

# Hva holder ungdommen i idretten?

Innleiderne til paneldebatten «suksesshistorier i ungdomsidretten» hadde mange interessante poeng som var bygget på både forskning og erfaringer for hva som er viktig for ungdom for å fortsette i idretten.

## Årsak til frafall

En studie fra HIL blant idrettsungdom viser at 30 prosent valgte å slutte på grunn av at det ble for seriøst, for mange treninger, for store krav og for mye alvor. Det ble økonomisk for dyrt i forhold til hva de ønsket å være med på. Ska-der. Jenter sluttet gjerne i flokk. 60 prosent oppgav skole og andre fritidsaktiviteter som hovedårsak.

## Årsaker for å fortsette

Det må være gøy på trening og det bør være mange nok trenere med ulike funksjoner. Viktig å klare å følge opp alle spillerne med gode og konstruktive tilbakemeldinger. Lag som får flere i foreldregruppa til å være med rundt laget lykkes best. Det gir større sannsynlighet for at alle barn blir sett. Det må være et treningstilbud for alle nivåer og en aksept for ikke å måtte møte på alle treningene. Det må være positivt at du også deltar i annen idrett, da du utvikler andre ferdigheter. Alle spiller møter likt og har lik verdi, men viktig med differensiering for å oppnå mest-ringsfølelser for alle, uansett ferdighetsnivå. Ikke bare trene på den spesifikke idretten. Klubben må være «sjef», ha en tydelig sportsplan og klare retningslinjer for hvordan utviklingen skal foregå i klubben. Ha unionstreninger hvor alle spillerne som vil i nærklubbene kan møtes og bli kjent, slik at ungdommen lettere kan fortsette sammen senere.

## Lav trener- og lederkompetanse

Som medarrangør av en debattserie vi har gjennomført i fire år rettet mot hva som holder ungdom i idretten, er det en problemstilling som stadig dukker opp. 70 prosent av trenere har ikke formell trener- eller lederkompetanse. Ofte er trenere foreldre som har drevet med idrett før. Dette er en vanskelig diskusjon. På Island oppgir det



for eksempel et av suksesskriteriene at de har trenere med trenerkompetanse. Idretten tilbyr nok kurs, men få trenere ønsker å bruke tid til å ta kursene. Den norske idrettsmodellen bygger i hovedsak på frivillig innsats. Noen klubber ansetter trenere for å øke kvaliteten, noe som gir økte kostnader for klubben og økte utgifter for ungdommen, som for noen gjør at de velger å slutte. Et godt spørsmål er hva som er riktig trenerkompetanse i forhold til barn. Det å være en trener i dag krever en bred kompetanse og er det derfor kanskje bedre å tenke trenerteam, hvor foreldre ivaretar ulike roller og funksjoner. Foreldre kan fordele ansvar på ferdighetstrening, basis-trening, økonomi og det sosiale miljøet.

## Økte kostander gir økt frafall

Idrettsforbundene ser nå med stor bekymring på den stadig økende kostanden det er å drive idrett. For noen er det dyrt og for andre er det

mindre dyrt. Det har alltid vært et klasseskille innen enkelte individuelle idretter, men at det nå også begynner å gjelde flere lagidretter er ikke bra. Klubbene bør ha større bevissthet rundt faktorer som er kostnadsdrivende. Er det virkelig nødvendig å ha samlinger i utlandet og delta på mange turneringer både i Norge og utlandet? Bør klubben bruke penger på en trener til spillere i 4-5.div eller heller bruke pengene på barn og ungdom i klubben?

Hvis vi ønsker å holde ungdom i idretten bør foreldre etterspørre en tydelig sportsplan, samt spørre trenere om hvordan de kan bidra også utenom det sportslige tilbudet. Dette er bare nødvendig hvis vi ønsker at ungdom skal fortsette med idrett.

Folkehelsekoordinator  
Bengt Fjeldbraaten  
Lillehammer