

# פעילות גופנית בחברה הישראלית

מוגש לאיגוד הישראלי לספורט עממי



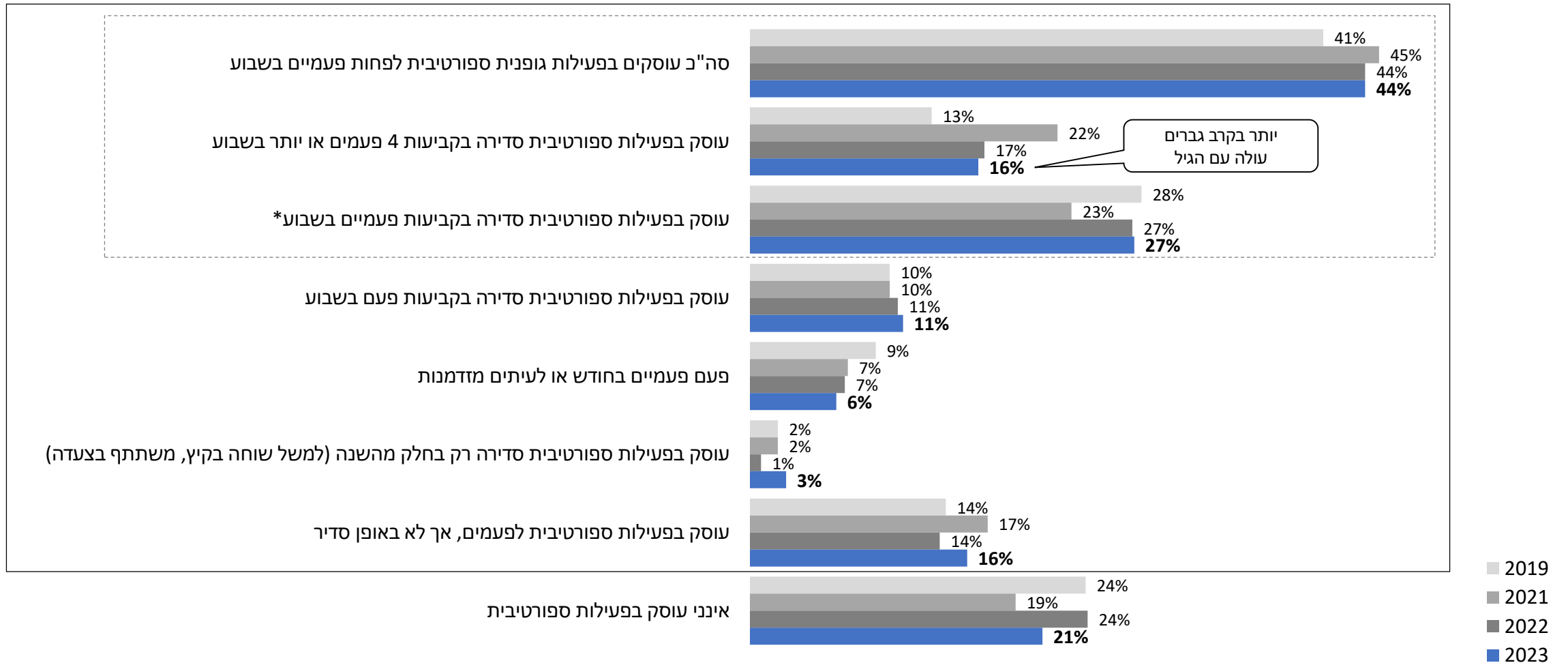
אוגוסט 2023

# ממצאי המחקר

---

# כ-80% מהציבור מעידים על עצמם כי הם עוסקים בפעילות גופנית ספורטיבית בתדירות כלשהי, 44% עושים זאת לפחות פעמיים בשבוע, דומה לעבר.

## עיסוק בפעילות גופנית ספורטיבית ברמה ההצהרתית

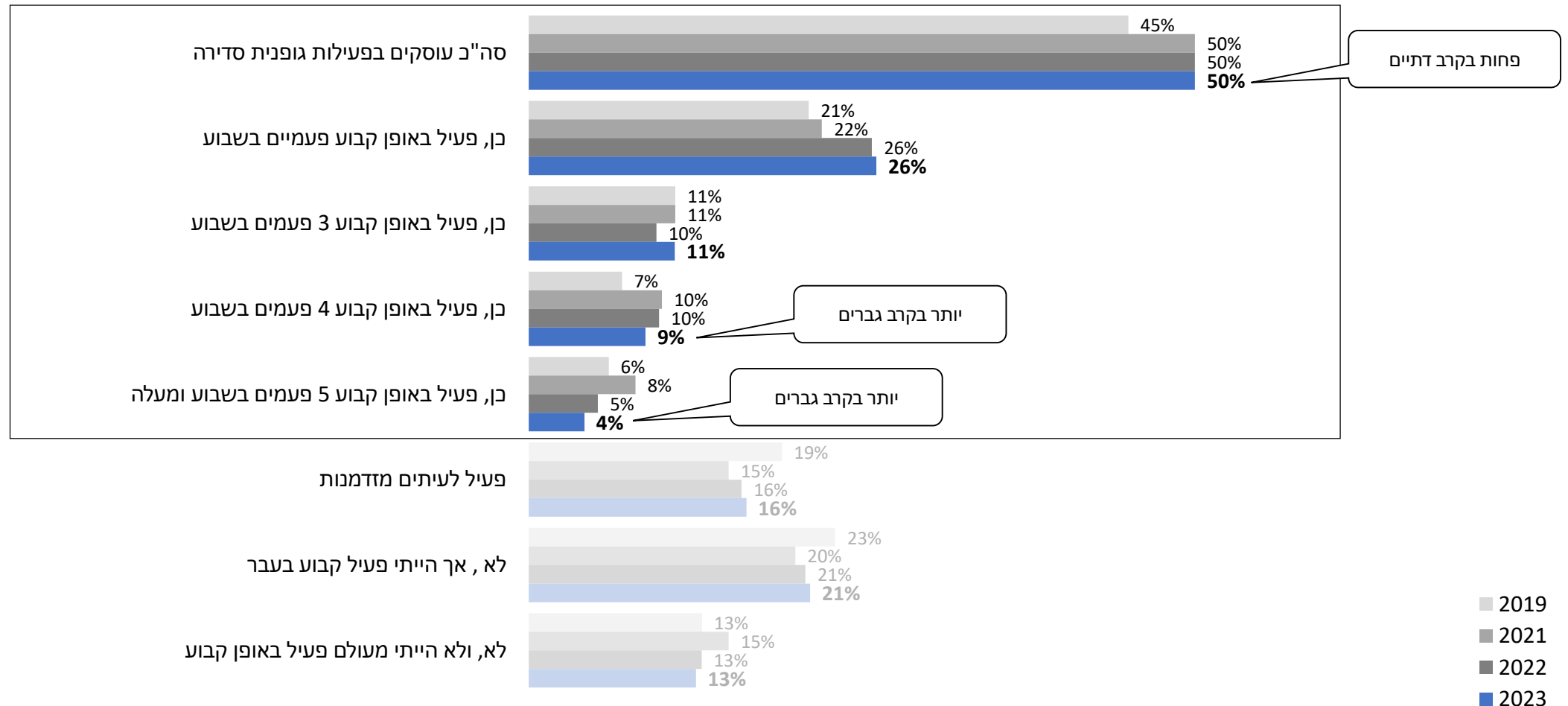


\*ב-2019 נשאלו בנפרד על 3 פעמים ועל פעמיים

האם בשנה האחרונה את/ה עוסק/ת בפעילות גופנית ספורטיבית כאשר כל פעילות נמשכת לפחות 30 דקות ברציפות? אם כן, באיזו תדירות את/ה עוסק/ת בפעילות זו? (נעזר)

# בדומה לעבר, מחצית מהציבור עוסקים בפעילות גופנית סדירה, כאשר רבע עושים זאת פעמיים בשבוע.

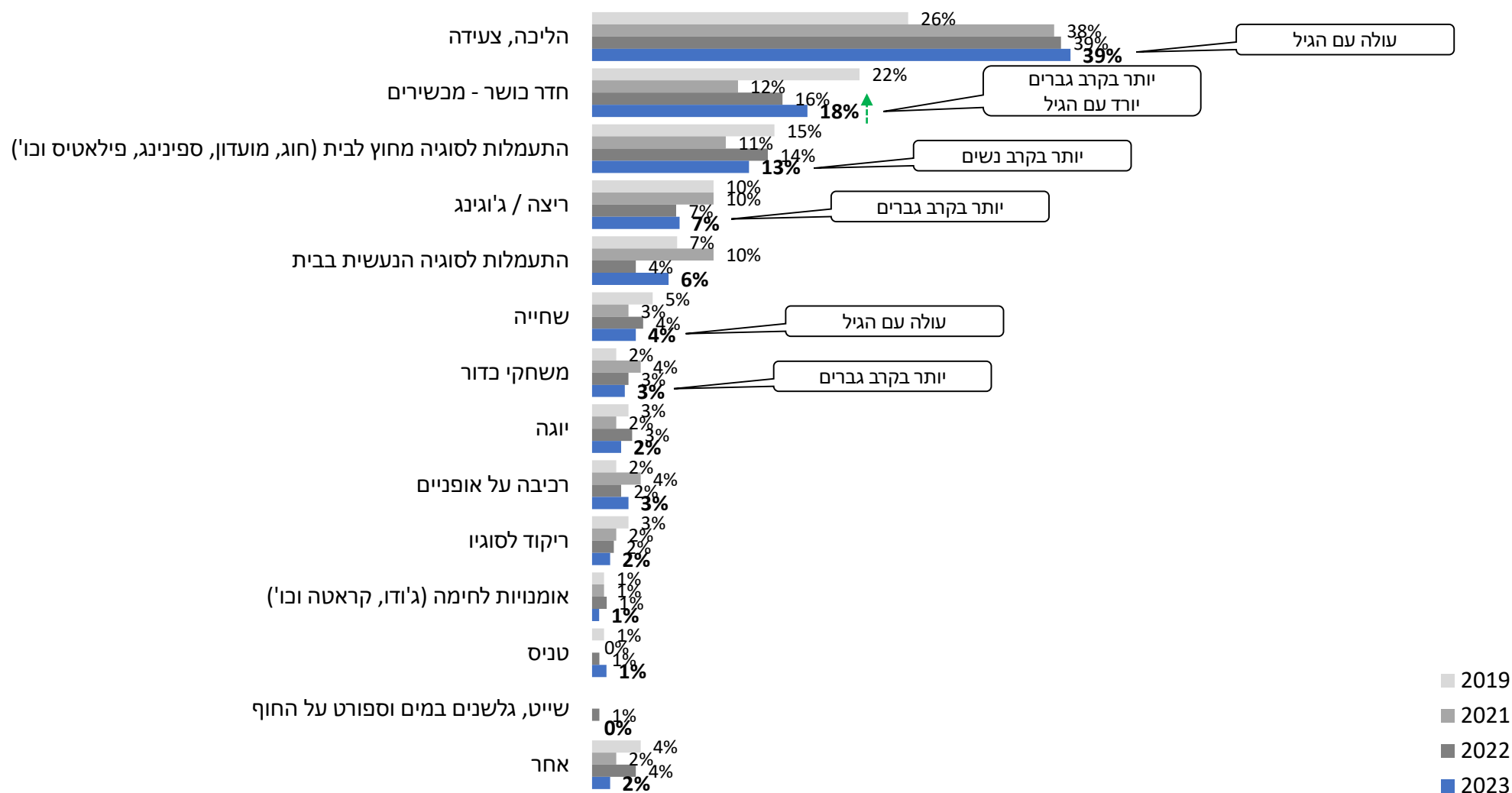
היקף הפעילות הגופנית הסדירה והקבועה



הגדרה של פעילות ספורטיבית סדירה היא פעילות גופנית הנעשית לפחות פעמיים בשבוע באופן קבוע לאורך כל חודשי השנה ולא פחות מ-30 דקות ברציפות לפעם. האם בשנה האחרונה את/ה עוסק/ת באופן קבוע בפעילות גופנית ספורטיבית הנמשכת בכל פעם לפחות 30 דקות ברציפות, או שעסקת בפעילות כזו בעבר? (נעזר)

# בדומה לשנה שעברה, הפעילות הפופולארית ביותר היא הליכה. מגמת עליה בעיסוק בחדר כושר מכשירים מ 2021.

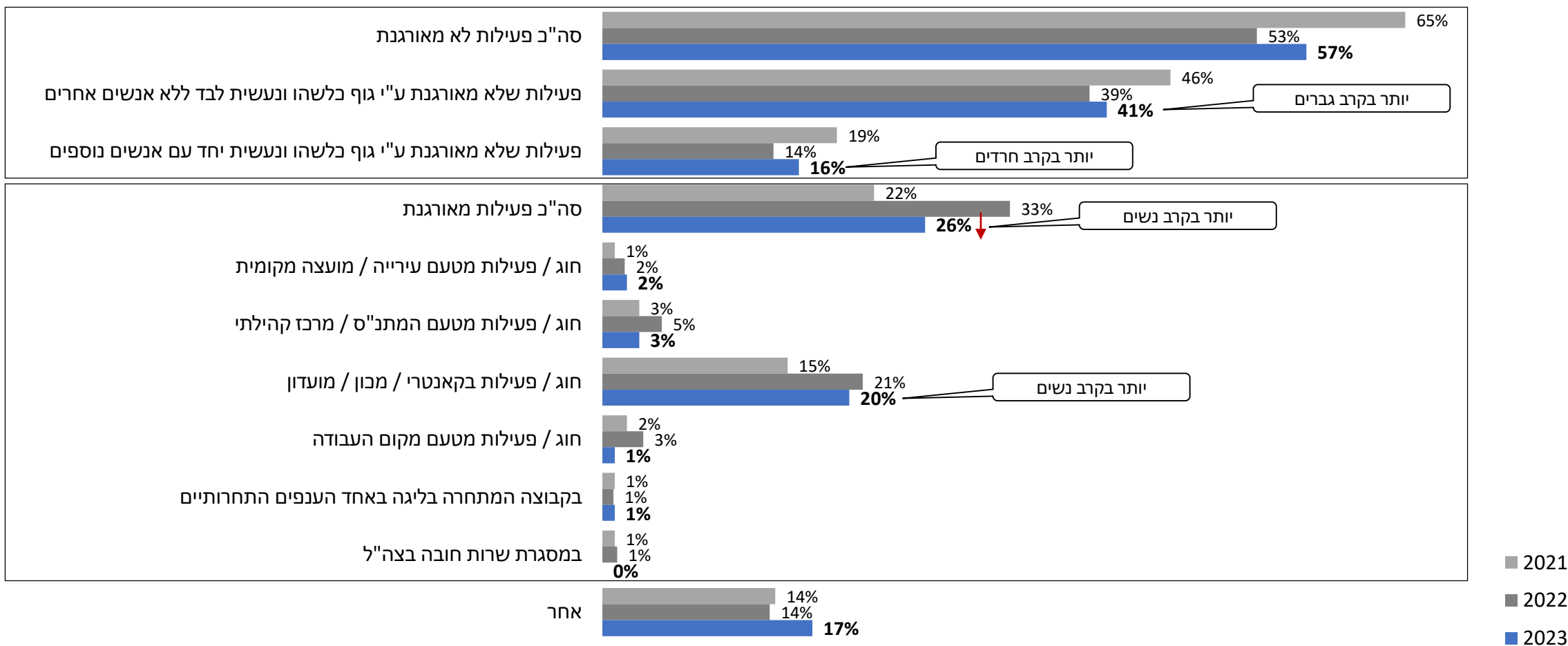
פעילויות גופניות עיקריות – בקרב העוסקים בפעילות גופנית סדירה



מהו סוג הפעילות הספורטיבית שאת/ה עוסק/ת בו בקביעות, לא פחות מ-30 דקות ברציפות? (אם עוסק/ת ביותר מפעילות אחת, ציין/י רק את העיקרית)? (נעזר, העוסקים בפעילות גופנית סדירה)

# יציבות בשיעור העוסקים בפעילות גופנית באופן לא מאורגן אך ירידה במתאמנים במסגרת פעילות מאורגנת – בעיקר בחוגים בקאנטרי/מכון/מועדון.

מסגרת העיסוק בפעילות הגופנית העיקרית\* – בקרב העוסקים בפעילות גופנית סדירה

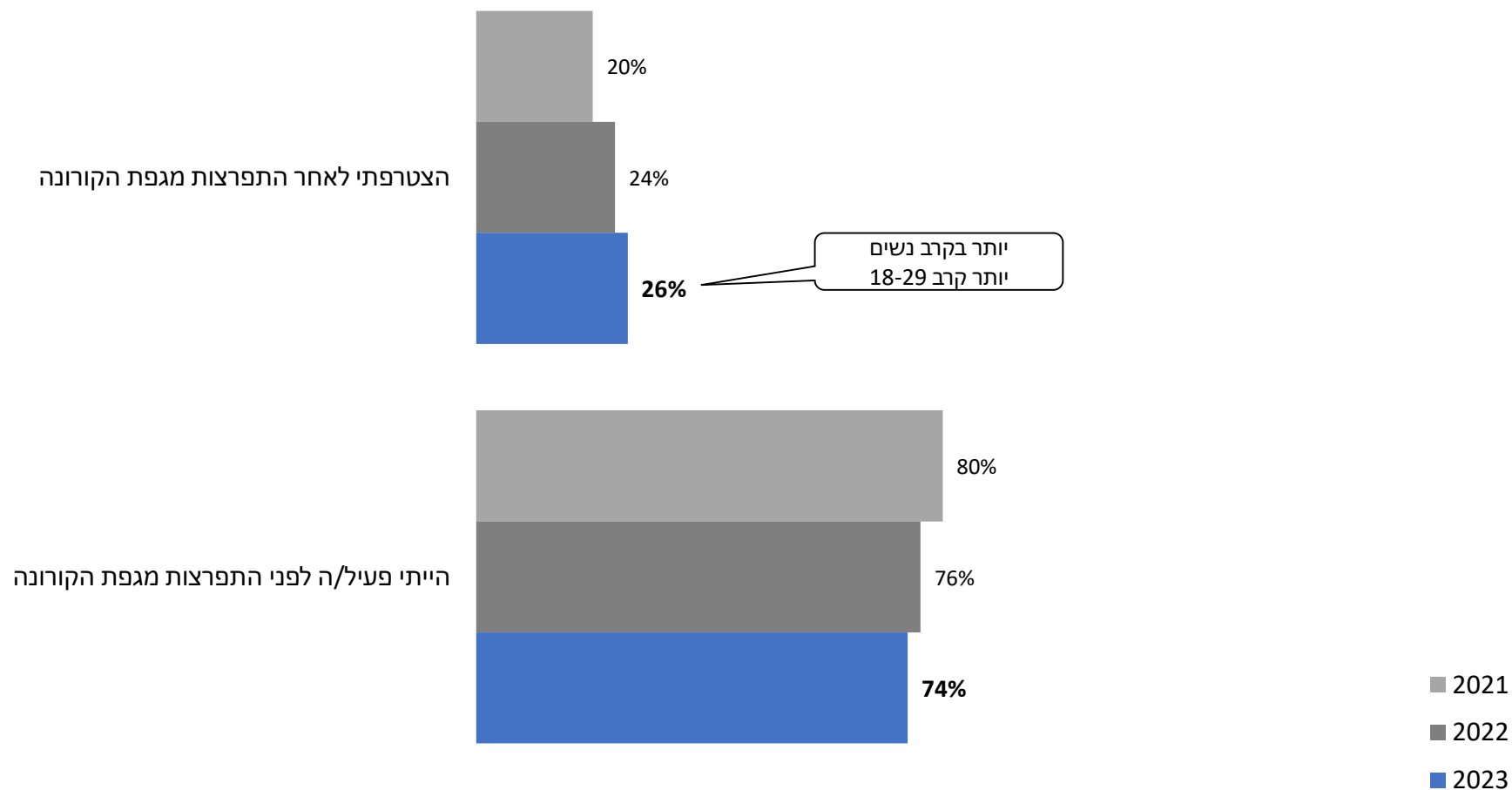


\* נוספה ב'21

נעת נתייחס לפעילות הספורטיבית העיקרית שלך אותה ציינת. האם את/ה עוסק/ת בפעילות ספורטיבית זו במסגרת המאורגנת ע"י גוף כלשהו או שפעילות ספורטיבית זו היא עצמאית? (נעזר, העוסקים בפעילות גופנית סדירה)

# כרבע מהעוסקים בפעילות גופנית סדירה הצטרפו לאחר התפרצות הקורונה.

השפעת מגפת הקורונה על הפעילות הגופנית\* – בקרב העוסקים בפעילות גופנית סדירה

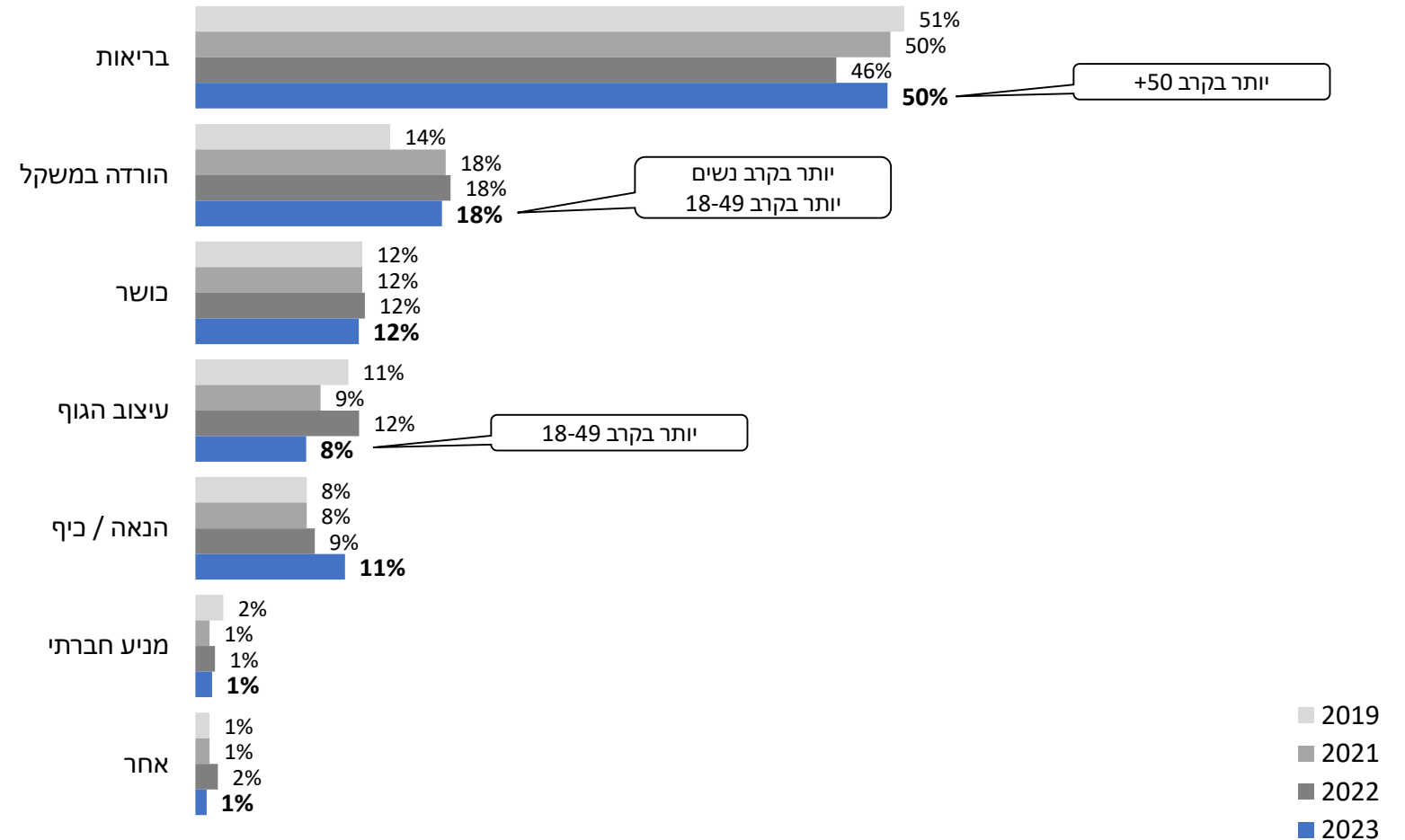


\* נוספה ב'21

האם הצטרפת/התחלת פעילות גופנית סדירה כלשהיא (לפחות 2 בשבוע, מינימום 30 דקות) כתוצאה או במהלך התפרצות מגפת הקורונה? (נעזר) (נעזר, העוסקים בפעילות גופנית סדירה)

# בדומה לעבר, הבריאות מהווה מניע עיקרי לעיסוק בפעילות גופנית ספורטיבית.

גורמי הנעה עיקריים לעיסוק בפעילות גופנית ספורטיבית

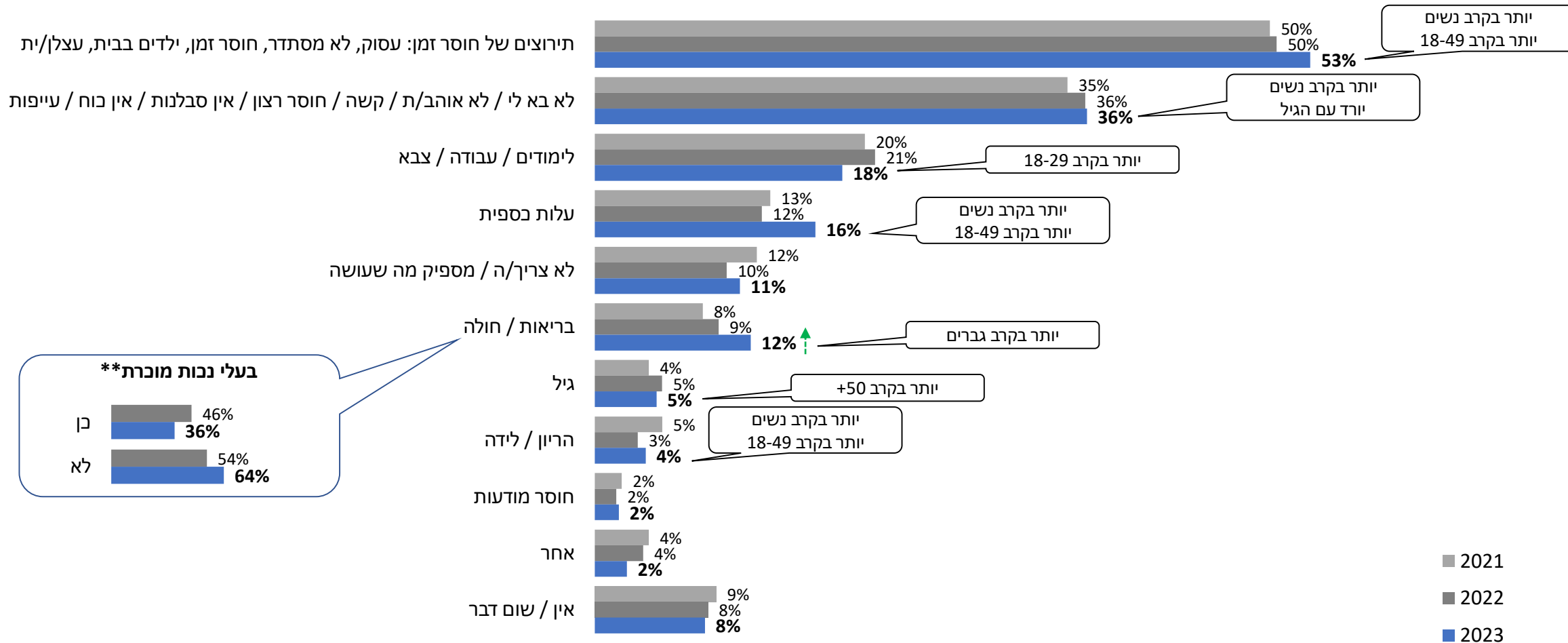


מהו לדעתך המניע המרכזי לעיסוק בפעילות גופנית ספורטיבית? (נעזר)



# בדומה לשנה שעברה, החסם העיקרי לעיסוק בפעילות גופנית ספורטיבית או להגברת היקף הפעילות הוא תירוצים של חוסר זמן. חסם בולט נוסף הוא חוסר רצון. מגמת עליה בסיבות של בריאות.

חסמים עיקריים לעיסוק בפעילות גופנית ספורטיבית\*

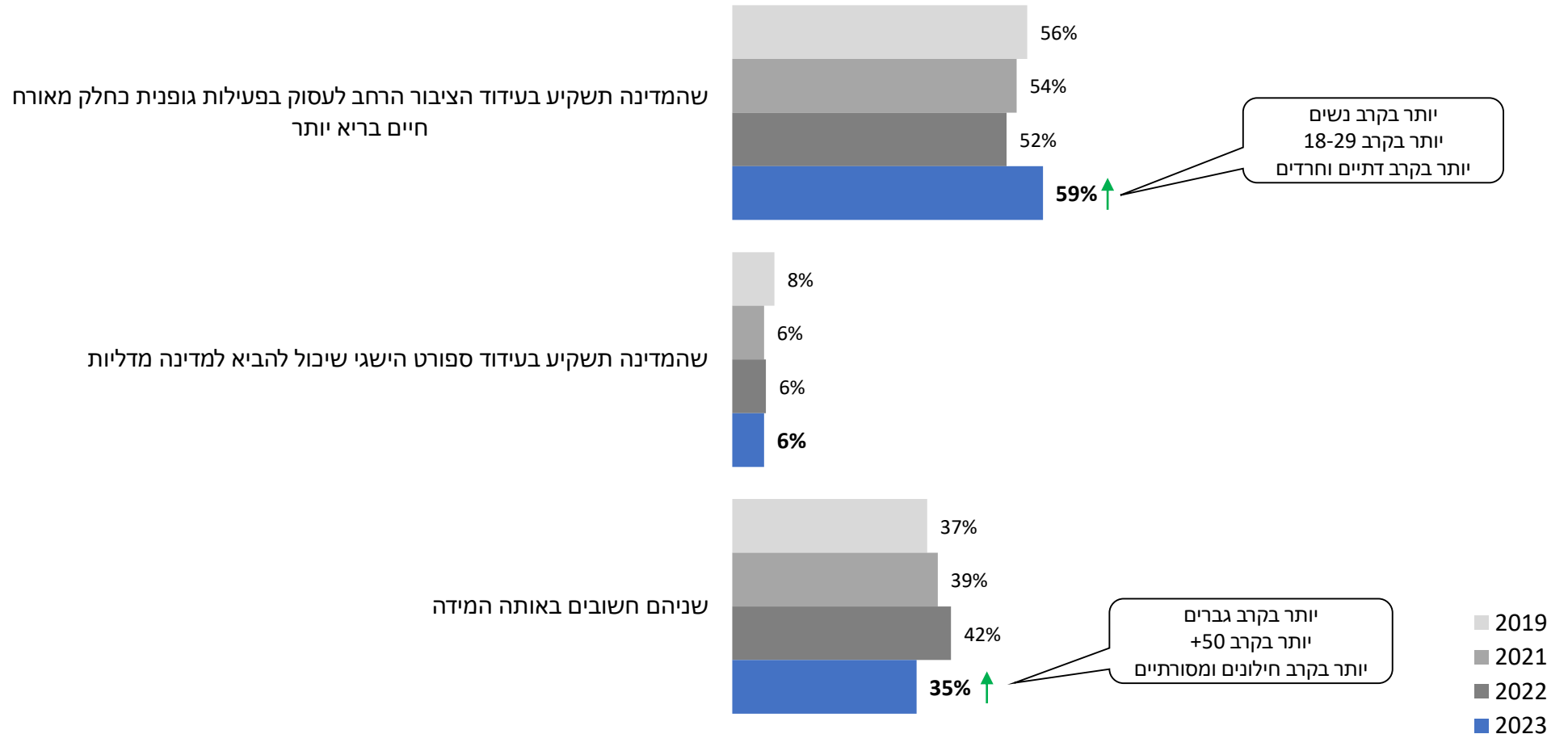


\* נוספה ב'21 \*\* נוספה ב'22

מהם הגורמים הבולטים שמונעים ממך לעסוק בפעילות גופנית ספורטיבית או להגביר את ההיקף שלה? (נעזר) האם המגבלה הבריאותית שלך הינה נכות מוכרת? (נעזר, בקרב מי שציין בריאות / מחלה)

# כמעט 60% מהציבור מעדיפים השקעה בעידוד הציבור הרחב לעיסוק בפעילות גופנית, בעליה משנה שעברה, על חשבון ירידה בהעדפה דומה.

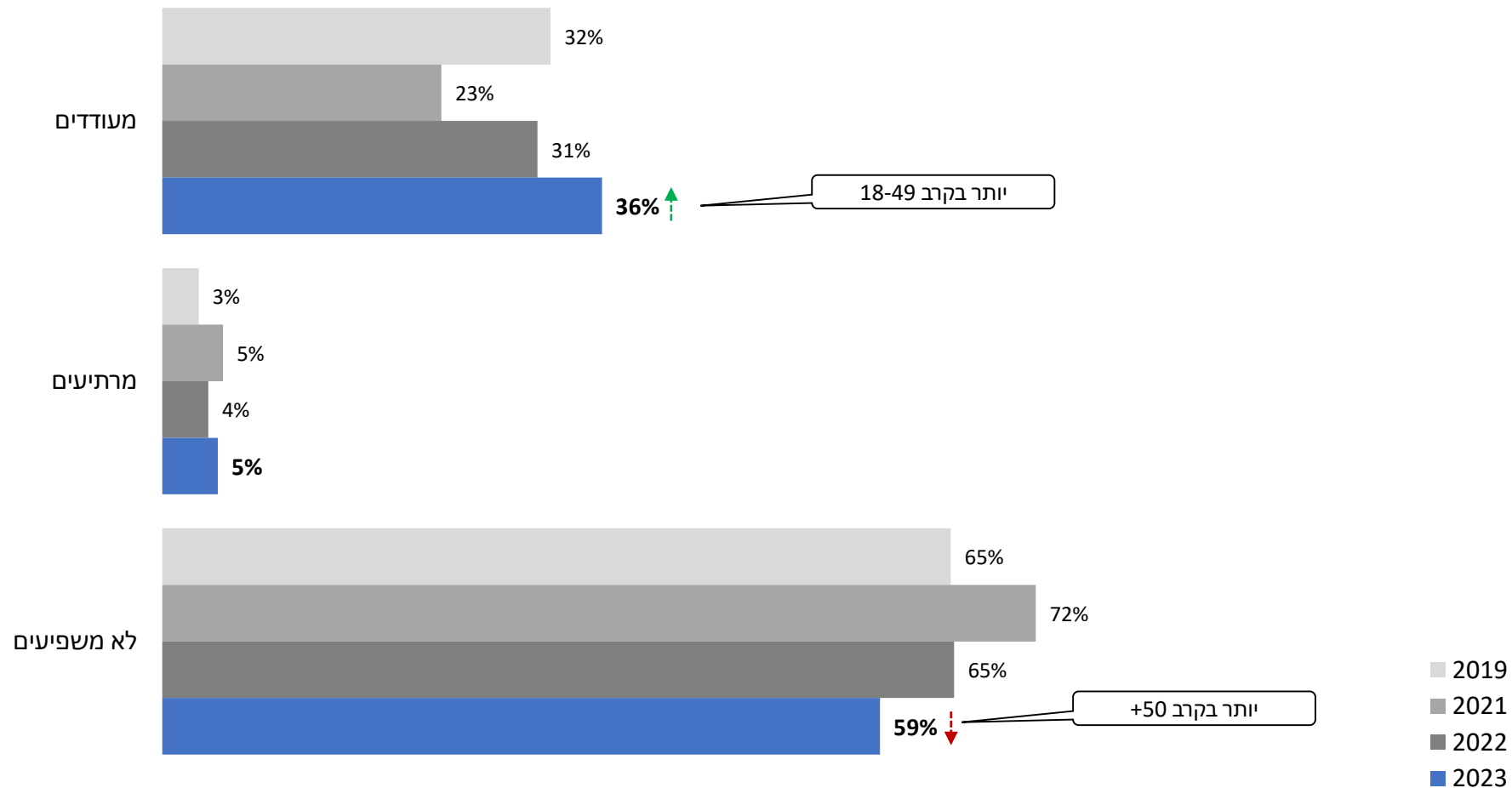
תפיסת חשיבות ההשקעה בספורט הישגי אל מול עידוד הציבור הרחב לעסוק בפעילות גופנית



מדינת ישראל מקצה משאבים לספורט. מה לדעתך חשוב יותר: (נעזר)

# מגמת עליה בשיעור הסבורים כי אירועי ספורט הישגי מעודדי מוטיבציה לעסוק בפעילות גופנית ספורטיבית.

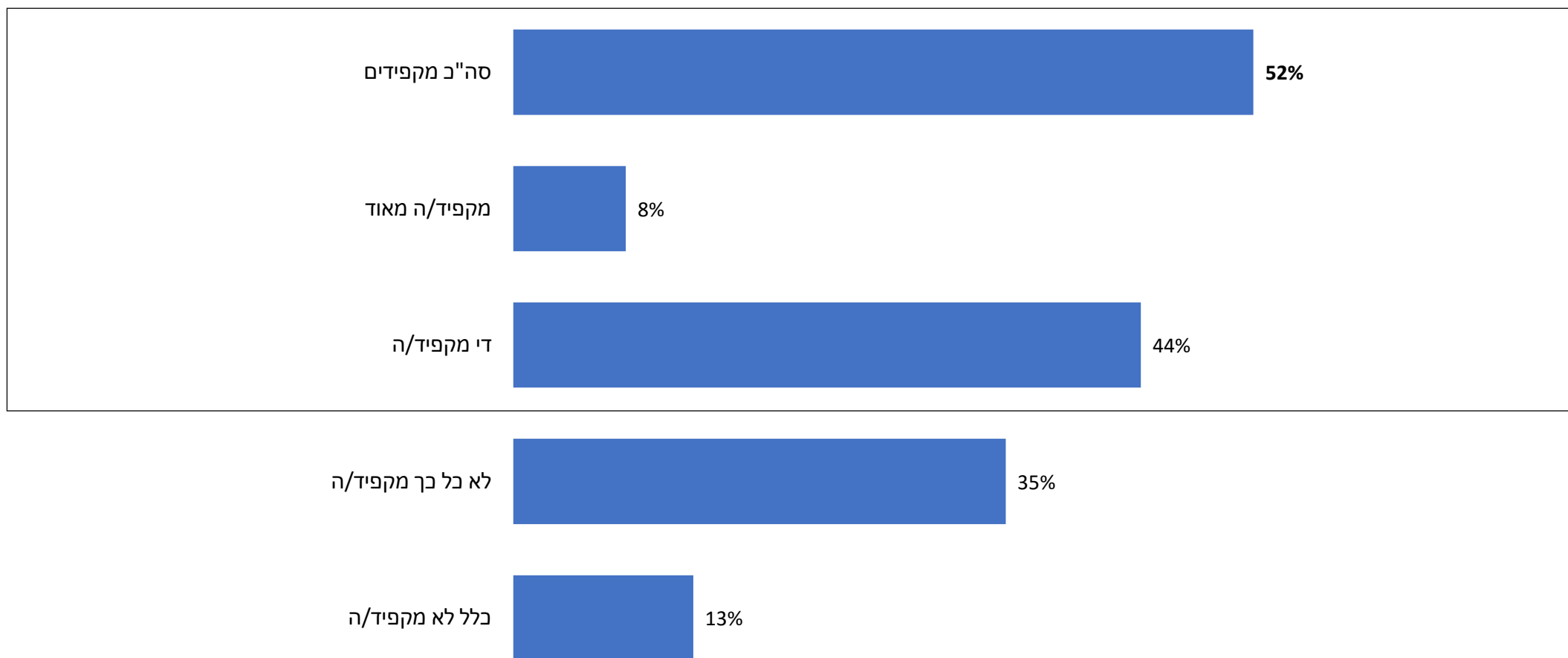
תפיסת אירועי ספורט הישגי כמעודדים/מרתיעים לעסוק בפעילות גופנית ספורטיבית



האם אולימפיאדה או אירוע ספורט הישגי אחר מעודדים או מרתיעים אותך מלעסוק בפעילות גופנית ספורטיבית (נעזר)

# כמחצית מהציבור מקפידים על רכישת מוצרי מזון בריאים.

הקפדה על רכישת מוצרי מזון בריאים\*



■ 2023

\* נוספה ב'23

באיזו מידה את/ה מקפיד/ה שמוצרי המזון שאת/ה רוכש/ת יהיו מסומנים כבריאים (ירוק/אדום)? (נעזר)