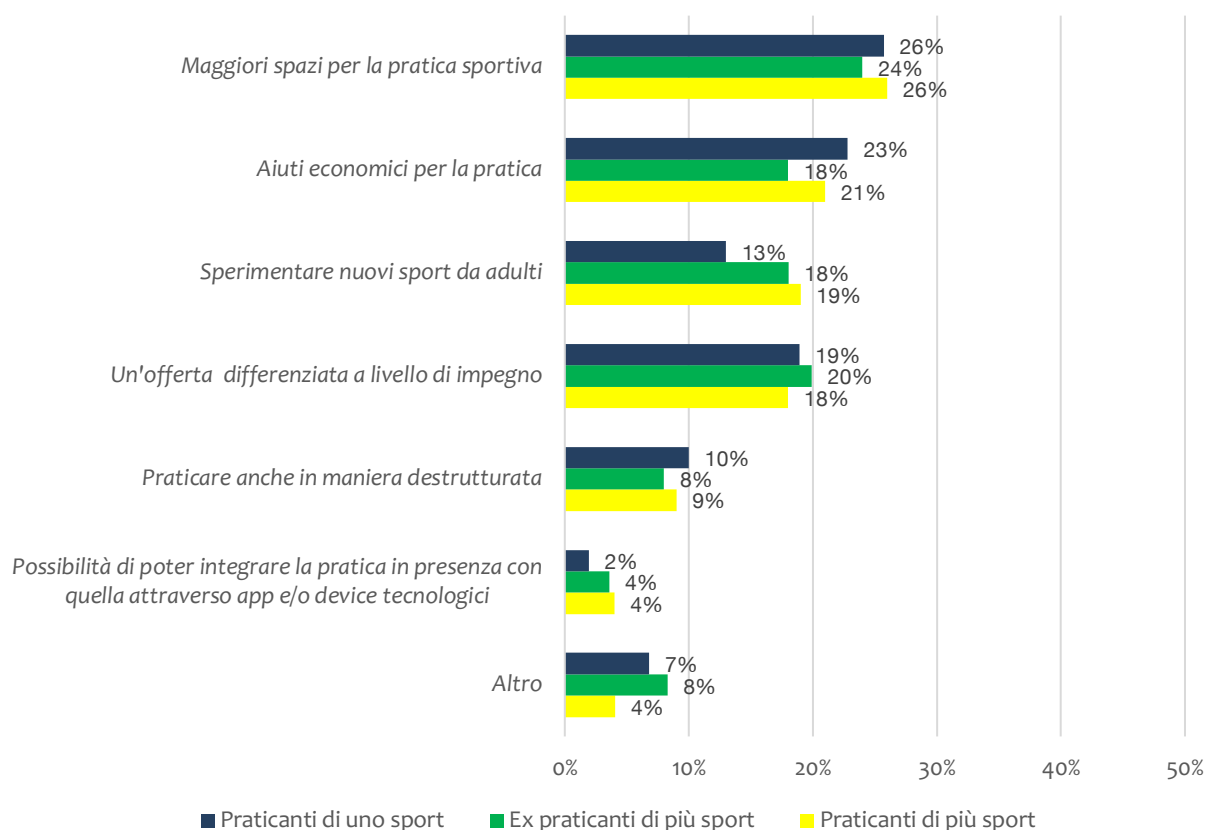
Alla luce di questi dati, la determinazione e l'incoraggiamento sembrano quindi essere fattori chiave per la pratica sportiva, in quanto le attività extra scolastiche non incidono particolarmente in termini di tempo sulla decisione di praticare o meno attività fisica.

SEZIONE E - CONCLUSIONI E PROPOSTE

Analizzando le risposte alla domanda “cosa potrebbe favorire la tua pratica?”, emergono quattro proposte condivise da tutte le sottocategorie dei nostri intervistati:

- **Maggiori spazi per la pratica sportiva (25%)**
- **Un’offerta differenziata a livello di impegno (20%)**
- **Aiuti economici per la pratica (19%)**
- **Sperimentare nuovi sport partendo da zero anche da adulti (17%)**

Tab. 24 – Cosa favorirebbe la pratica sportiva



Da parte dei praticanti, inoltre, emerge la proposta, ai propri comuni di residenza, di un aumento dei luoghi, principalmente indoor, per la pratica.

Si denota chiaramente, inoltre, come vi sia bisogno di differenziare la pratica in base all'impegno, al talento e all'età anagrafica, soprattutto nei confronti del segmento più adulto dei rispondenti alla survey che hanno interesse nel provare sport diversi.

Cercando dunque di approfondire le risposte e le proposte, i praticanti sportivi privilegiano i seguenti aspetti:

- **Un aumento degli spazi sportivi per la pratica.** È chiaro che gli impegni della propria vita quotidiana, in diversi gradi, hanno un forte impatto sulla capacità di praticare; la possibilità di avere maggiori luoghi di pratica, vicino alle abitazioni, ai luoghi di lavoro o alle scuole, permetterebbe di limitare il tempo per spostamenti, riuscendo a facilitare la conciliazione dei tempi di vita. Come nel caso delle scuole, avere maggiori occasioni di accedere allo sport significherebbe aumentare il numero di cittadini potenzialmente coinvolti nell'attività motoria;
- **Un aiuto economico nei confronti della pratica.** Questo elemento che era stato analizzato anche durante la survey, legato specialmente all'abbandono di alcune discipline sportive, è chiaro che non rappresenta un elemento di semplice soluzione, dovendo coinvolgere soggetti quali istituzioni pubbliche e sportive. Prevedere scontistiche e momenti destrutturati di pratica libera potrebbe permettere l'accesso allo sport anche da parte di cittadini che vivono situazioni di disagio;
- **Un'offerta sportiva a carattere promozionale.** L'eccessivo agonismo o richiesta di tempo da parte dello sport rappresenta da sempre un freno verso l'accesso alla pratica motoria di tanti potenziali praticanti. Studiare percorsi che favoriscano una pratica più promozionale, anche in età adulta, o con minore richiesta di impegno sia a livello di

tempo che di agonismo potrebbe rappresentare una chiave di volta importante per coinvolgere un numero maggiore di persone. In questo senso l'utilizzo di nuovi luoghi per lo sport, quali parchi e piazze, potrebbe permettere alle società sportive di riuscire a conciliare sia le necessità di sport agonistico, sia quelle di sport promozionale, senza intaccare la già difficile disponibilità di spazi sportivi (specialmente per alcune discipline).