

Idræt B

– idrætsteori

Jesper Franch
Bo Isaksen
Per Jørgensen
Niels Vogensen

SYSTIME 

Idræt B

– idrætsteori

© 2009 Jesper Franch, Bo Isaksen, Per Jørgensen,
Niels Vogensen og Systime A/S

Kopiering og anden gengivelse af dette værk eller dele
deraf er kun tilladt efter reglerne i gældende lov om
ophavsret, eller inden for rammerne af en aftale med
COPY-DAN. Al anden udnyttelse forudsætter en
skriftlig aftale med forlaget.

Ekstern redaktion: Claus Estrup

Omslag: Sanne Lund Jensen/Marianne Gulstad

Omslagsillustration: © Stig Nørhald/Polfoto

Sat med Adobe Caslon Pro 11/14

Grafisk tilrettelæggelse og produktion:
Publizon A/S

Trykt hos:
Special-Trykkeriet Viborg a-s
Printed in Denmark 2009

1. udgave, 1. oplag
ISBN-13: 978-87-616-1695-1

SYSTIME 

Skt. Pauls Gade 25
DK-8000 Århus C
Tlf.: 70 12 11 00
systime.dk

3. IDRÆT ER IKKE BARE IDRÆT: SEKS FORSKELLIGE TYPER

Listen over idrætsaktiviteter er lang i dag. Indtil 1930'erne kunne man stort set vælge mellem at gå til gymnastik, fodbold eller håndbold i de små sogne. I dag er udbuddet uoverskueligt og stort. For at skabe et overblik over idrætten i dag kan man opdele den i seks typer, der adskiller sig mht. motiver, praksis og organisering. Virkeligheden er sikkert mere kompleks og mange aktiviteter har givetvis træk fra mere end én idrætstype. Men for overskuelighedens skyld forenkles virkeligheden til disse seks typer:

- Fitness/motion
- Foreningsidræt
- Ekstremidræt
- Friluftsliv
- Idræt som subkultur
- Eliteidræt/sport

Fitness/motion finder man eks. i motionsløb, styrketræning, motionssvømning, aerobics, spinning og stavgang. Fitness kan altså både være individuel og holdbaseret og kan være vanskelig præcist at afgrænse som træningsaktivitet. Motiverne til at dyrke fitness er ikke entydige, men to motiver kan udskilles:

- Det æstetiske motiv: kropsideal, at se sund eller fit ud
- Det sundhedsorienterede motiv: træning for sundhedens skyld

Fitness med et bestemt kropsideal for øje og for sundhedens skyld har en række fællestræk: Den organiseres af den kommercielle sektor eller udvikles som selvorganiseret aktivitet, men også foreningerne organiserer i stigende omfang fitness. Eftersom man køber et produkt, er der også tale om et producent-forbruger forhold. Man kan forvente service, når man har betalt. Aktiviteten er effektiv, rationel og instrumentel. Det gælder såvel for konditionstræningen på løbebånd, crosstrainer, trappemaskine, romaskine m.m. som for de holdbaserede og instruktør-leddede aerobic-, step- og spinningtimer.



Fig. 17. Fitness har både et sundheds- og et æstetisk motiv. Det afhænger bl.a af alder: jo ældre man er, des mere betyder sundheden. Aktiviteterne kan være både styrke-, muskeludholdenheds- og konditionstræning. Der findes både individuelle og holdaktiviteter. Det er de færreste aktiviteter, der stiller krav til koordinering og behændighed, men forskellige danseinspirerede aerobicformer kan dog udfordre de fleste. Fitness er overvejende organiseret i private centre eller i idrætsforeninger.

Det gælder for udholdenhedstræningen med begrænset vægt samt for styrketræningen i maskiner og med frie vægte. Disse aktiviteter dækker over, at fitness, konditions eller styrketræning er midlet til at nå målet: en sundere, slankere, flottere eller mere muskuløs krop.

Begrebet *foreningsidræt* dækker de mange, der dyrker idræt i foreninger som gymnastik, fodbold, badminton, tennis og håndbold for at nævne nogle af de største discipliner.

Udviklingen i den foreningsbaserede idræt fra 1985 til i dag kan sammenfattes i tre tendenser:

1. Flere foreninger
2. Flere forskellige slags idrætsforeninger
3. Et stagnerende medlemstal



Fig. 18. Det er idrættens egenverdi, der står i centrum for foreningsidrætten. Jeg spiller fodbold, fordi det er sjovt at spille fodbold! Her til kommer et forpligtende fælles- og medlemskab, hvor organiseringen er i faste rammer. Børn dyrker stadig mest foreningsidræt, men kan foreningerne forandre sig i takt med tiden?

Foreningsidræt indebærer en vis forpligtelse til at deltage i foreningens liv. Der afholdes generalforsamling, der er bestyrelsesmøder, der arrangeres fester m.m. Trænere og ledere er frivillige. Man træner typisk to gange om ugen og træneren er øverste myndighed. Den formelle opbygning er foreningens styrke og svaghed: Her trives i teorien det kulturelle, folkeoplysende og demokratiske fællesskab, her praktiseres demokratiet i dagligdagen. Men det er også her, at de formelle rammer er så fastlagte, at de ikke passer til alle idrætsudøvere.

Den idræt, der dyrkes, har en værdi i sig selv. Man spiller fodbold, fordi det er sjovt at spille fodbold, ikke kun fordi man taber sig eller fordi det er sundt. Samværet med de andre i foreningen spiller en vigtig rolle. Oftest deltager man i en konkurrence, en turnering eller et stævne, men det er ikke altid det vigtigste motiv for deltagelse. I foreningen er der fællesskab og lyst til idræt.

Ekstremsport har en hel del til fælles med friluftssport bl.a. at det foregår udendørs. Ekstremsporten har fokus på grænseoverskridende oplevelser. Mere systematisk kan man dele ekstremsport op i risikoaktiviteter som eks. bjergbestigning og udholdenhedsaktiviteter som 100 km løb.



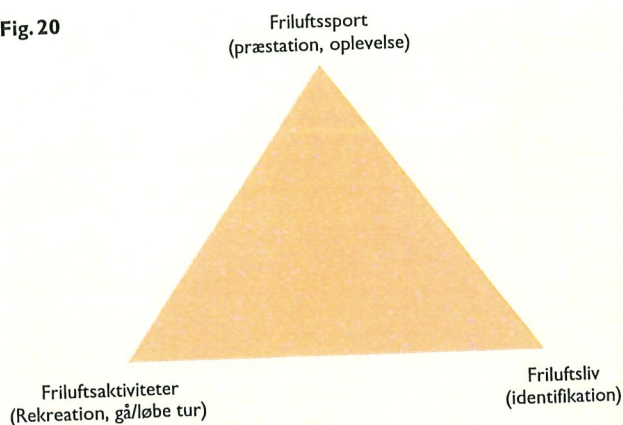
Fig. 19. Ekstremidræt er både risikoaktiviteter som white water rafting eller bunge-jump og udholdenhedsaktiviteter som ultraløb eller adventure race. Det udbydes ofte af private firmaer eller dyrkes uorganiseret. White water rafting kan ses både som ekstremidræt og som en moderne form for friluftsliv.

Ekstremidræt kan spænde fra aktiviteter for sjov skyld som rafting eller bunge-jump over snowboard eller mountainbike, hvor det centrale er oplevelsen og nydelsen ved at mestre aktiviteten til aktiviteter med høj risiko som base-jumping, isklating eller bjergbestigning. Udholdenhedsidrætter er fx ultraløb, adventure race, Ironman, etc.

Typisk er det private firmaer, der arrangerer ekstremidrætten, men også efter-, ungdoms- og højskoler har taget ekstremidrætten op. Området er i vækst, måske som en moderne form for friluftsliv. Mange risikoidrætter er enkeltstående aktiviteter, som ikke gentages eller øves. Andre aktiviteter som f.eks bjergbestigning kræver lang og intens træning.

Friluftsliv dækker både over forskellige aktiviteter i naturen og over forskellige tilgange til naturen. Man kan skelne mellem friluftssport, friluftaktiviteter og friluftsliv.

Fig. 20



Kilde: Edinger, A: Friluftsliv, friluftaktiviteter og friluftssport in Friluftsliv og naturoplevelser. Dansk forum for Natur- og friluftsliv, 1997.

Friluftssport rummer såvel aktiviteter, hvor præstationen er det afgørende, f.eks. det at dygtiggøre sig. Det kan være aktiviteter som o-løb, forskellige former for surf: kite, drage, snowboard og ski eller forskellige former for kajak. Denne præstationsforbedring kan så bruges i konkurrencer med andre eller blot i forhold til sig selv. Friluftssport rummer også risikoaktiviteter som motorcross, klatring, bungy-jump eller dynamiske udholdenhedsaktiviteter som adventure race. Fælles for friluftssport er, at naturen domineres eller beherskes, naturen er en modstand, der skal overvindes eller en kulisse, hvori aktiviteten kan udfoldes. Påvirkningen af naturen er ofte voldsom. Friluftssport bliver mere og mere populært, alene alpinski til Nord- eller Sydeuropa trækker hundredetusindevis af danskere til hvert år.

Friluftaktiviteter med rekreation som formål kan være en gå- eller løbetur i skoven, jagt eller lystfiskeri. I statistikkerne kaldes denne form for aktivitet for "hverdagsmotion". Naturen er et sted man opholder sig i, man tilpasser sig aktivt til den og påvirker den også. At gå tur i skoven hører til en af danskernes mest foretrukne fritidsaktiviteter.

Friluftsliv dækker over den klassiske forståelse af friluftsliv: man tilpasser sig naturen uden at påvirke den, man er med naturen og har en betragter-rolle i forhold til naturen. Man har ofte et stort kendskab til naturen og miljøbevidstheden er i højsædet. Det enkle liv rummer kvaliteter i sig selv, (kvalitets)tid i naturen er vigtig. Når man har overnattet i naturen, er regel nummer ét ikke at efterlade sig spor – og slet ikke affald. Ornitologer kan være et eksempel på mennesker, der har en sådan opfattelse af friluftsliv.



Fig. 21. Parkour har elementer af både risikofyldt ekstremidræt, idræt som subkultur og friluftsliv, selvom naturen her er byttet ud med byens landskab.

Der har været en markant vækst inden for det pædagogiske og institutionaliserede friluftsliv især på høj-, efter- og ungdomsskoler, i kano og kajaksejls (DIF), i DGI, i Dansk Ornitologisk Forening, Naturvejlederordningen og i skolesystemet. Private firmaers tilbud om kurser udgør en tredje tendens: kommercialisering af friluftslivet. Den overvejende del af den private sektors udbud har "Friluftssport" som indhold, især oplevelsesaktiviteter som bungy-jump og hele registret igennem til ekstremidræt og adventure race. Der har været en mindre stigning i aktivitet inden for Dansk Vandrelaug og spejderbevægelsen. Denne vækst i udøvelse af friluftsliv kan siges at være en del af "den grønne bølge", hvor danskerne i 1970'erne fik "øje på naturen" og både tog det enkle friluftsliv til sig, men også det mere oplevelsesprægede som maraton, klatring og paintball. Det var også på denne tid "golfiseringen" af det danske landskab startede.

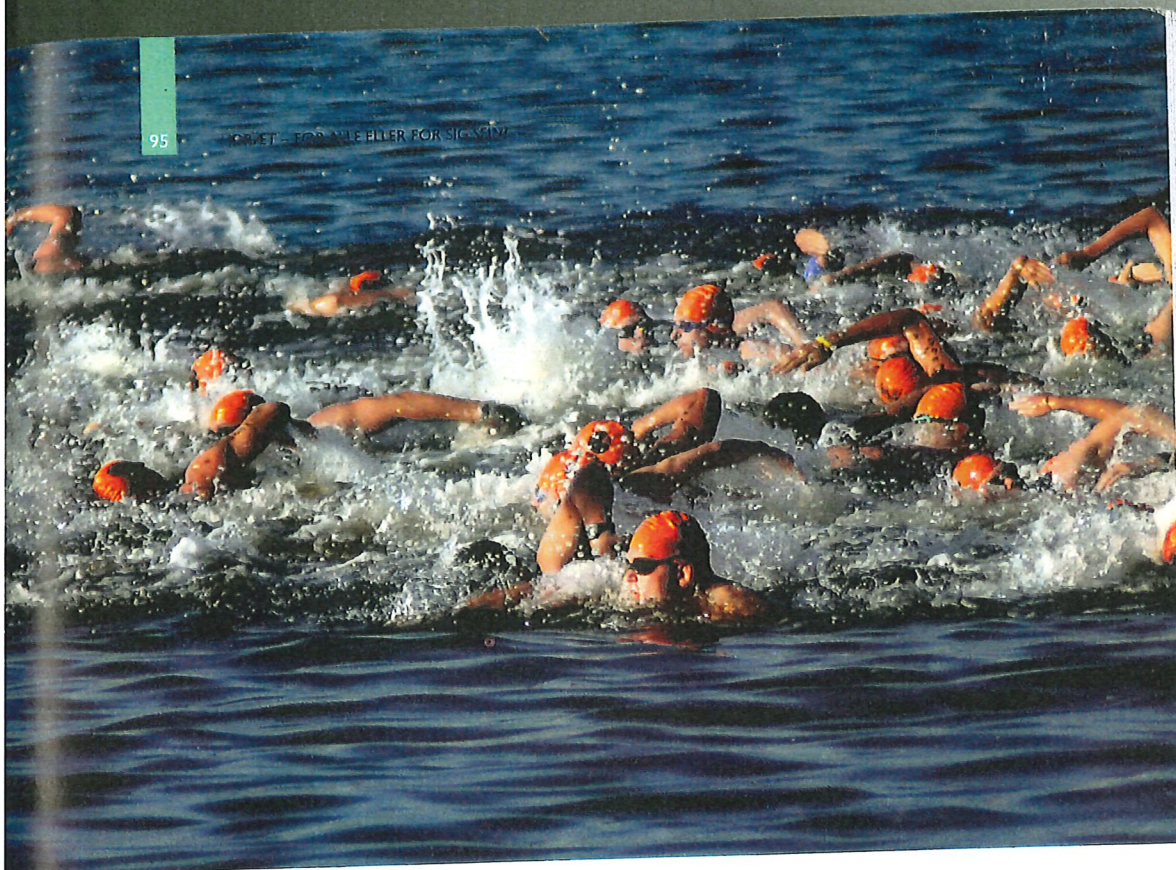


Fig. 22. Sport handler om konkurrence, målbare resultater og standardisering. Træningen skal være rationel og målrettet efter den optimale præstation.

Idræt som subkultur handler om den idræt, fysiske aktivitet og det kropslige udtryk, som opstår af sig selv blandt unge. Aktiviteten er selvorganiseret som f.eks. street basket, inliners, break-dance, skateboard, gedefodbold, hacky sack, parkour, og bmx-cykling. Andre aktiviteter er sikkert på vej. Selve subkulturens fysiske udtryk rummer et legende element og ofte er det balance og koordination, der er i centrum. Det gælder om at være fysisk smart, behændig og time sine bevægelser. Udover selvorganiseringen er nøgleord musik, tøjstil, attitude, ungdom, storby og gadeliv. Der er tale om en 24-timers livsstil og ikke blot en idræt, man af og til dyrker. I og med det er et storbyfænomen, er forbrug og det kommercielle aktive medspillere i denne ungdomskultur. Det er således ofte kun et spørgsmål om tid, før dele af subkulturen bliver optaget i mainstream-moden. De mest fremsynede kommuner forsøger at komme disse subkulturer i møde med anlæg af skateboardramper, fin asfalt og omhegnede mini-fodboldbaner. Det er vanskeligt at anslå, hvor mange der dyrker subkultur-idræt. Der er tale om aktiviteter, der netop ikke er registreret af nogen myndigheder, ligesom grupperne ikke er formelt organiseret.

I tabel 1 samles de seks idrætstyper for at give et overblik:

Tabel 1 Hvem dyrker hvad hvorfor?						
	Hvem: alder/køn	Hvorfor: motiv	Hvordan: organisering	Hvor: geografi	Andel af befolkningen	Eksempel
Fitness	Alle, især unge	Udseende Sundhed	Ledet af instruktør og/eller selvtræning.	Privat eller foreningsbaseret fitnesscenter	Min. 12%	Spinning eller styrketræning
Foreningsidræt	Alle, især unge	Idrætten har en værdi i sig selv socialt samvær	Trænerledet. Foreningsorganiseret.	Kommunale idrætsanlæg	34%	Pige-håndbold
Friluftsliv	Alle	Naturoplevelse Socialt samvær	Høj-, efter- og ungdomsskoler, DGI, DIF private kano og kajak, privat firmaer	Hav, fjord, skov, bjerg. Natur som oplevelse	Svært at skønne, men "mange". Op til 40% incl. skovtur/cykeltur.	Løbe eller gåtur i skoven
Ektremidræt	Mange, især unge og midaldrende	Føle sig i live Overskride egne grænser	Fra kommercielle tilbud til individuelt organiseret aktivitet.	Hav, fjord, skov, bjerg. Naturen som kulisse eller modstand	Svært at skønne	Fra bungy-jump til bjergbestigning
Subkultur	Unge	Identitet Afgrænse sig fra samfund og ligne gruppen	Selvorganiseret	Byens rum og gader	Få, ≤ 2%, (skøn)	Skaterkultur
Eliteidræt/Sport	Unge og yngre	Sporten har en værdi i sig selv Konkurrence	Organiseret træning. Præstation som mål.	Standardiserede idrætsanlæg	Få, Team Danmark angiver ca. 4000 men mange flere findes i lagene derunder.	Superligafodbold

Eliteidræt/sport er karakteriseret ved konkurrence, målbare resultater og standardisering. Når man træner for at kunne vinde i konkurrencer, må man specialisere sig og træne rationelt og optimalt. Man skal have fokus på præstationsevnen og prioritere i forhold til den. Det kan man i princippet gøre i al idræt/sport, der afholdes konkurrencer i. Det spænder fra pistolskydning over redskabsgymnastik, kuglestød og roning til boldspil og hanggliding. Det er ikke afgørende hvilket niveau, der trænes og konkurreres på, om det er på internationalt, nationalt, regionalt eller klubniveau. Det afgørende er, at man er fokuseret på at vinde og derfor træner maksimalt i forhold til sine evner og ressourcer. Træningen forgår typisk i klub, netop fordi man deltager i konkurrencer.

Opgaver

- Placer din idræt blandt idrætstyperne. Kan du genkende din egen måde at dyrke idræt på blandt de seks idrætstyper eller har du træk fra flere?
- Hvorfor har du valgt at dyrke din idræt? Opstil i klassen en liste over hvilke faktorer, der skal til for at vælge og dyrke en idræt.

4. SAMFUND, KROP OG IDENTITET

Da Martin Kristensen i maj sagde farvel til roningen, sagde han samtidig farvel til en identitet.

Martin Kristensen var roer. Han tænkte på roning, når han skulle tænke på studiet. Når han spiste, tænkte han på roning. Martin Kristensen levede sig så meget ind i rollen, at han til sidst kun kunne være roer. Og da et mystisk skadesforløb tvang ham til at stoppe med roningen, hvad var der så tilbage? »Der var ikke rigtig andet. Det var det, der definerede mig 100 procent. Hvis folk spurgte til mit studium, var det ikke noget, jeg var stolt af. Jeg læste idræt og så det som et svagt bogligt fag, som jeg tilmed klarede ad helvede til. Roning var det, jeg kunne og gjorde«, fortæller Martin Kristensen.

Fitnessdyrkeren kan kaldes den moderne udgave af den græske, mytologiske helt Sisyfos, der til evig tid skulle rulle en sten op ad en bjergside. Hver gang han næsten når toppen, ruller stenen fra ham og ender ved bjergets fod. Han må så begynde forfra – et Sisyfos arbejde.

Med den polske sociolog Zygmunt Baumanns ord:

Den livslange jagt efter fitness lævner ikke tid til hvile, og enhver festligholdelse af hidtil hjemløste sejre er blot en kort pause før en ny omgang hårdt arbejde. Fitnessjægerne ved kun, at deres fitness ikke er god nok endnu, og at de må blive ved med at anstrenge sig. Jagten efter fitness er en tilstand kendetegnet ved evig selvansagelse, selvbebrejdelse, selvnedgørelse og dermed også ved konstant frygt. Zygmunt Bauman: Flydende modernitet.

Dette citat kan virke provokerende og ekstremt. Det rummer dog en grad af sandhed, som er værd at tænke over. Fitness har mange træk til fælles med gymnastikken, der historisk set har haft stærke rødder såvel i det åndelige som det religiøse. Lige fra andelsbevægelsen, Grundtvig, en sund sjæl i et sundt legeme, Niels Bukh der fandt at "den levende bevægelse var foredrag for øjet" til kaptajn Jespersen, der mente, at hærkning af kroppen, var hærkning af sjælen. Historisk set har gymnastikkroppen været en del af det nationale, af bøndernes kollektive organisering, kampen for demokrati og systemskiftet i 1901 og ikke mindst opbygningen af det gode menneske.

Alt dette fører frem til spørgsmålet: Når gymnastikken har haft, og til en vis grad stadig har, en åndelig dimension, er fitness så også mere end blot fysisk træning? Kan man sige at fitnesskroppen på samme tid er frelsen og vejen til frelsen? Hvis man træner kroppen godt nok, har man så gjort sine bodsøvelser og vil man så efterfølgende kunne få syndsforladelse? Man har jo vist, at man har selvdisciplin og ryggrad til at træne flere gange ugentligt. Hvis man derimod lader stå til, spiser fedt og ikke træner, så fedtet på kroppen tager overhånd, venter skærsilden så med andre menneskers fordømmende blikke og livsstilssygdommenes trussel om død og lemlæstelse?

Det er tydeligt, at fitnessstræningen ikke kan holde til at blive beskrevet med disse religiøse eller åndelige begreber. Det skurrer i ørerne. Med mindre patos kan man sige, at det åndelige er fraværende i fitness, og at man i momenter kan glemme sig selv i den hårde træning og dermed også glemme andres øjne på sin ikke-perfekte krop. Men kaptajn Jespersen lever den dag i dag i bedste velgående: Hærkning af kroppen



Fig. 31. Når man arbejder hårdt på samme tid, kan man opnå et kortvarigt intenst fællesskab, en form for lykkfølelse, som i høj grad kan være motiverende for fortsat træning.

er hærkning af sjælen. Kan det at glemme sig selv tillægges en åndelig værdi? Hvis afstresning og mental hygiejne er den ny tids åndelighed, så ja. Hvis det er i mere snæver forstand, så nej.

Fitness adskiller sig på et afgørende punkt fra gymnastik: Gymnastik er en kollektiv idræt og baseret på et fast forankret fællesskab i foreningen – sådan er gymnastik traditionelt blevet beskrevet, selv om også gymnastikken påvirkes af individualismens vinde. Fitness er i sit udgangspunkt en individuel aktivitet baseret på individets tilfredsstillelse.

Fitness er imidlertid også procesorienteret. Den aerobe træning foregår ofte som holdtræning, eks. spinning, aerobic, eller kombineret styrke-udholdenhed. Her oplever mange en følelse af midlertidigt fællesskab, "vi er mange, der sveder sammen". Man taler måske ikke engang med hinanden, men ikke desto mindre har man haft noget sammen. Det kan sammenlignes med det fællesskab, man oplever til en festival om sommeren eller som tilskuer til en landskamp. Denne form for fællesskab betegnes af sociologer som *flygtige fællesskaber* eller midlertidige fællesskaber. Fitnessstræning giver en god veltilpas fornem-

melse i kroppen og bevidstheden om kollektiv udmattelse giver en følelse af sammen at have kæmpet og klaret instruktørens udfordringer.

I forlængelse af det hårde arbejde sammen kan man opleve ”runners high”, hvor endorfiner udløses og man bliver høj af at træne. Det er også et motiv for fitness-træning, som kan være lige så vanedannende som narkotika: Man skal have sit daglige trænings-fix.

Den franske sociolog Pierre Bourdieus analyse af menneskers adfærd kan bidrage til at svare på spørgsmålet om, hvorfor vi dyrker fitness. Bourdieu antager, at vi som individer gør det, som vi har mest muligt udbytte af. Vi dyrker fitness, fordi det giver os et udbytte eller en kapital. Kapital betyder værdi eller ressource i forhold til den samfundsmæssige sammenhæng, den indgår i. Der skelnes mellem tre former for kapital:

Økonomisk kapital handler om det, der kan omsættes til penge. I forhold til fitness er det kun erfarne fitnessdyrkere, der senere kan få en karriere som fitnessinstruktør og således tjene penge på deres fitness-kapital.

Social kapital er værdien af menneskelige relationer. Man indgår i en gruppe eller et netværk med fælles værdier og normer. Disse normer skal hele tiden bekræftes af medlemmerne og udefra kommende skal accepteres af medlemmerne af gruppen, før de kan deltage på lige fod. Når der spørges til motiverne til at dyrke idræt i fx idrætsforening er et vigtigt motiv fællesskabet. Når mennesker dyrker fitness, er fællesskabet ikke det vigtigste. Katrine på 25 siger:

Jeg er begyndt at hilse på nogen, men ikke noget med noget som helst socialt. Det er: Hej – og sådan. Man genkender folk, og det er da fint, at folk genkender mig, når jeg kommer ind, men for mig er der ikke ret meget socialt – jeg vil også næsten heller selv være her. Jeg kan slet ikke overskue, hvis jeg skulle til at finde nye veninder og kammerater – det er overhoved ikke det aspekt i hvert fald.”

Jens Ole Jensen i Idrætspædagogisk Årbog 2002, s. 105

En foreløbig konklusion er, at fitness hverken bidrager til økonomisk eller social kapital for fitnessudøveren. Tilbage er den kulturelle kapital.

Kulturel kapital er en form for symbolsk kapital, der har tre former: en kropslig, en objektiveret i form af billeder, bøger og lign. og en institutionaliseret form, hvor kvalifikationer optræder som eksamener eller uddannelsesstitler. Det er den kropslige form, der er den interessante her. Den kropsliggjorte kulturelle kapital handler om tøjstil, frisure og kropssprog, men også om de kulturelle normer og vaner man har fået

som bare kunne tænkes at reducere bare en procent af min daglige træningsydelse ... Martin fandt ud af, at han kunne sætte sig formidabelt op til at yde i romaskinerne eller på søen, hvis han satte de fire-seks timer før træning af til det. Så tænkte han kun på roing.

Politiken, 29.12.07

Når karrieren stoppes ufrivilligt af skader, ofte som følge af overtræning, af at man bliver ældre og sorteret fra eller fordi man får en dopingdom, er der eksempler på at udøverne får en regulær depression, selvmordtanker eller kommer ud i misbrug.

Skaber samfundet identiteten?

Idræt er ikke bare idræt, men skal ses i en kulturel sammenhæng. Det er ikke uden betydning, om skydetræning skal bruges til at styrke landets forsvar eller om det blot er en måde at møde andre mennesker på og øve sig på at ramme i plet. Eller om gymnastikken skal bruges til at ranke ryggen på landbobefolkningen eller give sammenhold og fysiske udfordringer for den enkelte. Derfor er det af stor betydning at forstå, hvad der kendetegner den moderne samfundsudvikling. Anthony Giddens, engelsk sociolog, karakteriserer det moderne samfund med fire udviklingstræk: Globalisering, aftraditionalisering, refleksivitet, individualisering. Disse fire begreber udgør rammen for, hvordan krop og identitet spiller sammen i dag. De udgør også rammen for identitetsmodellen. Inden for denne samfundsmæssige ramme finder alle mulige kropsudtryk eller fremtrædelsesformer sted. De er tidligere blevet beskrevet.

Globalisering dækker over, at markeds kræfterne har fået friere spil. Det har ført til en tættere sammenvævning af verden – økonomisk, socialt og kulturelt. Samtidigt er rum og tid blevet adskilt af teknologien, således at vi ikke længere er bundet til rummet eller stedet, vi kan flytte os hurtigt og langt. Internet, mobiltelefon, satellitter m.m. gør det muligt at kommunikere globalt. Vi kan være on-line med alle døgnet rundt. Forbruget er ikke bare forbrug af varer, men også livsstil og selvforhold til andre mennesker. Globalisering kan betyde store og hastige forandringer. Det kan give en fundamental utryghed hos individet. Sportens globalisering dukker op i mange sammenhænge. Når den engelske Premier League turnering leger med tanken om at flytte engelske kampe til danske stadions, når amerikanske football-klubber henlægger kampe til Wembley, når engelske fodboldklubber spiller uden

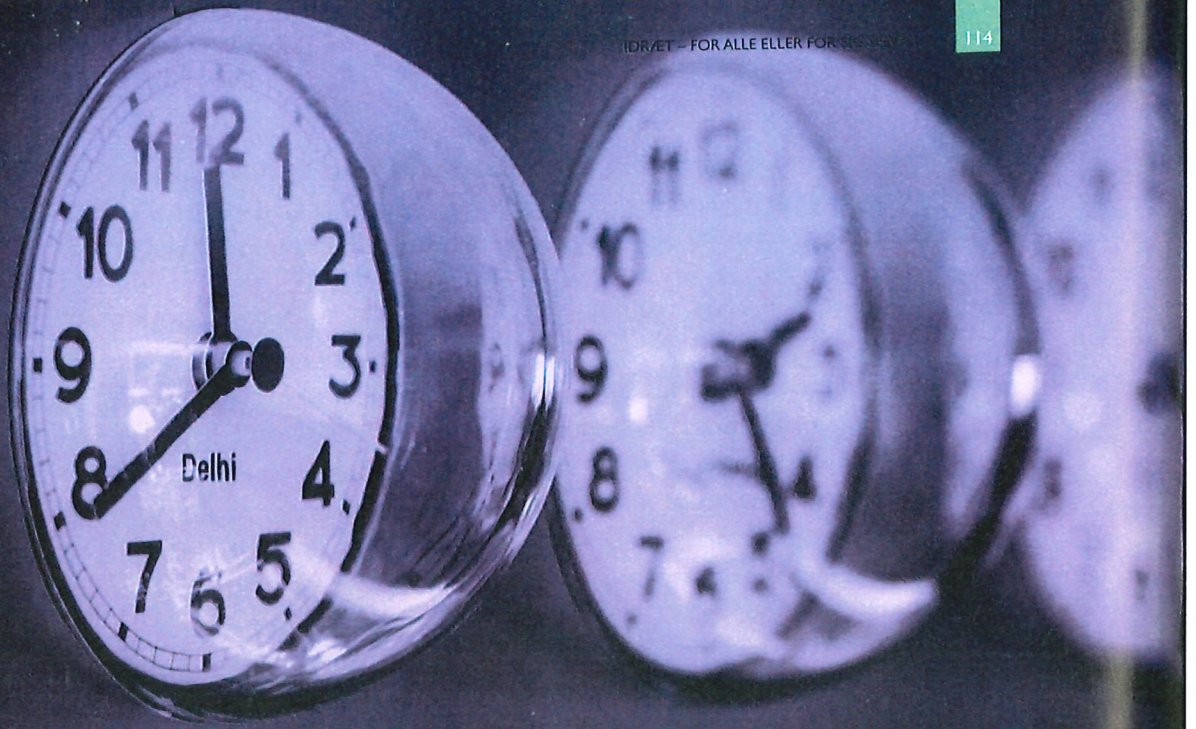


Fig. 33. Tiden er blevet globaliseret, nettet sover aldrig og det speeder mange processer op.

en eneste englænder på holdet, eller da den kenyansk-fødte Kipketer løb for Danmark er det alt sammen udtryk for sportens globalisering.

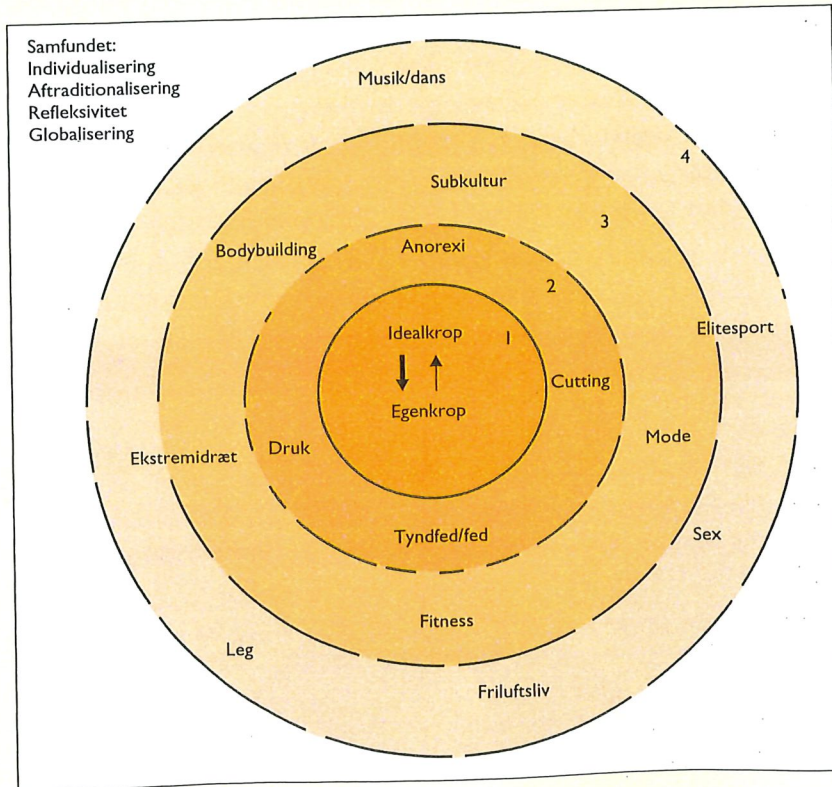
Aftraditionalisering betyder at traditioner, der før var den kollektive hukommelse for, hvordan man skal opføre sig i en given situation, begynder at smuldre eller bliver mere diffuse. Før var institutioner som klassen, kirken, lokalsamfundet, kønsrollerne, partierne, foreningen og autoriteterne med til at definere den enkeltes plads i samfundet. I dag virker de i mindre omfang som retningsgivere for normer og adfærd. Det betyder at alt kan sættes til diskussion, men det betyder også at individet i højere grad selv skal definere sig i forhold til omgivelserne.

Aftraditionaliseringen har haft stor betydning for idrættens verden. Idrætsdeltagelsen har ændret sig markant over de seneste 50 år og har givet plads til nye grupper: kvinder, ældre og flere sociale grupper. Der er tale om en demokratisk udvikling. På tilskuerplan ændrer sporten sig også. I dag bygges fodboldstadions med siddepladser for at begrænse hooliganisme. Det får den konsekvens, at man som tilskuer ikke længere kan stå sammen på lægterne. En del af det folkelige fællesskab bliver dermed afløst af en mere individuel oplevelse, hvor man i højere grad overværer en kamp end aktivt deltager i den. Til trods for siddepladserne

bygger det at se fodbold og andre sportsdiscipliner dog stadig på nogle stærke søjler af tradition, nationalisme og fællesskab (blandt mænd).

Refleksivitet er en følge af, at traditioner spiller en mindre rolle i dag og videnskab en større rolle. Dermed bliver den enkelte nødt til at reflektere over sig selv, tænke over hvem man er, hvorfor man tænker og handler som man gør og hvordan man virker på omgivelserne. Man forholder også sig til *hvordan*, man forholder sig til sig selv, sin krop, til andre, til samfundet. Når man selv skal træffe alle valg om, hvem man er, bliver *tvivlen* et grundvilkår for alle mennesker: har jeg valgt rigtigt fra og til?

Fig.34. Kroppens fremtrædelsesformer i det moderne samfund



Ringene fra 2, 3 og 4 angiver et kontinuum af kropelig udtryk fra selvdestruktiv egocentreret adfærd (2) til en frigørende ud-af-kroppen oplevelse (4). Ringene er perforeret for at vise, at der ikke er tale om tætte skodder imellem ringene.

Den firkantede ramme angiver det moderne samfund, der er karakteriseret ved individualisering, aftraditionalisering, refleksivitet og globalisering. Indenfor disse samfundsmæssige rammer finder identetsdannelsen sted, vist med de fire ringe.

Individualisering. Konsekvenserne af ovenstående udvikling har medført, at vi tænker og handler individuelt, i en grad man ikke gjorde for 30-40 år siden. Det har både positive og negative følger for den enkelte. Det positive er, at mange flere muligheder i princippet byder sig til. Den sociale arv snævrer ikke længere så hårdt, der er plads til mønstrebrydere. Det gælder for uddannelse, job, familie og også for kroppen.

Det negative er, at denne frihed, *den kulturelle frisættelse*, eksponerer den enkelte. Det bliver meget synligt, hvem der har succes og hvem der har fiasko, hvem der er fit og hvem der er fed; ansvaret er let at placere: det er din egen skyld! Et billede på det moderne menneskes livsvilkår er fangen, der løslades efter års fængsel. Friheden er på samme tid symbol på håbet, men er også skræmmende. Friheden er håbet, fordi den sætter individet frit og gør alting muligt. Friheden er skræmmende, fordi hvert skridt fangen tager uden for fængslets mure, skal han selv tage.

Idrætten afspejler naturligvis denne udvikling. I dag kan man udtrykke sin individualitet på utallige måder gennem valg af idræt og kropsudtryk samt forbrug af idrætstøj og redskaber. Det betyder at idrætten aldrig har været så mangfoldig, som den er nu. Det betyder, også, at idrætten er i en dynamisk udvikling, som næste kapitel handler om.

Opgaver

- a) I hvilke situationer er du bevidst om, hvordan din krop virker på andre? Og hvornår glemmer du dig selv og din krop?
- b) Tænk på den måde du dyrker idræt. Hvilken betydning har idrætten for dig, og kan du leve uden? Placer dig selv i fig. 34. Giver modellen mening i forhold til din praksis?
- c) Diskuter om der mangler en eller flere kategorier i fig. 34.



Fig. 40. Skal pengene bruges på små, lokale og bynære faciliteter eller skal kommunen bygge store, centrale og specialiserede idrætsanlæg, bygget til elitesport?

fx Parken Entertainment, de store gamle idrætter, de nye idrætsgrene, og sidst, de selvorganiserede. Hvis ikke kommunen har en klar politik, vil de ikke-organiserede grupper komme til sidst, når ressourcerne fordeles.

- Flere dyrker idræt uden for foreningerne, og en større del af befolkningen motioner slet ikke. Samtidigt kommer der flere overvægtige til. Hvordan kan man støtte disse grupper? Skal foreningerne have pengene således, at de får ressourcer til at åbne sig mod nye grupper eller skal løsningen findes uden om foreningerne? Eller skal pengene både bruges på foreninger og selvorganiseret idræt?
- Hvilke idrætsfaciliteter skal bygges fremover: Skal det være haller til håndboldbrug, som vi kender fra det traditionelle halbyggeri, eller skal det være byggeri, der fremmer "bevægelse i byen"? Skal nyt byggeri være stort og centralt og dermed give mulighed for specialisering eller skal det være småt, lokalt og der hvor folk bor? Skal der bygges mødesteder og faciliteter til de semi- og uorganiserede, selv om de ikke har ønsket eller krævet det? Skal der tænkes utraditionelt og bredt: Transport, arkitektur og grønne områder, arbejdspladser, børn og børnefamilier, de ældre, motion på recept og motion som forebyggelse?

Fig. 41. Olympisk sportshal, Athen, 20.000 tilskuerspladser. En multiarena skal bruges til både sport og andre store tilskuerbegivenheder. Det kræver et stort flow af tilskuere at fylde en sådan hal og dermed få en solid økonomi. Det kræver et opland på 3-4 mio. mennesker. Faren er, at byggeriet kommer til at stå som en "hvid elefant", en fejlslagen investering.



- Skal kommunerne satse på elite eller bredde eller på både og? Skal kommunen indgå aftaler med Team Danmark om etablering af kraftcentre med træningsfaciliteter og give økonomisk støtte til talentudviklingsarbejde, eller skal kommunen være en "breddekommune"?
- Skal der bygges multiarenaer med plads til mange tilskuere for at kunne afholde store begivenheder i hver kommune, eller skal kommuner samarbejde om deres etablering og drift (der er realistisk set plads til 1-2 multiarenaer i Danmark)?
- Fitnessindustriens vækst er på længere sigt en trussel mod idrætsforeningernes monopol på offentlig støtte. Når folk vil dyrke fitness i privat regi, hvorfor skal idrætsforeningerne så have al støtten? Bør de private centre inddrages mere i sundhedspolitikken? Eller er DGIs og DIFs fælles fitnessprojekt "Foreningsfitness" mere perspektivrigt, hvor foreningstanken er blevet udviklet i en mere fleksibel og motionspræget retning, og hvor en tredjedel af medlemmerne i centrene er tidligere inaktive? Skal forbrugermotiviteten imødekommes eller skal foreningstraditionen fastholdes?