

# *Latvijas iedzīvotāju sportošanas un fizisko aktivitāšu veikšanas paradumi*

## KVANTITATĪVĀ PĒTĪJUMA REZULTĀTI

2016.gada oktobris – novembris



# SATURS

<b>I METODOLOĢISKĀ INFORMĀCIJA .....</b>	<b>3.lpp</b>
<b>II GALVENIE SECINĀJUMI .....</b>	<b>9.lpp</b>
<b>II APTAUJAS REZULTĀTI .....</b>	<b>13.lpp</b>
<b>1. Iedzīvotāju iesaistīšanās fiziskajās aktivitātēs .....</b>	<b>13.lpp</b>
<b>2. Iedzīvotāju fizisko aktivitāšu un sportošanas paradumu analīze .....</b>	<b>16.lpp</b>
<b>2.1. Fizisko aktivitāšu veikšanas biežums un intensitāte .....</b>	<b>16.lpp</b>
<b>2.2. Fizisko aktivitāšu un sporta veidu disciplīnu izvēle .....</b>	<b>21.lpp</b>
<b>2.3. Motivācija nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm un sportu .....</b>	<b>23.lpp</b>
<b>2.4. Izdevumi par fiziskajām aktivitātēm un to adekvātuma novērtējums .....</b>	<b>25.lpp</b>
<b>3. Iedzīvotāju nesportošanas paradumu analīze .....</b>	<b>29.lpp</b>
<b>4. Būtiskākie informācijas avoti par fizisko aktivitāšu veikšanas iespējām .....</b>	<b>31.lpp</b>
<b>5. Fizisko aktivitāšu un sporta iespēju pieejamības izvērtējums dzīvesvietā (pašvaldībā) ..</b>	<b>34.lpp</b>
<b>6. Darba devēja ieguldījums fiziski aktīva dzīvesveida veicināšanā .....</b>	<b>37.lpp</b>
<b>7. Iedzīvotāju ikdienas pārvietošanās paradumi .....</b>	<b>39.lpp</b>



# I Metodoloģiskā informācija



## Pētījuma mērķis

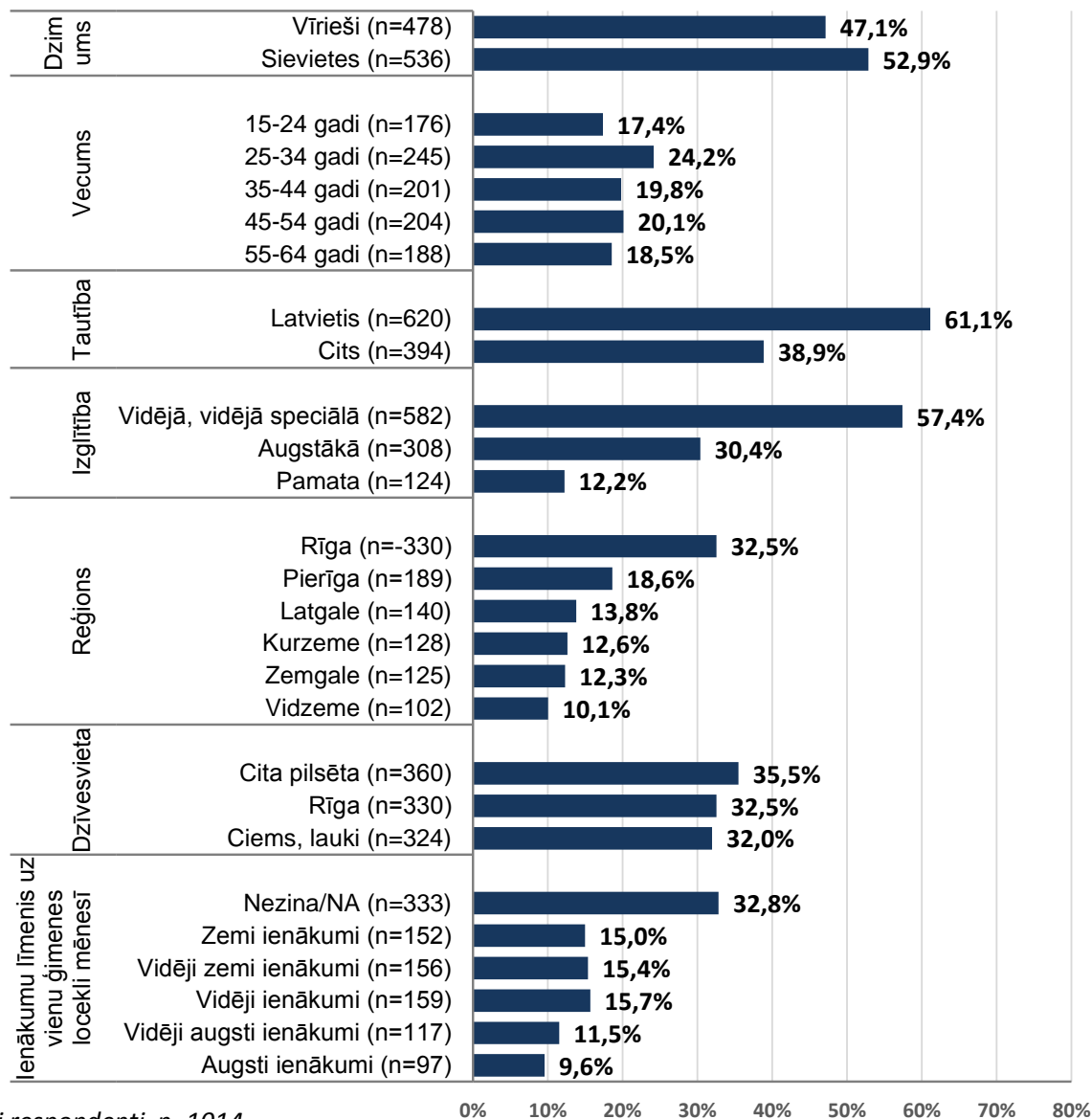
**Pētījums «Latvijas iedzīvotāju sportošanas un fizisko aktivitāšu veikšanas paradumi» ir veikts pēc Izglītības un Zinātnes ministrijas pasūtījuma ar mērķi:**

- Noskaidrot 15-64 gadus vecu Latvijas iedzīvotāju fizisko aktivitāšu paradumus – iesaistīšanās biežumu fiziskajās aktivitātēs (sportā), sporta veidu vai sporta veida disciplīnu izvēli, fizisko aktivitāšu (sporta) norises vietu pieejamību respondentu dzīvesvietā (attiecīgajā pašvaldībā), respondenta personīgo resursu ieguldījumu fizisko aktivitāšu (sportā) vajadzībām.
- Tāpat pētījuma mērķis ir noskaidrot respondentu viedokli par darba vietas, attiecīgās pašvaldības darbību aktīva un veselīga dzīvesveida veicināšanai, kā arī noskaidrot Latvijas iedzīvotāju motivāciju nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm (sportu).

## Pētījuma metodoloģijas apraksts:

- **Pētījuma veicējs:** Tirgus un sociālo pētījumu centrs «Latvijas Fakti».
- **Mērķa grupa:** Latvijas patstāvīgie iedzīvotāji vecumā no 15 līdz 64 gadiem.
- **Pētījuma metode:** Individuālās (tiešās) datorizētās intervijas respondentu dzīvesvietās (CAPI).
- **Izlases metode:** Reprezentatīva Latvijas sabiedrības izlase, kas veidota pēc daudzpakāpju nejaušās stratificētās atlases principa. Stratifikācijas pazīmes: a) ģeogrāfiskā, b) nacionālā, c) dzimuma. Izlases aprēķināšanā un ģeogrāfiskajā izklaidē izmantota nejaušā maršruta metode.
- **Respondentu selekcija:** Respondentu atlase veikta, izmantojot «*pēdējās dzimšanas dienas principu*». Intervēšanas soļa garums +3.
- **Plānotās izlases lielums:** 1000 respondenti.
- **Sasniegtās izlases lielums:** 1014 respondenti.
- **Ģeogrāfiskais pārklājums:** Visi Latvijas reģioni (120 izlases punkti).
- **Aptaujas veikšanas laiks (lauka darbs):** No 2016. gada 9.oktobrim līdz 22.oktobrim.





Bāze: visi respondenti, n=1014

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80%



### REĢIONS:

- *Rīga* - Rīgas pilsēta.
- *Pierīga*: Pilsētas – Jūrmala; Novadi – Alojas, Ādažu, Babītes, Baldones, Carnikavas, Engures, Garkalnes, Ikšķiles, Inčukalna, Jaunpils, Kandavas, Krimuldas, Ķeguma, Ķekavas, Lielvārdes, Limbažu, Mālpils, Mārupes, Ogres, Olaines, Ropažu, Salacgrīvas, Salaspils, Saulkrastu, Sējas, Siguldas, Stopiņu, Tukuma novads.
- *Vidzeme*: Pilsētas – Valmiera. Novadi – Alūksnes, Amatas, Apes, Beverīnas, Burtnieku, Cesvaines, Cēsu, Ērgļu, Gulbenes, Jaunpiebalgas, Kocēnu, Līgatnes, Lubānas, Madonas, Mazsalacas, Naukšēnu, Pārgaujas, Priekuļu, Raunas, Rūjienas, Smiltenes, Strenču, Valkas, Varakļānu, Vecpiebalgas novads.
- *Kurzeme*: Pilsētas – Ventspils, Liepāja. Novadi – Aizputes, Alsungas, Brocēnu, Dundagas, Durbes, Grobiņas, Kuldīgas, Mērsraga, Nīcas, Pāvilostas, Priekules, Rojas, Rucavas, Saldus, Skrundas, Talsu, Vaiņodes, Ventspils novads.
- *Zemgale*: Pilsētas – Jelgava, Jēkabpils. Novadi – Aizkraukles, Aknīstes, Auces, Bauskas, Dobeles, Iecavas, Jaunjelgavas, Jelgavas, Jēkabpils, Kokneses, Krustpils, Neretas, Ozolnieku, Pļaviņu, Rundāles, Salas, Skrīveru, Tērvetes, Vecumnieku, Viesītes novads.
- *Latgale*: Pilsētas – Daugavpils, Rēzekne. Novadi – Aglonas, Baltinavas, Balvu, Ciblas, Dagdas, Daugavpils, Ilūkstes, Kārsavas, Krāslavas, Līvānu, Ludzas, Preiļu, Rēzeknes, Riebiņu, Rugāju, Vārkavas, Viļakas, Viļānu, Zilupes novads.

### DZĪVESVIETA:

- *Rīga* - Rīgas pilsēta
- *Cita pilsēta* - Daugavpils, Liepāja, Jelgava, Jūrmala, Ventspils, Rēzekne, Valmiera, Jēkabpils un citas pilsētas
- *Lauki* - pagasti, lauku viensētas

### IZGLĪTĪBA:

- *Pamata* – respondents ar nepabeigtu vai pabeigtu pamatskolas, nepabeigtu vidējo izglītību
- *Vidējā, vidējā speciālā* – respondents ar vidējo vispārīzglītojošo vai vidējo profesionālo izglītību, nepabeigtu augstāko izglītību
- *Augstākā* – respondents ar augstāko izglītību vai iegūtu zinātnisko grādu

**INIĀKUMU LĪMENIS:** Ienākumu līmenis uz vienu ģimenes locekli mēnesī, ieskaitot visus ienākumus (algas, stipendijas, pabalstus, pensijas utt.) pēc nodokļu nomaksas (ienākumi sadalīti kvintilēs):

- *Zemi* – līdz 200 eiro
- *Vidēji zemi* – no 201 līdz 300 eiro
- *Vidēji* – no 301 līdz 400 eiro
- *Vidēji augsti* – no 401 eiro līdz 500 eiro
- *Augsti* – 501 eiro un vairāk

### LIETOTIE SAĪSINĀJUMI:

- *N* – izlases lielums
- *NA* – Nav atbildes



Pētījumu rezultātos vienmēr pastāv zināma statistiskās kļūdas varbūtība. Analizējot un skaidrojot pētījumā iegūtos rezultātus, tas ir jāņem vērā. Atšķirības, kuras iekļaujas statistiskās kļūdas robežās jeb ir mazākas par to, var uzskatīt par nenozīmīgām. Statistiskā kļūda ar 95% varbūtību tiek aprēķināta pēc šādas formulas:

$$\text{Precizitātes intervāls} = \pm 1,96 \sqrt{\frac{\pi(100 - \pi)}{n}}$$

$\pi$  = pētījumā iegūtais respondentu atbilžu sadalījums procentos %;  $n$  = respondentu skaits.

Ātrākais un ērtākais statistisko mērījumu kļūdas noteikšanai, ir lietderīgi izmantot statistiskās kļūdas novērtēšanas tabulu (skatīt nākamajā lapaspusē). Lai noteiktu statistisko mērījumu kļūdu, nepieciešams zināt nesvērtu respondentu skaitu atbilstošajā apakšgrupā (tabulā atzīmēts ar N) un rezultātu procentos. Izmantojot šos lielumus, tabulas attiecīgajā iedaļā var atrast statistiskās mērījumu kļūdas robežas +/- procentos ar 95% varbūtību. Lietojot pētījuma rezultātu statistiskās kļūdas noteikšanas tabulu, šajā pētījumā par kopējās izlases bāzi jāpieņem  $N = 1000$ .

*Piemēram, ja pētījuma rezultātā no visiem aptaujātajiem Latvijas iedzīvotājiem 12,0% ir norādījuši, ka viņi pauž apstiprinošu attieksmi pret spriedumu vai izteikumu "X", tad ar 95% varbūtību mēs varam teikt, ka statistiskā mērījuma kļūda šeit ir + / - 2.1% robežās. No tā izriet, ka mērķa grupa, kura identificē sevi ar spriedumu vai izteikumu "X", ir no 9.9% līdz 14.1%.*



## Pētījuma rezultātu statistiskās kļūdas novērtēšanas tabula (ar 95% varbūtību)

Atbilžu sadalījums %	Respondentu skaits (bāze) N =														
	50	75	100	150	200	300	350	400	500	600	800	1000	1200	1500	2000
<b>2 vai 98</b>	4.0	3.2	2.8	2.3	2.0	1.6	1.5	1.4	1.3	1.1	1.0	0.9	0.8	0.7	0.6
<b>4 vai 96</b>	5.6	4.5	3.9	3.2	2.8	2.3	2.1	2.0	1.8	1.6	1.4	1.3	1.1	1.0	0.9
<b>6 vai 94</b>	6.8	5.5	4.8	3.9	3.4	2.8	2.5	2.4	2.1	2.0	1.7	1.5	1.4	1.2	1.0
<b>8 vai 92</b>	7.7	6.2	5.4	4.4	3.8	3.1	2.8	2.7	2.4	2.2	1.9	1.7	1.6	1.4	1.2
<b>10 vai 90</b>	8.5	6.9	6.0	4.9	4.3	3.5	3.1	3.0	2.7	2.5	2.1	1.9	1.7	1.5	1.3
<b>12 vai 88</b>	9.2	7.5	6.5	5.3	4.6	3.8	3.4	3.3	2.9	2.7	2.3	2.1	1.9	1.6	1.4
<b>15 vai 85</b>	10.1	8.2	7.1	5.9	5.1	4.1	3.7	3.6	3.2	2.9	2.5	2.3	2.1	1.8	1.6
<b>20 vai 80</b>	11.4	9.2	8.0	6.6	5.7	4.6	4.2	4.0	3.6	3.3	2.8	2.5	2.3	2.0	1.8
<b>25 vai 75</b>	12.3	10.0	8.7	7.1	6.1	5.0	4.5	4.3	3.9	3.6	3.0	2.8	2.5	2.2	1.9
<b>30 vai 70</b>	13.0	10.5	9.2	7.5	6.5	5.3	4.8	4.6	4.1	3.8	3.2	2.9	2.6	2.3	2.0
<b>35 vai 65</b>	13.5	11.0	9.5	7.8	6.8	5.5	5.0	4.8	4.3	3.9	3.3	3.1	2.8	2.4	2.1
<b>40 vai 60</b>	13.9	11.3	9.8	8.0	7.0	5.7	5.1	4.9	4.4	4.0	3.4	3.1	2.8	2.5	2.2
<b>45 vai 55</b>	14.1	11.4	9.9	8.1	7.0	5.8	5.2	5.0	4.5	4.1	3.5	3.2	2.9	2.5	2.2
<b>50 vai 50</b>	14.2	11.5	10.0	8.2	7.1	5.8	5.2	5.0	4.5	4.1	3.5	3.2	2.9	2.5	2.2





## II Galvenie secinājumi



❖ **Saskaņā ar pētījuma rezultātiem:**

- ❑ **Ar fiziskajām aktivitātēm/sportu nodarbojas gandrīz divas trešdaļas (62%) aptaujāto Latvijas iedzīvotāju vecumā no 15 līdz 64 gadiem. Salīdzinoši biežāk ar fiziskajām aktivitātēm/sportu nodarbojas gados jaunākie respondenti, jo īpaši jaunieši vecumā līdz 24 gadiem, pilsētnieki, ar augstāko izglītību, kā arī finansiāli nodrošinātākie iedzīvotāji.**
- ❑ **Fiziski aktīvie iedzīvotāji visbiežāk (45% gadījumu) ar fiziskajām aktivitātēm/sportu nodarbojas 1-2 reizes nedēļā. Biežāk (3 un vairāk reizes nedēļā) ar fiziskajām aktivitātēm/sportu nodarbojas 38% respondentu.**
- ❑ **Katrs otrais (51%) fiziski aktīvais iedzīvotājs vienai fiziskās aktivitātes/sportošanas reizei velta vairāk kā stundu. 30% respondentu parasti sporto 31-60 minūtes, savukārt 15% aptaujāto – līdz 30 minūtēm.**
- ❑ **Populārākie fizisko aktivitāšu/ sporta veidi ir:**
  - ✓ **Garāku gabalu iešana kājām (veic 37% fiziski aktīvo iedzīvotāju);**
  - ✓ **Braukšana ar velosipēdu (33);**
  - ✓ **Vingrošana (t.sk. trenažieru zāles apmeklēšana) (25%);**
  - ✓ **Peldēšana (23%);**
  - ✓ **Skriešana (19%).**
- ❑ **Dominē divas nozīmīgākās motivācijas nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm un sportu::**
  - ✓ **Pašsajūtas uzlabošana (minēja 54% fiziski aktīvo iedzīvotāju);**
  - ✓ **Vēlme nostiprināt veselību un/vai palielināt darba spējas (35%).**



- ❑ **Vairāk par pusi (52%) fiziski aktīvo iedzīvotāju apgalvoja, ka speciāli netērē finanšu līdzekļus, lai nodarbotos ar fiziskajām aktivitātēm, sportu. Līdz 15 euro vidēji mēnesī fiziskajām aktivitātēm tērē 17% respondentu, no 16 līdz 35 euro tērē 17%, savukārt vairāk - 10% fiziski aktīvo iedzīvotāju.**
- ❑ **Gandrīz visi (93%) aptaujātie Latvijas iedzīvotāji, kuri atvēl finanses fiziskajām aktivitātēm/sportam, uzskata, ka ieguldītie līdzekļi ir līdzvērtīgi ieguvumam (labi pavadīts laiks, prieks, pašsajūtas uzlabošanās).**
- ❑ **Nozīmīgākie iemesli, kādēļ daļa sabiedrības nenodarbojas ar fiziskām aktivitātēm/sportu, ir:**
  - ✓ **Laika trūkums (kā vissvarīgāko iemeslu minēja katrs otrais (49%) fiziski neaktīvais iedzīvotājs);**
  - ✓ **Nepatika/ nevēlēšanās nodarboties ar sportu (17%);**
  - ✓ **Veselības problēmas (16%).**
- ❑ **Nozīmīgākie informācijas avoti par iespējām nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm/sportu ir:**
  - ✓ **Paziņu/draugu ieteikumi (kā nozīmīgāko informācijas avotu minēja 39% aptaujāto Latvijas iedzīvotāju);**
  - ✓ **Internets (minēja 29% respondentu).**
- ❑ **Divas trešdaļas (67%) aptaujāto Latvijas iedzīvotāju apstiprināja, ka viņu dzīvesvietās (pašvaldībā) tiek organizēti pasākumi, kas ir orientēti uz aktīvu (sportisku) dzīvesveidu. Noraidošu viedokli pārstāvēja 20% respondentu.**
- ❑ **Lielākā daļa aptaujāto Latvijas iedzīvotāju uzskata, ka viņu dzīvesvietās (pašvaldībā) ir radīti apstākļi, lai nodarbotos ar fiziskām aktivitātēm, sportu. Noraidošu viedokli pārstāvēja 20% respondentu.**



- ❑ **Gandrīz katrā otrajā (48%) respondentu darbavietā netiek domāts par fiziski aktīva dzīvesveida veicināšanu. 26% darbavietu tiek rīkoti kopīgi sporta pasākumi, 18% darbavietu darbinieki tiek informēti par veselīga dzīvesveida nozīmi, savukārt 6% darbavietu darbiniekiem ir apdrošināšanas polises, kuras sniedz iespēju apmeklēt sporta klubus.**
- ❑ **Aptaujas dalībnieku ikdienas pārvietošanās paradumu analīze atklāj, ka ar kādu no transporta veidiem (personīgo vai sabiedrisko) visbiežāk pārvietojas gandrīz divas trešdaļas (64%) aptaujāto Latvijas iedzīvotāju. Ar personīgo auto, motociklu u.tml. parasti pārvietojas 40%, ar sabiedrisko transportu – 24% respondentu.**
- ❑ **Fiziski aktīvam pārvietošanās veidam (kājām vai ar velosipēdu) ikdienā priekšroku dod 35% Latvijas iedzīvotāju. 29% respondentu uz darbu, mācībām u.tml. visbiežāk pārvietojas kājām, 6% - ar velosipēdu.**

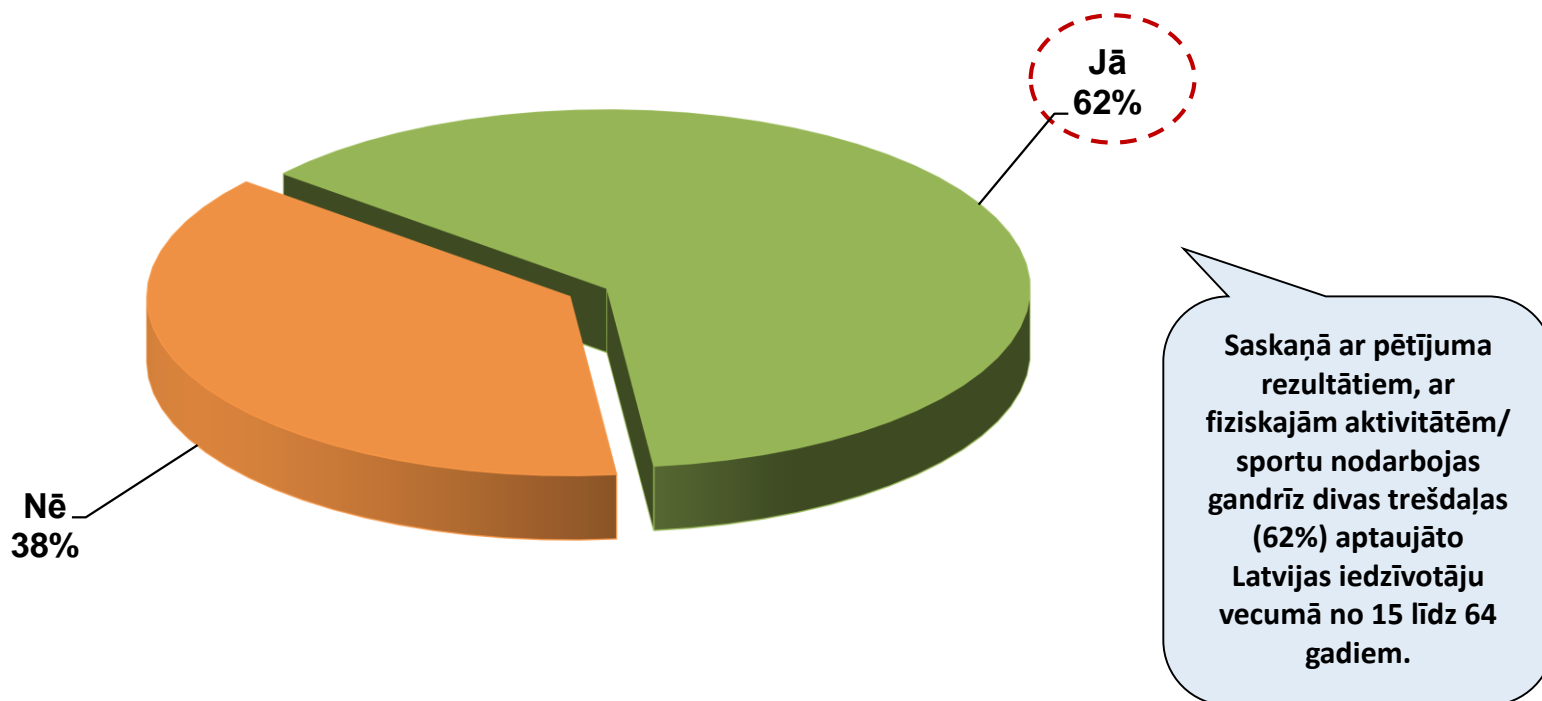


## II Aptaujas rezultāti

### *1. Iedzīvotāju iesaistīšanās fiziskajās aktivitātēs*



## Vai Jūs nodarbojaties ar fiziskajām aktivitātēm/ sportu? (Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=1014)

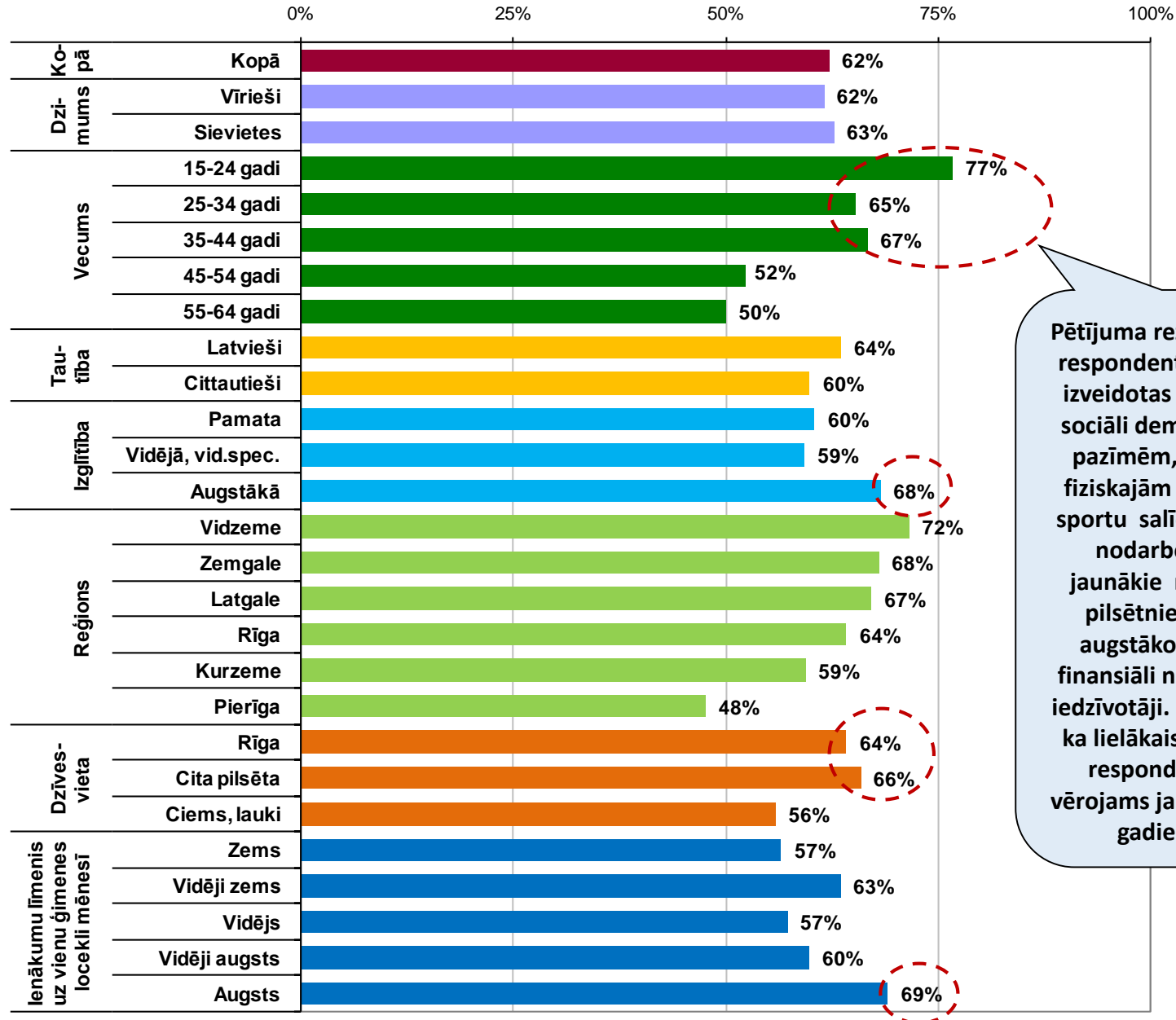


**Fiziskā aktivitāte** – jebkura organisma kustība, kuru veic ar muskuļu palīdzību un kuras laikā tiek patērēta enerģija. Tā aptver jebkādu fizisko aktivitāti kā iešana, riteņbraukšana, dejošana, sporta spēļu spēlēšana, aerobikas nodarbības vingrošana u.c.

**Sports** – visu veidu individuālas vai organizētas aktivitātes fiziskās un garīgās veselības saglabāšanai un uzlabošanai, kā arī panākumu gūšanai sporta sacensībās.



## Nodarbojas ar fiziskajām aktivitātēm/ sportu (Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=1014)



Pētījuma rezultātu analīze respondentu grupās, kas izveidotas pēc dažādām sociāli demogrāfiskajām pazīmēm, atklāj, ka ar fiziskajām aktivitātēm/ sportu salīdzinoši biežāk nodarbojas gados jaunākie respondenti, pilsētnieki, kā arī ar augstāko izglītību un finansiāli nodrošinātākie iedzīvotāji. Likumsakarīgi, ka lielākais fiziski aktīvo respondentu skaits vērojams jauniešu (līdz 24 gadiem) vidū.



## ***2. Iedzīvotāju fizisko aktivitāšu un sportošanas paradumu analīze***

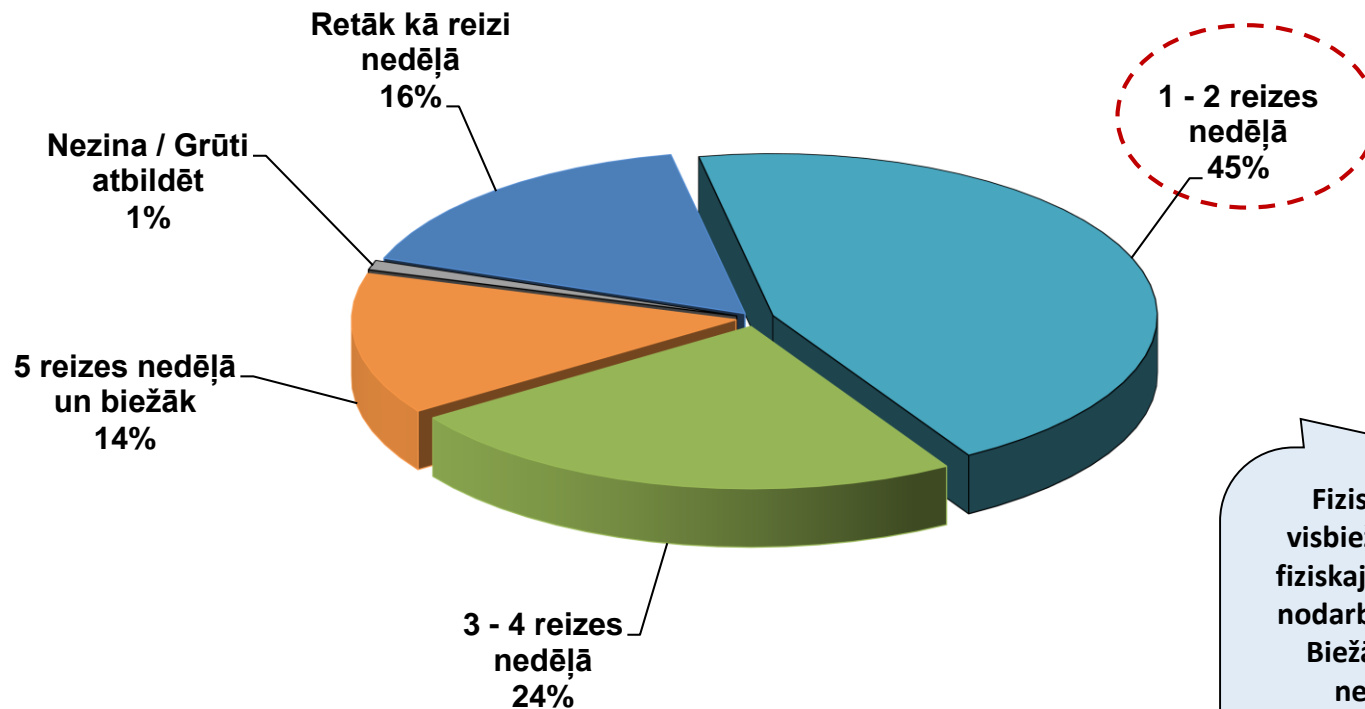
### ***2.1. Fizisko aktivitāšu veikšanas biežums un intensitāte***





## Cik bieži Jūs nedēļas laikā nodarbojaties ar fiziskajām aktivitātēm/ sportu?

(Bāze = respondenti, kuri nodarbojas ar fiziskām aktivitātēm/ sportu;  
N=630)

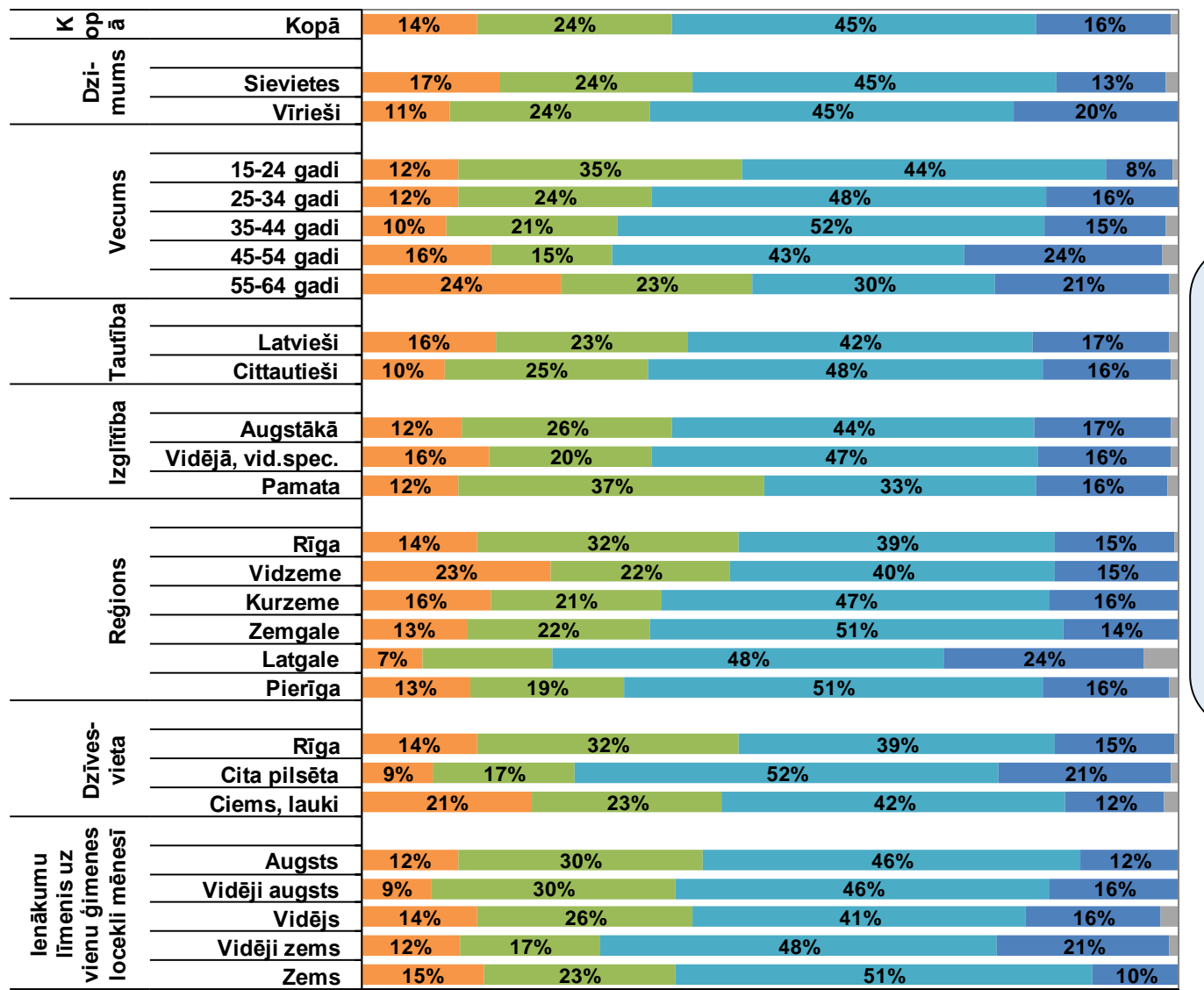


Fiziski aktīvie iedzīvotāji visbiežāk (45% gadījumu) ar fiziskajām aktivitātēm/sportu nodarbojas 1-2 reizes nedēļā. Biežāk (3 un vairāk reizes nedēļā) ar fiziskajām aktivitātēm/sportu nodarbojas 38% respondentu. Retāk kā reizi nedēļā fiziskās aktivitātes veic 16% respondentu.



## Cik bieži Jūs nedēļas laikā nodarbojaties ar fiziskajām aktivitātēm/ sportu?

(Bāze = respondenti, kuri nodarbojas ar fiziskām aktivitātēm/ sportu; N=630)



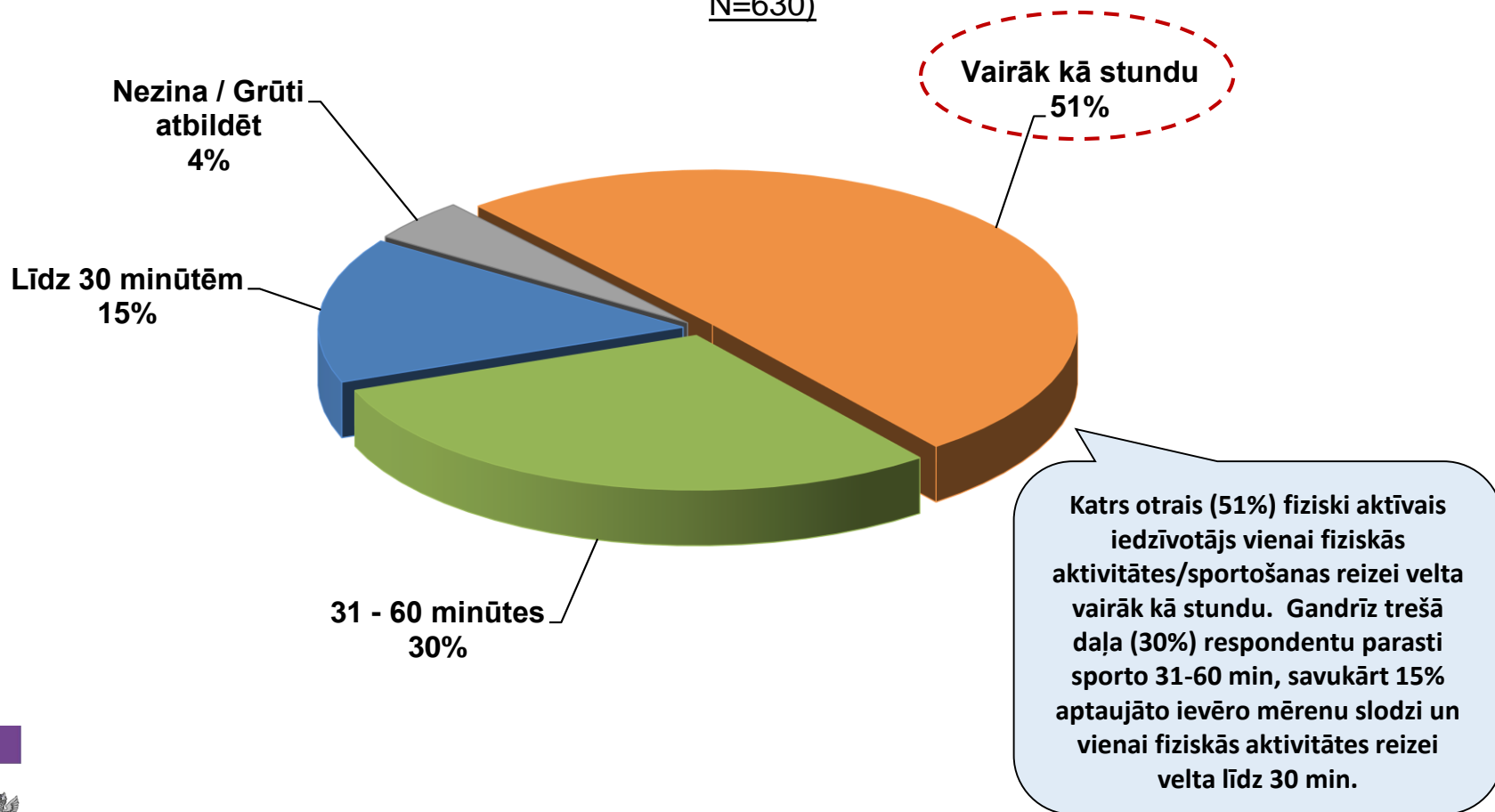
Dažādās respondentu sociāli demogrāfiskajās grupās iegūtie rezultāti atklāj, ka vismaz 3 reizes nedēļā ar fiziskajām aktivitātēm visbiežāk nodarbojas jaunieši un gados vecākie respondenti, fiziski aktīvie Rīgas un lauku iedzīvotāji.

■ 5 reizes nedēļā un biežāk
 ■ 3-4 reizes nedēļā
 ■ 1-2 reizes nedēļā
 ■ Retāk kā reizi nedēļā
 ■ Nezina / Grūti atbildēt



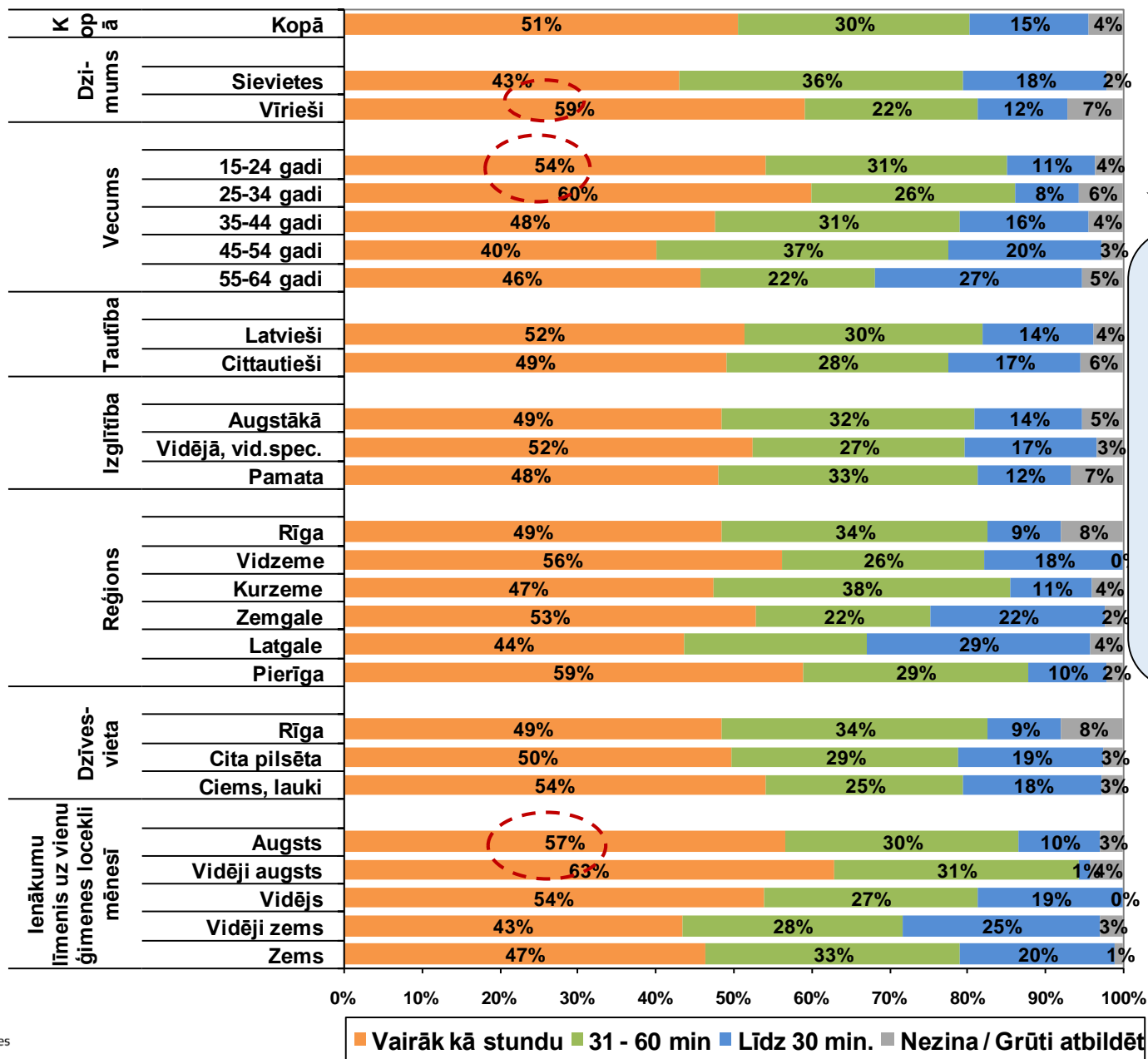
## Cik ilgu laiku Jūs parasti veltāt vienai fiziskās aktivitātes/ sportošanas reizei?

(Bāze = respondenti, kuri nodarbojas ar fiziskām aktivitātēm/ sportu;  
N=630)



## Cik ilgu laiku Jūs parasti veltāt vienu fiziskās aktivitātes/ sportošanas reizei?

(Bāze = respondenti, kuri nodarbojas ar fiziskām aktivitātēm/ sportu; N=630)



Dažādās respondentu sociāli demogrāfiskajās grupās iegūtie rezultāti atklāj, ka ilgāku laiku fiziskām aktivitātēm/ sportošanai salīdzinoši vairāk velta vīrieši, gados jaunākie un finansiāli nodrošinātākie fiziski aktīvie iedzīvotāji

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

■ Vairāk kā stundu ■ 31 - 60 min ■ Līdz 30 min. ■ Nezina / Grūti atbildēt



## ***2.2. Fizisko aktivitāšu un sporta veidu disciplīnu izvēle***



## Ar kādām fiziskajām aktivitātēm/ sporta veidiem Jūs nodarbojaties?

(Bāze = respondenti, kuri nodarbojas ar fiziskām aktivitātēm/ sportu;  
N=630)



### Populārākie fizisko aktivitāšu/ sporta veidi ir:

- ✓ Garāku gabalu iešana kājām (veic 37% fiziski aktīvo iedzīvotāju; biežāk - gados vecākie (55-64 gadi) respondenti (63%) un sievietes(47%));
- ✓ Braukšana ar velosipēdu (33%; biežāk – lauku iedzīvotāji (42%) un finansiāli mazāk nodrošinātie respondenti (45%));
- ✓ Vingrošana (t.sk. trenāžieru zāles apmeklēšana) (25%; biežāk – jaunieši vecumā līdz 24 gadiem (33%) un finansiāli nodrošinātākie respondenti (28%));
- ✓ Peldēšana (23%; biežāk – respondenti vecumā no 35 līdz 44 gadiem (32%) un iedzīvotāji ar vidēji augstu ienākumu līmeni uz vienu ģimenes locekli mēnesī (34%));
- ✓ Skriešana (19%; biežāk - jaunieši vecumā līdz 24 gadiem (32%) un vīrieši (24%)).

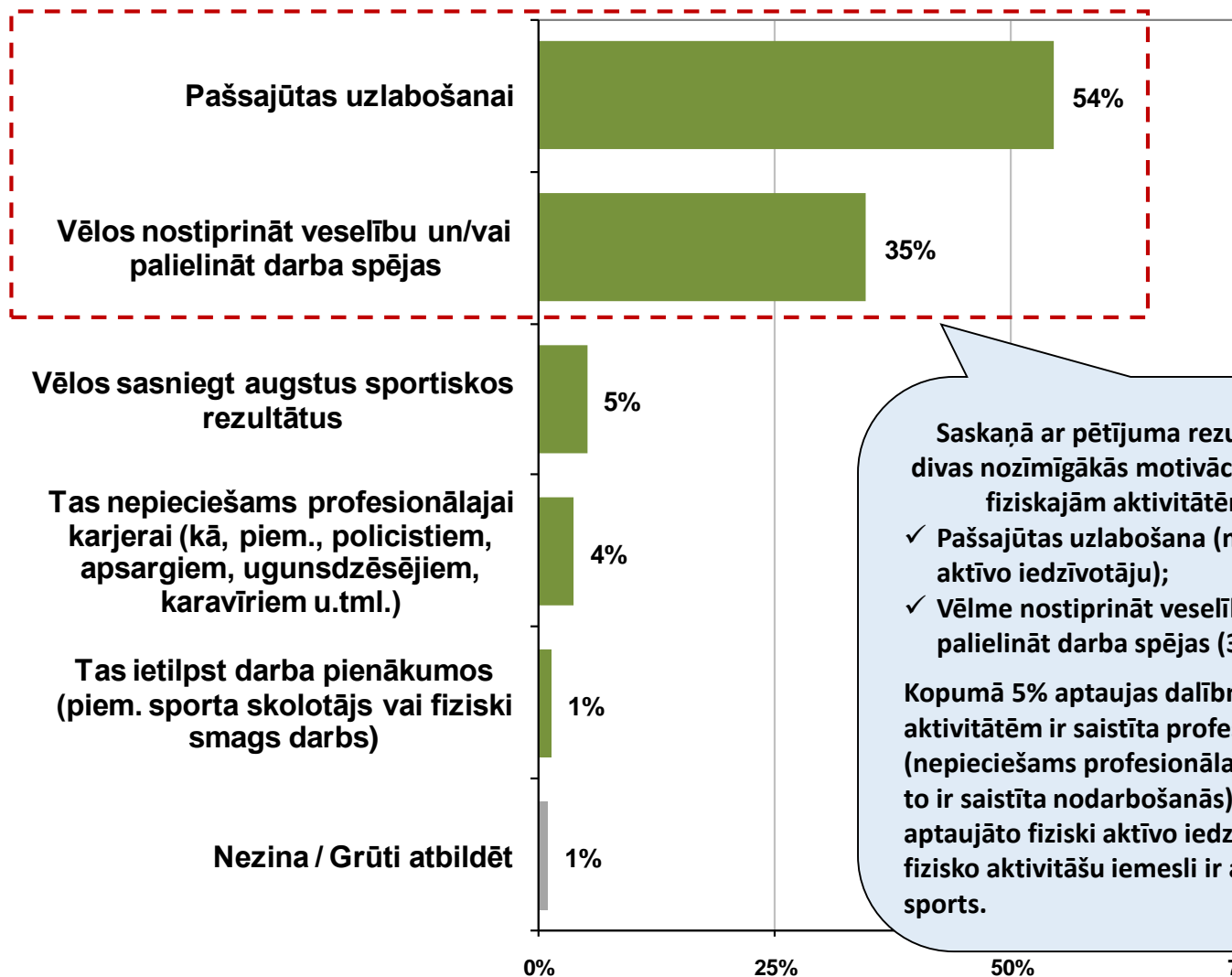


## ***2.3. Motivācija nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm un sportu***



## Kāpēc Jūs nodarbojaties ar fiziskajām aktivitātēm/ sportu? Vissvarīgākais iemesls

(Bāze = respondenti, kuri nodarbojas ar fiziskām aktivitātēm/ sportu;  
N=630)



Saskaņā ar pētījuma rezultātiem, dominē divas nozīmīgākās motivācijas nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm un sportu:

- ✓ Pašsajūtas uzlabošana (minēja 54% fiziski aktīvo iedzīvotāju);
- ✓ Vēlme nostiprināt veselību un/ vai palielināt darba spējas (35%).

Kopumā 5% aptaujas dalībnieku ar fiziskajām aktivitātēm ir saistīta profesionālā darbība (nepieciešams profesionālajai karjerai vai ar to ir saistīta nodarbošanās), kā arī 5% aptaujāto fiziski aktīvo iedzīvotāju būtiskākie fizisko aktivitāšu iemesli ir augstu sasniegumu sports.



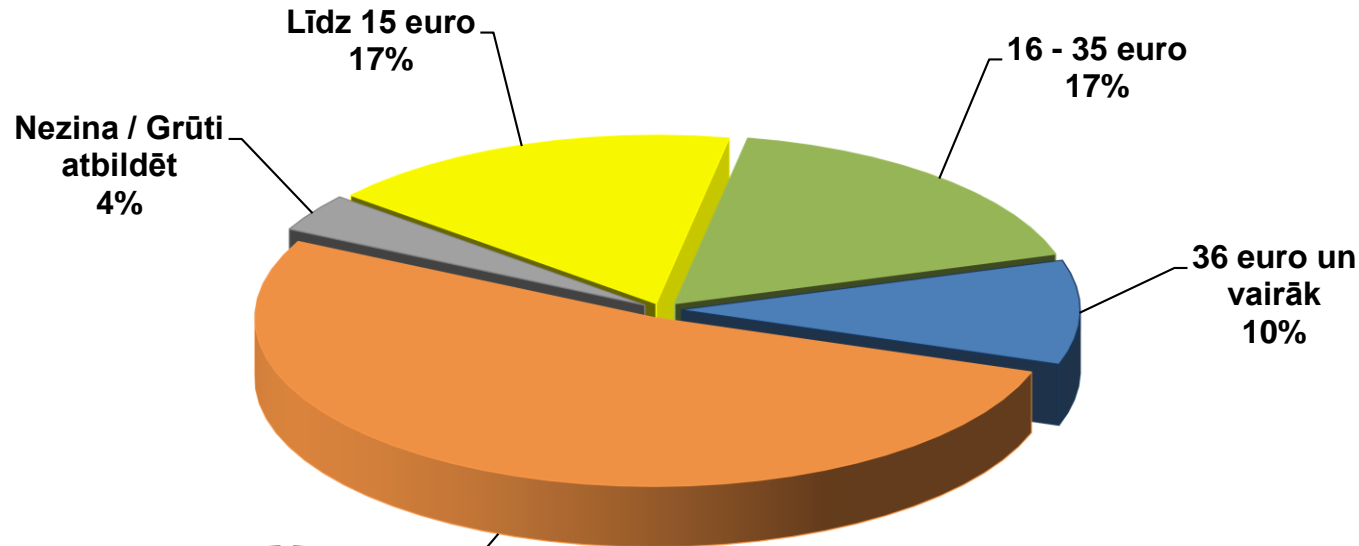


## ***2.4. Izdevumi par fiziskajām aktivitātēm un to adekvātuma novērtējums***



**Cik lielus naudas līdzekļus Jūs vidēji mēnesī tērējat fiziskajām aktivitātēm/ sportam (piemēram, dalības maksām, apģērbam, inventāram, u.tml.)?**

**(Bāze = respondenti, kuri nodarbojas ar fiziskām aktivitātēm/ sportu; N=630)**



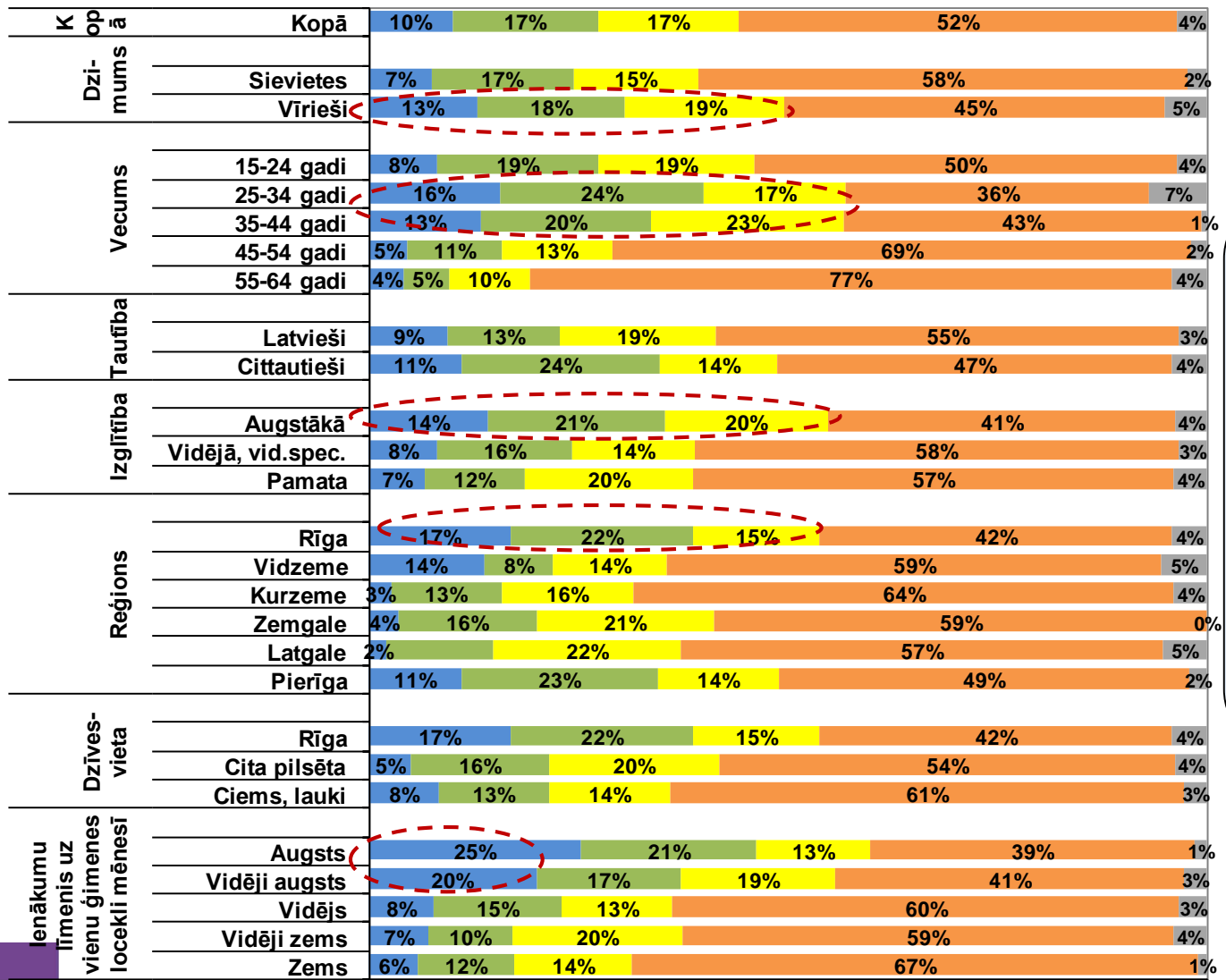
**Naudas līdzekļi šim mērķim netiek tērēti 52%**

Vairāk par pusi (52%) fiziski aktīvo aptaujas dalībnieku apgalvoja, ka speciāli netērē finanšu līdzekļus, lai nodarbotos ar fiziskajām aktivitātēm, sportu. Līdz 15 euro lielu naudas summu vidēji mēnesī fiziskajām aktivitātēm atvēl 17% respondentu, no 16 līdz 35 euro - 17%, savukārt vairāk par 36 euro mēnesī tērē 10% fiziski aktīvo iedzīvotāju.



## Cik lielus naudas līdzekļus Jūs vidēji mēnesī tērējat fiziskajām aktivitātēm/ sportam?

(Bāze = respondenti, kuri nodarbojas ar fiziskām aktivitātēm/ sportu; N=630)

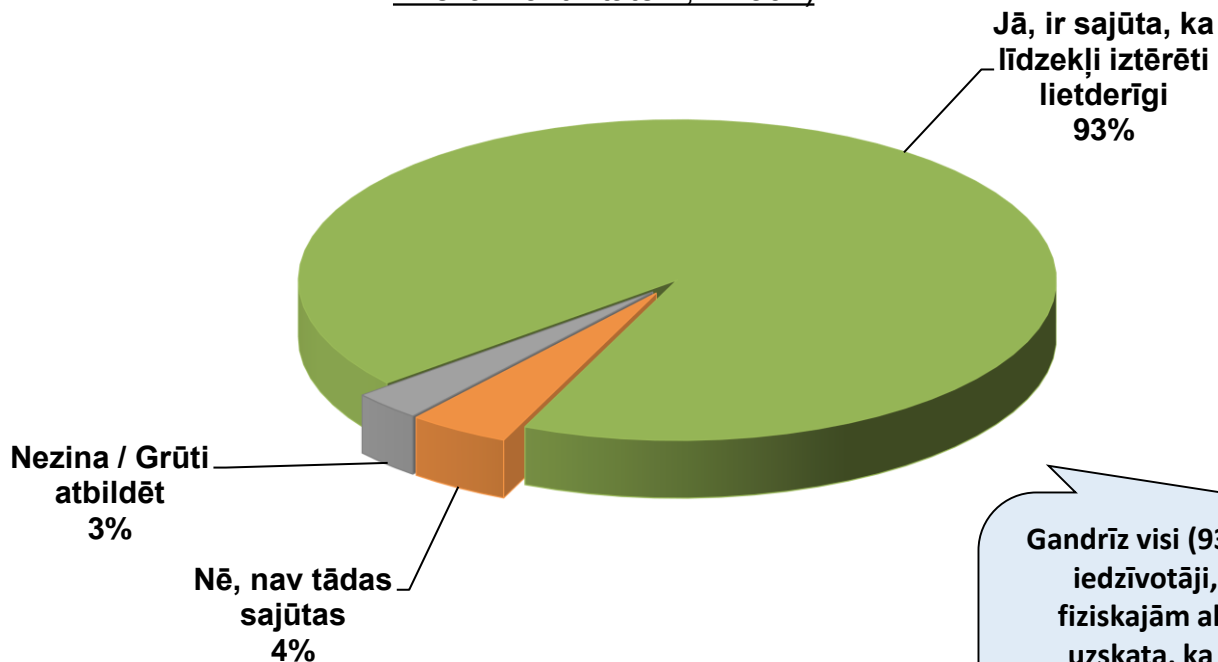


Aptaujas rezultātu analīze respondentu grupās, kas izveidotas pēc dažādām sociāli demogrāfiskajām pazīmēm, atklāj, ka naudas līdzekļus fiziskajām aktivitātēm/ sportam biežāk tērē respondenti vecumā no 25 līdz 44 gadiem, vīrieši, respondenti ar augstāko izglītību, Rīgas un Pierīgas iedzīvotāji, kā arī finansiāli nodrošinātākā sabiedrības daļa.



**Vai ieguldītie līdzekļi, ko vidēji mēnesī tērējat fiziskajām aktivitātēm/ sportam, ir līdzvērtīgi ieguvumam (labi pavadīts laiks, prieks, pašsajūtas uzlabošanās) no sportošanas?**

(Bāze = respondenti, kuri tērē naudas līdzekļus fiziskām aktivitātēm; N=301)



Gandrīz visi (93%) aptaujātie Latvijas iedzīvotāji, kuri atvēl finanses fiziskajām aktivitātēm/sportam, uzskata, ka ieguldītie līdzekļi ir līdzvērtīgi ieguvumam (labi pavadīts laiks, prieks, pašsajūtas uzlabošanās). Pretējs viedoklis tika pausts tikai 4% gadījumumu.



### *3. Iedzīvotāju nesportošanas paradumu analīze*

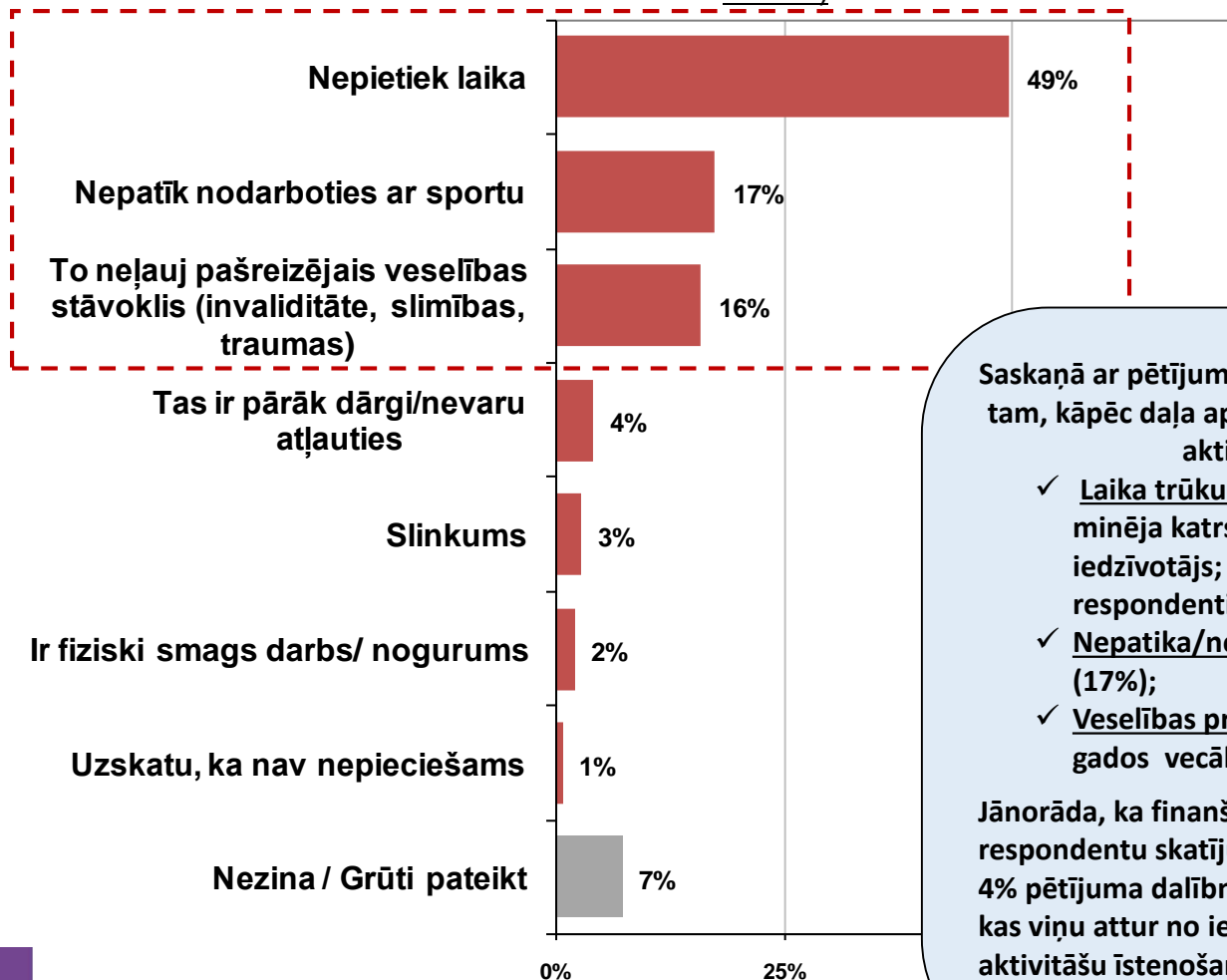


## Kāpēc Jūs nenodarbojaties ar fiziskajām aktivitātēm/sportu?

### Vissvarīgākais iemesls

(Bāze = respondenti, kuri nenodarbojas ar fiziskām aktivitātēm/ sportu;

N=384)



Saskaņā ar pētījuma rezultātiem, nozīmīgākie iemesli tam, kāpēc daļa aptaujāto nenodarbojas ar fiziskām aktivitātēm/sportu, ir:

- ✓ Laika trūkums (kā vissvarīgāko iemeslu minēja katrs otrais (49%) fiziski neaktīvais iedzīvotājs; biežāk gados jaunākie respondenti vecumā līdz 34 gadiem);
- ✓ Nepatīka/nevēlēšanās nodarboties ar sportu (17%);
- ✓ Veselības problēmas (16%; biežāk minēja gados vecākie respondenti).

Jānorāda, ka finanšu trūkums vai augstas izmaksas respondentu skatījumā ir mazsvarīgs faktors – tikai 4% pētījuma dalībnieku kā būtiskāko iemeslu tam, kas viņu attur no iesaistes fizisko un sportisko aktivitāšu īstenošanā, norādīja, ka tas ir pārāk dārgi un ka nevar to atļauties.

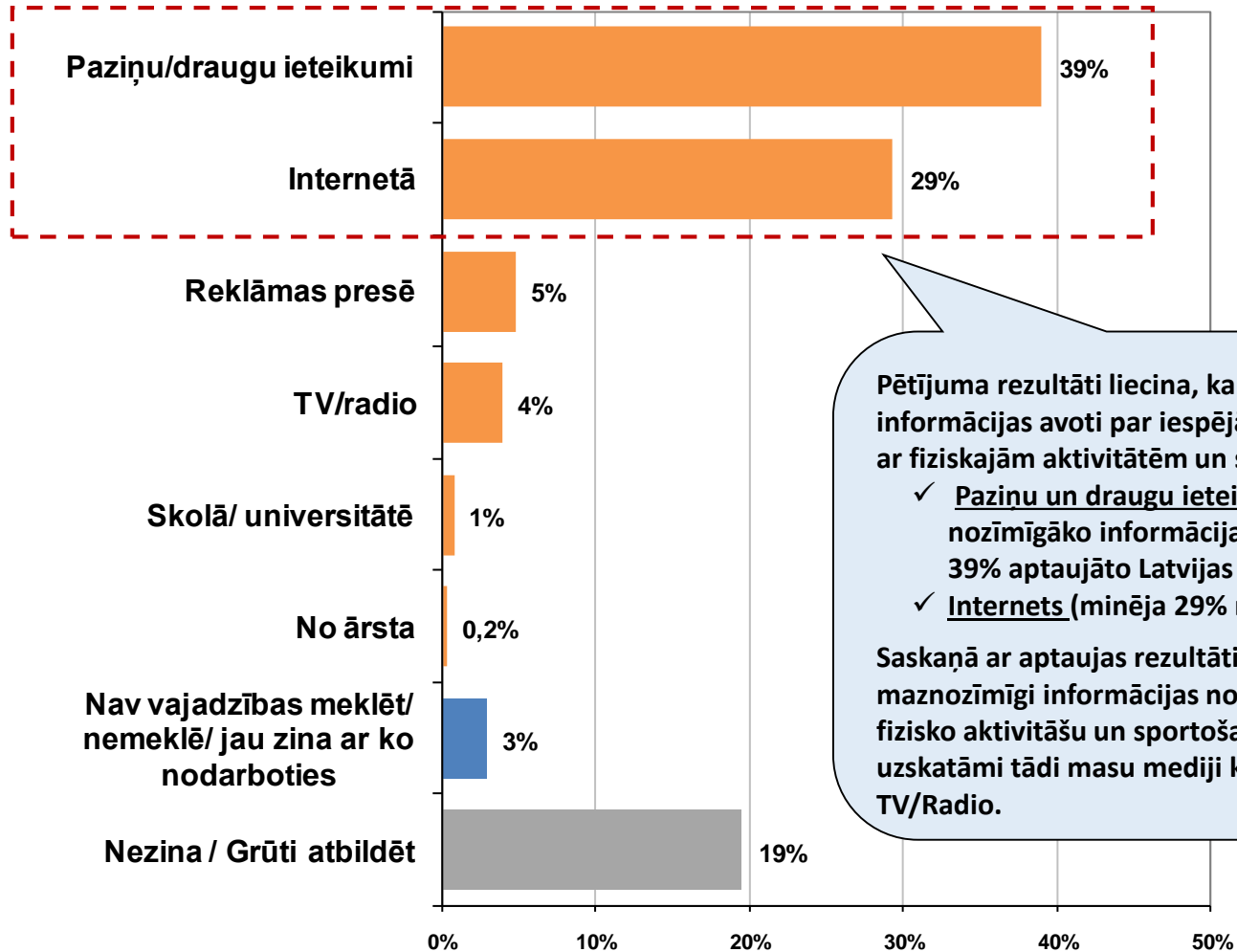


## ***4. Būtiskākie informācijas avoti par fizisko aktivitāšu veikšanas iespējām***



## Kur Jūs lielākoties iegūstat informāciju par iespējām nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm/ sportu? (viena atbilde)

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=1014)



Pētījuma rezultāti liecina, ka nozīmīgākie informācijas avoti par iespējām nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm un sportu ir:

- ✓ Paziņu un draugu ieteikumi (kā nozīmīgāko informācijas avotu minēja 39% aptaujāto Latvijas iedzīvotāju);
- ✓ Internets (minēja 29% respondentu).

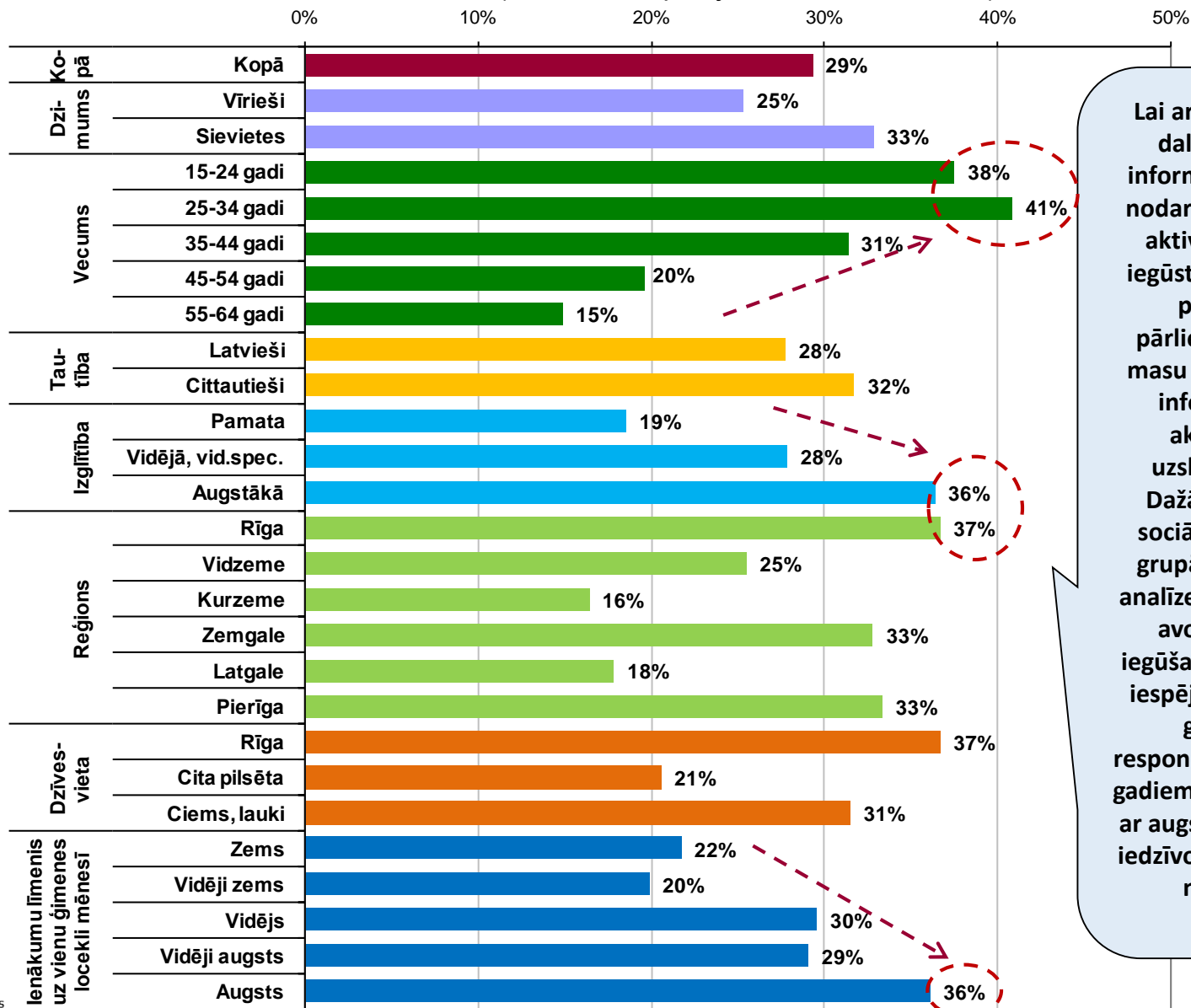
Saskaņā ar aptaujas rezultātiem kā maznozīmīgi informācijas nodrošinātāji par fizisko aktivitāšu un sportošanas iespējām ir uzskatāmi tādi masu mediji kā prese un TV/Radio.





## Informāciju par iespējām nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm/ sportu lielākoties gūst internetā

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=1014)



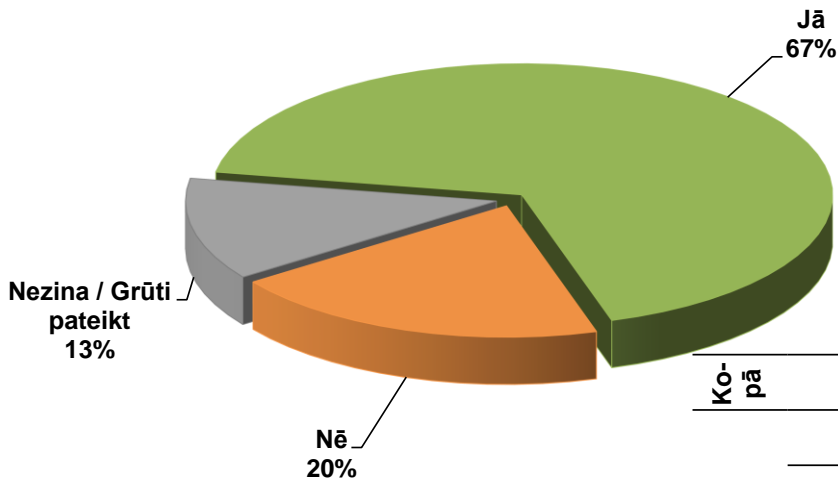
Lai arī kopumā aptaujas dalībnieki visbiežāk informāciju par iespējām nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm un sportu iegūst no savu draugu un paziņu loka, par pārliecinoši nozīmīgāko masu mediju sabiedrības informēšanā fizisko aktivitāšu jomā ir uzskatāms internets. Dažādās respondentu sociāli demogrāfiskajās grupās iegūto rezultātu analīze atklāj, ka interneta avotus informācijas iegūšanai par sportošanas iespējām biežāk izmanto gados jaunākie respondenti vecumā līdz 34 gadiem, aptaujas dalībnieki ar augstāko izglītību, Rīgas iedzīvotāji, kā arī finansiāli nodrošinātākie respondenti.

## ***5. Fizisko aktivitāšu un sporta iespēju pieejamības izvērtējums dzīvesvietā (pašvaldībā)***



Vai Jūsu dzīvesvietā (pašvaldībā) tiek organizēti pasākumi, kas ir orientēti uz aktīvu (sportisku) dzīvesveidu (piem., skriešanas, slēpošanas, riteņbraukšanas pasākumi, sporta svētki u.c.)?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=1014)

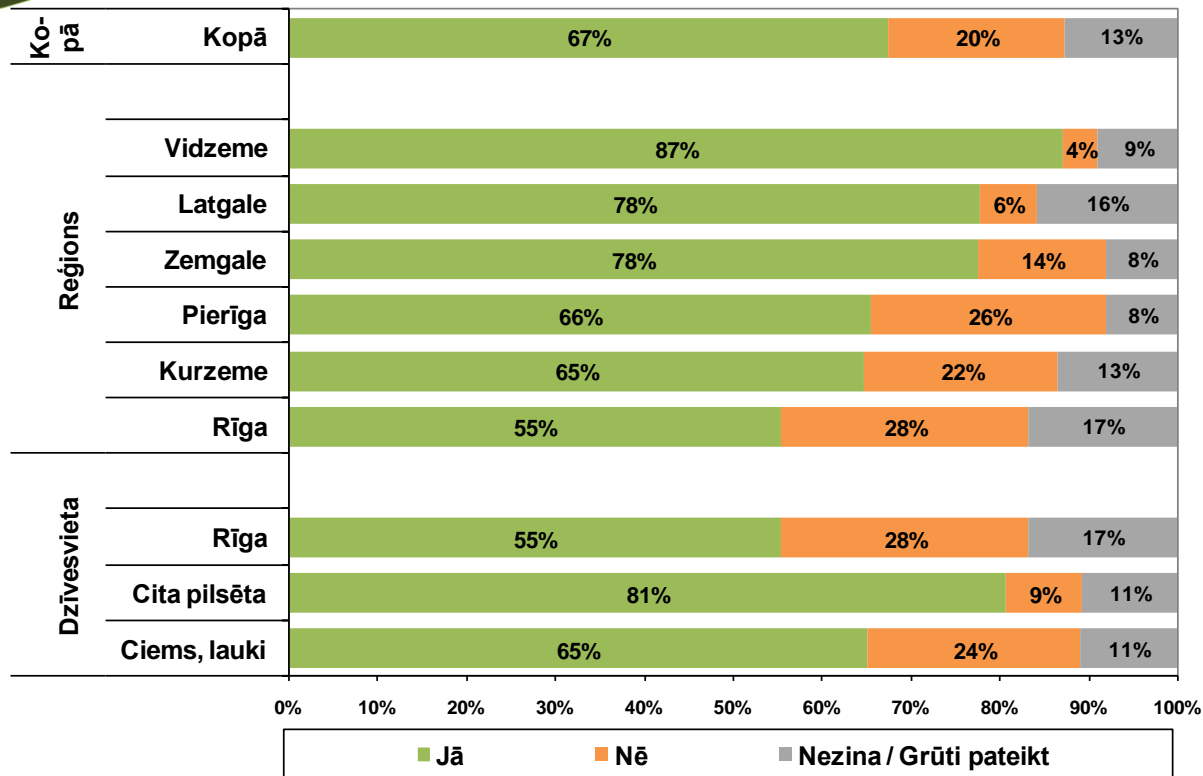


Divas trešdaļas (67%) aptaujāto Latvijas iedzīvotāju apstiprināja, ka viņu dzīvesvietās (pašvaldībā) tiek organizēti pasākumi, kas ir orientēti uz aktīvu (sportisku) dzīvesveidu.

Noraidošu viedokli pārstāvēja 20% respondentu. Pētījuma rezultātu analīze atklāj, ka aktīvs dzīvesveids salīdzinoši vairāk tiek popularizēts Latvijas pilsētās, izņemot Rīgu, Vidzemes, Latgales un Zemgales reģionos.

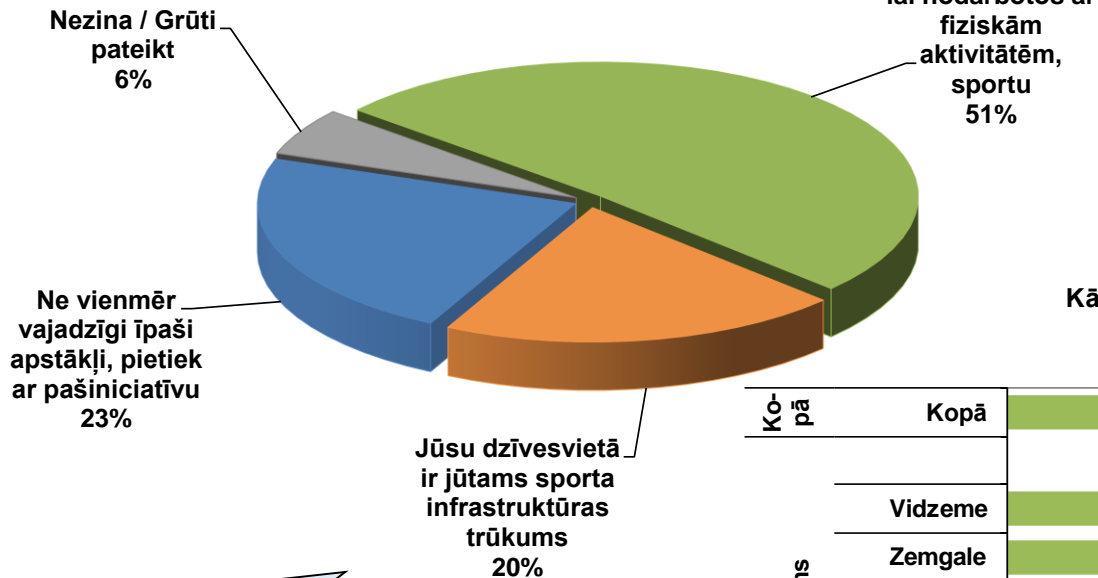
Vai Jūsu dzīvesvietā (pašvaldībā) tiek organizēti pasākumi, kas ir orientēti uz aktīvu (sportisku) dzīvesveidu (piem., skriešanas, slēpošanas, riteņbraukšanas pasākumi, sporta svētki u.c.)?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=1014)



## Kā Jūs vērtējat iespēju (pieejamību) savā dzīvesvietā (pašvaldībā) nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm/sportu?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=1014)

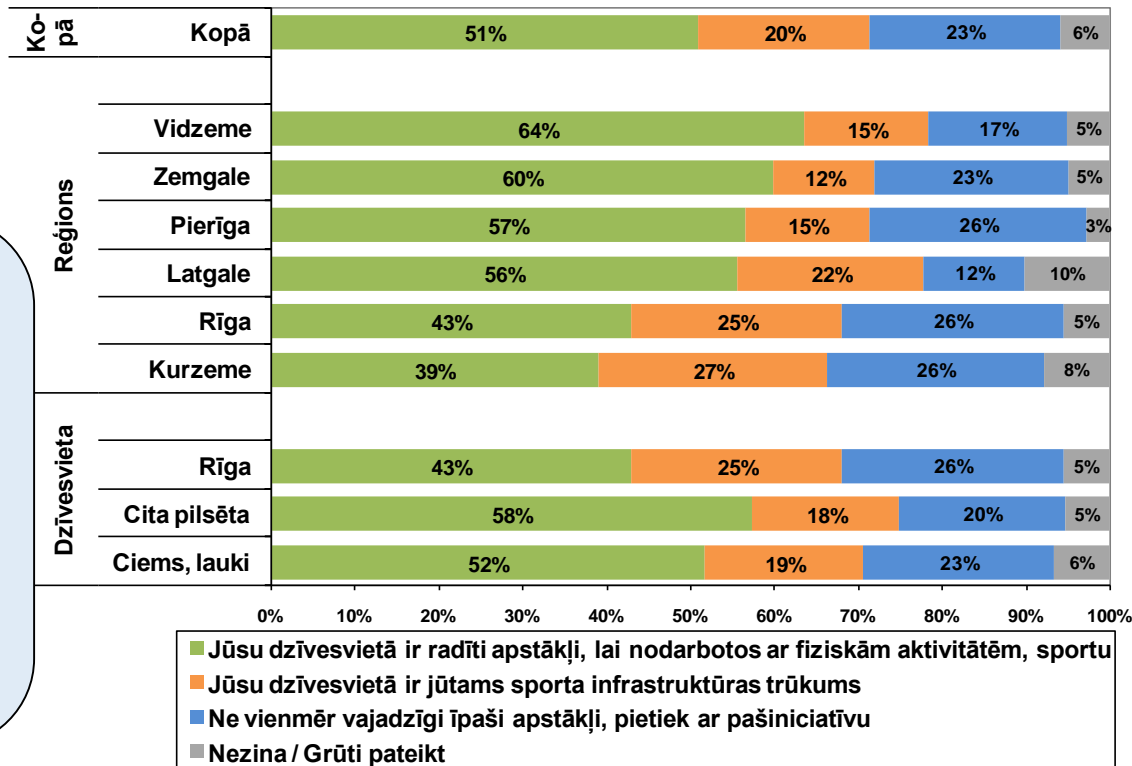


Puse aptaujāto (51%) Latvijas iedzīvotāju uzskata, ka viņu dzīvesvietās (pašvaldībā) ir radīti apstākļi, lai nodarbotos ar fiziskām aktivitātēm, sportu. Noraidošu viedokli pārstāvēja 20% respondentu, savukārt gandrīz ceturtdaļa (23%) aptaujāto uzskata, ka primāra fizisko aktivitāšu īstenošanā ir tieši pašmotivācija, uzsverot, ka ne vienmēr ir vajadzīgi īpaši apstākļi un ka pietiek ar pašiniciatīvu.

Aptaujas rezultātu analīze atklāj, ka salīdzinoši labākā situācija ar fizisko aktivitāšu īstenošanas iespēju pieejamību ir Latvijas pilsētās, izņemot Rīgu, kā arī Vidzemes, Zemgales un Pierīgas reģionos.

## Kā Jūs vērtējat iespēju (pieejamību) savā dzīvesvietā (pašvaldībā) nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm/sportu?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=1014)

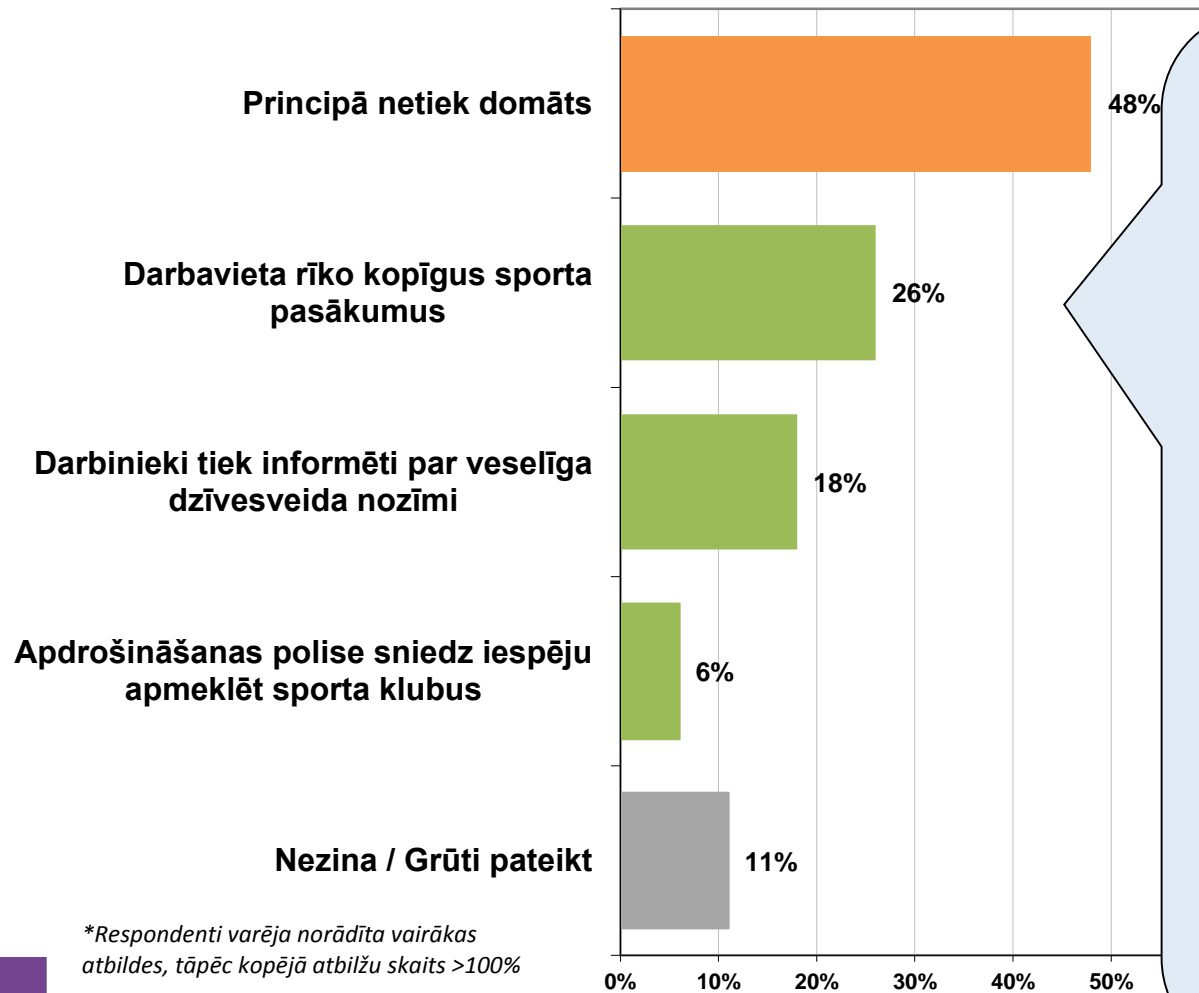


## ***6. Darba devēja ieguldījums fiziski aktīva dzīvesveida veicināšanā***



## Vai Jūsu darba vietā tiek domāts par fiziski aktīva dzīvesveida veicināšanu?\*

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=1014)



Lai arī saskaņā ar pētījuma datiem gandrīz puse (48%) respondentu darba vietu ir raksturojamas kā pasīvas un tajās netiek domāts par fiziski aktīva dzīvesveida veicināšanu, pētījums ļauj izdarīt pieņēmumu, ka šādu neaktīvu darba devēju, iespējams, ir krietni vairāk – jānorāda, ka kopumā 11% no ekonomiski aktīvajiem aptaujas dalībniekiem nespēja formulēt savu viedokli par šādu aktivitāšu nodrošinājumu darba vietā, kas hipotētiski ļauj pieņemt, ka arī šī daļa respondentu vai nu nav informēti par šādām iespējām vai arī darba devēja īstenotās aktivitātes netraktē kā fiziski aktīva dzīvesveida sastāvdaļu. Saskaņā ar aptaujas rezultātiem 26% darbavieta tiek rīkoti kopīgi sporta pasākumi, 18% darbavieta darbinieki tiek informēti par veselīga dzīvesveida nozīmi, savukārt 6% darbavieta darbiniekiem ir apdrošināšanas polises, kuras sniedz iespēju apmeklēt sporta klubus.

\*Respondenti varēja norādīt vairākas atbildes, tāpēc kopējā atbilžu skaits >100%

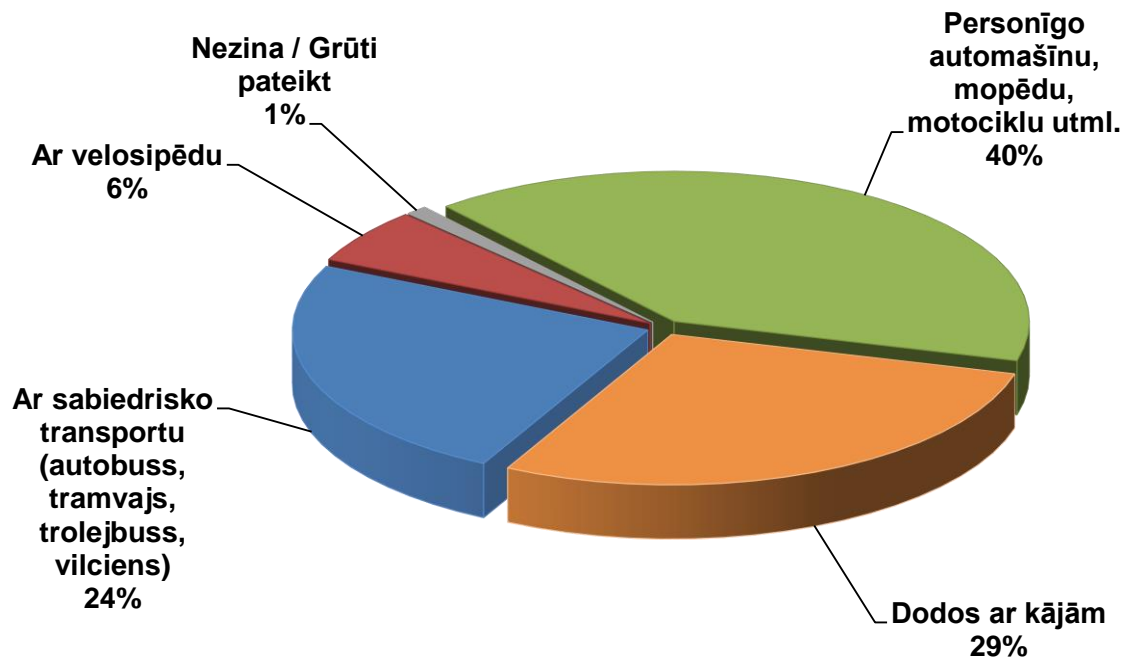


## *7. Iedzīvotāju ikdienas pārvietošanās paradumi*



**Ar kādu transportu Jūs ikdienā parasti pārvietojaties (nokļūšanai uz savu darba vietu, skolu, veikalu, pasākumiem utt.)?**

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=1014)



Aptaujas dalībnieku ikdienas pārvietošanās paradumu analīzē atklāj, ka ar kādu no transporta veidiem visbiežāk pārvietojas gandrīz divas trešdaļas (64%) aptaujāto Latvijas iedzīvotāju. Iecienītākais ikdienas pārvietošanās veids ir personīgais transports – 40% aptaujāto ir norādījuši, ka nokļūšanai uz savu darba vietu, skolu, veikalu vai citiem pasākumiem izmanto automašīnu, mopēdu, motociklu vai citu personīgo transportlīdzekli, savukārt katrs ceturtais (24%) primāri pārvietojas ar sabiedrisko transportu.

Fiziski aktīvam pārvietošanās veidam (kājām vai ar velosipēdu) ikdienā priekšroku dod neliels daļiņš aptaujāto (35%) vairāk kā trešā daļa aptaujāto (35%)

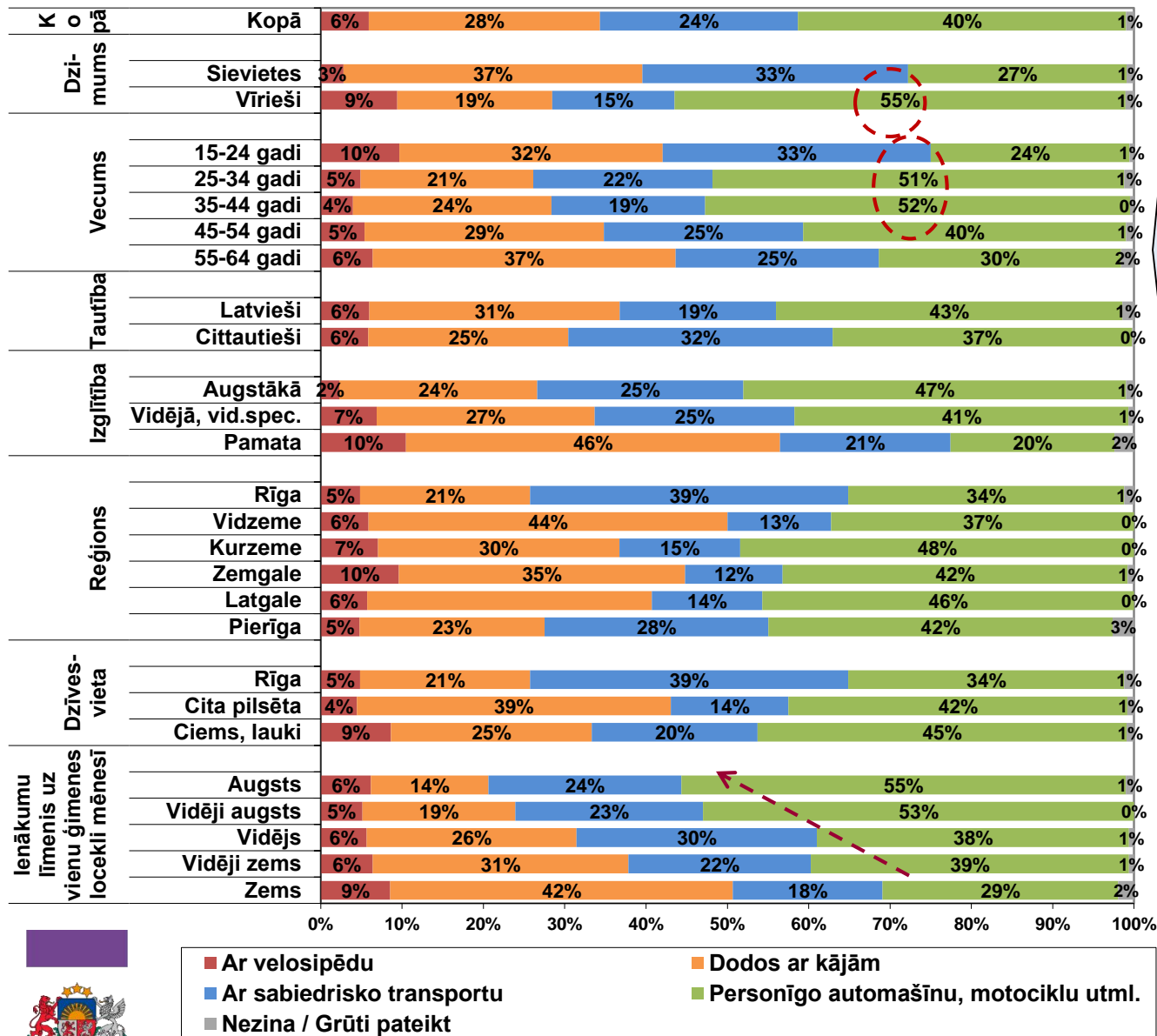
Latvijas iedzīvotāju – 29% respondentu uz darbu, mācībām utml. visbiežāk pārvietojas kājām, bet 6% ar velosipēdu.





# Ar kādu transportu Jūs ikdienā parasti pārvietojaties (nokļūšanai uz savu darba vietu, skolu, veikalu, pasākumiem utt.)?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=1014)



Pētījuma rezultātu analīze respondentu grupās, kas izveidotas pēc dažādām sociāli demogrāfiskajām pazīmēm, atklāj, ka fiziski aktīvs pārvietošanās veids (kājām vai ar velosipēdu) ikdienā vairāk raksturīgs skolniekiem, jauniešiem vecumā līdz 24 gadiem, gados vecākajiem (55-64 gadi) respondentiem, aptaujas dalībniekiem ar zemāku ienākumu līmeni, pilsētu, izņemot Rīgas, iedzīvotājiem.

Būtiska ietekme uz iedzīvotāju pārvietošanās veida izvēli ir iedzīvotāju ienākumu līmenim – proporcionāli pieaugot materiālās nodrošinātības līmenim, sarūk kājāmgājēju un pieaug personīgā transporta lietotāju īpatsvars.

Zīmīgi, ka tajās sociāli demogrāfiskajās grupās, kurās ir lielākais respondentu skaits, kuri ikdienā pārvietojas ar kādu no transporta veidiem (personīgo vai sabiedrisko), ir arī visvairāk to respondentu, kuri apzināti atvēl tēriņus fizisko aktivitāšu veikšanai, sportam. Tā ir ekonomiski aktīvā sabiedrības daļa vecumā no 25 līdz 44 gadiem, ar augstāko izglītību, ar vidēji augstu vai augstu ienākumu līmeni, kā arī vīrieši, Rīgas un Pierīgas iedzīvotāji.



*Tirgus un sociālo pētījumu centrs «Latvijas Fakti»*

*Bruņinieku iela 8a-5, Rīga, LV-1010, Latvija*

*Tālrunis: +371 67314002*

*E-pasts: [latfacts@latfacts.lv](mailto:latfacts@latfacts.lv)*

Pētījuma darba grupa: Ilze Gansone, Oksana Kurcalte, Evija Mansone, Jeļena Petrova, Askolds Altenburgs, Ivars Krastiņš, Oskars Zalāns.

