

ESTUDI DELS HÀBITS ESPORTIUS DE LA POBLACIÓ EN EDAT ESCOLAR DEL MUNICIPI D'IGUALADA

Ajuntament  d'Igualada



Febrer 2025

La propietat del present treball és de l'Ajuntament d'Igualada i la seva redacció ha estat encarregada a Itik Consultoria Esport i Lleure, SL. Aquest s'ha desenvolupat en el marc del projecte JESA (Joventut Esportiva, Societat Activa) de la Diputació de Barcelona.

ÍNDEX DE CONTINGUTS

0. INTRODUCCIÓ	4
1. OBJECTIUS DE L'ESTUDI	4
2. METODOLOGIA	4
2.1 MÈTODE DE RECOPIACIÓ DE DADES.....	4
2.2 LA MOSTRA	5
2.3 LA FITXA TÈCNICA DE L'ESTUDI	5
3. LA PRÀCTICA ESPORTIVA I EL SEU ÍNDEX DE PRÀCTICA	6
3.1 ÍNDEX DE PRÀCTICA ESPORTIVA ESCOLAR GENERAL.....	6
3.2 L'ÍNDEX DE PRÀCTICA SEGONS DIFERENTS VARIABLES.....	6
3.3 ÍNDEX DE PRÀCTICA SEGONS TIPOLOGIA.....	8
3.3.1 PRÀCTICA ORGANITZADA	8
3.3.2 PRÀCTICA PER LLIURE	13
3.3.3 PRÀCTICA PUNTUAL	15
4. LA PRÀCTICA ESPORTIVA DE COMPETICIÓ	16
5. MOTIVACIONS DELS PRACTICANTS	20
6. INFANTS I ADOLESCENTS QUE NO FAN ACTIVITAT I ABANDONAMENT	23
7. ÚS DE DISPOSITIUS TECNOLÒGICS I VIDEOJOCs	28
8. EL DECÀLEG DELS HÀBITS ESPORTIUS DE LA POBLACIÓ EN EDAT ESCOLAR D'IGUALADA	30
9. LES CONCLUSIONS DE L'ESTUDI	34

0. INTRODUCCIÓ

Des de l'Ajuntament d'Igualada, en el marc del projecte JESA (Joventut Esportiva, Societat Activa) de la Diputació de Barcelona, s'ha promogut un estudi sobre els hàbits esportius de la població en edat escolar d'Igualada amb la finalitat d'obtenir les dades objectives que permetin conèixer la realitat de la pràctica d'activitat fisicoesportiva dels infants i adolescents del municipi. Cal tenir en compte que és en aquesta etapa en la que es desenvolupen els hàbits de vida pel que la realització d'aquest estudi és clau per a la identificació d'oportunitats i factors clau d'intervenció per evitar l'adquisició de conductes poc saludables i perjudicials per als infants i joves del municipi.

1. OBJECTIUS DE L'ESTUDI

L'estudi identifica a partir de l'anàlisi dels resultats obtinguts, els aspectes més rellevants sobre l'activitat física de la població en edat escolar: el nivell de pràctica, les seves preferències, les motivacions o causes d'abandonament... També, l'anàlisi de l'índex de pràctica esportiva segons variables com el sexe i curs, entre altres; i dona informació fonamental per treballar per l'adquisició d'uns hàbits de vida saludables així com encarar les futures polítiques públiques en la promoció de l'activitat física i l'esport en edat escolar amb l'objectiu de donar resposta a les necessitats reals del col·lectiu infantil i adolescent.

En definitiva, el principal objectiu de l'estudi és obtenir les dades objectives que permetin conèixer la realitat de la pràctica d'activitat fisicoesportiva dels infants i adolescents de d'Igualada.

2. METODOLOGIA

2.1 MÈTODE DE RECOPIACIÓ DE DADES

La investigació quantitativa desenvolupada ha estat basada en una mostra representativa de la població en edat escolar del municipi d'Igualada. El treball de camp ha consistit en l'administració online d'un qüestionari de preguntes majoritàriament tancades amb un seguit de respostes per escollir i s'ha portat a terme de l'11 de novembre al 13 de desembre de 2024. Aquesta modalitat d'enquesta es caracteritza per l'estandardització i representativitat dels resultats i permet diagnosticar les diferències que existeixen entre els paràmetres estudiats.

Cal tenir en compte també que les preguntes han estat formulades de manera senzilla i sense ambigüitats, amb un vocabulari conegut i escrit en català. L'històric de qüestionaris precedents, de l'estudi d'hàbits esportius de Catalunya i Barcelona, ha permès basar-se en la tipologia de preguntes a efectes de ser comparades. Alhora, per als infants de cicle inicial, s'ha elaborat una versió reduïda amb menys preguntes per a una major comprensió, adaptant el contingut a l'edat dels participants d'aquesta etapa educativa.

2.2 LA MOSTRA

S'ha treballat amb una mostra de **926 escolars** que garanteix la representativitat estadística de la mateixa. D'acord amb els estudis d'hàbits de referència i l'adaptació als objectius i necessitats actuals, s'ha delimitat la mostra tenint en compte els paràmetres de sexe, curs escolar i titularitat del centre d'ensenyament, que representen les variables independents de la recerca.

Curs	Recòmpte	%
1r a 3r de primària	188	20,3%
4t a 6è de primària	191	20,7%
1r a 2n d'ESO	136	14,7%
3r a 4t d'ESO	136	14,7%
1r a 2n de Batxillerat	275	29,7%
Total	926	100,0%

2.3 LA FITXA TÈCNICA DE L'ESTUDI

Els errors induïts pel mostreig s'han estimat sota un escenari de disseny aleatori simple d'una població finita, amb una significació estadística del 3% (97% de confiança) i les proporcions teòriques $p=q=0,5$. Amb la fi d'avaluar la representativitat de la mostra, també s'han calculat les fraccions de mostreig per estrat i global.

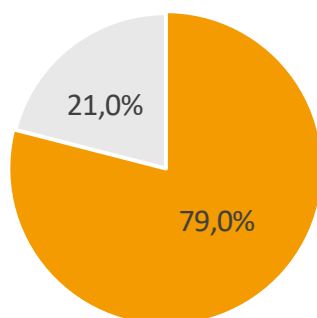
Univers	Població escolar de 1r de primària a 2n de Batxillerat d'Igualada
Àmbit	Igualada
Dimensió de la mostra	926 escolars
Nivell de confiança	95%, $p=q=0,5$
Procediment de mostreig	Mostreig probabilístic per quotes
Dates del treball de camp	Entre els mesos de novembre i desembre de 2024

3. LA PRÀCTICA ESPORTIVA I EL SEU ÍNDEX DE PRÀCTICA

3.1 ÍNDEX DE PRÀCTICA ESPORTIVA ESCOLAR GENERAL

L'índex de pràctica és l'aspecte clau del qüestionari d'hàbits esportius, que resulta de la pregunta 'Fas algun esport o activitat física fora de les classes d'educació física durant el curs?'. D'aquesta pregunta se'n deriva el nombre de persones en edat escolar que realitzen alguna pràctica esportiva setmanalment, ja sigui de forma periòdica o ocasional.

- **Índex de pràctica general**



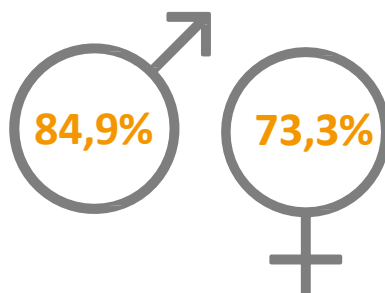
Font: elaboració pròpia, 2024

El **79,0%** de la població escolar d'Igualada afirma realitzar pràctica esportiva fora de l'horari lectiu, mentre que el 21,0% admet no practicar-ne. És a dir, 8 de cada 10 infants i joves que han respost l'enquesta d'aquest estudi, realitzen pràctica esportiva. Amb aquestes dades i tenint en compte els darrers estudis d'hàbits esportius realitzats a nivell català (2016) així com a Barcelona ciutat (2022) amb uns índex de pràctica del 72,8% i 77,4% respectivament; es pot concloure que la població escolar d'Igualada es troba en la mitjana dels nivells de pràctica, mostrant l'alt nivell d'activitat físico-esportiva.

3.2 L'ÍNDEX DE PRÀCTICA SEGONS DIFERENTS VARIABLES

Tenint en compte l'índex de pràctica físico-esportiva segons sexe, la diferència entre aquests se situa en 11,6 punts percentuals. En el cas de les noies, l'índex de pràctica és del 73,3% i el dels nois s'enfila fins el 84,9%.

- **Índex de pràctica general segons sexe**



Font: elaboració pròpia, 2024

Analitzant l'índex de pràctica segons una altra variable com és l'etapa educativa, es pot observar a la següent figura com, tal i com afirmen molt dels estudis disponibles en aquest àmbit, amb l'arribada de l'adolescència i el pas de l'Educació Primària a la Secundària és un moment clau en relació a la pràctica físico-esportiva on es produeix un abandonament gradual d'aquesta pràctica; en el cas d'Igualada amb una baixada més pronunciada en el pas de l'Educació Secundària Obligatoria a Batxillerat.

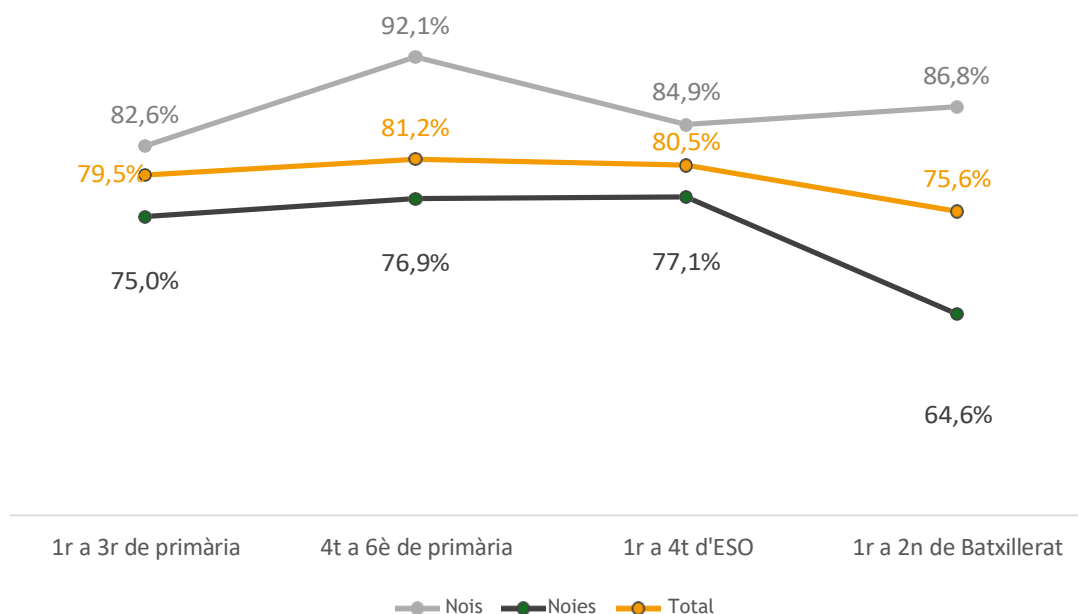
- **Índex de pràctica general segons etapa educativa**



Font: elaboració pròpia, 2024

Analitzant l'índex de pràctica segons sexe i etapa educativa a la figura següent, es poden identificar diferències significatives. D'una banda, diferències del nivell de pràctica entre nois i noies, trobant-se el màxim distanciament en les etapes de 4t a 6è de primària i de 1r a 2n de Batxillerat. I d'altra, la davallada que es produeix de L'Educació Secundària Obligatoria al Batxillerat en les noies, passant d'un 77,1% a un 64,6%, el que fa disminuir l'índex de pràctica general per aquesta etapa educativa.

- **Índex de pràctica general segons sexe i etapa educativa**



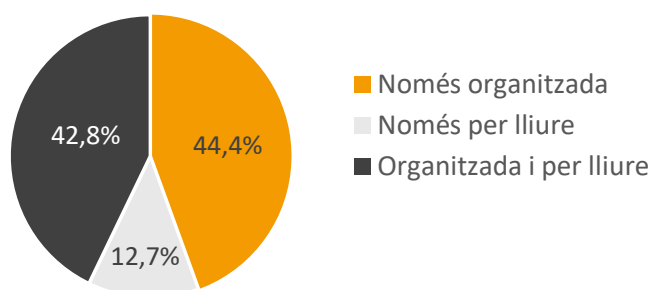
Font: elaboració pròpia, 2024

3.3 ÍNDEX DE PRÀCTICA SEGONS TIPOLOGIA

Es dona pas en aquest apartat a l'anàlisi de l'índex de pràctica segons tipologia; és a dir, segons pràctica de tipus organitzat o pràctica per lliure. S'entén com a pràctica organitzada aquella que l'infant o jove està apuntat a un club, associació, escola o alguna altra entitat per fer activitat esportiva mínim un cop per setmana. En canvi, la pràctica per lliure es refereix a la realització d'activitats esportives per compte propi, sense entrenador/a i sense estar apuntat/da, també com a mínim un cop per setmana.

Com es pot comprovar seguidament, s'identifica una clara tendència cap a la pràctica d'activitats de tipus organitzat, tenint en compte que un 44,4% de la població practicant en edat escolar opta per aquesta tipologia de pràctica. A nivell de pràctica per lliure, és un 12,7% la població que prefereix aquest tipus de pràctica únicament. Tot i això, hi ha un % ampli també d'infants i joves a Igualada que realitzen ambdues tipologies de pràctica, organitzada i per lliure, amb un 42,8%.

- **Distribució de la tipologia de pràctica**



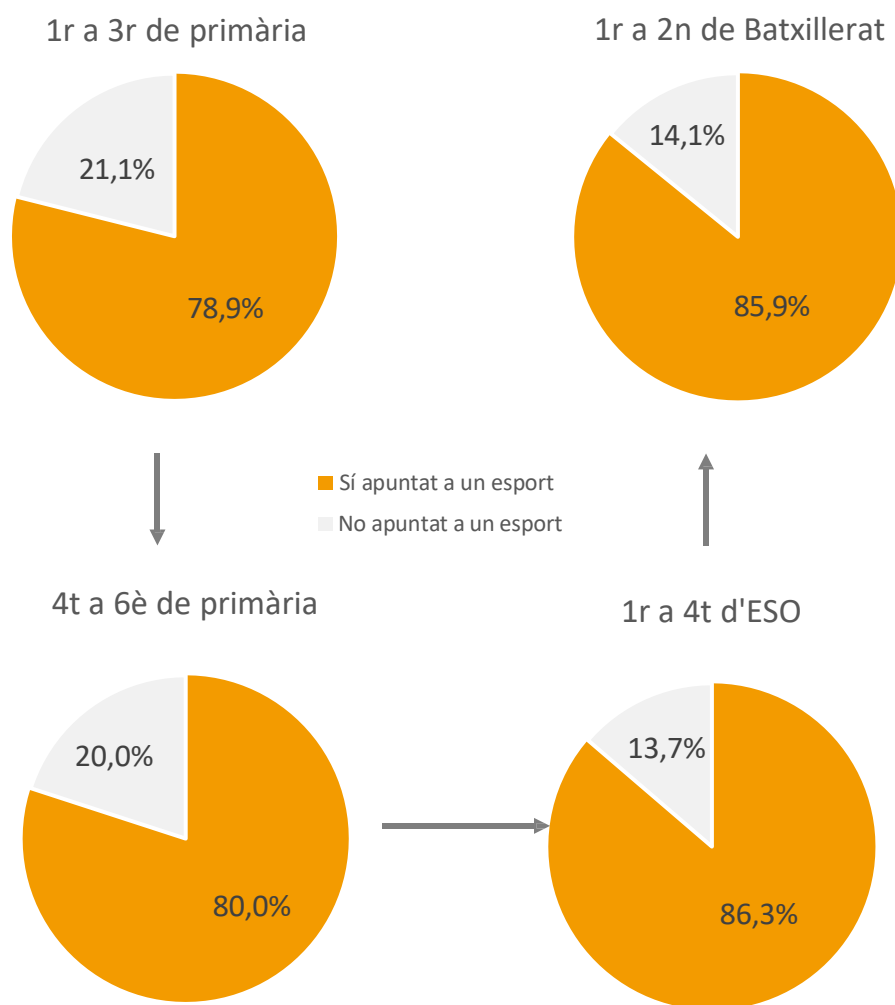
Font: elaboració pròpia, 2024

Val a dir que, en comparació amb el darrer estudi realitzat a nivell català (2016) es disposa de resultats molt similars on la pràctica únicament organitzada representa el 41,9%, la no organitzada el 13,8% i ambdues el 44,3%. Cal recordar que actualment aquest estudi es troba en actualització pel que aquest any 2025 es disposaran de noves dades per poder establir noves comparatives.

3.3.1 PRÀCTICA ORGANITZADA

Posant el focus ara sobre la pràctica organitzada, a continuació es mostren els resultats obtinguts en relació a la població en edat escolar d'Igualada que realitza pràctica organitzada en general així com segons infants i joves. A nivell general les dades conclouen que el 83,4% de la població en edat escolar que realitza pràctica està apuntada a un esport; per tant, hi ha una clara tendència i predisposició a la pràctica de caràcter organitzat. Segons infants i joves:

- **Evolució de la pràctica organitzada segons etapa educativa**

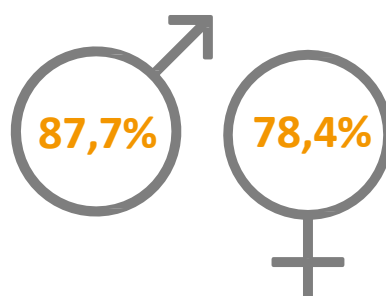


Font: elaboració pròpia, 2024

Aquestes dades mostren com, a mesura que els infants que practiquen esport es fan més grans, augment el seu nivell de pràctica organitzada, passant del 78,9% de persones que estan apuntades a un esport al primer cicle de primària fins assolir el 85,9% als cursos de Batxillerat.

Segmentant l'índex de pràctica organitzada (83,4%) segons sexe, tal com mostra la següent figura, dels nois que realitzen pràctica esportiva, un 87,7% ho fan de manera organitzada; mentre que les noies ho fan en un 78,4%. Tot i ser xifres força elevades hi ha una clara tendència entre nois i noies en relació a les activitats organitzades per un club, associació, escola o alguna altra entitat.

- **Pràctica organitzada segons sexe**



Font: elaboració pròpia, 2024

En relació als esports o modalitats esportives més practicades en el marc de la pràctica organitzada, a continuació es mostren les 5 principals. Es tracta doncs dels 5 esports més practicats en primera opció per la població escolar d'Igualada en el marc d'un club, associació, escola o alguna altre tipus d'entitat on practicar-los al menys un cop per setmana.

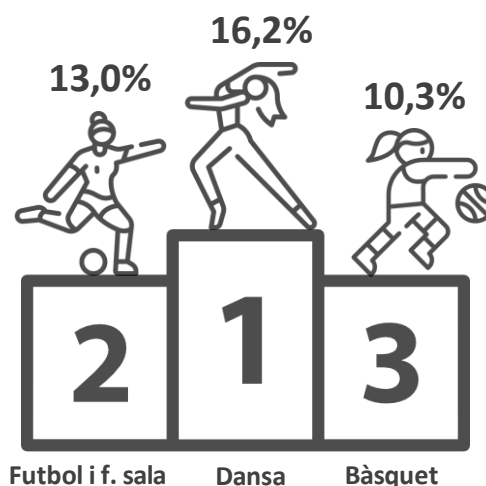
- **Els esports més practicats (pràctica organitzada)**

Esport més practicats	
Futbol i futbol sala	29,5%
Bàsquet	8,5%
Dansa	7,5%
Esports de lluita	7,0%
Natació	6,9%

Font: elaboració pròpia, 2024

Segmentant aquesta dada segons sexe, a continuació es mostren els 3 esports més practicats per les noies i nois d'Igualada que fan pràctica organitzada, on s'identifiquen clarament diferències de modalitats tenint en compte aquesta variable.

- **Els esports més practicats (pràctica organitzada) per les noies**

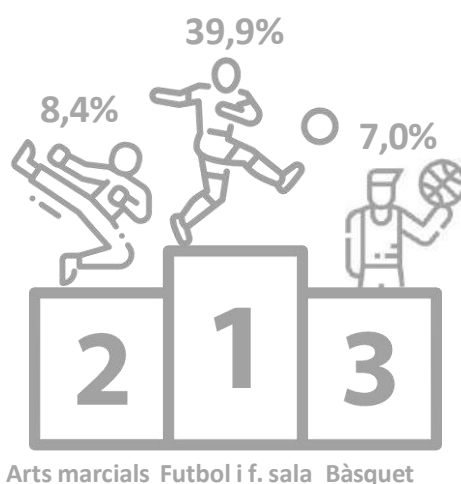


Font: elaboració pròpia, 2024

Tal com mostra la figura, els esports més practicats per les nenes i noies esportistes d'Igualada que fan pràctica organitzada són la dansa amb un 16,2%, el futbol amb un 13,0% i el bàsquet amb un 10,3%. En comparació amb els darrers estudis realitzats a nivell català (2016) així com a Barcelona ciutat (2022) aquestes 3 disciplines apareixen entre els 5 primers esports també practicats per nenes i noies.

A nivell català el futbol encara només suposava un 3,7% però cal tenir en compte que al 2016 encara no s'havia iniciat la tendència d'augment d'aquest esport en el col·lectiu femení. Segurament en l'actualització d'aquest any de l'estudi d'àmbit català, aquesta xifra assolirà valors molt més elevats que aquest 7,3%; podent ser un dels esports més practicats pel col·lectiu femení en l'actualitat.

- **Els esports més practicats (pràctica organitzada) pels nois**

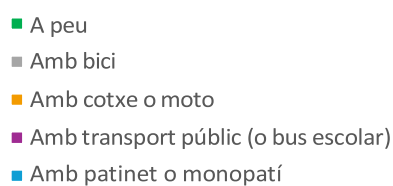
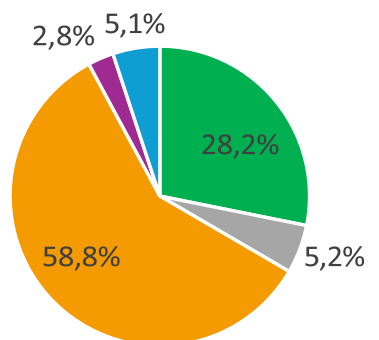


Font: elaboració pròpia, 2024

Pel que fa als nens i nois, els esports més practicats són en aquest ordre el futbol (39,9%), les arts marciais (8,4%) i el bàsquet (7,0%). Com ha passat amb els esports més practicats del col·lectiu femení, aquestes tres disciplines també apareixien, en aquest cas, entre els 3 primers esports practicats per nens i nois en els anteriors estudis comentats. L'única diferència s'identifica en el segon i tercer lloc on, al 2016 a nivell català el bàsquet era el segon esport més practicat i les arts marciais el tercer. Havent analitzat les disciplines esportives segons sexe, cal tenir en compte que segmentant aquesta anàlisi per franges d'edat, la diferència significativa que s'ha trobat ha estat en els nois d'11 a 18 anys on, en compte d'arts marciais, en segon lloc l'ocupen activitats relacionades amb l'entrenament muscular i la tonificació.

Seguint amb la pràctica esportiva organitzada, a continuació s'analitza quines són les entitats promotores d'aquesta pràctica on els infants i adolescents realitzen esport. Com es mostra a la següent figura, els clubs i federacions són les entitats que acullen majoritàriament el conjunt d'esportistes d'Igualada que fan pràctica organitzada (75,4%).

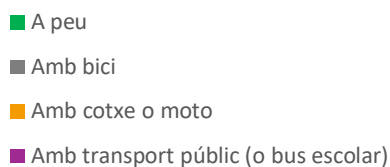
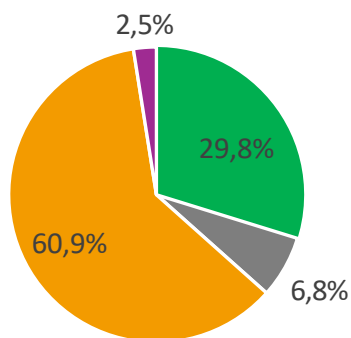
- **Desplaçament per realitzar pràctica esportiva general**



Font: elaboració pròpia, 2024

Analitzant aquesta pregunta, únicament per al col·lectiu d'adolescents d'11 a 18 anys. Per aquesta franja d'edat, no es detecten variacions significatives i el cotxe o la moto continuen sent el mitjà de transport més utilitzat en els desplaçaments cap al lloc on realitzar la pràctica esportiva.

- **Desplaçament per realitzar pràctica esportiva d'11 a 18 anys**

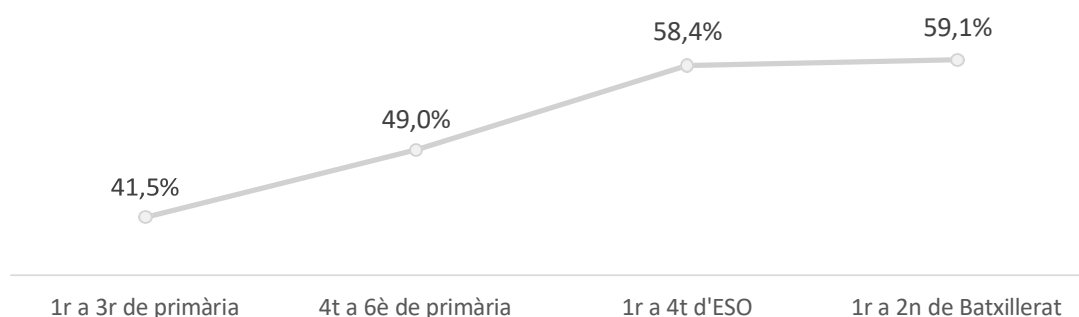


Font: elaboració pròpia, 2024

3.3.2 PRÀCTICA PER LLIURE

Donant pas ara a la pràctica per lliure, cal entendre aquesta com la que es realitza per propi compte, sense entrenador/a i sense estar apuntat/da com a mínim un cop per setmana a cap esport. Un 53,1% dels infants i adolescents del municipi d'Igualada realitzen pràctica per lliure. Segons etapa educativa en la següent figura es pot observar com a mesura que avancen els cursos escolars, l'índex de pràctica per lliure o per compte propi augmenta assolint el percentatge més alt en els cursos de Batxillerat amb un 59,1%.

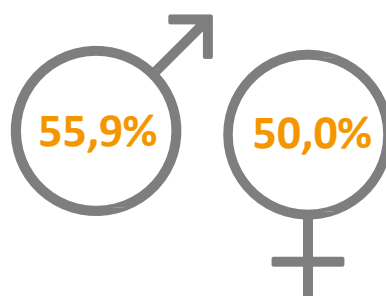
- **Índex de pràctica per lliure segons etapa educativa**



Font: elaboració pròpia, 2024

Si es segmenta l'índex de pràctica per lliure (53,1%) ara segons es sexe, es dona una variació de 5,9 punts percentuals, sent els nois els que obtenen un percentatge major que les noies. En aquest sentit, val a dir que la meitat dels nois i de les noies participants en l'estudi que fan pràctica esportiva, ho fan de manera lliure per propi compte.

- **Índex de pràctica per lliure segons sexe**



Font: elaboració pròpia, 2024

Pel que fa a les 5 modalitats esportives més destacades de la pràctica per lliure, aquestes són l'entrenament muscular o tonificació (18,6%), el futbol (17,8%) i córrer (16,8%); seguit del ciclisme amb un 10,2% i senderisme amb un 7,9%.

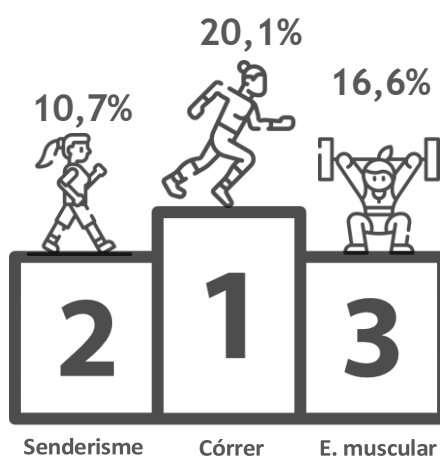
- **Els esports més practicats (pràctica per lliure)**

Esport més practicats	
Entrenament muscular	18,6%
Futbol i futbol sala	17,8%
Córrer	16,8%
Ciclisme	10,2%
Senderisme	7,9%

Font: elaboració pròpia, 2024

Segmentant aquests resultats segons sexe, els 3 esports més practicats per part de les noies són, en primer lloc amb un 20,1% córrer per davant del senderisme amb un 10,7% i l'entrenament muscular del 16,6%.

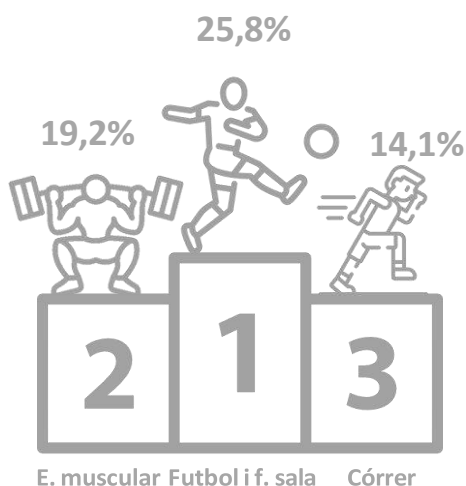
- **Els esports més practicats (pràctica per lliure) per les noies**



Font: elaboració pròpia, 2024

D'altra banda, en el cas dels nois, el futbol amb un 25,8% és la disciplina més realitzada per lliure, seguit de l'entrenament muscular amb un 19,2% i córrer amb un 14,1%.

- **Els esports més practicats (pràctica per lliure) pels nois**

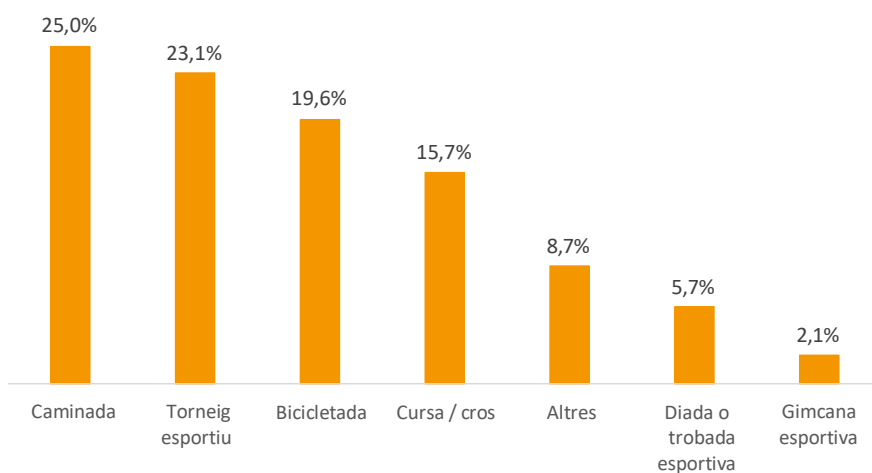


Font: elaboració pròpia, 2024

3.3.3 PRÀCTICA PUNTUAL

En aquest apartat s'analitza la participació dels escolars d'Igualada en alguna de les activitats esportives d'un dia; és a dir, un matí, una tarda o tot el dia. El resultat obtingut en aquesta anàlisi ha estat que un 72,0% dels escolars enquestats sí han participat en alguna activitat puntual. Val a dir que d'aquest percentatge d'escolars que han participat d'alguna activitat puntual, un 50,8% són nois mentre que un 49,2% són noies; mostrant així gairebé una paritat total pel que tracta a aquest tipus d'activitats. A continuació es mostra la distribució d'aquests, segons tipologia d'activitats realitzades.

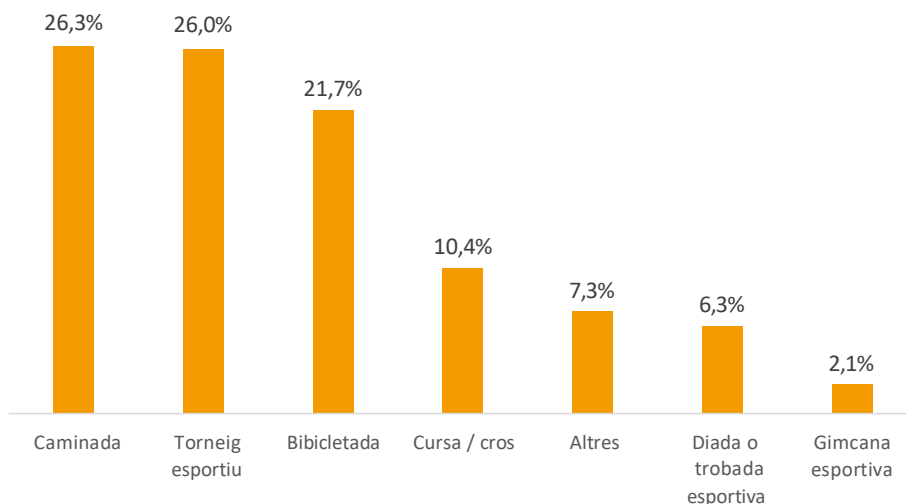
- **Participació en activitats puntuals**



Font: elaboració pròpia, 2024

Posant el focus en el col·lectiu adolescent, la distribució de participació en aquest tipus d'activitats no varia pel que fa a l'ordre d'activitat puntuals més practicades, que continuen sent caminades, tornejos d'estiu i bicicletades. Tot i això, els valors són més elevats en aquestes disciplines.

- **Participació en activitats puntuals d'11 a 18 anys**



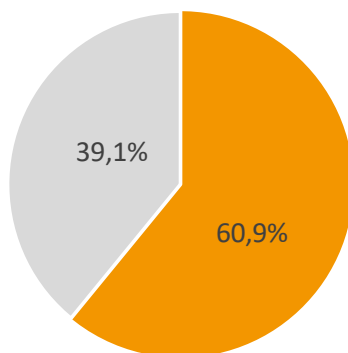
Font: elaboració pròpia, 2024

4. LA PRÀCTICA ESPORTIVA DE COMPETICIÓ

A part de la pràctica esportiva organitzada i per lliure, el marc d'anàlisi és molt ampli pel que hi ha més tipologies de pràctica a tenir en compte, com és el cas que ocupa aquest apartat: la pràctica de competició. Es presenten a continuació doncs els resultats obtinguts en el marc de l'esport de competició per al present estudi.

En primer lloc, a partir dels resultats obtinguts es pot concloure que un **60,9%** dels escolars d'Igualada realitzen esport de competició, en detriment d'aquells que no en fan. Comparant aquesta amb el darrer estudi realitzat a nivell català (2016), aquest percentatge es situava en el **65,8%**. Tot i això, si es posa el focus en el col·lectiu adolescent, cal tenir en compte que l'índex de pràctica de competició per als escolars d'Igualada d'11 a 18 anys és del **63,4%**.

- **Índex de pràctica esportiva de competició general**

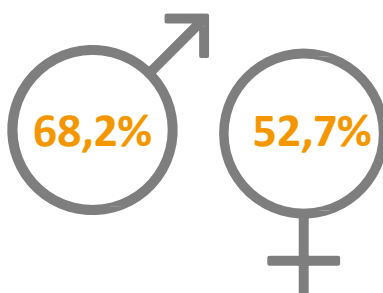


■ Escolars que realitzen pràctica esportiva de competició

Font: elaboració pròpia, 2024

Veient ara aquest resultat segons sexe, s'identifica un clar distanciament entre les dades obtingudes pel grup masculí i femení. Del total de nois que fan activitat física i esport, un 68,2% fan competició mentre que del total de noies, un 52,7%.

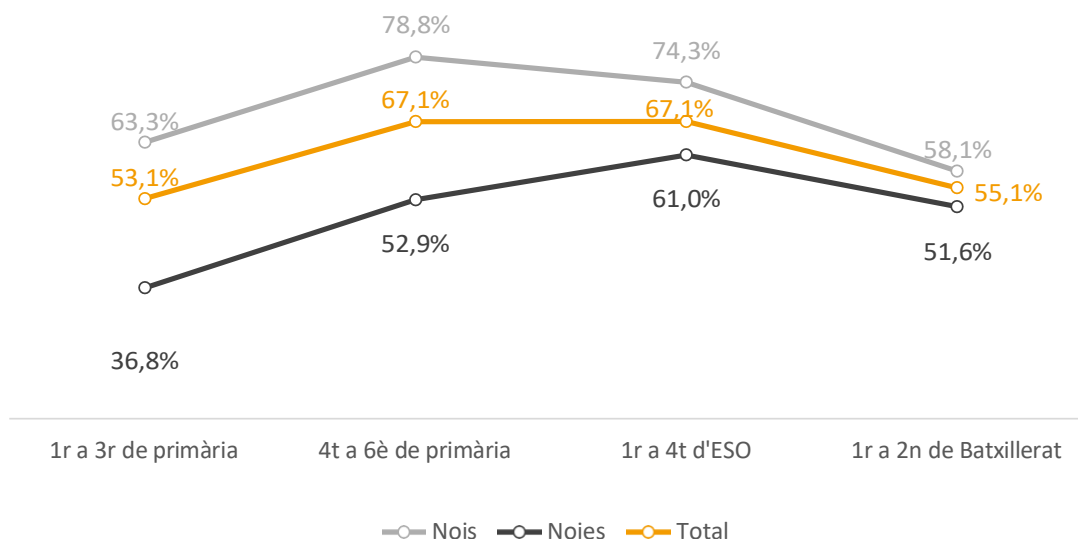
- **Índex de pràctica esportiva de competició segons sexe**



Font: elaboració pròpia, 2024

Mostrant ara una fotografia general segons sexe i etapa educativa es traça una clara tendència d'augment de la practica de competició fins als darrers cursos de primària on, posteriorment hi ha una davallada progressiva fins la darrera etapa educativa analitzada.

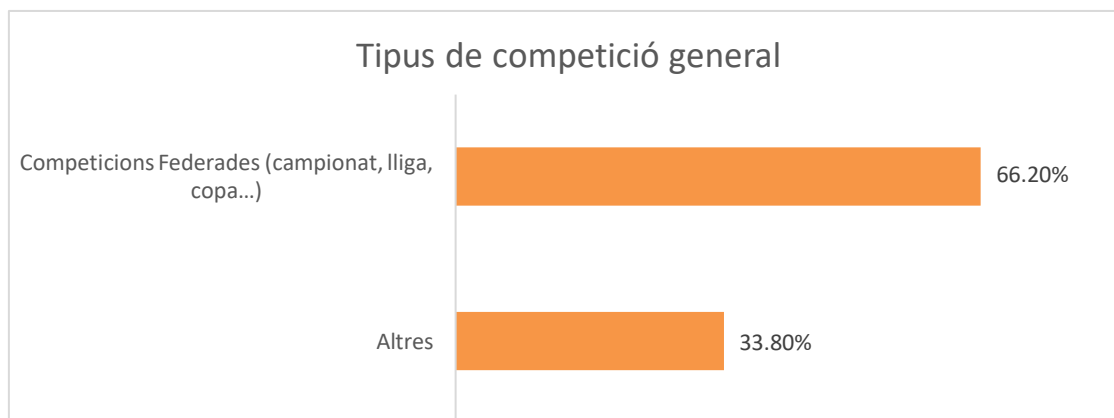
- **Índex de pràctica esportiva de competició segons sexe i etapa educativa**



Font: elaboració pròpia, 2024

Tenint en compte ara el tipus de competició realitzada, clarament la població escolar d'Igualada que fa pràctica esportiva de manera organitzada realitza competicions federades amb un 66,2%; és a dir, més de la meitat de practicants es decanten per aquest tipus de competicions. Després de les competicions federades, amb un 14,2% apareixerien competicions entre altres entitats i amb un 6,4% entre altres escoles, com es mostra en la figura de la següent pàgina.

- **Tipus de competició general**

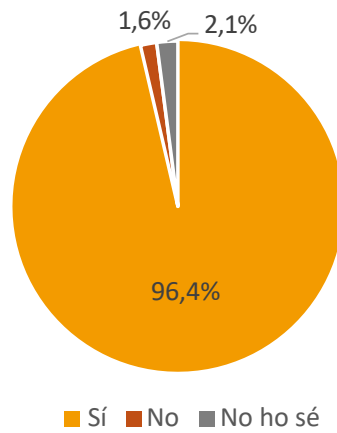


Font: elaboració pròpia, 2024

Com s'ha pogut comprovar, les competicions internes a l'escola o institut així com les competicions escolars tenen un paper molt menys rellevant que les competicions federades segons els resultats obtinguts. En el marc de la competició, al preguntar-los sobre si els agrada fer competicions i partits, un 96,4% afirma que sí; amb un residual 1,6% que respon 'no' i un 2,1% que respon 'no ho sé'. Es tracta doncs d'una resposta afirmativa amb un percentatge molt

alt, denotant com a la població escolar d'Igualada que participa en competicions esportives, sí li agraden els partits.

- **Competició i partits**



Font: elaboració pròpia, 2024

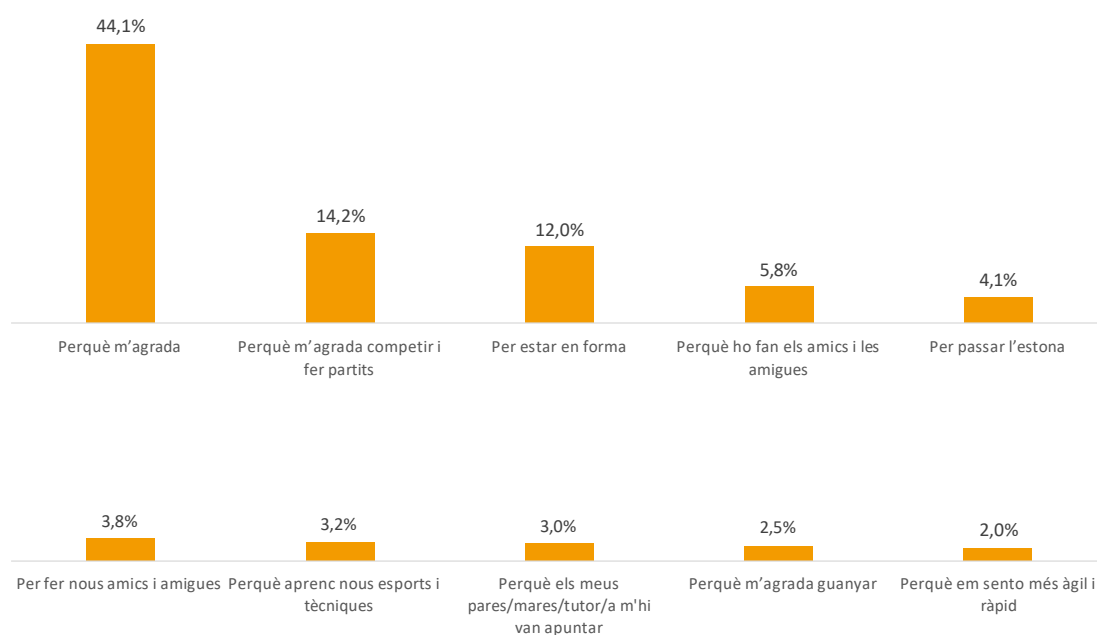
Seguint amb aquest tema, es pregunta també el fet que si no hi haguessin competicions o partits, si practicarien igualment aquests esports. Els resultats també són força favorables: un **82,2%** dels escolars afirmen que sí que continuarien fent la disciplina esportiva que realitzen actualment. Segmentant aquesta anàlisi per sexe, les diferències són mínimes on un **82,2%** dels nois diuen que sí seguirien practicant l'esport que fan i per les noies, ho farien un **82,6%**.

5. MOTIVACIONS DELS PRACTICANTS

Són diferents els motius que porten a la població en edat escolar a realitzar activitat física i esport. En aquest apartat s'analitzaran aquests factors clau que poden ser de gran importància per planificar i dissenyar una oferta que realment resolgui una necessitat i, per tant, sigui exitosa en aquest cas per als infants i joves d'Igualada.

Tot i que són diferents les motivacions per què practiquen activitat física i esport, clarament destaca la tendència a practicar per gust personal, on "perquè m'agrada" representa un 44,1% del total de possibles motivacions. A continuació es mostren les 10 principals:

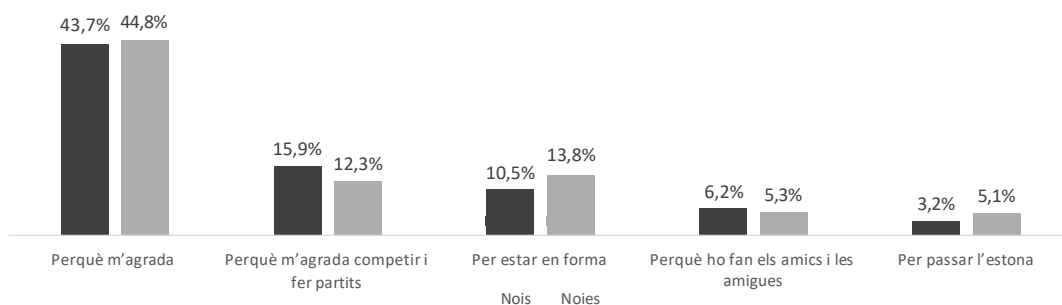
- **Motivacions dels practicants general**



Font: elaboració pròpia, 2024

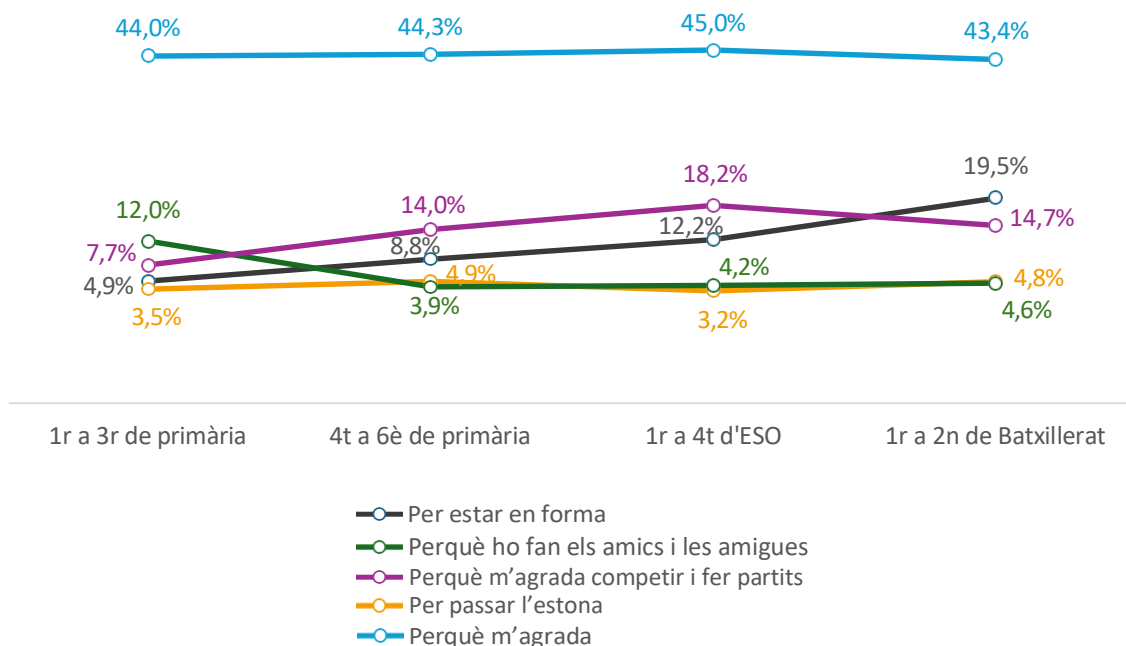
Posant el focus en les 5 principals motivacions de pràctica, segons sexe, exceptuant el principal motiu 'perquè m'agrada' gairebé no s'identifiquen grans diferències a nivell percentual. En canvi, en el motiu 'perquè m'agrada competir i fer partits' els nois obtenen un percentatge més alt (15,9%) que les noies (12,3%); en canvis, el motiu 'per estar en forma' hi predominen les respostes del gènere femení amb un 13,8% per un 10,5% masculí.

- **Motivacions dels practicants segons sexe**



Si s'analitza ara aquesta dada segons etapa, es poden veure algunes variacions força interessants a tenir en compte. Amb el pas del temps, per exemple l'opció 'perquè m'agrada competir i fer partits' experimenta un augment progressiu del 7,7% fins al 18,2% a l'etapa d'Educació Secundària Obligatòria. També el motiu de 'per estar en forma' augmenta significativament en 14,9 punts des del primer curs analitzat fins l'últim, mostrant com aquest és un element que experimenta una evolució progressiva i passa de ser el quart al segon motiu de pràctica d'activitat física i esport.

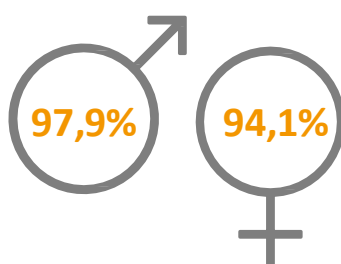
- **Motivacions dels practicants segons etapa educativa**



Font: elaboració pròpia, 2024

En relació a la continuïtat de la pràctica físico-esportiva dels infants i joves d'Igualada en el futur quan aquests siguin adults, al preguntar "quan siguis gran t'agradaria continuar fent esport o activitat física?", amb els resultats obtingut es conclou que un 96,1% dels escolars actius respon afirmativament al fet de voler continuar practicant, una xifra molt elevada. Aquest fet suposa que hi ha una clara voluntat de continuar fent esport i, per tant, mantenint uns hàbits de vida saludables de manera regular al llarg de la vida. Segmentant aquests resultats segons sexe, hi ha una diferència de 3,8 punts percentuals, obtenint els nois un percentatge més elevat.

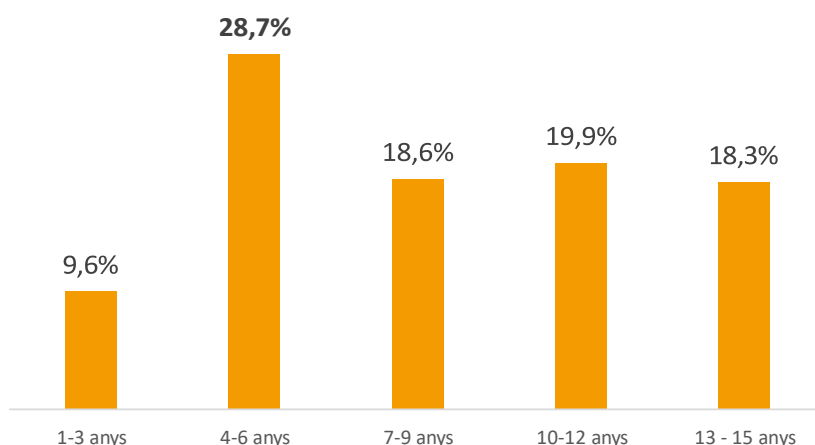
- **Voluntat de continuar fent esport de gran segons sexe**



Font: elaboració pròpia, 2024

En preguntar quan van començar a realitzar pràctica, un 28,7% dels escolars afirma haver-ho realitzat entre els 4 i 6 anys d'edat, sent la franja majoritària d'inici. No obstant això, cal destacar també com ens els darrers anys, dels 10 en endavant, s'obté un percentatge significatiu que es manté gairebé estable. En aquest sentit, es pot parlar que tot i que majoritàriament els infants comencen a fer esport entre els 4 i 6 anys, tenint en compte també aquells esports que requereixen d'una especialització més primerenca; cada cop són més els infants i sobretot joves, que comencen la pràctica més tard, en el marc que cada vegada el ventall d'oferta disponible és més ampli i també es va més enllà de l'esport competitiu.

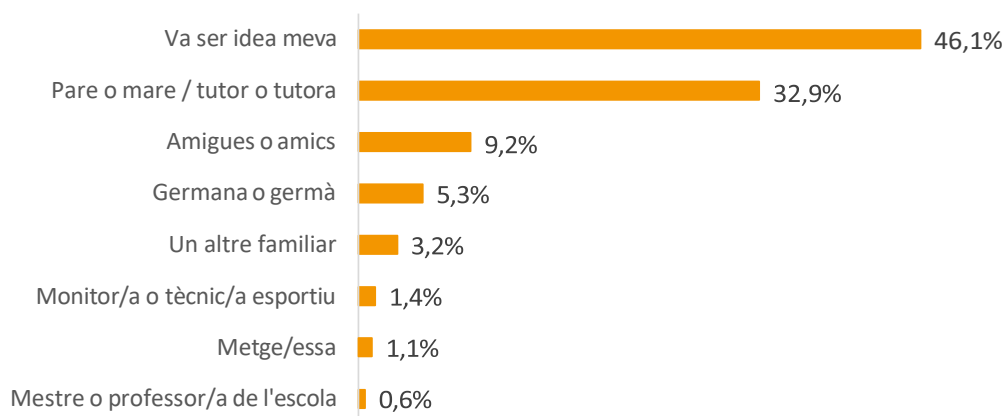
- **Edat d'inici de la pràctica d'activitat física i esport**



Font: elaboració pròpia, 2024

En darrer lloc i per finalitzar aquest bloc de contingut es vol fer incís en conèixer qui són els principals agents motivadors que van animar als escolars a fer activitat física i esport. De manera destacada es podria parlar que gairebé la meitat dels participants en l'estudi (46,1%) van començar a fer pràctica per pròpia voluntat, és a dir, va ser idea d'ells i elles iniciar-se en la pràctica. Seguit d'això, com mostra la figura a continuació, apareixen els pares i mares o tutors i tutores amb un 32,9% i en tercer lloc les amigues i amics amb un 9,2%.

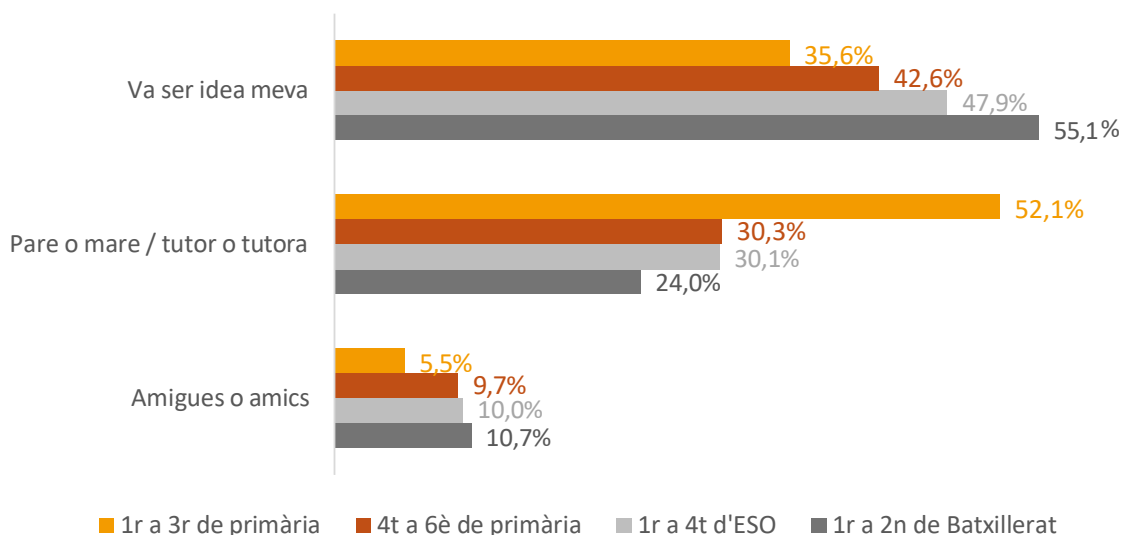
- **Agents principals que van motivar a començar a fer pràctica general**



Font: elaboració pròpia, 2024

Posant el focus en les tres primeres opcions i segmentant els resultats per etapa educativa, es pot comprovar com l'opció 'va ser idea meva' augmenta el percentatge a mesura que augmenta l'edat dels escolars denotant l'evolució de l'autonomia en la presa de decisions. Per contra, l'altra diferència es troba en l'opció 'pare o mare/tutor o tutora' que pel mateix motiu però amb resultats oposats, disminueix a mesura que els infants són més grans.

- **Agents principals que van motivar a començar a fer pràctica segons sexe**



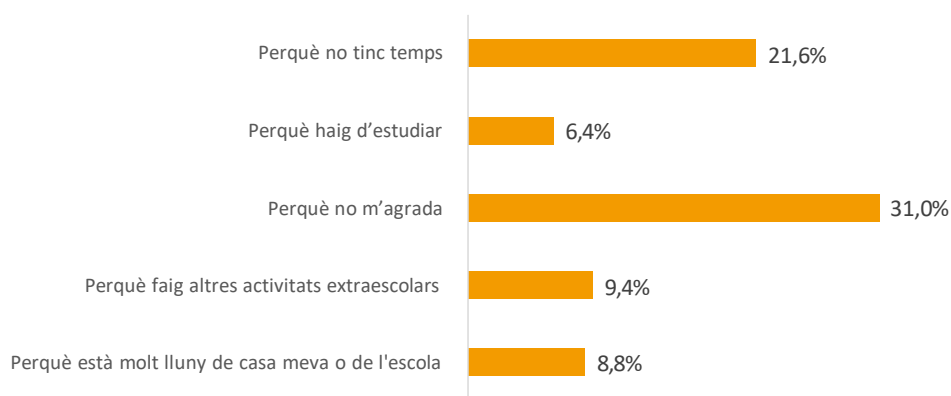
Font: elaboració pròpia, 2024

6. INFANTS I ADOLESCENTS QUE NO FAN ACTIVITAT I ABANDONAMENT

Aquest apartat es centra en l'anàlisi de diferents factors que suposen la no pràctica físico-esportiva dels infants i adolescents del municipi d'Igualada. D'aquests resultats es poden extreure dades clau on focalitzar els esforços per treballar per la promoció de l'activitat física i l'esport en aquest col·lectiu de població vetllant per un estil de vida saludable i l'adquisició d'hàbits que així ho permetin.

Igualada el 79% dels infants i adolescents practica activitat física o esportiva, xifra superior a les dades extretes a nivell català (2016), així com a Barcelona ciutat (2022) on les xifres eren del 72,8% i del 77,4% respectivament. Esdevé clau conèixer els motius pels que el 21% dels infants i joves a Igualada no practiquen activitat física. Comentar que els índex de pràctica tot i així són més elevats que els mostrats a nivell català o de Barcelona. Cal promoure accions enfocades a atreure'ls cap a l'esport i, en general, a l'adquisició d'uns hàbits de vida saludables. Es mostren a continuació els 5 principals:

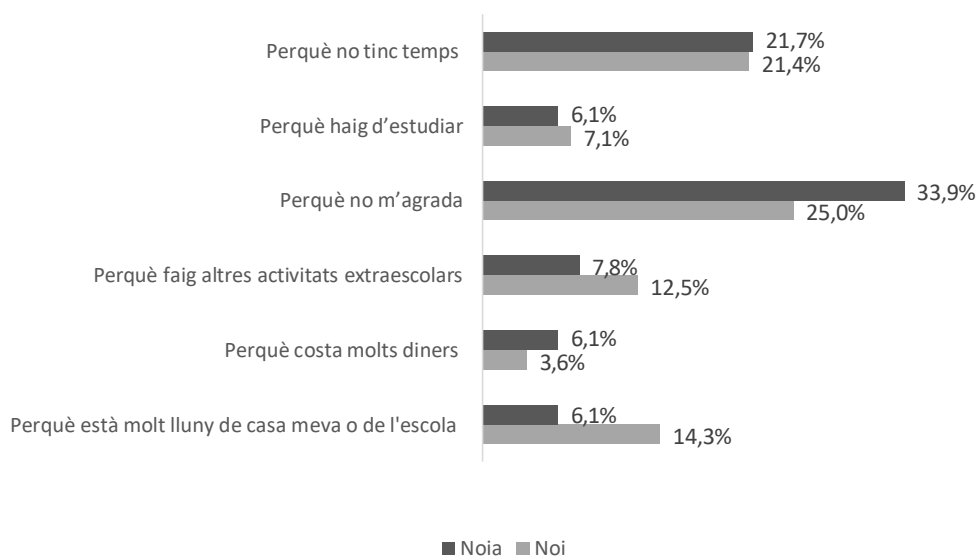
- **Principals motius de no pràctica esportiva general**



Font: elaboració pròpia, 2024

El principal motiu de no pràctica és perquè no m'agrada amb un 31,0%, seguit de per falta de temps amb un 21,6%. En tercer i quart lloc perquè fan altres activitats extraescolars amb un 9,4% i perquè està lluny de casa seva o l'escola amb un 8,8%. I en darrer lloc, apareix l'opció 'perquè haig d'estudiar' amb un 6,4%. Com ja passava a l'estudi a nivell català (2016) els 4 primers motius coincideixen en ambdós estudis, mostrant com es tracta d'un seguit de motius coneguts per aquest col·lectiu d'edat. Segons sexe, els resultats queden de la següent manera:

- **Principals motius de no pràctica esportiva segons sexe**



Font: elaboració pròpia, 2024

Tot i això, hi ha infants i adolescents que han fet alguna pràctica en algun moment de la seva vida però que l'han deixat. A nivell general, un 68,3% dels escolars d'Igualada que feien activitat física han abandonat aquesta en alguna moment; concretament, dels 11 als 18 anys aquest percentatge d'abandonament augmenta fins al 75,7%. És a dir, 3 de cada 4 adolescents d'Igualada en algun moment han deixat l'esport que estaven realitzant. En el cas dels més petits, de 6 a 10 anys aquest percentatge d'abandonament és del 48,7% pel que la meitat dels infants que havien fet alguna activitat esportiva, la deixaven.

Entre els principals motius d'abandonament es destaquen els 5 primers a continuació, sent amb un 28,1% 'perquè no m'agradava' i un 20,6% 'perquè no tenia suficient temps i feia altres activitats'.

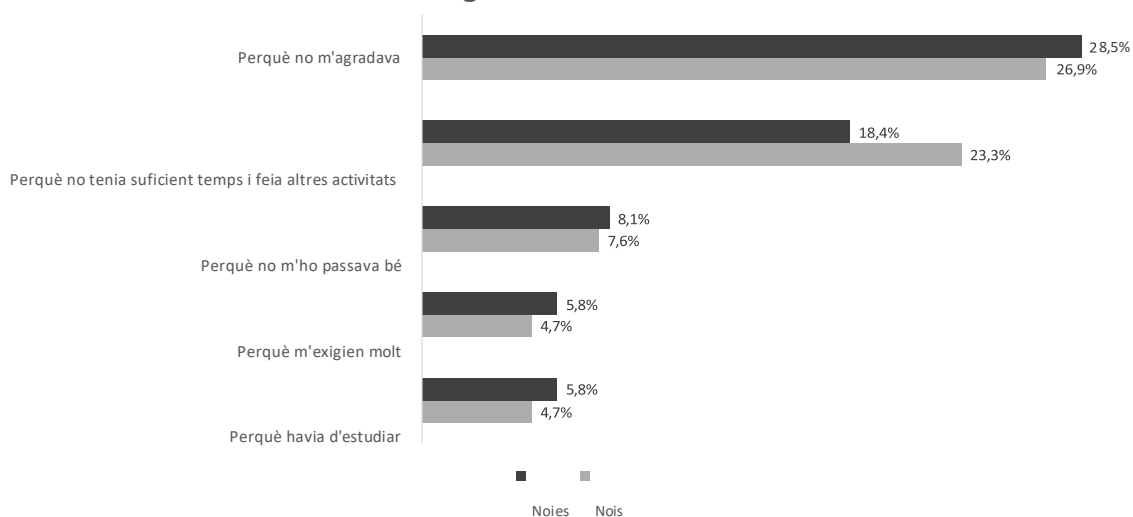
- **Motius d'abandonament de la pràctica general**



Font: elaboració pròpia, 2024

Segmentant aquests resultats segons sexe, els 5 motius principals són els mateixos però s'identifiquen diferències en el segon motiu 'perquè no tenia suficient temps i feia altres activitats' on representa un 23,3% per els noies i un 18,4% per als nois i 'perquè m'exigien molt' i 'perquè havia d'estudiar' amb un percentatge superior en el cas de les noies.

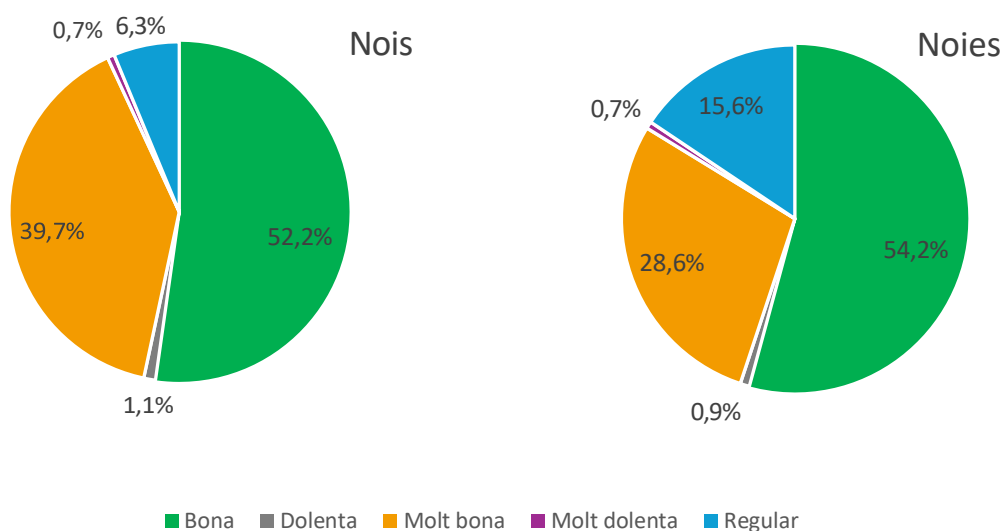
- **Motius d'abandonament segons sexe**



Font: elaboració pròpia, 2024

Al preguntar als infants i joves com dirien que és la seva salut per tal d'identificar quina percepció pròpia tenen sobre aquest element, els resultats són els que segueixen a continuació, segmentant-los segons sexe. Com es pot comprovar, proporcionalment segueixen un patró similar tot i que s'identifiquen algunes diferències en relació a la percepció com a 'regular' i 'molt bona' on els nois afirmen disposar d'un molt bon estat de salut amb un 39,7% mentre que les noies ho fan en un 28,6%. En el cas de l'opció 'regular', els nois responen aquesta opció en un 6,3% mentre que les noies ho fan en un 15,6%.

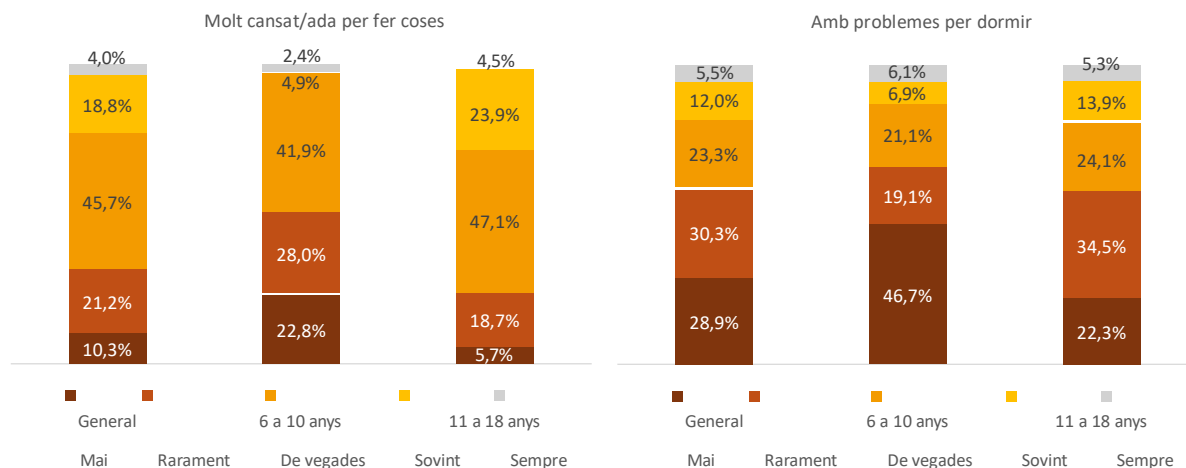
• **Autopercepció de la salut**



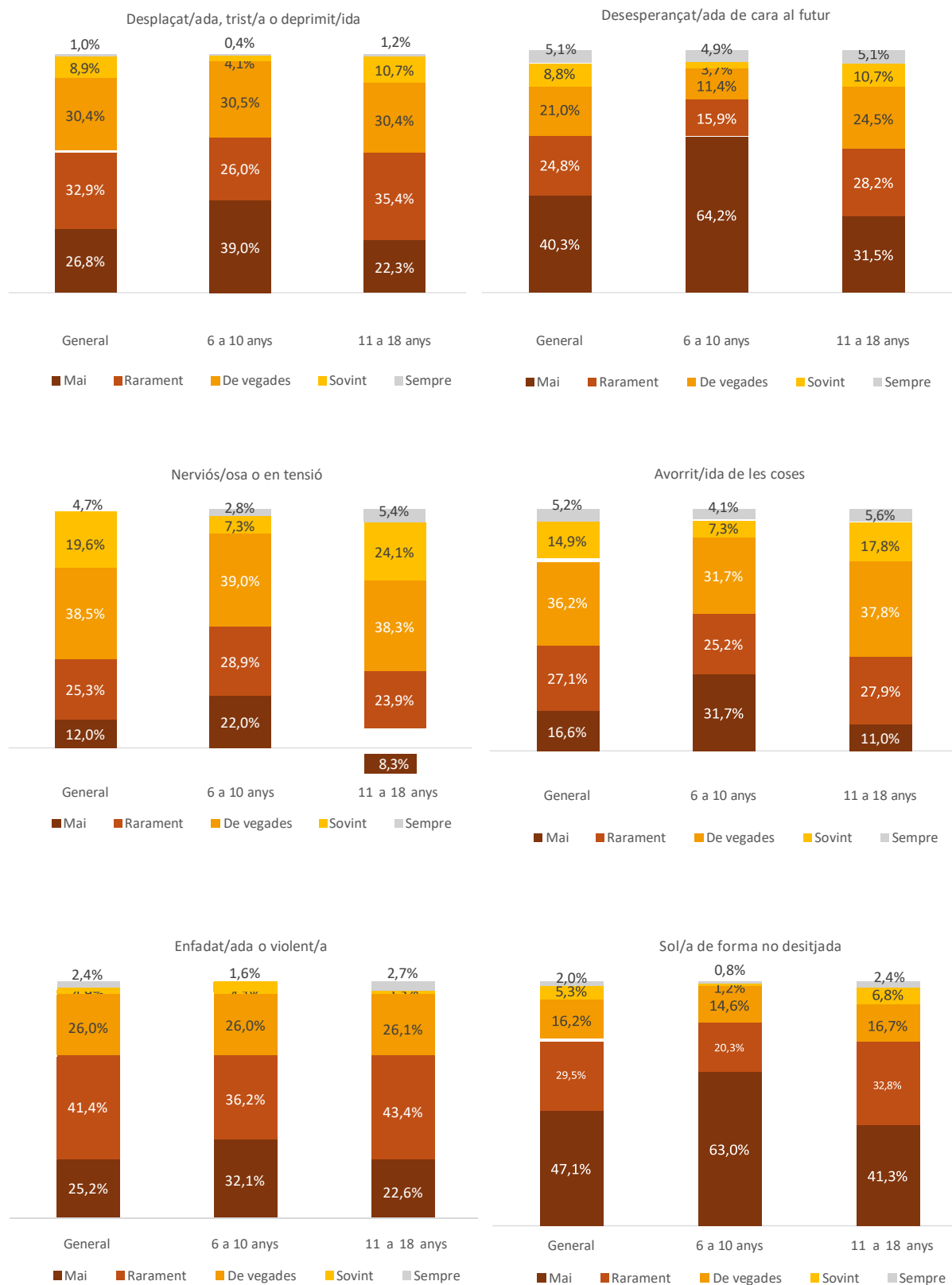
Font: elaboració pròpia, 2024

Per últim, s'ha realitzat un llistat de preguntes en relació al benestar emocional a través del plantejament de diferents situacions on els infants i joves havien de respondre amb quina freqüència els hi passava. Per una anàlisi més profunda, es presenten els resultats a nivell general així com també segons grans grups d'edat per veure'n possibles diferències.

• **Benestar emocional**



Estudi dels Hàbits esportius de la població en edat escolar del municipi d'Igualada

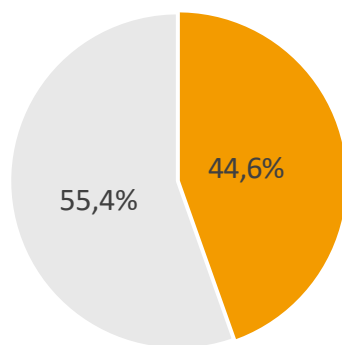


Font: elaboració pròpia, 2024

7. ÚS DE DISPOSITIUS TECNOLÒGICS I VIDEOJOC

Aquest darrer apartat de contingut fa referència a l'àmbit de la tecnologia, el seu nivell d'ús així com quins dispositius s'utilitzen, podent centrar l'atenció en els dispositius de suport a la pràctica esportiva. En primer lloc però, es vol presentar el resultat obtingut al preguntar als escolars si juguen a videojocs de manera habitual. S'ha donat una resposta afirmativa per part del 44,6% dels escolars enquestats.

- **Escolars que juguen a videojocs de manera habitual**

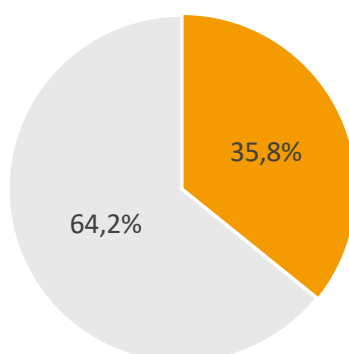


■ Escolars que juguen a videojocs habitualment

Font: elaboració pròpia, 2024

Portant el món dels videojocs i la tecnologia a terreny esportiu, s'ha preguntat als escolars d'Igualada també si fan ús de dispositius tecnològics durant la pràctica. En aquest cas, un 35,8% ha respost afirmativament en detriment d'un 64,2% que ha negat utilitzar-ne.

- **Ús de dispositius tecnològics durant la pràctica**

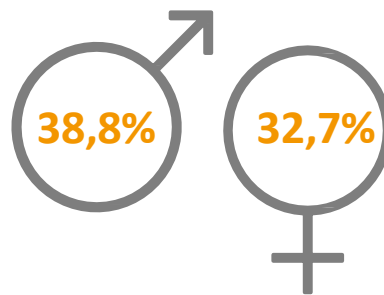


■ Sí utilitzen dispositius tecnològics durant la pràctica

Font: elaboració pròpia, 2024

Segons sexe, aquesta dada mostra petites diferències entre nois i noies, com es pot observar a la figura següent. Un 38,8% dels nois afirma utilitzar dispositius tecnològics durant la pràctica esportiva mentre en el cas de les noies, ho fan el 32,7%.

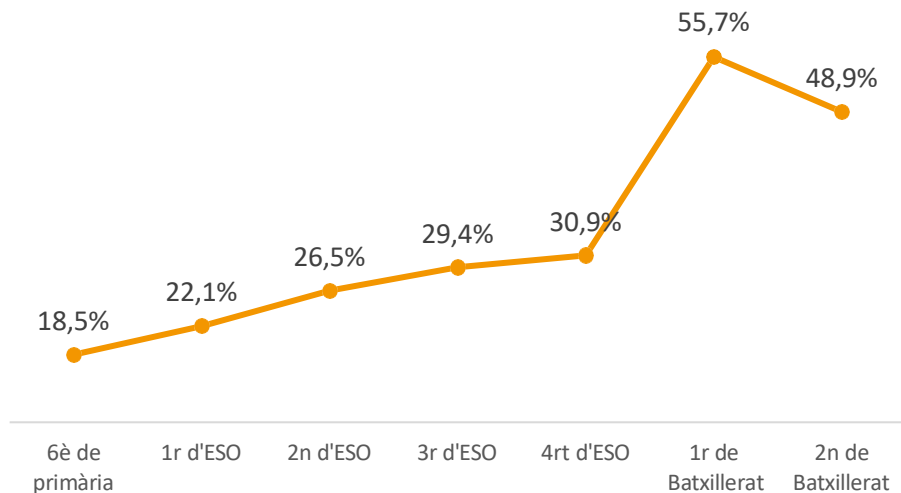
- Ús de dispositius tecnològics durant la pràctica segons sexe



Font: elaboració pròpia, 2024

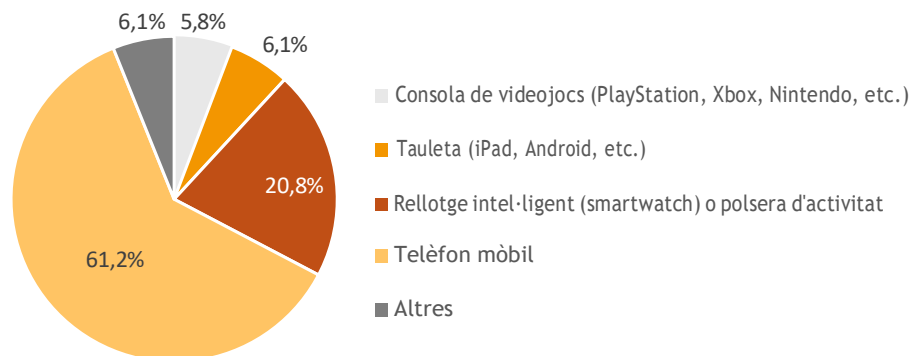
Analizant els resultats segons curs, a partir de 6è de primària, es pot comprovar a la següent figura com a mesura que avancen els cursos i els infants es fan més grans, augmenta l'ús d'aquests dispositius durant la pràctica esportiva.

- Ús de dispositius tecnològics durant la pràctica a partir de 6è de primària



Font: elaboració pròpia, 2024

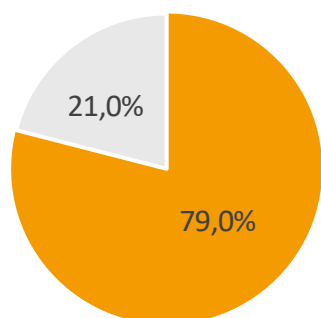
Per últim, al preguntar per quins dispositius utilitzen, clarament n'hi ha un que el fan servir 6 de cada 10 escolars: el telèfon mòbil. El segueixen els rellotges intel·ligents amb un 20,8%. La resta de resultats es poden veure a la següent figura:



Font: elaboració pròpia, 2024

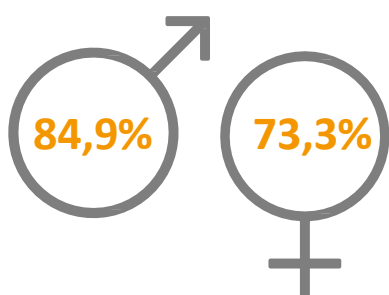
8. EL DECÀLEG DELS HÀBITS ESPORTIUS DE LA POBLACIÓ EN EDAT ESCOLAR D'IGUALADA

• Índex de pràctica general



L'índex de pràctica resulta de la pregunta 'Fas algun esport o activitat física fora de les classes d'educació física durant el curs?'. El resultat obtingut per aquesta pregunta ha estat que el 79,0% dels escolars d'Igualada realitzen alguna pràctica esportiva setmanalment, ja sigui de forma periòdica o ocasional.

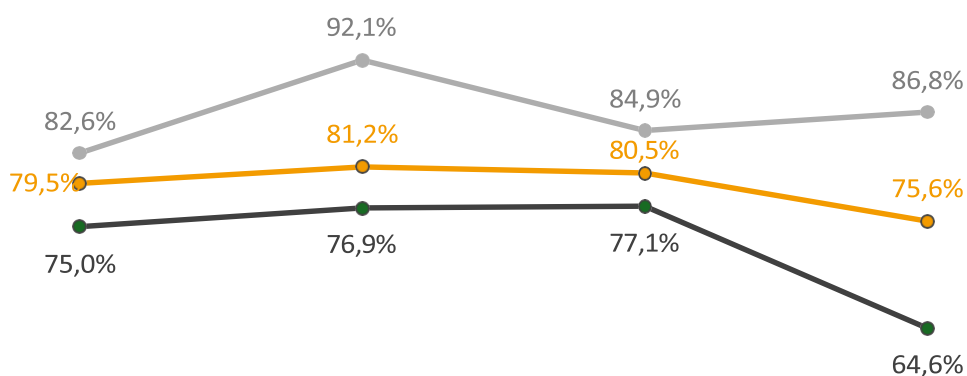
• Índex de pràctica segons sexe



Pel que fa a l'índex de pràctica físico-esportiva segons sexes, hi ha una diferència de 11,6 punts percentuals. L'índex de pràctica de les noies és del 73,3% i el dels nois de 84,9%.

• Índex de pràctica segons sexe i etapa educativa

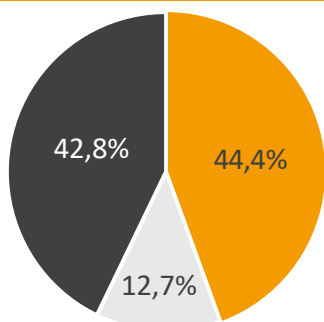
L'índex de pràctica segons sexe i etapa educativa presenta diferències entre nois i noies, trobant-se el màxim distanciament en les etapes de 4t a 6è de primària i de 1r a 2n de Batxillerat. I d'altra, la davallada que es produeix de l'Educació Secundària Obligatoria al Batxillerat en les noies, passant d'un 77,1% a un 64,6%, el que fa disminuir l'índex de pràctica general per aquesta etapa educat



1r a 3r de primària 4t a 6è de primària 1r a 4t d'ESO 1r a 2n de Batxillerat

—●— Nois —●— Noies —●— Total

• Tipologia de pràctica esportiva



Clara tendència en la pràctica d'activitats de tipus organitzat, tenint en compte que un 42,8% de la població practicant en edat escolar opta per aquesta tipologia de pràctica. A nivell de pràctica per lliure, és un 12,7% la població que prefereix aquest tipus de pràctica únicament.

- Només organitzada
- Només per lliure
- Organitzada i per lliure

• Els esports més practicats (pràctica organitzada i per lliure)

Els 5 esports més practicats – pràctica organitzada:

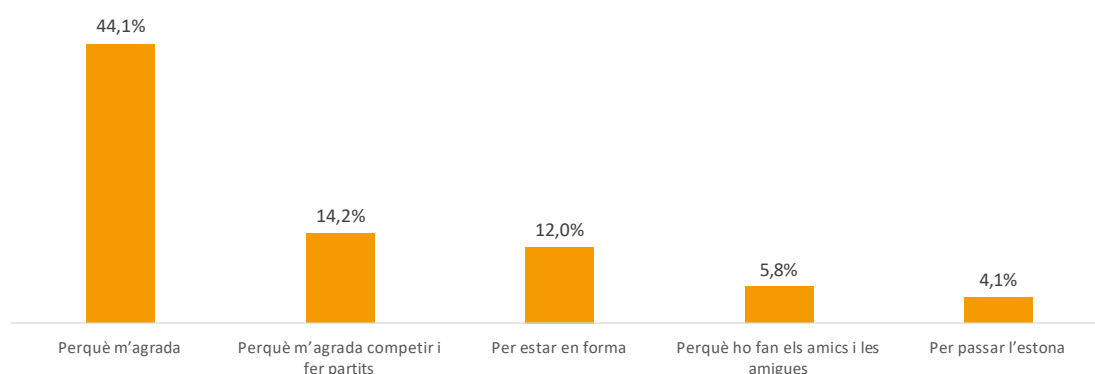
Esport més practicats	
Futbol i futbol sala	29,5%
Bàsquet	8,5%
Dansa	7,5%
Esports de lluita	7,0%
Natació	6,9%

Les 5 modalitats esportives més practicades (pràctica per lliure):

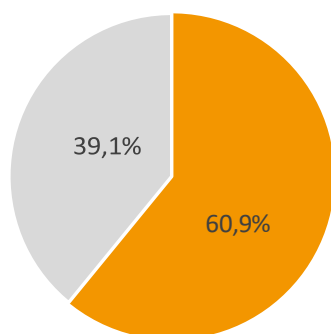
Esport més practicats	
Entrenament muscular	18,6%
Futbol i futbol sala	17,8%
Córrer	16,8%
Ciclisme	10,2%
Senderisme	7,9%

• Les motivacions de pràctica

Tot i que són diferents les motivacions per a que practiquin activitat física i esport, clarament destaca la tendència a practicar esport per gust personal, on “perquè m’agrada” representa un 44,1% del total de possibles motivacions. Les 5 principals motivacions són les següents:



• La pràctica de competició en general

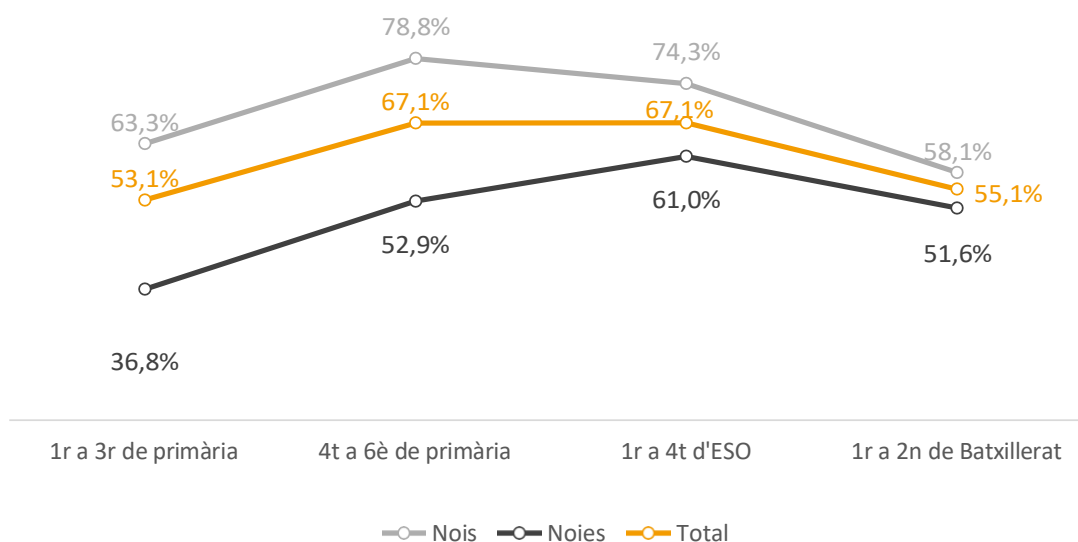


Un 60,9% dels escolars d'Igualada realitzen esport de competició, en detriment d'aquells que no en fan. Si es posa però el focus en el col·lectiu adolescent, l'índex de pràctica de competició per als escolars d'Igualada d'11 a 18 anys és del 63,4%.

■ Escolars que realitzen pràctica esportiva de competició

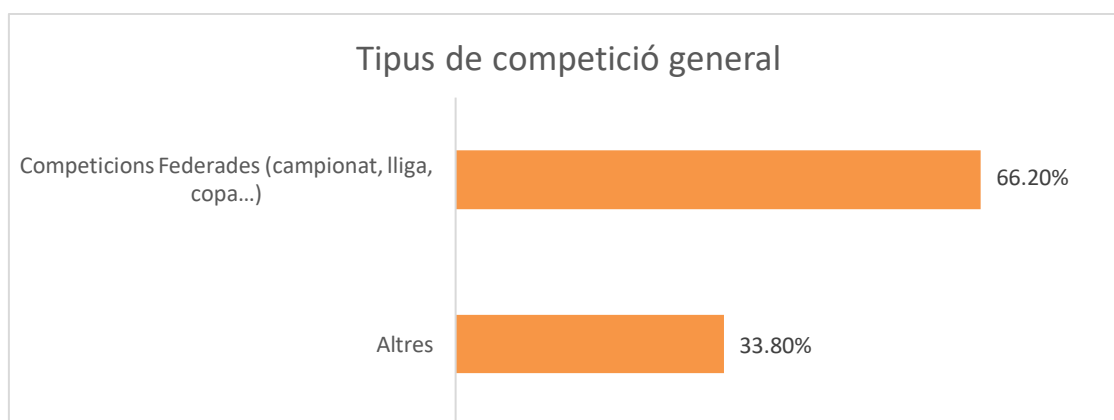
• La pràctica de competició segons sexe i etapa educativa

Es traça una tendència clara d'augment de la practica de competició fins als darrers cursos de primària on, posteriorment hi ha una davallada progressiva fins la darrera etapa educativa analitzada.



• El tipus de competició

La població escolar d'Igualada que fa pràctica esportiva de competició realitza competicions federades amb un 66,2%; és a dir, més de la meitat de practicants es decanten per aquest tipus de competicions. Després de les competicions federades, amb un 14,2% apareixerien competicions entre altres entitats i amb un 6,4% entre altres escoles.



9. LES CONCLUSIONS DE L'ESTUDI

Analitzades les dades referents de l'estudi d'hàbits esportius dels escolars d'Igualada, es presenta un resum amb les conclusions principals del mateix. En primer lloc, s'ha observat que un 79,0% dels escolars del municipi d'Igualada practiquen activitat física almenys un cop per setmana, combinant tant la pràctica organitzada com la no organitzada. Aquesta dada reflecteix una tendència positiva cap a la participació en activitats físiques tenint en compte altres estudis realitzats a nivell català. Comparativament, amb aquestes dades i tenint en compte els darrers estudis d'hàbits esportius realitzats a nivell català (2016) així com a Barcelona (2022) amb uns índex de pràctica del 72,8% i el 77,4% respectivament, fet que comporta que la població escolar d'Igualada es troba en la mitjana dels nivells de pràctica, mostrant l'alt nivell d'activitat física esportiva. Alhora, es pot comprovar la diferència entre l'índex de pràctica entre nois i noies: un 84,9% els nois per un 73,3% les noies. Aquesta diferència continua posant de manifesta la importància d'adoptar estratègies específiques per incrementar la participació de les noies en activitats esportives i promoure una major adhesió a la pràctica per aquest col·lectiu. Per això s'estan fent programes per incrementar la pràctica esportives en noies.

Tot i així, comparant amb dades de Catalunya (2016) l'índex de pràctica esportiva en noies és de 68,1%. Valors positius al municipi igualadí que és del 73,3%, ja que ens indica que estem per sobre de la mitjana en 5 punts.

Una altra dada rellevant és la variació en la pràctica esportiva en funció de l'etapa educativa i segons sexe. En aquest sentit, la distància en l'índex de pràctica entre nois i noies és més pronunciada durant les etapes de 4t a 6è de primària i de 1r a 2n de Batxillera. A més, cal destacar que, en el cas de les noies, es produeix una caiguda significativa en la pràctica esportiva en el pas de l'etapa de l'ESO al Batxillerat, amb una reducció del 77,1% al 64,6%. Aquest fenomen, torna a mostrar que s'han d'adoptar accions per mantenir la motivació de les noies en etapes educatives posteriors, on la dedicació a l'esport sovint disminueix per diverses causes, com la sobrecàrrega acadèmica o els canvis en les preferències individuals.

Un altre factor determinant és la tipologia de pràctica esportiva. Els joves d'Igualada mostren una clara preferència per la pràctica organitzada, amb un 44,4%, seguit de la pràctica organitzada i per lliure, amb un 42,8%, i finalment la pràctica únicament per lliure amb un 12,7%. Aquesta predisposició cap a les activitats esportives organitzades, reflecteix la importància i rellevància de les entitats esportives i centres educatius com a principals promotors de la pràctica esportiva en aquestes edats al municipi.

Per part dels escolars que realitzen pràctica organitzada, apareixen com a esports més practicats el futbol i futbol sala (29,5%), el bàsquet (8,5%), la dansa (7,5%), els esports de lluita (7%) i la natació (6,9%). Quant a la pràctica per lliure, les disciplines més practicades pels joves són: l'entrenament muscular (18,6%), el futbol i futbol sala (17,8%), córrer (16,8%), el ciclisme (10,2%) i el senderisme (7,9%). Aquestes dades indiquen una diversitat d'interessos, amb una clara predilecció per les activitats que impliquen esforç físic intens, així com una tendència creixent per activitats individuals que poden realitzar-se de manera autònoma també.

En relació amb les motivacions per a la pràctica esportiva, el 44,1% dels escolars practiquen esport perquè "els agrada", una motivació intrínseca clau per fomentar la participació regular. Altres motius com "els hi agrada competir i fer partits" (14,2%) i "per estar en forma" (12%) també influeixen, però en menor mesura.

Quant a l'índex de competició, el 60,9% dels escolars d'Igualada practiquen esport de competició, i aquest percentatge augmenta al 63,4% en el grup d'edat d'11 als 18 anys. Això, demostra un vincle entre l'esport escolar i el federat on més de la meitat dels infants i joves en

aquestes edats i pren part.

A Igualada, un aspecte molt bo és la gran participació de la pràctica lliure. Un 53,1% dels infants i adolescents del municipi d'Igualada realitzen pràctica per lliure. Això és gràcies als espais verds que disposa el municipi, com el Parc Central o l'Anella Verda i properament estarà disponible la Via Blava.

En resum, l'estudi mostra l'alt nivell de pràctica esportiva entre els escolars d'Igualada, amb una clara predisposició cap a les activitats organitzades i la competició. Una tendència a l'augment de la pràctica lliure. No obstant això, també destaca la necessitat de treballar en la reducció de l'escletxa de pràctica entre nois i noies i de reforçar la continuïtat de la pràctica esportiva en etapes educatives superiors, especialment en el cas de les noies. Les motivacions intrínseques i la creació d'un entorn esportiu atractiu són claus per mantenir l'interès i la implicació dels joves en l'esport. Els resultats d'aquest estudi serviran com base per al disseny i implementació d'estratègies de promoció esportiva més inclusives i adaptades a les necessitats i preferències de la població escolar d'Igualada, sense deixar a ningun infant i jove enrere.