



Frafall i fotball blant ungdomsskoleelever i Oslo (Carlsen, K.H. 2023)

”Funn fra denne og tidligere unders kkelser indikerer at det bør være 100 spillere på ett årskull i 10-12-års alderen for at årskullet skal klare seg gjennom ungdomsfotballen på egenhånd”.

Innledning

Høsten 2023 gjennomførte jeg en enkel undersøkelse om frafall i fotball ved Hovseter ungdomskole i Oslo. Formålet med undersøkelsen var å få mer empiri om frafall i fotball blant ungdom i Oslo. I tillegg håper jeg at funnene kan skape større bevissthet om deltakelse og frafall i fotball, samt at det bidra til å belyse hvilke tiltak som kan settes inn for å redusere frafallet.

Det finnes mange unders kkelser og mye statistikk om temaet. Statistikk over antall aktive fotballspillere peker i retning av at 85 % av alle som starter å spille fotball slutter med fotball i løpet av ungdomsårene (NFF 2014; Skyttermoen 2013). Få slutter f r de fyller 12 år, og flesteparten etter fylte 14 år (NFF 2013). I alderen 10-12 år spiller 7-8 av 10 gutter og 3 av 10 jenter fotball. I alderen 17-19 år har det sunket til 1 av 10 gutter og 0,5 av 10 jenter (ibid).

Selv om forskere har litt ulike tall for frafall, er fellesnevneren at frafallet blant ungdom fra fotball og organisert idrett er enormt (Haugen et al. 2022; Ingebrigtsen 2009 & 2012; Larsen & Jacobsen 2009; Sandnes 1998; Seippel 2005; Sigmundsson & Ingebrigtsen 2006; Stokland 2013; Thoresen 2016a). Selv om noe av frafallet kan være naturlig (Torp 2019), indikerer funnene i kildene over at mange ønsker å fortsette. Dette støttes av at flere klubber har hatt suksess med å redusere frafallet. Blant annet klarte Volda TFI å beholde langt flere spillere ved å tilby et differensiert trenings- og kamptilbud (Tveit 1998). Dessuten bør vi trolig ta inn over oss at glede, læring, mestring og sosialt samvær er viktigere enn kampen og resultatet. I forlengelsen av dette bruker jeg å stille følgende spørsmål når jeg holder trenerkurs: *Hva er best spillerutvikling?   fortsette å spille fotball med ”sosiale foreldretrenere” i en bitteliten klubb? Eller å slutte å spille fotball med verdens beste spillerutviklere i verdens største klubb?*

I henhold til frafall synes et resultatorientert læringsklima og topping, manglende glede, og lav opplevelse av egen kompetanse til å være de tre faktorene som i sterkest grad er assosiert med frafall (Berntsen & Kristiansen 2020; Carlsen 2017; Carlsen & Heggedal 2015; Crane & Temple 2015; Høigaard 2008; Ingebrigtsen & Mehus 2006; Ommundsen 2006; Sivertsen & Risberg 2013; Skyttermoen 2013; Torp 2019). *”Om idretten ønsker å redusere frafallet, så må den i større grad orientere seg mot de aktivitetsorienterte. Dette vil innebære redusert fokus på*

konkurransen” (Ingebrigtsen & Mehus 2006, s. 41). Tiltak som kan redusere frafallet og øke rekrutteringen er å ha mange sosiale tiltak, fokus på mestring og glede framfor resultat, bruk av ulike former for differensiering, samarbeid mellom årskull, stabilt støtteapparat, klare regler for oppførsel, mye spill og spilløvelser på trening, medbestemmelse, og at alle som vil får mye spilletid i kamp (Carlsen 2017 & 2023a; Carlsen & Heggedal 2015; Ingebrigtsen & Mehus 2006; NFF 2013; Nøttveit 2022; Ommundsen 2006; Sivertsen & Risberg 2013; Thoresen 2016b).

Metode

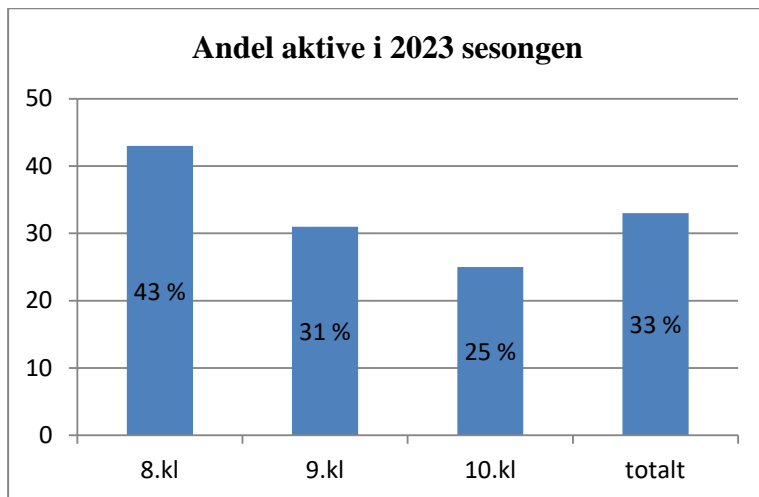
Dette var en enkel form for gruppeintervju. Data ble samlet inn ved håndsopprekking i totalt 15 av 27 klasser ved Hovseter ungdomsskole. Utvalget besto av fem klasser på hvert trinn (8., 9. og 10. klasse). Totalt antall deltakere var 366. Elevene fikk følgende to spørsmål: **1)** Hvor mange av dere har spilt fotball på lag i årets sesong? **2)** Hvor mange av dere har spilt minimum en sesong på lag i løpet av livet, men sluttet? For hver klasse fikk jeg da et gitt antall besvarelser, samt at jeg telte opp antall elever totalt i klassene. Dermed kan vi regne aktive totalt og frafall i prosent.

Resultat og diskusjon

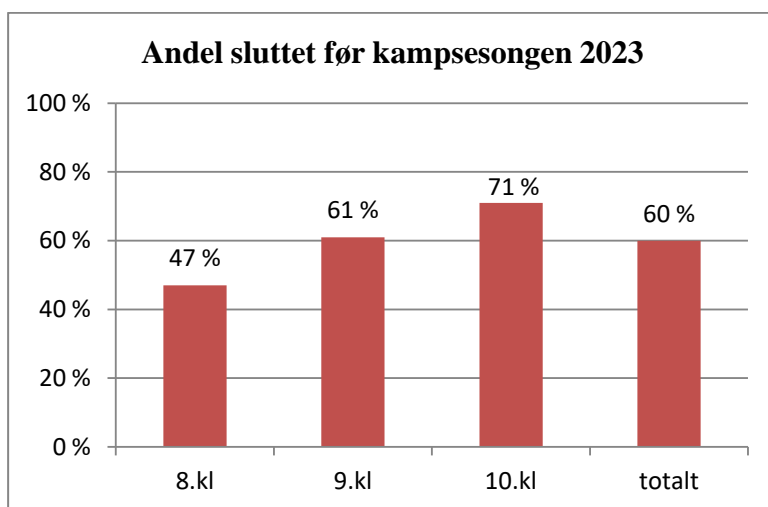
Tabell nr. 1: Oppsummering av resultatene i undersøkelsen.

	8.klasse	9.klasse	10.klasse	Sum
Antall aktive i sesongen 2023	53	41	27	121
Andel aktive sesongen 2023 i prosent	43 %	31 %	25 %	33 %
Antall som har sluttet før kampsesongen 2023	47	65	67	179
Andel som har sluttet med fotball i prosent	47 %	61 %	71 %	60 %
Antall som har spilt fotball	100	106	94	300
Andel som har spilt fotball i prosent	81 %	80 %	85 %	82 %
Antall elever på de tre trinnene og totalt	124	132	110	366

Om vi starter fra venstre kan vi i tabellen lese at det var 124 elever i de fem 8.klassene som deltok i undersøkelsen. Av disse spilte 53 fotball for en klubb i 2023, mens det var 47 som har sluttet før årets kampsesong. Andelen som har sluttet med fotball blir dermed 47 % ($47 / 100 * 100$). Videre ser vi at totalt 100 av 124 elever i 8.klasse har spilt fotball for en klubb i løpet av barne- og ungdomsåra ($53 + 47 = 100$). Dette utgjør 81 % av elevene ($100 / 124 * 100$). I de neste tre kolonnene ser vi de tilsvarende tallene for 9. og 10.klasse, og for summen av alle de tre ungdomstrinnene. Basert på disse resultatene kan vi også regne ut at nedgangen i andelen aktive fotballspillere fra 8. til 10.klasse var på 42 % ($43 - 25 = 18 \rightarrow 18 / 43 * 100 = 42$). Funnene som står i farger i tabellen presenteres i to figurer med tilsvarende farge nedenfor.



Figur nr. 1: Andel aktive på hvert årstrinn og totalt for alle elevene i undersøkelsen. I sesongen 2023 spilte 43 % av elevene i 8.klasse, 31 % av elevene i 9.klasse og 25 % av elevene i 10.klasse fotball for en klubb. Totalt spilte 33 % av elevene fotball for en klubb i sesongen 2023.

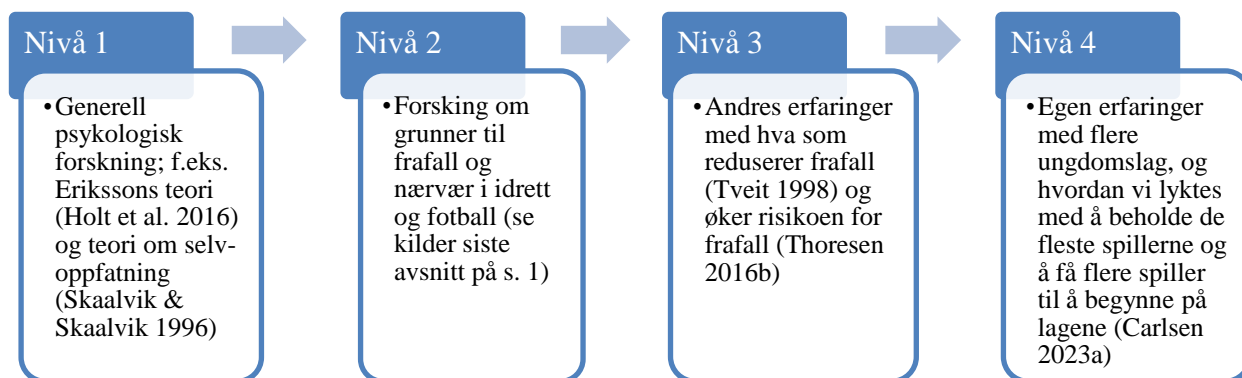


Figur nr. 2: Andelen av elevene for de tre årstrinnene som har sluttet med fotball før kampsesongen 2023. Tallene er akkumulerte tall. Det betyr at 71 % har sluttet før de begynte i 10.klasse, 61 % før de begynte i 9.klasse og 47 % før de begynte i 8.klasse. Totalt har 60 % av ungdomsskoleelevene sluttet med fotball før kampsesongen 2023.

Andelen som har sluttet med fotball øker klart i løpet av de tre ungdomsskoletrinnene (figur nr. 2). Totalt har 60 % av elevene i undersøkelsen sluttet med fotball. Resultatene er i tråd med NFF (2014), men litt lavere enn i Indre Østland fotballkrets (IØFK) i 2012 hvor 72 % sluttet med fotball i løpet av ungdomsskolen (Skyttermoen 2013). Nedgangen i antall aktive fotballspillere fra 8. til 10. klasse var 42 %. I praksis betyr det at en tropp på 20 spillere i 8.klasse har blitt til 12 spillere i 10.klasse. Samtidig er det oppløftene å se at så mange ungdommer har spilt fotball. Hele 82 % av elevene har spilt fotball for en klubb, og det er summen for gutter og jenter. Dette er oppløftene tall, og nøyaktig det samme som i IØFK i 2012 (Skyttermoen 2013). I 10. klasse spiller fortsatt 1 av 4 ungdommer fotball. Imidlertid har 47 % av elevene i 8.klasse sluttet med fotball. Dette antyder også at en stor andel sluttet å spille fotball før de fyllte 12 år.

Hva kan vi gjøre for å forebygge og redusere frafallet? Frafall i idrett er et kompleks fenomen, og noe av frafallet er trolig naturlig (Torp 2019). Samtidig viste tiltaket i Volda TFI at flere ungdom fortsatte med fotball når tilbudet ble mer på deres premisser (Tveit 1998). I forlengelsen av dette ønsker jeg å skissere ett forslag på en kunnskapsbasert modell/plan som kan bidra til å

redusere frafallet. Min erfaring tilsier at en slik modell/plan må være enkel. Dersom ikke vil den ikke være mulig å gjennomføre i praksis. Så selv om forslagene jeg skisserer her ikke bidrar til å løse frafallsproblematikken, indikerer både forskning, og andres og egne erfaringer, at den etter alt å dømme bidrar til å redusere frafallet. Et realistisk mål kan være å halvere frafallet. I den forbindelse har jeg god erfaring med å benytte en kunnskapsbasert modell/plan som består av fire nivåer. Først generell teori og forskning fra vitenskapelige disipliner (her psykologi), deretter konkret forskning om det spesifikke temaet, og så andres og egne erfaringer (se figur nr. 3).



Figur nr. 3: Et forslag på en kunnskapsbasert modell/plan for å redusere frafallet i fotball.

Fra nivå 1 forstår vi viktigheten av at barn og ungdom opplever mestring med fotball, og at vi må jobbe konkret med å øke ungdommers selvoppfatning. Spesifikk forskning om frafall i idretten vektlegger spesielt betydningen av mestring og trivsel (nivå 2). Andres erfaringer indikerer at samarbeid mellom årskull, å la ungdommen få et frivillig differensiert opplegg, og å unngå topping kan bidra til å redusere frafallet (nivå 3). Til slutt har jeg opplevd samsvar mellom alle de tre foregående nivåene og egne erfaringer. Dette styrker etter mitt syn modellen/planen. Min erfaring er at følgende tiltak kan bidra til å redusere frafallet og å rekruttere nye spillere:

- 1) Utelukkende fokus på mestring og det å tilrettelegge for et mestringsklima, samt målrettet arbeid med å øke spillernes selvoppfatning (se Carlsen 2023b).
- 2) Å ha mest fokus på å skape et godt miljø gjennom sosiale tiltak og trivsel på trening. Her brukte vi foreldremøter til å lage forslag på sosiale tiltak, både på og utenfor banen.
- 3) Vi hadde et stabilt støtteapparat over tid, og som var tilstedet for spillerne. Selv om lagene fikk betalte trenere ble de fleste foreldre fortsatt med å hjelpe til rundt lagene.
- 4) God differensiering og hospitering, inkludert at spillerne selv kunne velge hvor mye de ville trene og om de ville hospitere med eldre lag.
- 5) Medbestemmelse, bl.a. ved å ha et spillerutvalg og flere ressursteam som vi brukte aktivt, samt spillersamtaler, kontinuerlig dialog, gruppeoppgaver og avstemninger.

- 6) Gode og morsomme treninger med mye spill og spilløvelser. Over 80 % av treningene besto av spill og spilløvelser, samt at minimum 50 % av treningene var vanlig spill.
- 7) Vi hadde klare regler for oppførsel, og vi forsøkte å følge dem opp på en rettferdig måte. Spillerne var med på å utforme både reglene og konsekvensene av å bryte dem.
- 8) Alle som ville fikk mye spilletid i kamp. De få gangene det var for mange som ønsket å spille kampen, roterte de med minst oppmøte siste måned på å stå over. Denne praksisen var spillerne med på å bestemme, og som regel fikk alle bli med. Alle som møtte til kamp fikk spille minimum 30 minutter, med mindre de ikke ønsket å spille. Vanligvis var det 2-3 spillere per lag/gruppe som ikke ønsket å spille kamp, eller som bare ville spille litt.

Undersøkelsen har noen feilkilder. Det er ikke sikkert elevene har full kontroll på når de sluttet. Det gjelder spesielt om de sluttet i løpet av 2023. Dessuten har jeg ikke kontrollert svarene. Imidlertid var det godt samsvar mellom årstrinnene om hvor stor andel som hadde spilt fotball. Videre var ca 20 % av elevene borte fra skolen da undersøkelsen ble gjennomført. Til slutt gjelder funnene for en bydel i Oslo, og vi trenger derfor flere studier fra ulike populasjoner.

Oppsummering

Ved bruk av en enkel form for gruppeintervju undersøkte jeg frafall i fotball blant ungdom ved Hovseter ungdomsskole høsten 2023. Utvalget besto av fem klasser på hvert trinn (8., 9. og 10. klasse), og totalt 15 av 27 klasser ved skolen. Antall deltakere var 366.

Data fra denne undersøkelsen støtter opp om tidligere undersøkelser og data fra NFF. Totalt hadde 60 % av ungdommene i undersøkelsen sluttet med fotball, og innen jul i 10.klasse hadde 71 % sluttet. Dette er etter alt å dømme høyere enn hva som er naturlig. Basert på disse funnene bør det være 100 spillere på ett årskull i barnefotballen for at årskullet skal klare seg gjennom ungdomsfotballen alene. Det betyr at de fleste klubber må ha samarbeid mellom årskull for å klare å stille 11'er lag i ungdomsfotballen. Min sterke anbefaling er at dette samarbeidet starter når de spiller 7'er fotball for å slippe drama. Andre tiltak for å redusere frafallet er å ha mange sosial tiltak, å ha et stabilt støtteapparat, å bruke ulike former for differensiering, å fokusere på mestring og glede framfor resultat, medbestemmelse, mye spill og spilløvelser på trening, klare regler for og oppfølging av oppførsel, og at alle som vil får mye spilletid i kamp.

Avslutningsvis er det oppløftene å se at så mange ungdommer har deltatt i fotballaktivitet. Totalt hadde 82 % av elevene spilt fotball for en klubb, og det er summen for gutter og jenter. Dette er oppløftene tall, og en så høy deltakelse indikerer at den norske idrettsmodellen er unik.

Referanseliste

- Berntsen, H. & Kristiansen, E. (2020). Perceptions of need-support when “having fun” meets “working hard” mentalities in the elite sport school context. *Sport Coaching Review*, Vol. 9, No. 1, 1–23
- Carlsen, K.H. (2017). *Differensiering versus topping*. Oslo: FfK
- Carlsen, K.H. (2023a). *Fotball for Kids boka – Øvelsesbank, fagartikler og erfaringer fra praksisfeltet*. Oslo: FfK
- Carlsen, K.H. (2023b). *Selvoppfatning og selvoppfatningsintervensjon* Oslo: FfK
- Carlsen, K.H. & Heggedal, E. (2015). Talent og tidlig fysiologisk modning blant G15 år spillere i Oslo. Oslo: FfK
- Crane, J. & Temple, V. (2015). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European Physical Education Review*, 21(1), 114–131
- Haugen, T., Apold-Aasen, S., Kalhovde, J.M. & Tønnessen, E. (2022). Som barn er vi nordmenn med i organisert idrett, men frafallet gjennom ungdomstiden og i voksen alder er stort. Fire grep kan snu trenden. <https://www.kristiania.no/kunnskap-kristiania/2022/06/fire-grep-kan-hindre-fracfall-i-norsk-idrett/>, 14.12.2023
- Høigaard, R. (2008). *Gruppedynamikk i idrett*. Kristiansand: Høgskoleforlaget
- Ingebrigtsen, J.E. (2009). Utviklingen av barn og ungdoms idrettslige og fysiske aktivitetsnivå – hvorfor har det blitt så bra? I: *Nyere perspektiv innen idrett og idrettspedagogikk*, (red. B.T. Johansen, R. Høigaard & J.B. Fjeld). Kristiansand: Høgskoleforlaget, kapittel 9
- Ingebrigtsen, J.E. (2012). *Ungdomsidrett i endring. Tallenes tale om norsk ungdomsidrett 2006-2011*. NTNU Samfunnsforskning AS Senter for idrettsforskning. Rapport 2012
- Ingebrigtsen, J.E. & Mehus, I. (2006). Kroppsøving og idrett for alle. I: *Idrettspedagogikk*, (red. H. Sigmundsson & J.I. Ingebrigtsen). Universitetsforlaget, kapittel 5
- Larsen, Ø. & Jacobsen, A. (2009). Budskapet i barne- og ungdomssesongen 2009. *FOTBALLtreneren*, nr. 1 – 2009, s. 7
- NFF (2013). *Flest mulig – lengst mulig – best mulig. Den store barne- og ungdomsfotballboka*. Oslo: Akilles
- NFF (2014). *Veiledermal grasrottreneren – delkurs 3*. Power point presentasjon tilsendt fra NFF
- Nøttveit, A.R. (2022). Kristian (17) er uroa for fráfallet i idretten – vil ha fleire hobbylag. <https://framtida.no/2022/12/05/kristian-17-er-uroa-for-fracfallet-i-idretten-vil-ha-fleire-hobbylag>, 14.12.2023

- Ommundsen, Y. (2006). Psykologisk læringsklima i kroppøving og idrett – betydning for barns og unges læring, trivsel og motivasjon. I: *Idrettspedagogikk*, (red. H. Sigmundsson & J.I. Ingebrigtsen). Universitetsforlaget, kapittel 4
- Sandnes, S.-O. (1998). Resultater fra 60 klubbeseøk i perioden 1995/1996: ”Bedre fotball – også i bredden”. *FOTBALLtreneren*, nr. 3 – 1998, s. 17
- Seippel, Ø. (2005). «Orker ikke, gidder ikke, passer ikke? Om frafallet i norsk idrett». Institutt for samfunnsforskning. Rapport 2005: 3
- Sigmundsson, H. & Ingebrigtsen, J.E. (red. 2006). *Idrettspedagogikk*. Oslo: Universitetsforlaget
- Sivertsen, F. & Risberg, T. (2013). En av fem føler seg ikke gode nok i idrett. <https://www.nrk.no/livsstil/barn-slutter-med-idrett-1.11300205>, 14.12.2023
- Skaalvik, E.M. og Skaalvik, S. (1996). *Selvoppfatning, motivasjon og læringsmiljø*. TANO A.S., 1996
- Skyttermoen, T. (2013). Hvorfor slutter barn og unge med fotball? Resultater fra undersøkelse om årsaker til frafall i IØFK. Power point presentasjon, 11.3.2013
- Stokland, I. (2013). Dropper ut på grunn av fotballklubbene. <http://www.gd.no/nyheter/article6545015.ece>, 8.1.2015
- Thoresen, I. (2016a). Talentjakt på ville veier. <http://www.fotballtreneren.no/spillerutvikling/talentjakt-pa-ville-veier>, 10.11.2016
- Thoresen, I. (2016b). Sterk historie om oppvarming uten spilletid. <http://www.trenerforeningen.no/spillerutvikling/sterk-historie-om-oppvarming-uten-spilletid>, 10.11.2016
- Torp, C.N.H. (2019). *Frafall i ungdomsidretten: En kvalitativ og kvantitativ studie av ungdommens egne begrunnelser til frafall*. Masteroppgave i idrettsvitenskap. Oslo: Norges idrettshøgskole
- Tveit, G. (1998). Hva kan en trener gjøre for å beholde flere i fotballen? *FOTBALLtreneren*, nr. 2 – 1998, s. 10-11 og 27