

Hamar gaztetatik lauk kirola egiten dute hiru aldiz edo gehiagotan astean

Gizonek talde-kirolak nahiago dituzte; neskek, ordea, banakako kirolak

EAEko 15 eta 29 urte bitarteko gazteek egiten duten kirolari buruzko datuak aurkeztu ditu Gazteen Euskal Behatokiak.

Euskadiko gazteen % 8k kirola egiten dute astean behin, % 17k astean bitan, eta % 40k astean hiru aldiz edo gehiagotan. Hau da, gazte gehienek kirola egiten dute, gutxienez astean behin (% 65).

Mutilek neskek baino neurri handiagoan egin ohi dute kirola (% 73k eta % 57k, hurrenez hurren). Zenbat eta gazteago, orduan eta handiagoa da proportzio hori. Sexuaren eta adinaren arabera, funtsean, kirola astean gutxienez hiru aldiz egiten dutela diotenen ehunekoan antzeman daitezke.

Haatik, bost gaztetatik batek (% 20) ez du inoiz edo ia inoiz kirolik egiten. Talde horri noizean behin edo oportretan baino egiten ez dutenak eransten badizkiogu, ikus dezakegu gazteen heren batek (% 34) ez duela normalean kirolik egiten.

Ehuneko hori nabarmen handiagoa da nesken artean, mutilen artean baino (% 43 eta % 26, hurrenez hurren). Era berean, gero eta handiagoa da adinean gora egin ahala. Izan ere, 15 eta 19 urte bitartekoen % 24k diote ez dutela kirolik egiten inoiz edo ia inoiz, edo bakarrik oportretan zein noizbehinka; 20 eta 24 urte bitartekoen artean % 36k diote gauza bera; eta 25 eta 29 urte bitartekoen artean % 40k.

Zenbatero egiten duzu kirola?						
%	GUZTIRA	SEXUA		ADIN TALDEAK		
		Mutilak	Neskak	15-19 urte	20-24 urte	25-29 urte
Astean hiru aldiz edo gehiagotan	40	50	30	49	39	35
Astean bitan	17	16	18	18	17	17
Astean behin	8	7	9	8	7	8
Noizbehinka	13	11	15	9	14	15
Oporretan bakarrik	1	1	2	1	2	1
Inoiz ez edo ia inoiz ez	20	14	26	14	20	24
Ed/Ee	0	0	0	1	1	0
PORTZENTAJEA GUZTIRA	100	100	100	100	100	100

Sexuari eta adinari dagozkion datuak konbinatuta, zera ikus daiteke: mutilen artean kirol-praktika beherantz doa adinean gora egin ahala; nesken artean, aldiz, kirola alde batera uzten da 20 urteak bete aurretik; eta gero ez dago alde handirik 20 eta 24 urte eta 25 eta 29 urte bitartekoen artean.

Hori ez da harrizkoa, hainbat faktore ikusita: emakumeen kirola oso gutxi sustatzen da; neska askok hainbat zailtasun izaten dute eskola-kiroletik kirol federatura igarotzeko; komunikabideek ia ez diete oihartzunik ematen emakumeen kirol-garaipenei... Faktore horiek direla-eta, kirola ez da jarduera erakargarria emakumeentzat. Gainera, gizarteak ere ez du bultzatzen emakumeek kirola egitea.

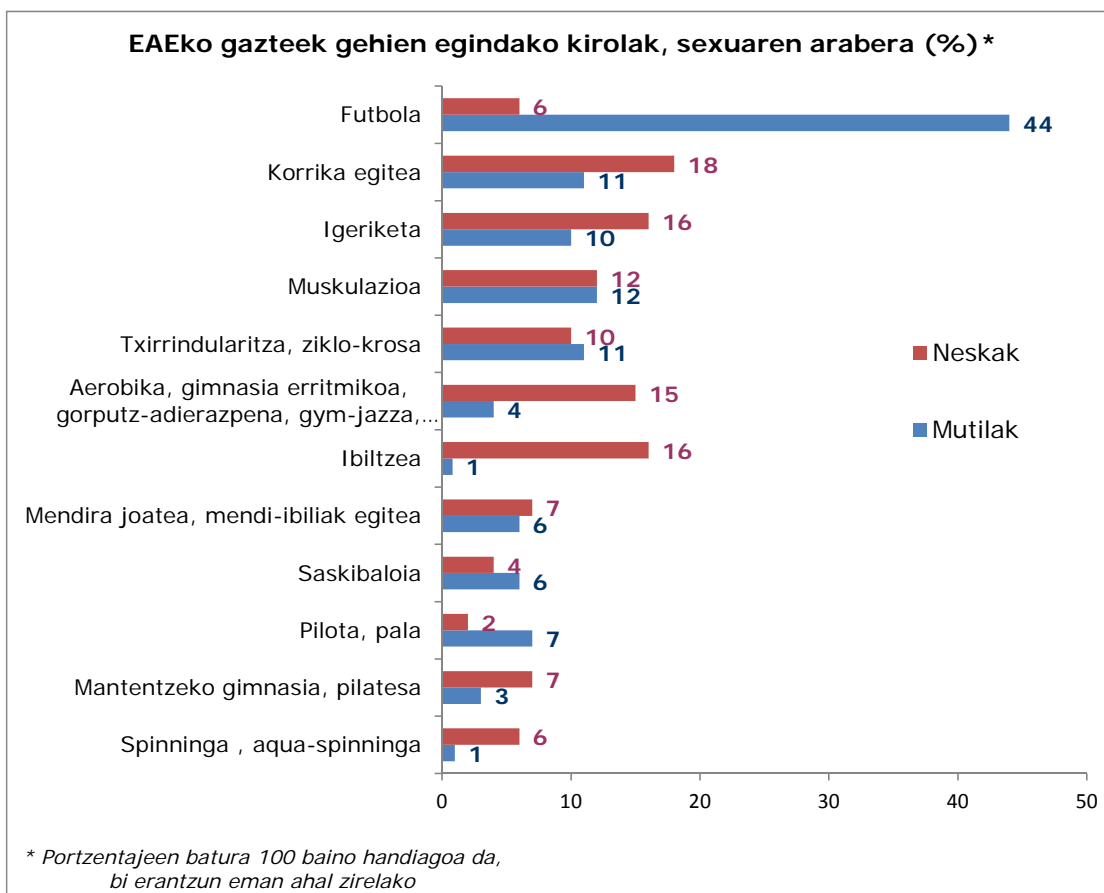
Zenbatero egiten duzu kirola?									
%	MUTILAK					NESKAK			
	GUZTIRA	ADIN TALDEAK			GUZTIRA	ADIN TALDEAK			
		15-19 urte	20-24 urte	25-29 urte		15-19 urte	20-24 urte	25-29 urte	
Astean hiru aldiz edo gehiagotan	50	63	51	42	30	35	27	28	
Astean bitan	16	14	15	18	18	23	19	15	
Astean behin	7	5	7	8	9	12	8	9	
Noizbehinka	11	8	12	13	15	9	16	17	
Oporretan bakarrik	1	1	2	1	2	2	1	2	
Inoiz ez edo ia inoiz ez	14	8	12	18	26	19	29	29	
Ed/Ee	0	1	1	0	0	0	0	0	
PORTZENTAJEA GUZTIRA	100	100	100	100	100	100	100	100	

EAEko gazteek gehien praktikatzen dituzten kirolak aztertzeko garaian, ezinbestekoa da sexua aintzat hartzea. Espero bezala, futbola da nesken eta mutilen artean alderik handienak erakusten dituen kirola: nesken % 6k praktikatzen dute eta mutilen % 44k. Izan ere, futbola da kirol nagusia mutilengan, eta hamargarrena nesken artean.

Ez dago futbolak mutilak elkartzen dituen moduan neskak batuko dituen kirol-diziplinarik. Emakumeek gehien egiten duten kirola korrika egitea da (footinga, jogginga...), % 18k aipatua, eta jarraian ibiltzea (% 16), igeri egitea (% 16) eta aerobika edo antzekoak daude (% 15). Horiek dira nesken lau kirol-modalitaterik nagusienak, eta, gainera, horietan neskak gehiago aritzen dira mutilak baino.

Era berean, neskak honako kirol hauetan ibiltzen dira, futbolekin baino areago: muskulazioan (% 12), txirrindularitzan edo bizikletan (% 10), trekkingean (% 7), mantentze-gimnasia edo pilatesean (% 7) eta spinningean edo aqua-spinningean (% 6). Pilatesaren eta spinningaren kasuan, aldeak nabari dira sexuari erreparatuta: neskak ugariagoak dira mutilak baino.

Gizon gazteek, berriz, neurri handiagoan praktikatzen dituzte pilota-, pala- nahiz erraketa-kirolak, neskek baino. Gauza bera gertatzen da areto-futbolarekin edo boxeoarekin.



Adinak ere badakar alderik, kirol-modalitateei dagozkienez. Adinean gora egin ahala, behera egiten du taldeko lehia-kiroletan dabiltzaneren proportzioak, adibidez, futboleant, saskibaloian edo eskubaloian, baina gora egiten du zertxobait areto-futboleant aritzen direnenak. Adinarekin batera, igo egiten da, era berean, korrika egitera, ibiltzera, trekking egitera, bizikletaz ibiltzera edota igeri egitera doazenen ehunekoa.

Kirola noizean behin edo oporretan egiten dutenek gainerakoek baino proportzio handiagoan aipatzen dute ibiltzea, mendira joatea, bizikletaz ibiltzea edo neguko kirolak praktikatzea.

Kirola astean hiru aldiz edo gehiagotan egiten dutela diotenek ehuneko handiagoak dituzte taldeko kiroletan (futbola, saskibaloia, eskubaloia); horietan aritzeak normalean entrenamenduak eta partidak izatea dakar, hots, kirol-saio gehiago. Muskulazioan ere ehuneko altuagoak antzeman daitezke.

Azkenik, azpimarratu beharra dago kirola zenbat eta maiztasun handiagoz egin, hainbat eta hobea dela norberaren osasunaren pertzepzioa, hau da, oso osasun ona dutela dioten gazteen ehunekoa handitu egiten dela.

Oro har, nolakoa da zure osasuna: oso ona, ona, hala-holakoa, txarra edo oso txarra?					
%	GUZTIRA	KIROLA EGITEKO MAIZTASUNA			
		Astean hiru aldiz edo gehiagotan	Astean behin edo bitan	Noizbehinka edo oportretan	Inoiz ez edo ia inoiz ez
Oso ona	26	31	27	20	17
Ona	62	62	61	64	66
Hala-holakoa	10	6	11	14	15
Txarra	1	1	1	1	2
Oso txarra	0	0	0	0	1
Ed/Ee	1	1	1	1	0
PORTZENTAJEA GUZTIRA	100	100	100	100	100

[Gazteen Euskal Behatokiak](#) 2012an, 15 eta 29 urte bitarteko gazteen lagin adierazgarriari egindako inkesta batetik atera dira datu hauek.

Jarrai gaitzazu gizarte-sareetan!

