

ØFFSIDE

Il drop out sportivo nella Z-generation

REPORT SCUOLE SECONDARIE DI SECONDO GRADO

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.

Gli studenti delle scuole secondarie di secondo grado

Il questionario è stato compilato da 641 studenti delle scuole secondarie di secondo grado, di questi però 90 questionari non presentavano alcuna risposta, e in 24 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 527 unità.

In base ad una delle risposte 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:

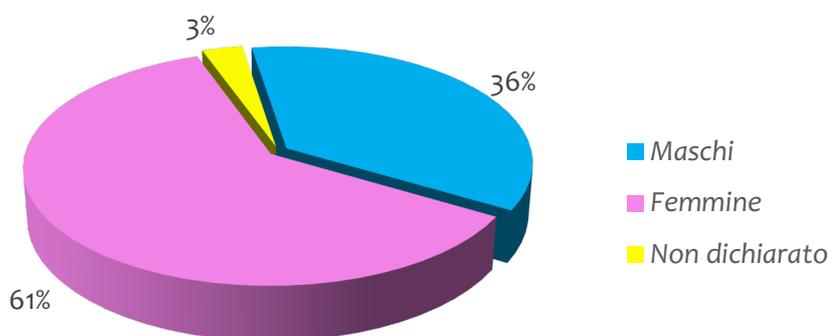
- A. Profilazione degli intervistati: domande sociodemografiche su caratteristiche demografiche (età, sesso, corso di studio, ...) e stile di vita (attività extrascolastiche, tempo dedicato allo studio, ...);
- B. Pratica sportiva: domande mirate a comprendere se l'intervistato pratica o ha mai praticato 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

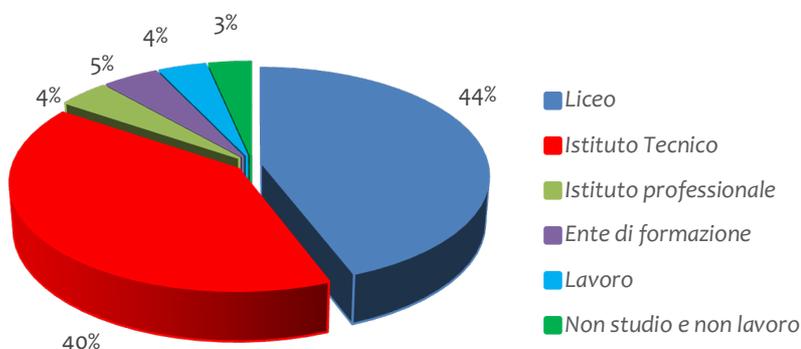
Alla survey dedicata al mondo delle scuole secondarie di secondo grado hanno partecipato un totale di 527 studenti delle scuole superiori, di cui il 36% di genere maschile, il 61% di genere femminile, mentre il 3% ha preferito non esprimersi a riguardo.

Tab. 1 – Genere partecipanti



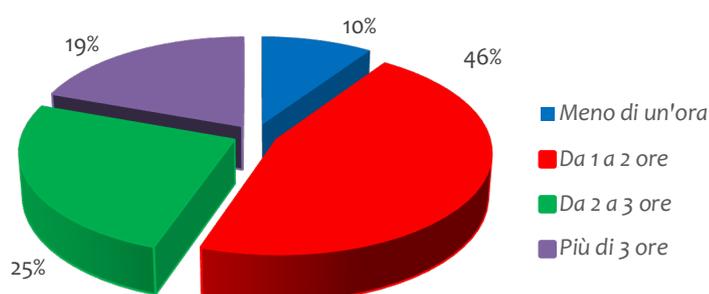
Per quanto riguarda la tipologia di scuola secondaria frequentata, il maggior numero di risposte è arrivato dagli alunni frequentanti Licei (44%) e Istituti Tecnici (40%), seguiti da quelli di Enti di Formazione (5%) e Istituti Professionali o lavoratori (4%). Inoltre, vi è una quota del 7% che dichiara di non frequentare alcun percorso di studi e di non lavorare.

Tab. 2 – Scuola frequentata



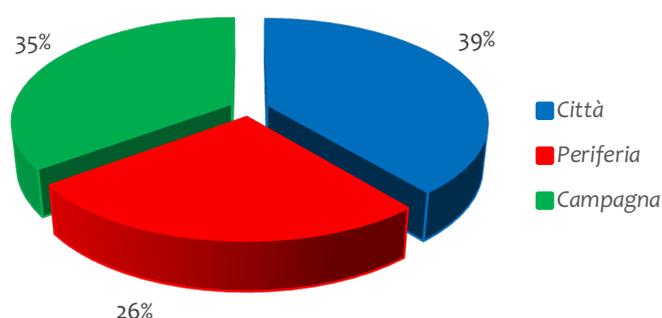
Analizzando il tempo che gli studenti dedicano allo studio (anche per comprendere il tempo a disposizione per l'attività sportiva), è emerso che la maggioranza degli alunni intervistati dedichi ai compiti da 1 a 2 ore di tempo al giorno (46%), il 25% da 2 a 3 ore, il 19% più di 3 ore, il 10% meno di un'ora.

Tab. 3 – Tempo dedicato allo studio



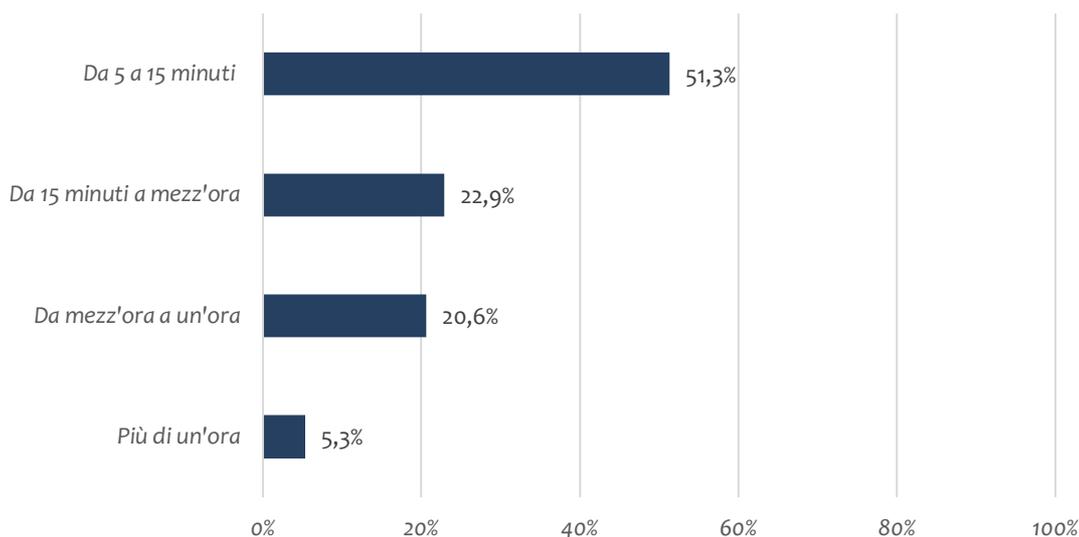
Considerando l'area di residenza degli intervistati, troviamo una buona suddivisione tra città (39%), campagna (35%) e, a seguire, periferia (26%).

Tab. 4 – Area di residenza



Valutando la distanza degli studenti dalle rispettive scuole, si evidenzia come la metà degli studenti frequentino un istituto molto vicino alla propria abitazione; il 51% infatti, impiega da 5 a 15 minuti per raggiungere la propria scuola, percentuale che arriva fino al 74% considerando anche una distanza tra i 15 e i 30 minuti. Per il restante 26%, il 21% impiega da mezzora a un'ora, il 5% più di un'ora.

Tab. 5 – Distanza dalla scuola

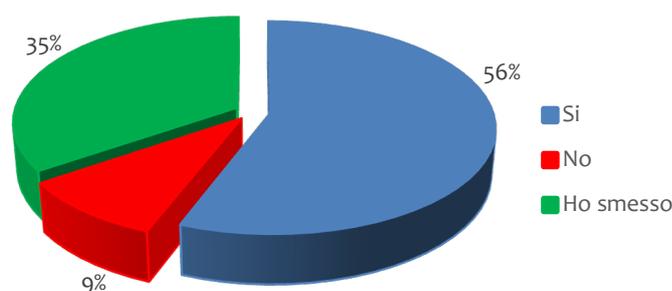


La vicinanza alla scuola rappresenta un dato molto importante, che deve essere tenuto in considerazione durante la pianificazione delle attività sportive extra scolastiche svolte all'interno degli impianti scolastici. Pensando soprattutto alla campagna, dove magari non sono così presenti altri impianti sportivi, una maggiore implementazione dell'attività sportiva potrebbe garantire una facilità di accesso allo sport e una più ampia risposta in termini di partecipazione.

SEZIONE B – LA PRATICA SPORTIVA

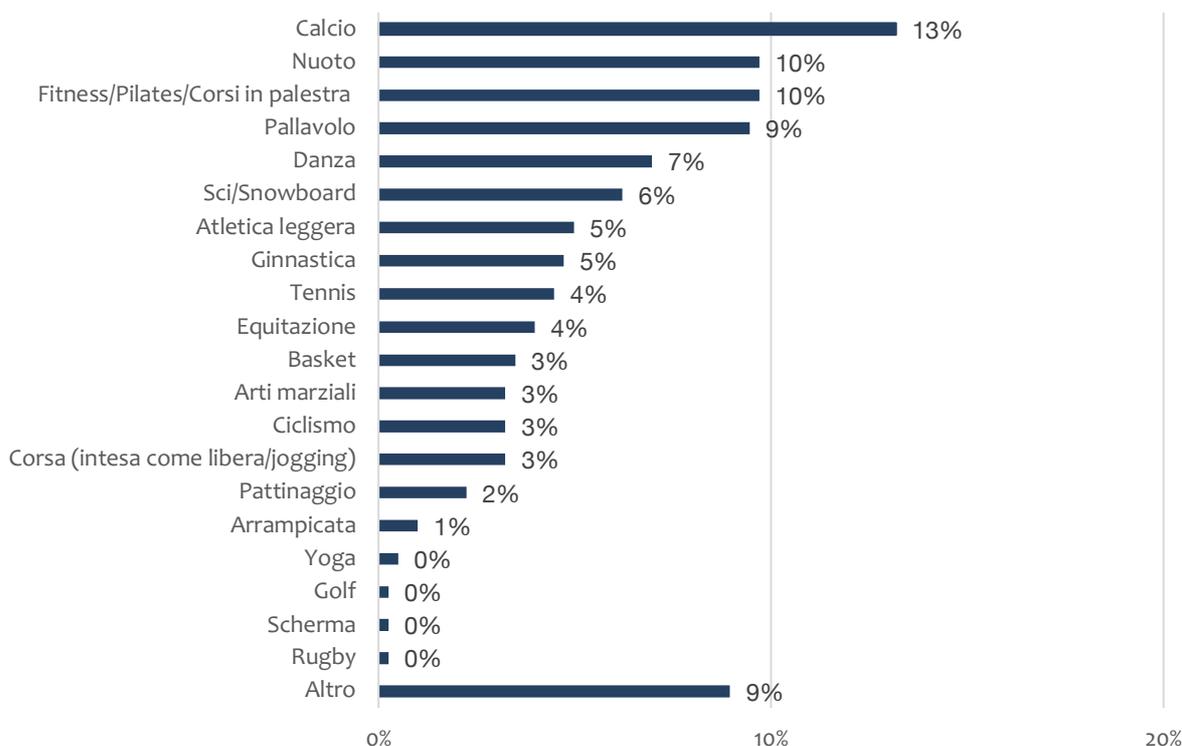
Cercando di valutare il rapporto degli studenti di scuola secondaria di secondo grado con la pratica sportiva, si evidenzia come più di uno su due (56%) dei nostri intervistati, stia attualmente praticando, uno su tre (35%) abbia smesso di praticare sport, e, infine, che il 9% non ha mai praticato.

Tab. 6 – Attuale pratica sportiva



Andando ad analizzare le diverse discipline sportive praticate attualmente, troviamo al primo posto lo sport più praticato in Italia, il calcio, con il 13%, a seguire, a pari percentuale (10%), le attività come fitness/pilates/palestra, il nuoto e la pallavolo.

Tab. 7 – Disciplina sportiva praticata



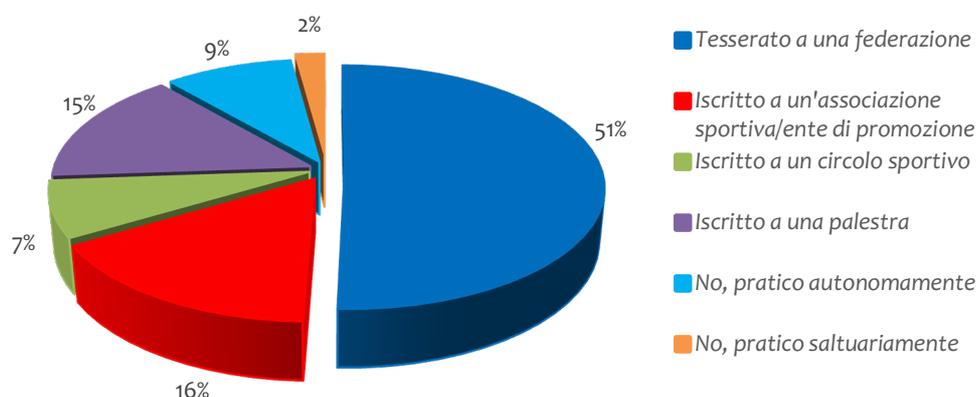
Con percentuali inferiori troviamo poi altre discipline come la danza, lo sci/snowboard, l'atletica leggera, la ginnastica, il tennis, l'equitazione, il basket, le arti marziali, il ciclismo, il pattinaggio, la corsa, l'arrampicata, il rugby, la scherma e il golf.

Successivamente si è provato a comprendere le modalità di svolgimento dell'attività sportiva, se in autonomia / destrutturata, se tesserati presso una federazione / ente di promozione o se iscritto ad una palestra/circolo.

Due studenti su tre svolgono sport in maniera strutturata, essendo tesserati all'interno di una Federazione (51%) o società sportive / Ente di Promozione Sportiva (16%); il 22% risulta iscritto ad una palestra (15%) o ad un circolo sportivo (7%).

Uno su dieci (11%) invece, pratica attività sportiva autonomamente (9%), o solo in alcuni periodi dell'anno, ad esempio inverno/estate (2%).

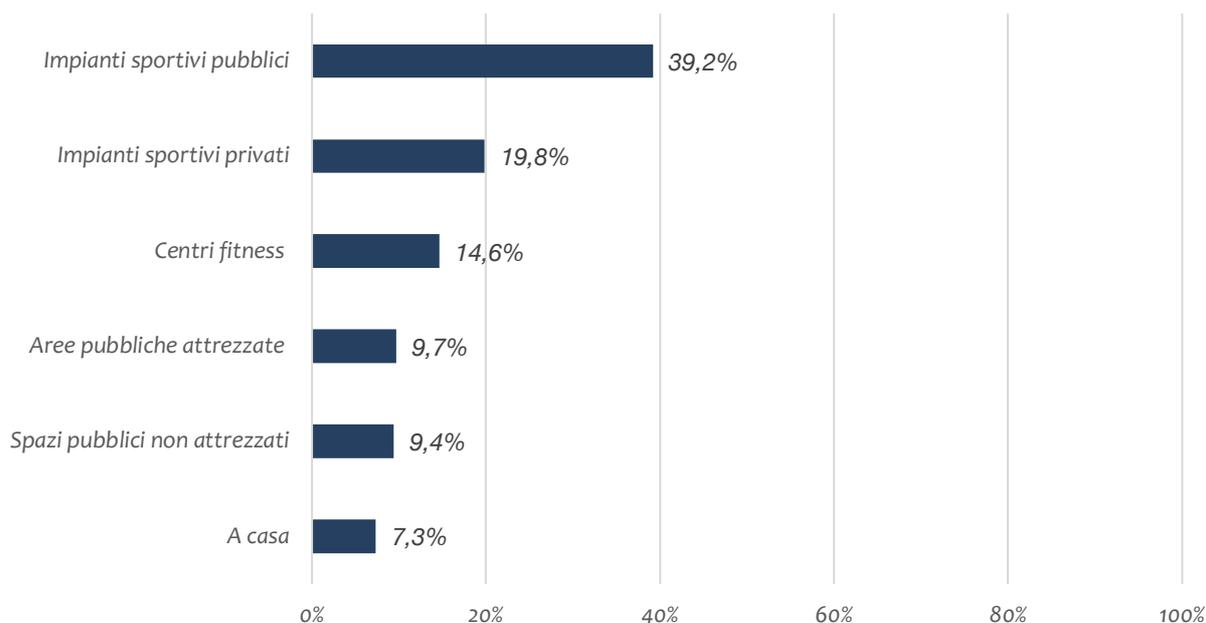
Tab. 8 – Modalità di pratica



Successivamente sono stati analizzati i luoghi della pratica sportiva.

L'analisi fa emergere che circa il 60% dei nostri intervistati pratica in impianti sportivi pubblici o privati, mentre altri luoghi gettonati sono i centri fitness con il 14%, gli spazi outdoor, differenziati fra aree pubbliche attrezzate e non attrezzate, in pari percentuale scelti da circa il 10% dei partecipanti alla survey. Con una percentuale di circa il 7% troviamo chi pratica in autonomia a casa.

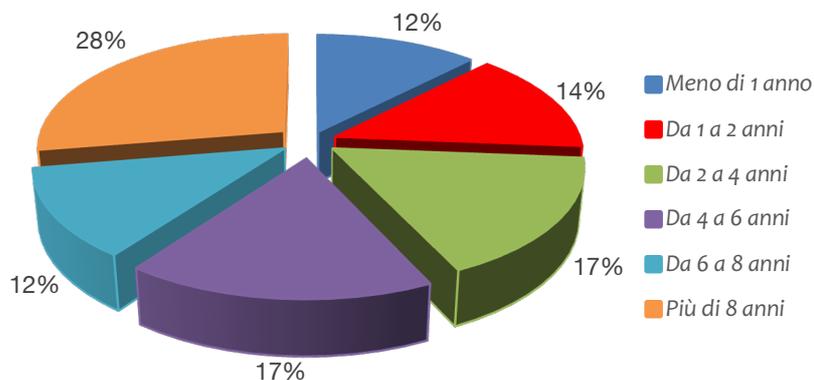
Tab. 9 – Luogo di pratica



Successivamente è stato chiesto da quanto tempo i ragazzi praticassero sport.

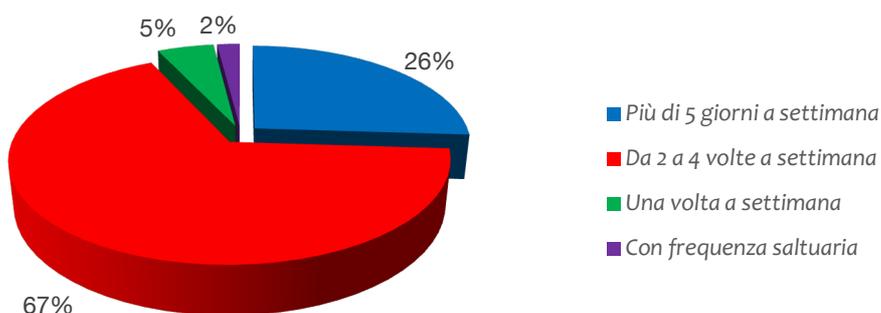
Più della metà dei praticanti (57%) sostiene di fare sport da più di 4 anni, di cui il 40% da più di 6 anni, mentre uno su quattro (26%) pratica da meno di due anni.

Tab. 10 – Da quanto tempo pratici sport?



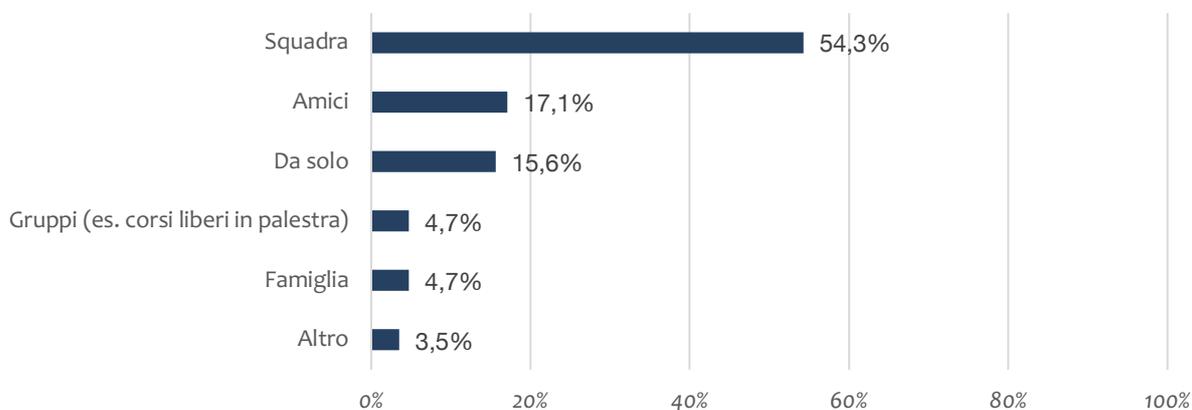
Dal punto di vista della frequenza di pratica, la maggioranza dei nostri intervistati (67%) ha dichiarato di praticare attività sportiva due o tre volte a settimana, il 26% da cinque a sette giorni a settimana, mentre il 5% una volta a settimana.

Tab. 11 – Frequenza di pratica



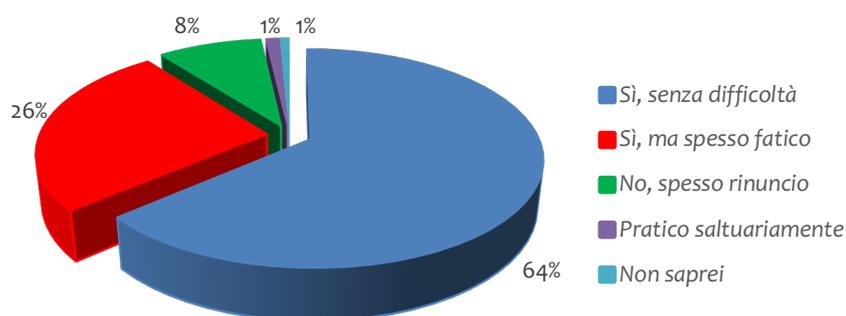
Si evidenzia una maggiore scelta di praticare attività sportiva in compagnia di altri coetanei, il 54% infatti, sottolinea che pratica sport in compagnia dei propri compagni di squadra, il 17% con amici in attività libera e destrutturata, a seguire circa il 16% pratica da solo.

Tab. 12 – Con chi pratichi sport?



Nove studenti su dieci di scuola secondaria di primo grado riescono a conciliare le attività quotidiane con la pratica sportiva: il 64% riesce a praticare secondo le proprie esigenze senza particolari difficoltà, mentre il 26% riesce a praticare ma spesso fatica ad organizzarsi per praticare in modo regolare. Mentre l'8% non riesce a conciliare le attività quotidiane con la pratica sportiva.

Tab. 13 – Conciliazione attività quotidiana e sport



SEZIONE C – LE MOTIVAZIONI

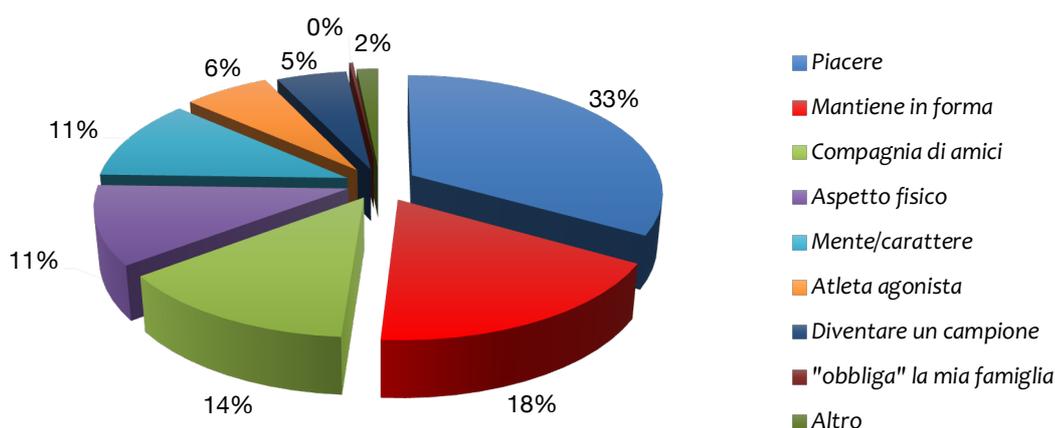
Come anticipato nella sezione precedente, ad oggi più di uno studente su due pratica attività sportiva ed il 35% ha smesso di praticare.

In questa sezione si vanno dunque ad analizzare le motivazioni che hanno portato alle diverse scelte di pratica o meno dei nostri intervistati.

i. Praticanti

Dall'analisi emerge che la motivazione principale che ha spinto i giovani a fare sport è il piacere della pratica (33%), seguito da chi pratica per mantenersi in forma (18%), da chi lo fa per passare del tempo con gli amici (14%) e a parità di percentuale poi troviamo chi lo fa per migliorare il proprio aspetto fisico e per migliorare lo stato di salute mentale o migliorare il carattere (11%).

Tab. 14 – Motivazioni alla pratica sportiva

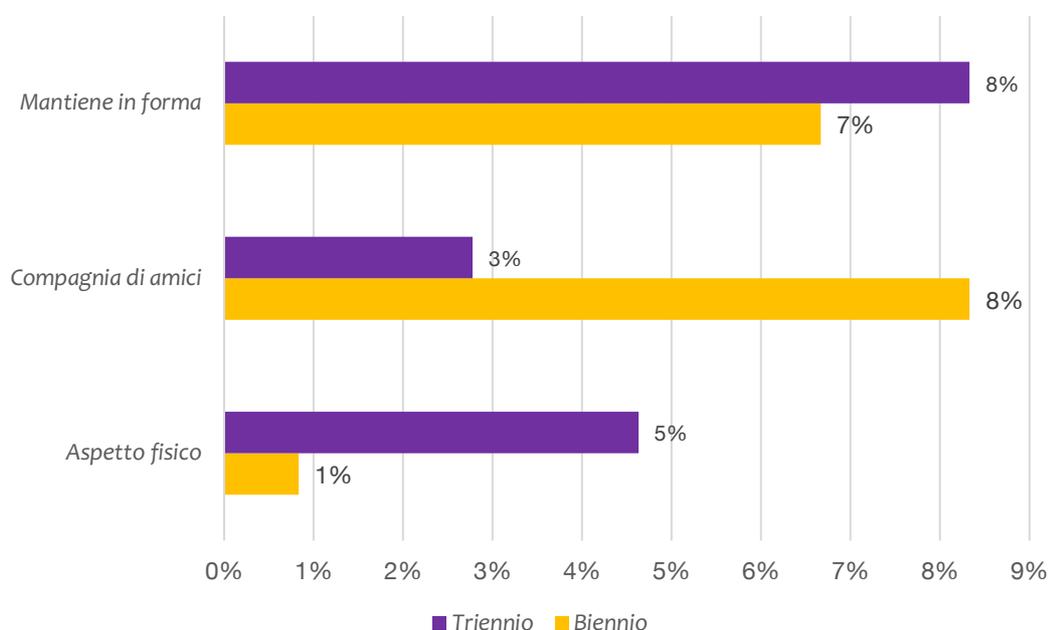


Seppur con percentuali minori, altre motivazioni che spingono i giovani a praticare sport sono il desiderio di diventare un campione (5%) e il 2% ammette di essere obbligato dai propri genitori.

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.

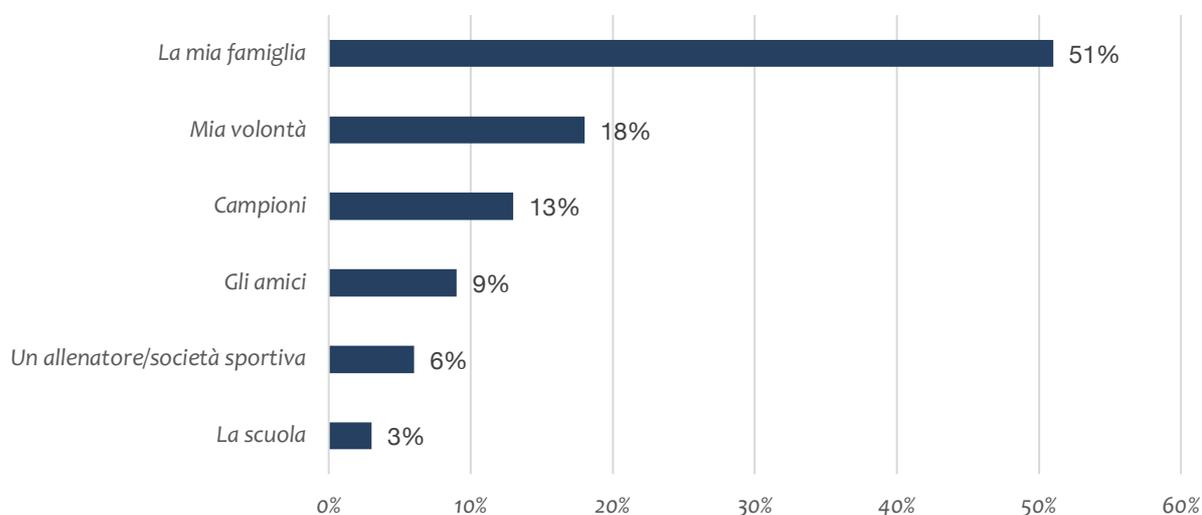
Significativo notare come gli amici rappresentino una motivazione per gli alunni del biennio (soprattutto maschi), mentre il mantenersi in forma e l'aspetto fisico rappresentino una motivazione più significativa per gli studenti del triennio (senza differenze sostanziali tra maschi e femmine).

Tab. 15 – Relazione motivazioni alla pratica sportiva - età



Approfondendo la conoscenza degli studenti praticanti, è stato chiesto di indicare chi li avesse incoraggiati a praticare attività sportiva. Circa metà degli intervistati si è espressa dicendo che è stato incoraggiato dalla propria famiglia, subito dopo troviamo chi ha preso la scelta in autonomia, espressa all'interno della voce "altro" (18%) e chi è stato motivato dall'esempio di campioni (13%). Queste risposte evidenziano come le famiglie abbiano un ruolo fondamentale nella pratica sportiva dei ragazzi, ma anche come stia crescendo la volontà di emulare i propri idoli o riferimenti. A seguire il 9% ha ammesso di essere stato spronato dagli amici, il 6% dal proprio allenatore, e il 3% dalla scuola.

Tab. 16 – Incoraggiamento a fare sport



ii. Ex praticanti

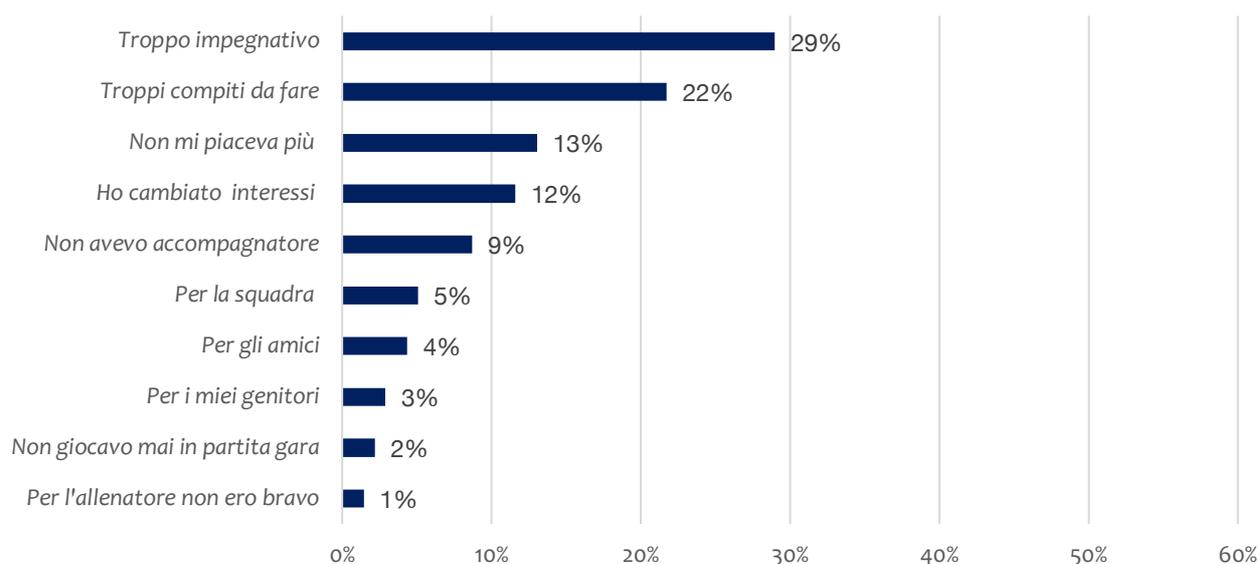
Entrando nel dettaglio di chi ha smesso di praticare sport, notiamo che la principale causa che ha portato i ragazzi a smettere è l'aumento degli impegni, per il 51% dei

ragazzi, fra cui lo studio (22%). Un'altra motivazione è la perdita di interesse/piacere nei confronti dello sport (13%), seguito da chi non riesce a trovare chi lo accompagni nei luoghi di pratica sportiva (9%).

Possiamo evidenziare, inoltre, risposte interessanti anche con una percentuale minore:

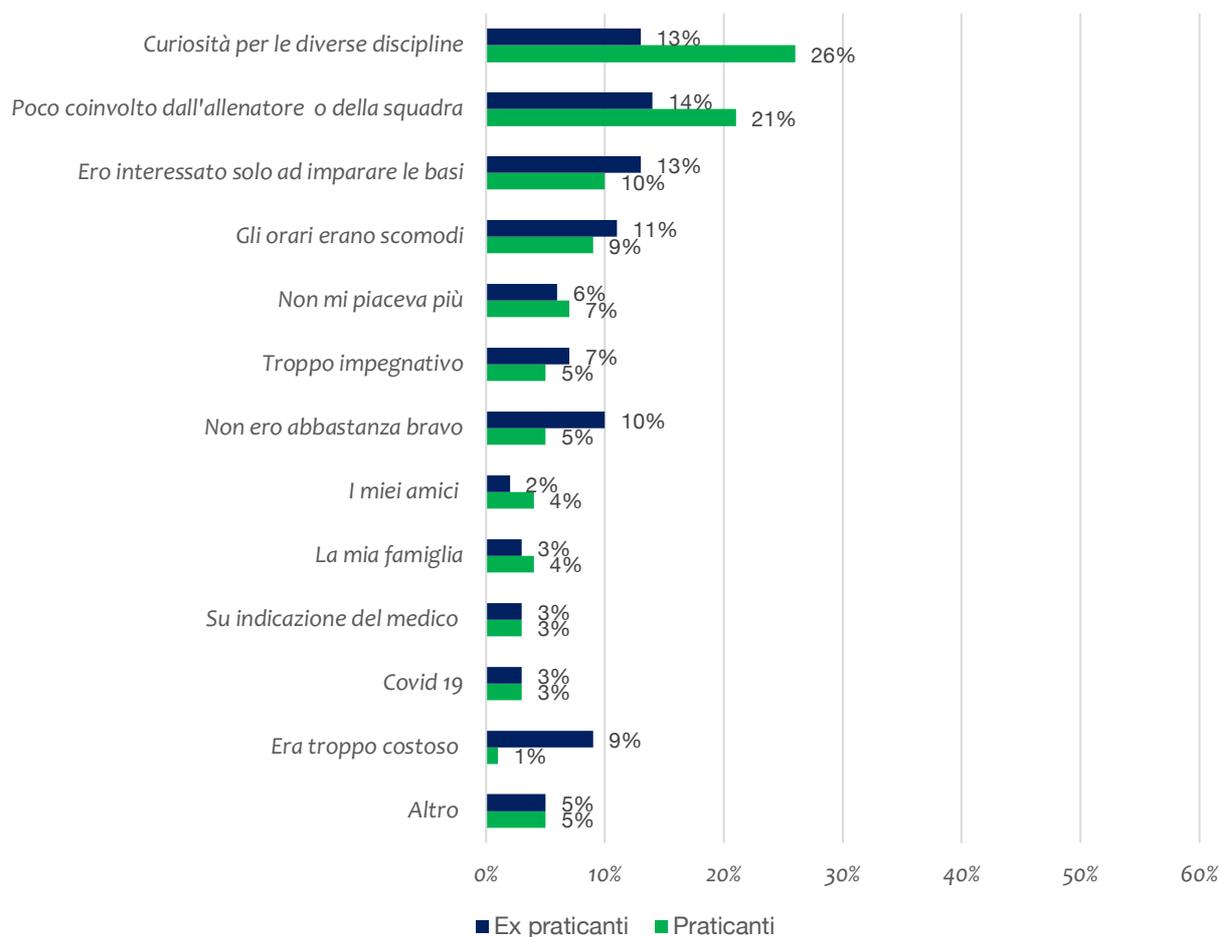
- Perché non mi trovavo in sintonia con la squadra (5%);
- Perché nessun mio amico ha continuato con la pratica (4%);
- Per scelta dei miei genitori (3%);
- Perché non giocavo in partita o perché per l'allenatore non ero bravo (2%).

Tab. 17 – Motivazioni abbandono disciplina sportiva ex praticanti



Oltre ai fattori appena citati è interessante notare altre problematiche che i praticanti invece non hanno presentato: il troppo impegno (7%) e la mancanza di talento (10%), che sono già state segnalate, e l'eccessivo investimento economico che richiede la pratica (9%).

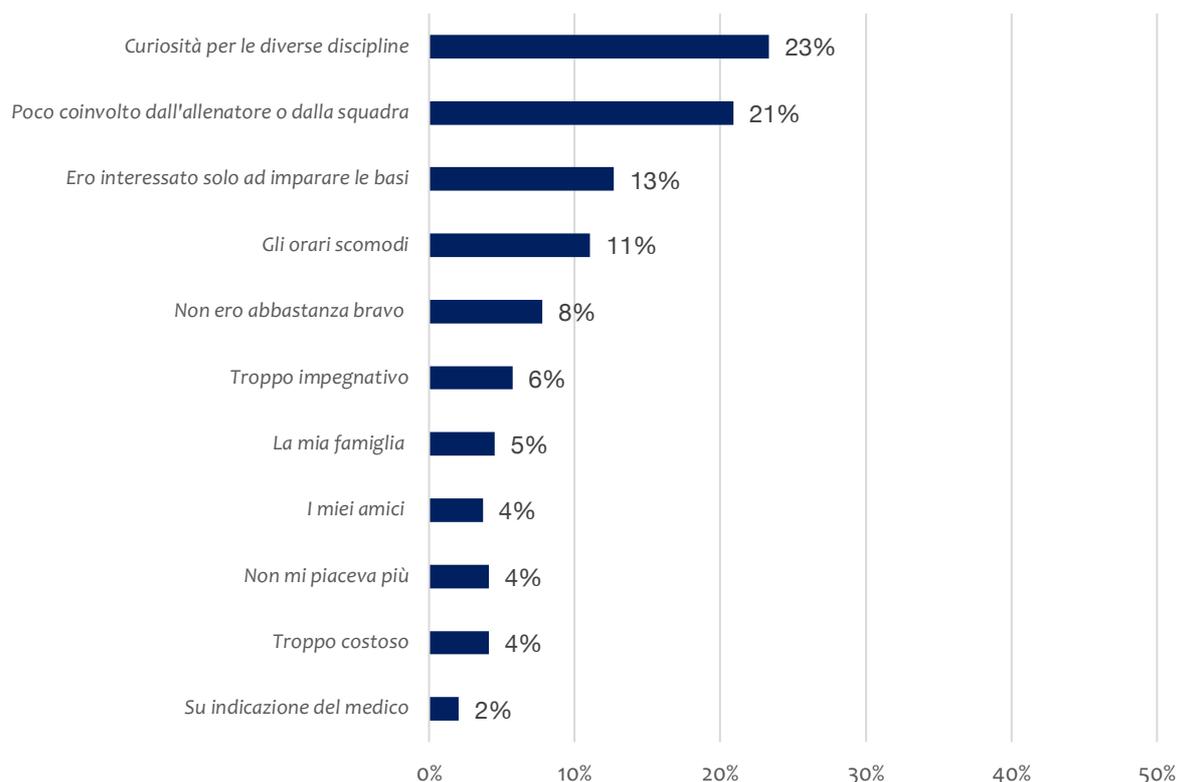
Tab. 18 – Confronto motivazioni abbandono sport



Continuando l'analisi degli studenti che hanno smesso di praticare sport, si evidenzia come, la metà degli studenti, aveva praticato più sport nel corso della propria vita, sebbene la grande maggioranza (73%) ne abbia dovuto abbandonare almeno uno.

Le principali cause di abbandono sono state la maggiore curiosità verso altre discipline (23%), il sentirsi poco coinvolto dall'allenatore o dalla squadra (21%), l'interesse a imparare le sole basi (13%), la scomodità degli orari (11%)

Tab. 19 – Motivazioni abbandono seconda disciplina sportiva

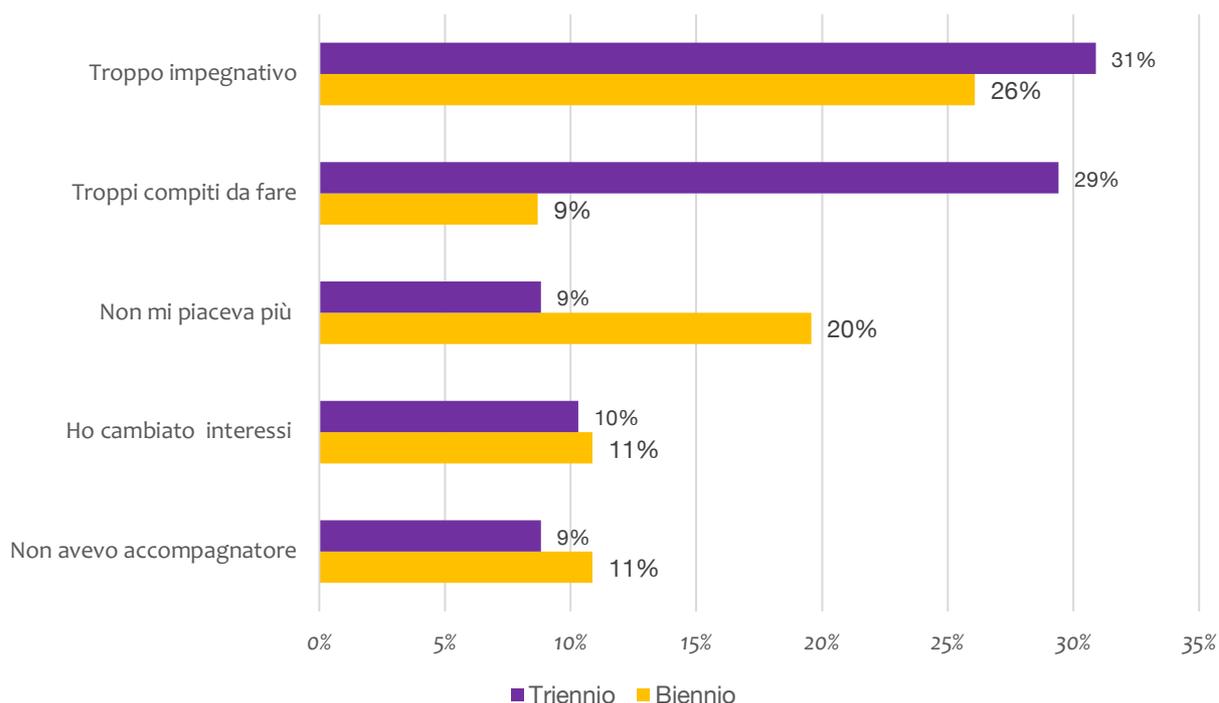


Entrando invece nel dettaglio delle motivazioni di abbandono della disciplina sportiva in riferimento alle diverse fasce d'età si notano alcune principali evidenze:

- I troppi compiti da fare rappresentano una fortissima motivazione per il triennio (soprattutto per le femmine), mentre per il biennio appariva ancora come una situazione gestibile;
- La mancanza di piacere nel praticare lo sport si evidenzia nel biennio, mentre nel triennio non mostra percentuali così elevate;

- Per entrambe le fasce di età (attorno al 30%) la motivazione principale è il troppo impegno richiesto dallo sport, con un peso particolare per il genere femminile.

Tab. 20 – Relazione motivazioni abbandono disciplina sportiva - età

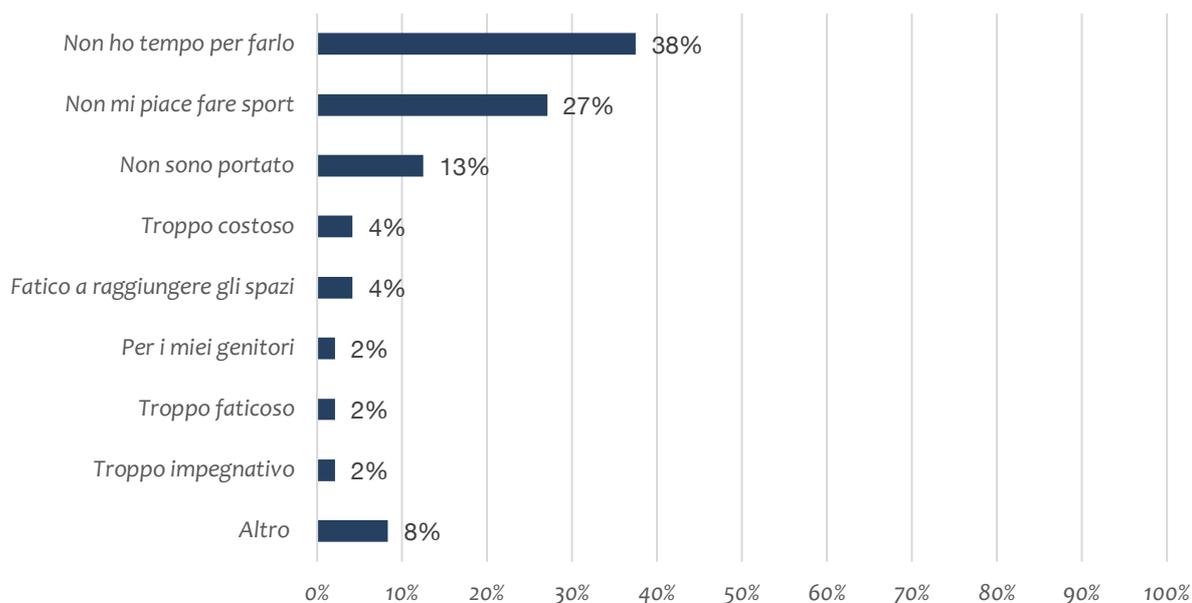


iii. Non praticanti

Analizzando invece il sottogruppo dei **non praticanti**, si evidenzia che le motivazioni principalmente attengono al:

- non avere tempo a disposizione (38%);
- non essere appassionati all'attività sportiva (27%);
- pensare di non essere portati (13%).

Tab. 21 – Motivazioni abbandono disciplina sportiva non praticanti



Con percentuali minori troviamo chi crede sia troppo costoso e chi ritenga sia troppo faticoso svolgere attività sportiva, entrambi al 4% circa, e chi non pratica perché i genitori non sono d'accordo (2%).

Possiamo quindi affermare che i due fattori predominanti che portano gli studenti delle scuole secondarie di secondo grado a non praticare sport sono la mancanza di tempo e di interesse.

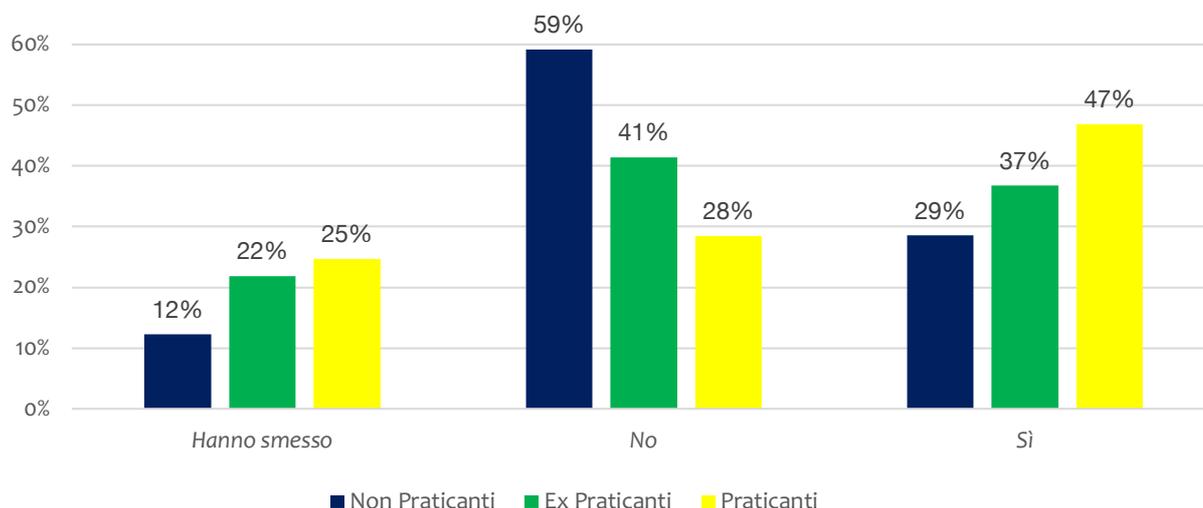
SEZIONE D – CONFRONTO TRA SOTTOGRUPPI

Prendendo in esame le ragioni indicate in precedenza dagli studenti, è stato possibile confrontare le risposte per sottogruppo, provando ad approfondire le singole motivazioni addotte.

Nella profilazione dei partecipanti, abbiamo notato che lo stimolo principale a fare sport per i nostri intervistati è dato dai genitori, dalla propria forza di volontà e dall'esempio di grandi campioni.

Approfondendo la tematica dell'incoraggiamento verso la pratica sportiva, possiamo notare che i genitori di coloro che non praticano sport attualmente, siano nella grande maggioranza anch'essi non praticanti (in particolare 71% per i non praticanti e 63% per gli ex), mentre per gli studenti sportivi il numero di genitori che fa sport sfiora la metà delle famiglie (47%).

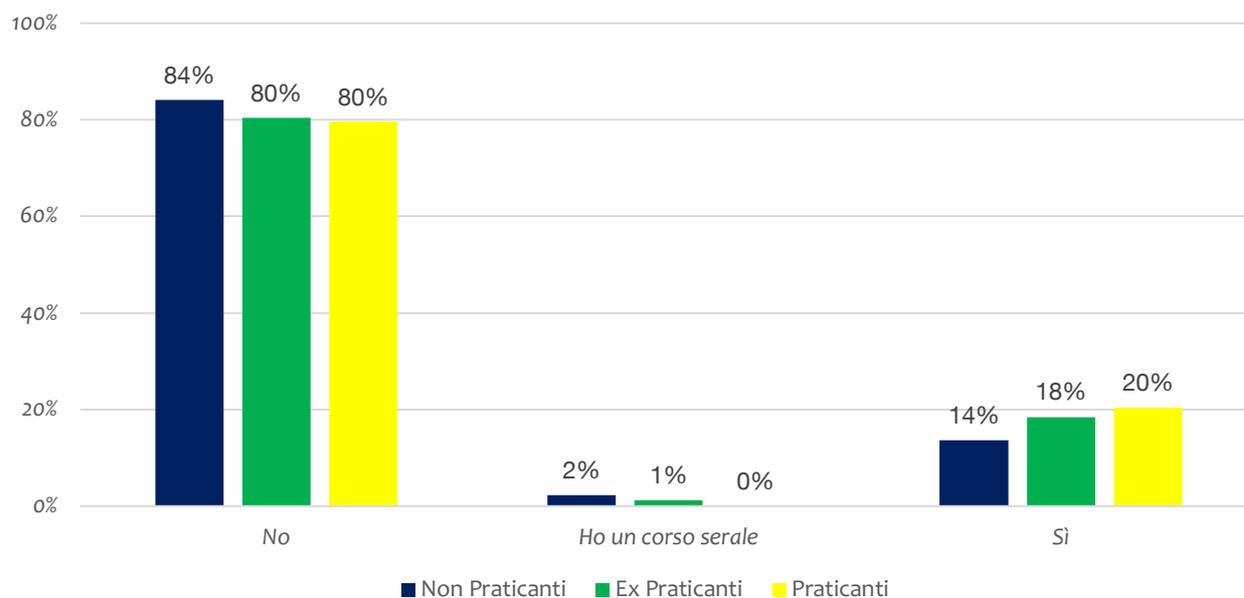
Tab. 22 – Genitori praticanti



Per meglio comprendere da cosa dipenda la pratica sportiva, si sono analizzati i diversi impegni extrascolastici degli studenti, inclusi i rientri scolastici. Dalle risposte ricevute, possiamo osservare che non praticanti, ex praticanti e praticanti non presentano passatempi sostanzialmente diversi.

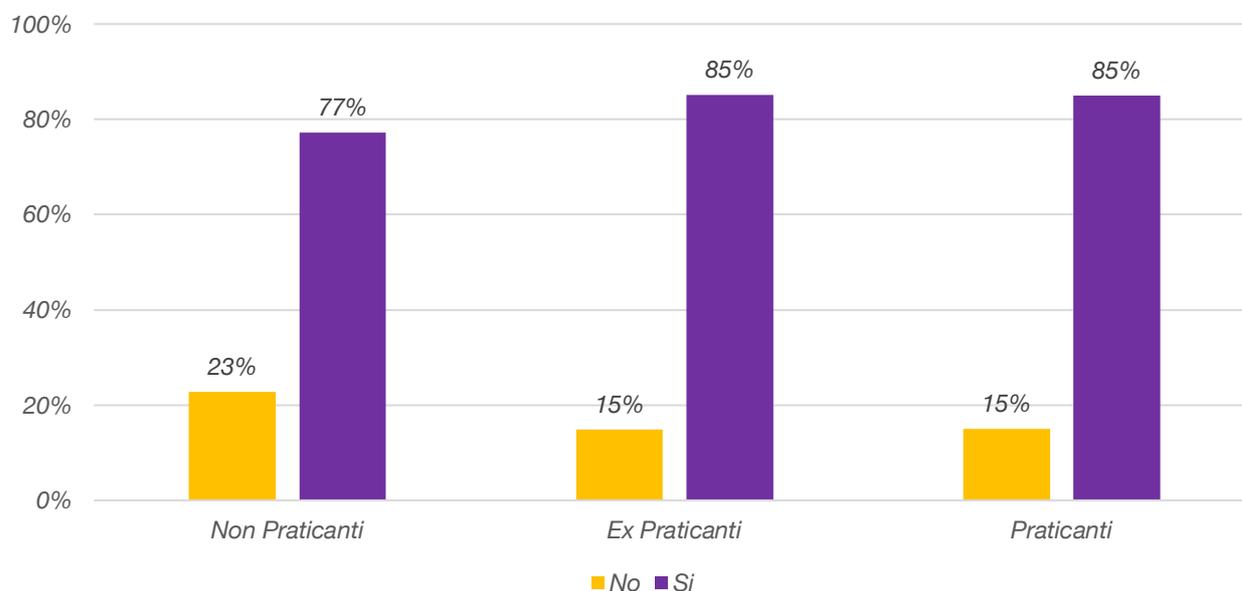
Infatti, come dimostrato dai grafici, circa l'80% degli studenti, senza distinzione fra sottogruppi, non ha rientri pomeridiani a scuola.

Tab. 23 – Rientri scolastici



Anche l'aver scuola al sabato non può essere una discriminante per praticare o meno attività sportiva in quanto tutti e tre i sottogruppi presentano quasi la stessa percentuale di studenti che sono impegnati a scuola al sabato.

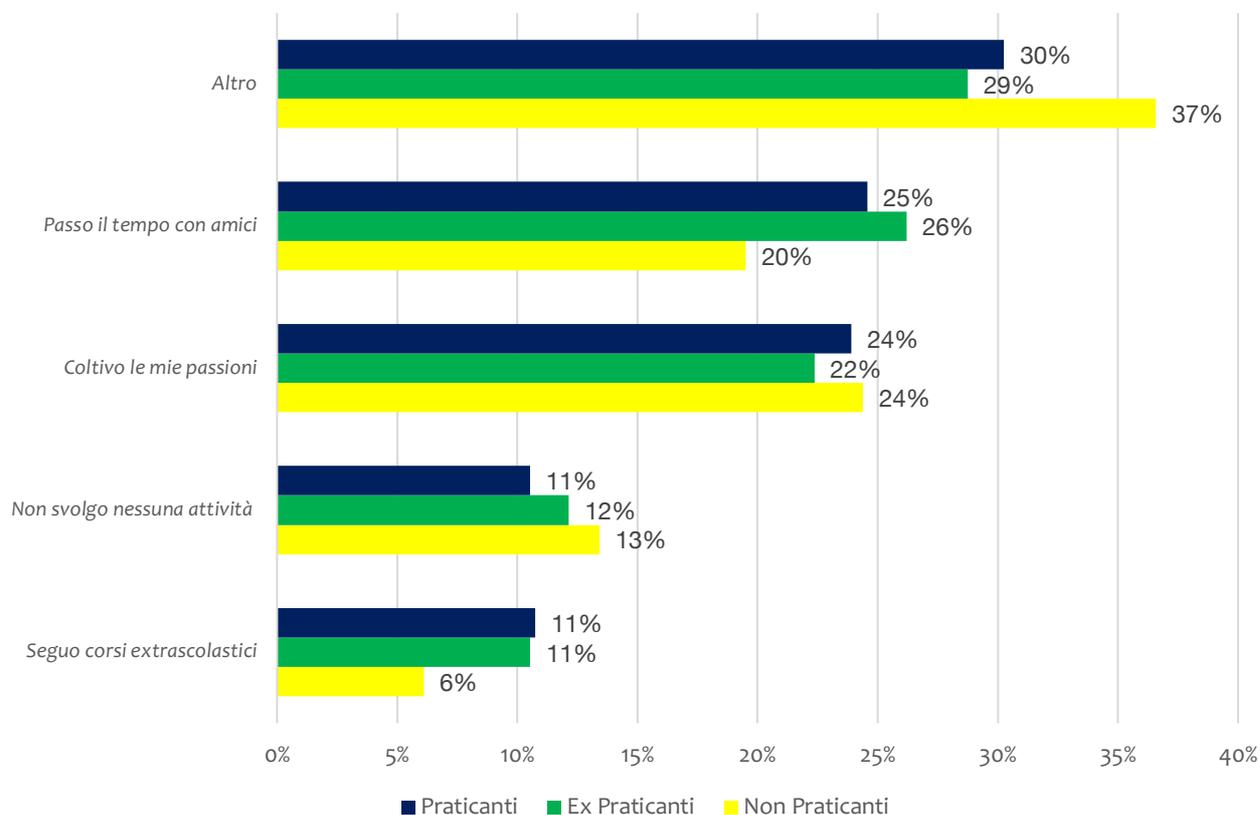
Tab. 24 – Sabato a scuola



Addirittura, nei tre sottogruppi dei nostri rispondenti, vi sono le stesse percentuali di studenti che non svolgono alcuna attività extrascolastica (circa il 12%).

E inoltre, chi non pratica attività sportiva, rispetto a chi pratica o agli ex praticanti, rappresenta la percentuale maggiore di chi dice di non praticare nessuna attività extrascolastica. Da evidenziare una buona percentuale di risposte in “Altro” specificando che praticano attività sportiva libera o in società.

Tab. 25 – Impegni extrascolastici



Alla luce di questi dati, il tempo a disposizione non appare come motivazione centrale nella scelta di non praticare sport, di conseguenza l'ambiente di gioco e l'incoraggiamento sembrano essere fattori chiave per la pratica sportiva degli studenti delle scuole secondarie di secondo grado.

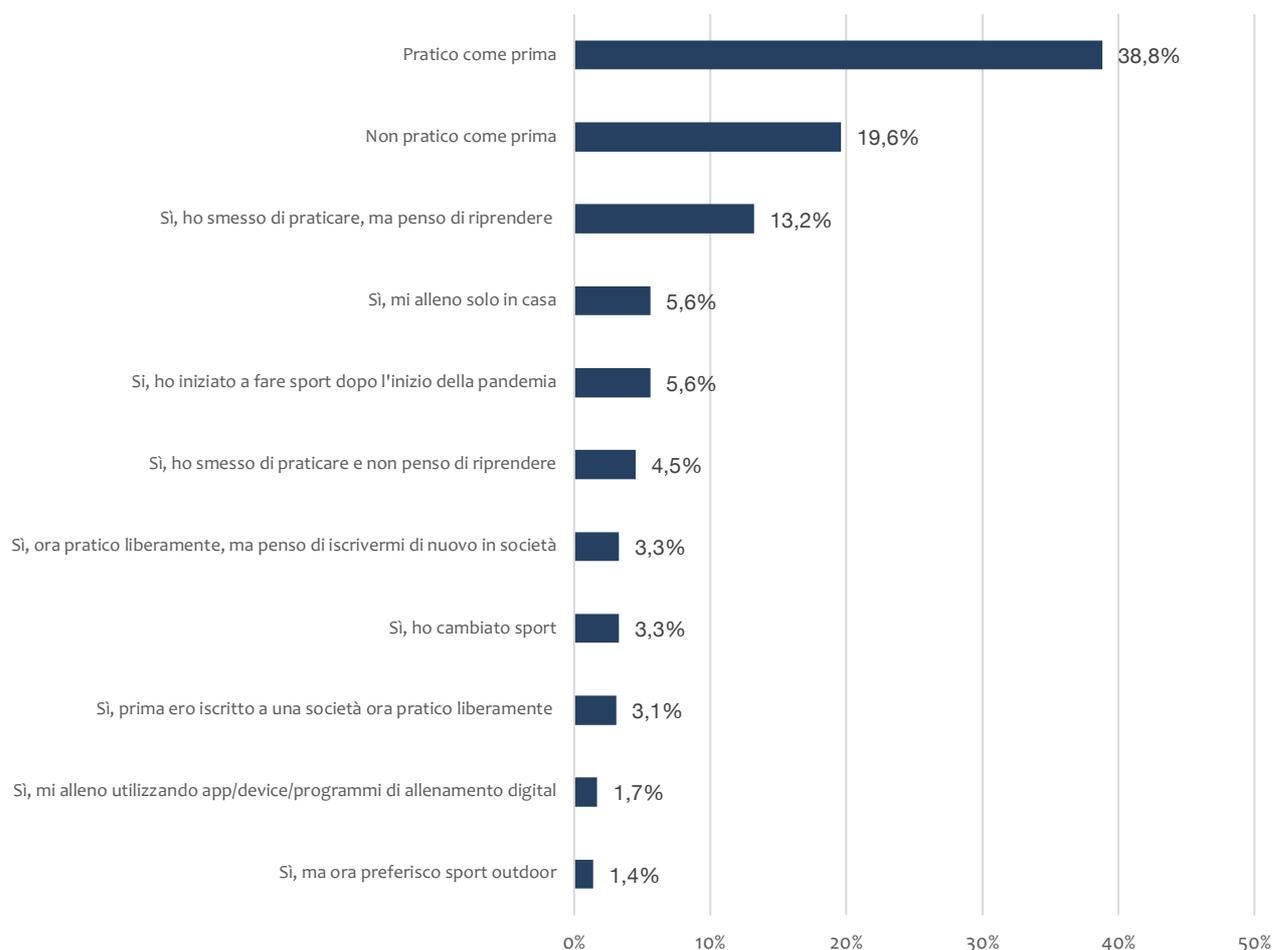
Dropout e COVID-19

Analizzando i dati relativi alla pratica sportiva durante la pandemia, nei nostri intervistati, sono emerse le seguenti informazioni:

- Il 39% dei praticanti ha continuato a praticare come prima della pandemia, la restante parte ha smesso di praticare durante la pandemia ma conta di riprendere a farlo (13%);

- Il 15% ammette di aver cambiato la propria pratica, prediligendo lo sport outdoor e la pratica libera, oppure allenandosi in casa con l'utilizzo di app/device.

Tab. 26 – La pratica sportiva ai tempi del Covid



SEZIONE E – CONCLUSIONI E PROPOSTE

Dall'analisi delle risposte ottenute e dai confronti tra i tre sottogruppi, è lecito affermare che i principali fattori che hanno portato i nostri intervistati a scegliere di non praticare attività sportiva, siano:

- **La mancanza di tempo:** scelgono di dare la precedenza ad altri impegni, soprattutto scolastici come lo studio, che ritengono più importanti, vedendo lo sport come un'attività secondaria impegnativa che occupa troppo tempo.
- **Il cambio di interessi:** coloro che smettono di praticare perdono la passione per lo sport e si dedicano principalmente ad altre attività.

Nell'analisi degli stili di vita è, però, emerso che gli impegni extrascolastici non variano particolarmente fra praticanti e non; cambia invece la spinta e l'incoraggiamento, perlopiù derivante dai genitori, che gli sportivi hanno nel continuare l'attività. Ciò porta ad un maggiore stimolo, esterno e personale, a non abbandonare lo sport.

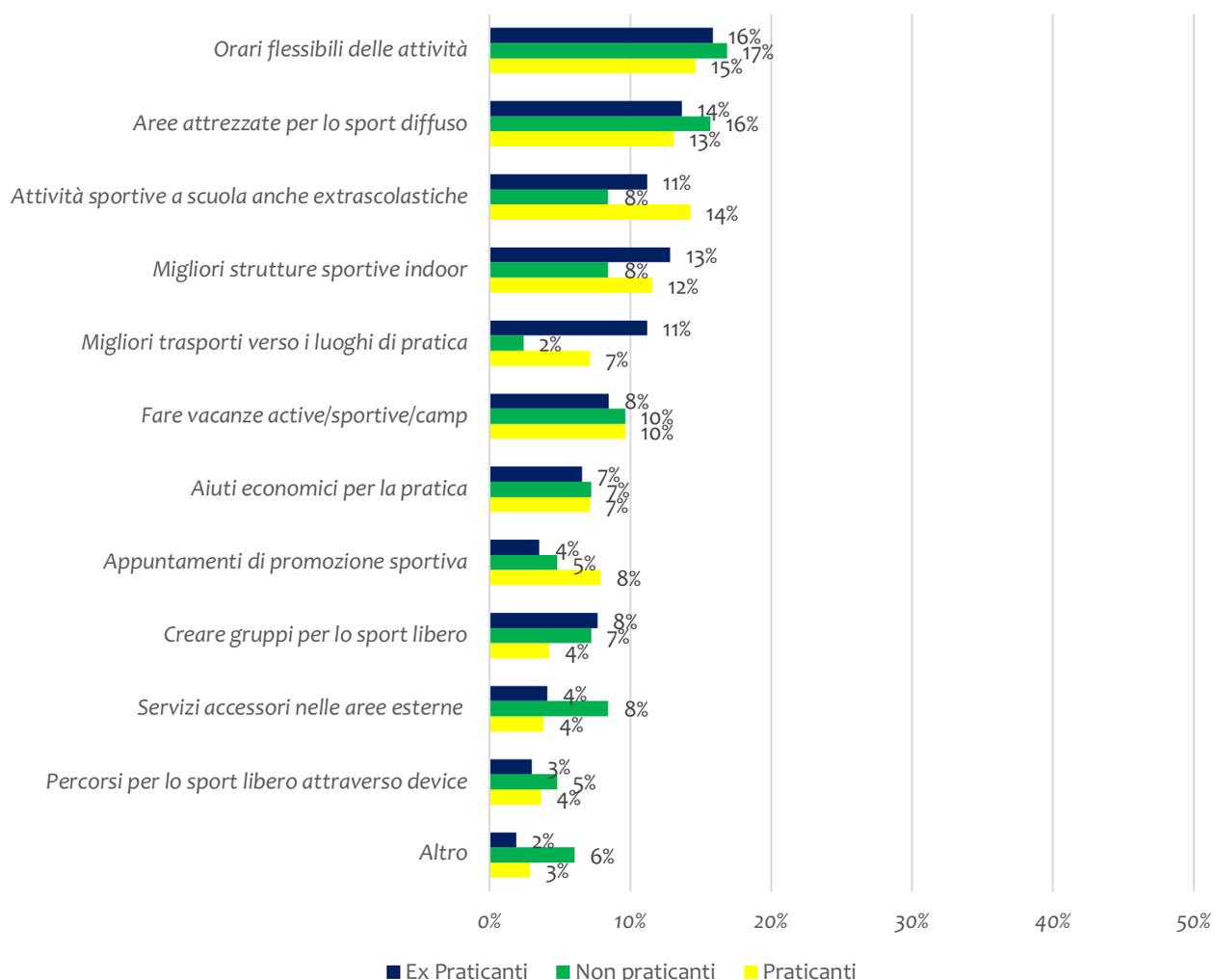
Come nel caso degli studenti delle scuole secondarie di primo grado, si ritiene che questi elementi debbano far riflettere molto anche le stesse società sportive, dal momento che lo stimolo a praticare, e il divertimento nel farlo, dovrebbero sorgere proprio all'interno delle stesse associazioni e società sportive dai rispettivi tecnici e allenatori a cui viene chiesto di creare un ambiente accogliente e inclusivo in cui sia possibile svolgere attività sportiva divertendosi e secondo le proprie abilità.

Per i nostri rispondenti alla domanda “cosa potrebbe favorire la tua pratica?”, emergono tre proposte condivise da tutte le sottocategorie:

- Orari più flessibili delle varie attività (15%)
- Aumento delle aree attrezzate per lo sport diffuso (14%)

- Più attività sportive a scuola in orario extrascolastico (13%)

Tab. 27 – Cosa favorirebbe la pratica sportiva



Analizzando in particolar modo le risposte degli ex praticanti, emerge una richiesta di miglioramento sia delle strutture, da parte del 13% di questi, che dei trasporti verso i punti della pratica (11%). Mentre i non praticanti, oltre alle risposte già analizzate, considerano importanti i servizi accessori nelle aree esterne ed il miglioramento delle strutture indoor, ma anche un

contributo economico alla pratica e una maggiore flessibilità degli orari e delle varie attività per dare la possibilità di consigliare le diverse attività giornaliere, una buona parte di ex praticanti, infatti, ha proprio abbandonato la pratica a causa della scomodità degli orari.

Cercando dunque di armonizzare le risposte, da parte degli studenti delle scuole secondarie di secondo grado emergono le seguenti proposte per incoraggiare l'attività sportiva:

- **Una maggiore flessibilità negli orari.** Questo elemento che rappresenta senza dubbio la motivazione per la quale viene prediletta una pratica destrutturata, dimostra come la volontà di praticare sport sia assolutamente presente nei giovani, ma che troppo spesso siano costretti a fare scelte derivate dagli impegni scolastici e non solo. Trovare soluzioni di pratica con meno vincoli di orario favorirebbe un pieno accesso allo sport;
- **Un aumento delle attività sportive a scuola in orario extrascolastico,** magari strutturando progetti in collaborazione con società sportive del territorio così da favorire l'approccio e la conoscenza delle varie discipline sportive. Ciò va proprio nell'ottica di conciliare maggiormente il proprio tempo libero, evitando di "sprecare" tempo negli spostamenti;
- **Un aumento delle strutture sportive e delle aree attrezzate per lo sport diffuso** stimolando in questo modo la possibilità di svolgere attività motoria destrutturata e libera in solitaria o in piccoli gruppi. Anche in questo caso appare chiaro che la motivazione sia da ricercare nella possibilità di accedere allo sport con più facilità (ovvero vicino alle proprie abitazioni). La possibilità di creare aree e spazi sportivi sicuramente genererebbe benefici anche per le società sportive che avrebbero un numero più ampio di ragazzi e ragazze avvicinati alla pratica sportiva.