

Nordic Movement Solutions 2010

Løsningsgalleri

50 af Nordens bedste projekter
med fokus på leg og bevægelse
for børn og unge

Skolen



- 01 Arbetskapacitetsintyget:** Avsikten med arbetskapacitetsintyget för yrkesutövare är att påverka de studerandes vanor. Intyget avser att ge de studerande bättre kunskaper, färdigheter och motivation för att måna om sin hälsa både under och efter studietiden. Idén är att få alla som verkar vid läroanstalterna att dra sitt strå till stacken för de studerandes arbetsförmåga. Läroanstaltens hela kultur ska inriktas på att höja funktions- och arbetsförmågan. Den studerande kan avlägga prestationer som behövs för intyget under yrkesstudiernas gång i form av obligatoriska, valfria och fritt valbara examensdelar som ingår i studierna.

Kontakt: Sampsa Stenström, Saku Association, sampsa.stenstrom@sakury.net

- 02 Bevægelse i børnehaven:** Succeskriteriet i idrætsbørnehaven Ryvang 2 er, at børnene kommer glade, trætte og snavsede hjem hver dag. Børnehaven arbejder ud fra en antagelse om, at børn erkender verden gennem bevægelse og handling og derfor husker med kroppen. Derfor er der klatrevæg, trampoliner, basketnet, rutchebane, jordhøj og masser af mælkekasser. Børnehaven er ikke et sted, hvor børnene passes, men et sted, hvor medarbejderne passer på børnene og udvikler dem.

Kontakt: Anne Kløjgård, leder, Idrætsbørnehaven Ryvang 2, ryvang2@ryvang2.dk

- 03 Bunkeflo-modellen - mer rörelse ger högre betyg:** Bunkeflo har arbetat intensivt med motorisk träning av eleverna - och detta har försett friskare, klo-kare och gladare barn. Skolan samarbetar med lokala idrottsförening att ge eleverna egenskaper av schemalagd fysisk aktivitet varje dag. Aktiviteterna sker både inomhus och utomhus och består av fysisk aktivitet och motorisk träning. Förutom att förbättra deras fysiska hälsa: fick eleverna också bättre resultat på nationella prov i svenska och matematik, har lättare att koncentrera sig, ha bättre självkänsla och det finns mindre mobbning.

Kontakt: Conny Lindvall, skoleleder Ängslättskolan, conny.lindvall@malmö.se

- 04 **DanseTeater - skuespiller for en dag:** Oplev en teatertur som udøvende kunstner - en tur fyldt med magiske koreografier, rytmer, røgslør og eventyrlighed. K&M DanseTeater laver workshops for skoler og institutioner, hvor børn og unge bringes ind et univers af oplevelser og hvor de møder helt anderledes folkeslag og vidunderlige personligheder. Det skærper deres indlevelsessevne og giver forståelse af, at kreativiteten ligger lige under overfladen hos dem selv.
Kontakt: Karen Bjørkøe, skuespiller, K&M DanseTeater, karen@artofheart.dk
- 05 **Den bevægende daginstitution:** Projekt "Den Bevægende daginstitution" tager udgangspunkt i, at børn i dagtilbud skal have et fysisk, psykisk og æstetisk børnemiljø, som fremmer deres trivsel, sundhed, motoriske udvikling og læring. Institutionen i projektet fik etableret en naturlegeplads, et indendørs krops- og læringsmiljø og pædagogerne blev superviseret over 6 eftermiddagskurser. De 18 børn på institutionen, der var i aldersgruppen 2-5 år, blev motorisk testet inden projektstart og igen 4 måneder senere. Ved denne retest viste det sig, at børnene havde flyttet sig dramatisk ca. 1,5 år i gennemsnit. Dette har naturligvis betydet et nyt fokus på pædagogens afgørende rolle og indretningen af de fysiske krops- og læringsmiljøer for børn i dagtilbud.
Kontakt: Per Kølle, skolekonsulent for idræt, per@balk.dk
- 06 **Finnish Schools on the Move:** Schools on the move is a project that aims to create a more physically active school day and promote a more physical active lifestyle in the long run. The project is a partnership between the Finnish National Board of Education, Ministry of Culture and Education, Ministry of Social Affairs and Health, LIKES – Research Center and the University of Jyväskylä, and is a comprehensive action and research project consisting of 21 pilot project including about 40 schools all over Finland. The projects aim is to disseminate new best practices, new innovations, use of technology and social media for promoting physical activity and create continuous research, follow-up, and evaluation.
Contact: Antti Blom, project manager, Finnish Schools on the Move, Finnish National Board of Education, antti.blom@oph.fi
- 07 **Get moving - 60 minutter om dagen:** Flashmobs, tv-spots, virale videoer og lokal forankring er nogle af de centrale tiltag, Sundhedsstyrelsen benytter sig af for at sprede budskabet om, at børn og unge skal bevæge sig mindst 60 minutter om dagen. Humor og konkrete eksempler er omdrejningspunktet for kampagnen, der henvender sig til 11-15 årige og - ved hjælp af en række partnerskaber - strækker sig over hele landet.
Kontakt: Tue Kristensen, projektleder, Sundhedsstyrelsen, tuk@sst.dk

- 08 **Hälsobanken:** Tanken med Hälsobanken är att ge alla elever förutsättningar att lyckas bättre med sina studier samt stärka lärandet genom fysisk aktivitet. Man vill med denna modell också bidra till att eleverna utvecklar ett bestående intresse för regelbunden fysisk aktivitet och förståelse för sambandet mellan lärande och rörelse. Att lärare och elever kan mötas i orientalisk dans likväl som under en mattelektion skapar en informell stämning och öppen skolmiljö.
Kontakt: Helena Petersson, Idröttslärare, Johannes Hedbergskolan, helena.petersson@folkuniversitetet.se
- 09 **50 unike baller som motiverer til samarbeid og deltakelse i fysisk aktivitet!:** Aball1`s røde og blå baller med tall og bokstaver tenner gnisten og motivasjonen hos barn og unge. Gjennom lystbetont lek og lavterskel-konkurranser engasjerer vi alle til fysisk aktivitet, også de som til vanlig ikke driver med idrett. Ved å samarbeide fysisk for å løse oppgaver knyttet til lesing og læring, skapes et godt og respektfylt miljø hvor alle får mestringsfølelse.
Kontakt: Glenn Andersen, ABall1, glenn.andersen@gladiator.no
- 10 **Legen i måltidet:** Et netop afsluttet ph.d.-projekt giver spændende, ny indsigt i, hvordan danske skoleelever oplever de daglige rammer omkring frokost og madtilbud og hvordan disse spiller en afgørende rolle for, børnenes lyst til at deltage i frokosten. En af de afgørende konklusioner er, at legen skal ind i måltidet. Hør hvad det betyder i praksis.
Kontaktperson: Maria Louisa Bruselius-Jensen, researcher, Steno Center for Sundhedsfremme, mbuj@steno.dk
- 11 **Move@school - bevægelse i skolehverdagen:** Move@school er en indsats, der skal få københavnske skolebørn til at være mere fysisk aktive i hele skoletiden. Målet er at fremme elevernes sundhed, trivsel, læring og udvikling. Med move@school tilbydes skolerne en omfattende række hjælpemidler til at øge bevægelsen i skoletiden. Til move@school-konceptet hører en opstartspakke til skolen, en undervisningsmappe og tilhørende materialesamling, samt en frikvarterpakke med rekvisitter og legepatruljekursus. Move@school sker i et tæt samarbejde mellem Folkesundhed København og Børne- og Ungdomsforvaltningen i Københavns Kommune, og er en del af Københavns Kommunes sundhedsindsats "Øget Sundhed for Børn".
Kontakt: Jesper Kloppenborg, projektleder, move@school, au44@buf.kk.dk
- 12 **Muuvit – combining the virtual with the physical:** How do you get children to exercise more? Muuvit appeals to school children's natural enjoyment in movement in an uncomplicated way and motivates them as part of a three-week vir-

tual and physical exercise adventure. For over ten years, the Muuvit Adventure has been encouraging Finnish school children to be more physically active. The Muuvit Adventure is a sustainable way to promote children's health, well-being and joy of learning, with an approach that is practical, simple and supports teaching. Let's Muuvit!

Contact: Mika Merikanto, director, Muuvit, mika.merikanto@muuvit.com

- 13 **Promoting health in all:** The Health Promoting Secondary Schools (HPSS) project is a whole-school approach designed for secondary schools in Iceland. The HPSS-project is broken down into four main themes: Nutrition, Exercise, Mental Health & Lifestyle, with the major, visible emphasis being placed on a single theme each school-year. The Health Promoting Schools model that has been applied successfully, particularly in primary schools, in various countries.

Contact: Héðinn Svarfdal Björnsson, project manager, hedinn@lydheilsustod.is

- 14 **Schools competing for fitness:** Skólahreysti is a team competition between schools in Iceland, consisting of various fitness exercises, like chin-ups, push-ups and dips. Each team consists of two boys and two girls, all of whom must be students in 9th or 10th grade (14–16 year-olds). The creators of Skólahreysti were convinced that school sports could be presented in a more interesting way to capture the interest of younger participants. Healthy competition between schools combined with individual initiative and team spirit is the foundation of the competition.

Contact: Saevar Mar Saevarsson, assistant manager, Skolahreysti, saevar@skolahreysti.is

- 15 **Sæt gang i frikvarteret:** Legepatruljen skaber mere liv i skolegården - både fysisk og socialt. Legepatruljen består af elever fra ældre klassetrin, som bliver uddannet på én-dagskursus til at blive katalysatorer for leg i skolegården. På skolerne fungerer de som forbilleder for de yngre skolekammerater og inspirerer dem til forskellige legeaktiviteter i frikvartererne. Knap en tredjedel af de danske skoler har allerede legepatruljer.

Kontakt: Ann-Karina Overlade, projektleder, Dansk Skoleidræt, ako@skoleidræt.dk

- 16 **Sæt skolen i Bevægelse!:** Omdrejningspunktet i Sæt Skolen i Bevægelse! er en årligt tilbagevendende aktivitetsuge og konkurrence for alle skoler i Danmark. Den løber af stablen i en selvvalgt periode på fem sammenhængende dage inden for ugerne 15-20. Den præcise uge udpeges af dig og din skole. Konkur-

rencens formål er at få flest mulige af skolens 0.- 8. klasser til at bevæge sig 60 minutter i løbet af hver skoledag i den pågældende uge.

Kontaktperson: Lise Sohl Jeppesen, projektleder, Dansk Skoleidræt, lj@skoleidraet.dk

- 17 **YouTube som verdens største idrætsforening:** Numa Numa dansen var et af de første store internetfænomer, der blev distribueret via videodelingssiden YouTube. Gary Brolsma lavede den første dans til en ellers ukendt moldavisk sang, men mindre end tre måneder efter frigivelsen i december 2004 var videoen blevet set mere end to millioner gange. Siden er det tal vokset eksplosivt og mange har kopieret dansen. Nu argumenterer en dansk lektor for, at YouTube er blevet verdens største idrætsforening med stor relevans for bl.a. idrætsundervisningen på danske skoler.

Kontakt: Lars Elbæk, lektor, Institut for idræt og biomekanik, Syddansk Universitet, lelbaek@health.sdu.dk

Byen



- 18 **Breddeidrætsudvalget - afdækning af idrættens største udfordringer:** Fastholdelse af børn og unge er en af de vigtigste udfordringer for breddeidrætten i de kommende år. Samtidig skal der sættes ind overfor den sociale ulighed i idrætten. Det er et par af de emner, som står øverst på dagsordenen i breddeidrætsudvalgets rapport. Udvalget er nedsat af Kulturministeriet og består af repræsentanter fra en lang række kommuner og organisationer. Rapporten indeholder 42 forslag på, hvad der skal til for at løse breddeidrættens udfordringer nu og på længere sigt.
Kontakt: Bente Skovgaard Kristensen, kontorchef, Kulturministeriet, bsk@kum.dk
- 19 **DJEE0 - leg, læring og motion med mobil IT:** DJEE0 kombinerer mobil telefoner, Google Maps og live GPS tracking i et spil der engagerer alle. Med den lokale geografi som spillebræt bevæger deltagerne sig rundt til virtuelle poster for at hente point, og undervejs arbejder hele holdet sammen om at løse faglige opgaver. DJEE0 er oprindelig udviklet sammen med lærere til folkeskolen, men bliver i dag også brugt på gymnasier, handelsesskoler, specialskoler, og voksen uddannelser. Siden introduktion i 2009 har over 50.000 børn, unge og voksne i Danmark, Norge, Sverige og UK spillet DJEE0, det svarer til at de har løbet jorden rundt ca 3.5 gang.
Kontakt: Michael Holstein, managing director, DJEE0, msh@djeeo.com
- 20 **Et mekka for gadekultur og bevægelse:** StreetMekka er streetkultur under tag. 2200 m2 fede faciliteter til Street Basket, Street Dance, Break Dance, Parkour og DJ Skole, hvor unge kan dyrke streetkulturen i rå og toptjekkede omgivelser. Hiphop i højtaleren, de vildeste moves og sved på panden er omdrejningspunkter for de aktive unge, der benytter sig af StreetMekka. StreetMekka er STEDET FOR ALLE, der vil dyrke streetkulturen aktivt uanset om man er pige eller dreng, nybegynder eller øvet, ung eller gammel.
Kontakt: Mikkel Gjelstrup, projektleder, StreetMekka, mikkel@streetmekka.dk
- 21 **Gam3 - street basketball, dance & urban culture:** Gam3 samler unge om aktiviteter i byrummet - især basket og street dance. Initiativet er særligt målrettet udsatte unge, som ikke har adgang til sportsklubber og foreninger. Via sports-

aktiviteterne og fællesskabet forebygges konflikt og marginalisering på lokalt plan. Samtidig fungerer Gam3 som en platform for at give de unge lederskabskompetencer og undervisning i demokrati og tillid.

Kontakt: Simon Prahm, direktør, Gam3, simon@gam3.dk

- 22 **Go Active:** Go Active henvender sig til alle børn og unge i alderen 10-13 år på Vesterbro og til deres familier – med særligt fokus på de socialt udsatte og fysisk inaktive. Formålet er at øge tilgængeligheden for fysisk aktivitet og fællesskaber og derigennem mindske den sociale ulighed i forhold til fysisk aktivitet. Det succesfulde projekt samarbejder med skoler, fritidsklubber og foreninger i lokalområdet for at understøtte eksisterende tiltag på Vesterbro.

Kontakt: Henrik Mønsted Larsen, projektleder, DGI-byen, hml@dgi-byen.dk

- 23 **Hercules og Afrodite Sport:** AGF har siden 2002 givet overvægtige og inaktive børn og unge mulighed for at dyrke foreningsidræt i trygge omgivelser. Filosofien bygger på respekt og tillid og deltagerne mødes af kompetente instruktører med et positivt syn på hver enkelt deltagers muligheder. Hercules og Afrodite Sport har i årenes løb opnået stor succes i form af mange tilfredse deltagere (nærmere sig 1000) og bred anerkendelse af konceptet.

Kontakt: Jens Bundgaard, projektleder, jb@activeinstitute.dk

- 24 **Interaktiv Trampolin:** Trampolin-leg har gennem det seneste årti været den mest populære uorganiserede fysiske fritidsaktivitet blandt børn og unge. Dalende interesse og hård konkurrence fra mere stillesiddende aktiviteter som computerspil, har motiveret virksomhederne PE-Redskaber A/S og PlayAlive A/S - med støtte fra erhvervsudviklingsprojektet Leg og Læring – Kids n' Tweens – Lifestyle til at udvikle fremtidens Interaktive trampolin. Hoppemønstret på trampolin-dugen måles og bruges i forskellige interaktive spil (Playgames). Lyd og lys bruges som feedback til brugeren i de enkelte spil og aktiviteter. Visionen er at skabe og motivere til mere fysisk leg - i børnehøjde. Kom og prøv trampolinen og få en god snak med udviklerne.

Kontakt: Lau Kofoed Kierstein, udviklingsansvarlig, PlayAlive, kk@playalive.dk

- 25 **Location Based Gaming:** Location based gaming is a groundbreaking new form of activity that can be played on the latest generation of mobile devices. Profusions has teamed up with game developer Two Bulls to bring this exciting technology to Scandinavia. Their debut project, Den Hemmelige Parken, took players on an immersive journey through Vigeland's Park in Oslo where they met trolls, fairy queens and spirits of the lake. The game became a Summer hit, drawing thousands to the park and winning best content at the Gulltasten

Awards. Profusions is dedicated to providing entertaining, outdoor experiences that encourage healthy activity, for the body and the imagination.

Contact: Bruno Beuzelin, managing director, Profusions, bpb@profusions.no

- 26 **Playspots i City - binder byen sammen:** "Playspots skal gøre det til en sjov oplevelse at være legebarn i centrum og de skal også være med til at understrege visionen "At lege er at leve". Således lyder målsætningen fra Odense kommune, som ønsker at skabe de optimale rammer for fysiske aktiviteter og fællesskaber i byrummet. Det har bl.a. resulteret i fire specialdesignede bordtennisborde, som er udviklet i et samarbejde mellem borgere, kommunen og studerende fra Det Fynske Kunstakademi. Bordtennisbordene bringer folk i alle aldre sammen og skaber liv og glæde i byens gader.

Kontakt: Anne Ramborg, projektleder, Odense kommune, anram@odense.dk

- 27 **Space - rum til fysisk aktivitet:** Hvordan kan kommuner skabe rammer for, at børn og unge bevæger sig mere? Hvad betyder de fysiske rammer for børn og unges motionsvaner, og hvordan kan man understøtte, at gode fysiske rammer bruges mere? Det søger vi svarene på i projektet "Space – rum til fysisk aktivitet" der har som mål at udvikle og evaluere en helhedsorienteret indsats, der skal fremme fysisk aktivitet i hverdagen hos børn og unge. Den primære målgruppe er unge i 11-15 årsalderen. Indsatserne sker inden for fire hovedområder: Skolegården, aktiv transport, playspots i nærområdet og foreningsfitness

Kontakte: Brian Linke, projektkoordinator, Region Syddanmark, brian.linke@regionsyddanmark.dk

- 28 **08 Stockholm Human Rights:** 08 Stockholm Human Rights jobbar med att lyfta frågan om idrottens roll i samhället med 08 Values som verktyg. 08 Values är ett projekt som jobbar med målet att använda basketen som ett verktyg för att integrera ungdomar från olika sociala, etniska, kulturella och ekonomiska bakgrunder. Programmet är en metod för att jobba mot rasism, alkohol och drogmissbruk, dopning, kriminalitet, fetma, depression och utanförskap samt utöka kvalitet inom och utanför verksamheten med en idrottsorganisation som bas.

Kontakt: Tobias Hauff, vd, 08 Stockholm Human Rights, tobias.hauff@fryshuset.se

- 29 **Street handball – Håndbolden tilbage på asfalten:** Street Handball bringer håndbolden tilbage i skolegården og på gadeplan. Street Handball's aktiviteter handler om at udfordre kroppen, bolden og miljøet, og derved skabe boldbevægelsesglæde. Hvad kan jeg og vi med bolden? Kan parkour, gymnastik, jongleringer og andre bevægelsesformer kombineres med bold. Hvordan kan

skolegården, parken, legepladsen, parkeringspladsen inddrages. Det er kun fantasien, der sætter begrænsningen, og der er ikke noget, der er rigtigt eller forkert.

Kontakt: Ole Bruun Andersen, Street Handball, ole@streethandball.dk

- 30 **Underground. Bedre rammer for byens nye trends:** Skating, parkour, street basket, street soccer og e-Sports. Alt sammen er udtryk for nye sportsaktiviteter, som tiltrækker mange unge, men samtidig har fundament i byens undergrundskulturer og således adskiller sig væsentligt fra traditionel foreningssport. DGI's projekt 'Underground' sætter fokus på netop disse aktiviteter og hvordan der kan skabes bedre rammer for nye trends inden for idræt, bevægelse og ungdomsfællesskaber i den moderne metropol.

Kontakt: Frederik Sperling, projektleder, frederik.sperling@dgi.dk

- 31 **Your Move:** Your Move is a sport and well-being campaign designed for the 13-19 year old youth. The goal of the campaign is to increase sporting activity and develop a new sporting culture among these youngsters. Your Move campaign encourages the youth to take active responsibility in improving their personal and communal sporting activities. Together with the Your Move Staff the selected youth participate in the planning and the implementation phase of the various Your Move events.

Kontakt: Ossi Heinänen, Head of Your Move, ossi.heinanen@nuorisuomi.fi

Naturen



- 32 **Cykeludfordringsbaner - Københavns nye motionsrum:** Et storstilet projekt skal give Københavns Befæstning tilbage til borgerne og de besøgende. Projektet, som er ledet af Kræftens Bekæmpelse, vil etablere en række cykeludfordringsbaner, som er med til at revitalisere befæstningen gennem bevægelse. Banerne skal tiltrække flere cyklister og tilbyde en oplevelse for børnefamilier, skoleklasser og andre cyklister, som færdes ved befæstningen. På den måde sikres en bedre udnyttelse af området til gavn for borgerne, som sættes i bevægelse.
Kontakt: Caspar Sylvest, projektleder, Kræftens Bekæmpelse, caspar@cancer.dk
- 33 **Dette er Barnas Turlag:** Barnas Turlag er Den Norske Turistforenings tilbud til barn og barnefamilier. Gjennom lek og aktivitet ute, ønsker vi å gi barn og voksne varige, positive holdninger til natur og friluftsliv. Aktivitet og lek ute bidrar til å sikre barn god motorikk og god fysisk-og psykisk helse. Tid til fri lek, glede, fantasi og spenning utendørs er viktig i dagens samfunn. Barnas Turlag arrangerer dagsturer, lavvo- og hytteturer, fisketurer, aktive vinterdager med ski og aking, klatredager, og en mengde andre uteaktiviteter og turer over hele Norge. Barn fra 0 til 12 år kan være med i Barnas Turlag. Gleden ved å gå på tur og å være ute, er noe av det viktigste vi kan gi barna våre. Det vil de glede seg over resten av livet!
Kontakt: Grethe Johnsen, leder, DNT Oslo, grethe.johnsen@dntoslo.no
- 34 **Friluftsdagsstipendium 2010:** Man skall värna om ämnets anknytning till de starka kulturella traditioner som finns i Sverige när det gäller att vistas i naturen. Här har man hamnat i en omöjlig sits. Planering och genomförande av friluftsdagarna är inte längre en självklarhet i deras tjänstgöring. Konsekvensen blir att varken innehåll eller kvalitet kan garanteras. Vi instiftade därför 2009 ett stipendium med en härlig dag i skidbacken. Lokala skidbackar under SLAO:s försorg och i samarbete med Svenskt Sportforum och SkiStar ställer upp med skidskola, skidutrustning, skipass och bussresa skola-skidbacke tur & retur.
Kontakt: Maria Mattsson, ordförande, Svenska Idrottslärarföreningen, maria.mattsson@edu.upplands-bro.se

- 35 **Følg Sundhedssporet og find dit kondital:** Skov- og Naturstyrelsen har åbnet en række såkaldte 'sundhedsspor' i skovene i Nordsjælland. Ideen er, at man følger en kort rute på mellem én og tre kilometer. Ved mål kan man på en tavle direkte læse sit kondital og en indikation på sin sundhedstilstand - på baggrund af gennemførelsestid, BMI, alder og køn. Det giver sjov indsigt i egen sundhed, frisk luft og en tur i skoven. Samtidig kan man forbedre sine resultater ved at gennemføre sporet flere gange.
Kontakt: Marie-Louise Olsen, skov- og landskabsingeniør, Skov- og Naturstyrelsen, molse@sns.dk
- 36 **Giv børnene ansvar:** Brejning Efterskole arbejder med unge, hvor selvstændighed og patruljeliv er vigtige ingredienser i skolelivet. De unge er inddelt i patruljer og vælger selv deres leder blandt dem. Kom og hør de unges eget bud på, hvad der motiverer dem til at bevæge sig og opsøge udfordringer i naturen uanset vind, vejr og årstid.
Kontakt: Lasse Nielsen, Det Danske Spejderkorps, lasse@lchnet.dk
- 37 **Kreativa forskare och praktiker har Astrid Lindgren som nav:** Nationellt centrum för utomhuspedagogik (NCU) vid Linköpings universitet, Vimmerby-noden är ett kunskapscentrum som erbjuder Kunskap för utomhusbruk. Vi förenar forskningsbaserad kunskap om utomhuspedagogik med kreativiteten från Astrid Lindgrens miljöer och författarskap. NCU, Vimmerby-noden utvecklar kvalificerade kunskaps-tjänster där olika utomhusmiljöers betydelse för hälsa, lärande och lek fokuseras.
Kontakt: Anders Szczepanski, enhetschef och pedagogisk expert, NCU, anders.szczepanski@liu.se
- 38 **Københavns Skolehaver - børn skal have jord under neglene:** Skolehaverne er et unikt lærings- og oplevelsessted, hvor elever har mulighed for at få masser af erfaring med jord under neglene. Skolebørnene får deres egen have, hvor de lærer om alt fra frø til høst til madlavning og møgspredning. Læring i skolehaven tager afsæt i konkrete og kropsligt bundne oplevelser, der giver tid til eftertanke og medfølgende aha-oplevelser. Oplevelserne fungerer som "knager" for hukommelsen og betyder, at eleverne kan huske det, de har lært over længere tid.
Kontakt: Camilla Friedrichsen, formand for Skolehaveforeningen, camilla@kbhskolehaver.dk
- 39 **Mening i naturen:** Kom ud i naturen og hør om, hvordan børn og unge udfordres af naturen og får eventyrlyst til at søge nye oplevelser. Børn og unge vil udfordres igennem klare formål og meningsfulde oplevelser. Vejrforhold og mørke er kun

med til at gøre historierne sjovere og succesen større, når udfordringerne er overvundet. Naturen pirrer til nysgerrigheden og udgør en uforudsigelig faktor. Her kan du også høre om, hvordan børnene trænes til at begå sig i naturen.

Kontakt: Thomas Frisenette, Det Danske Spejderkorps,
thomas@fortunengruppe.dk

- 40 **Natur der bevæger:** Målet er at skabe nye natur-, friluftslivs- og motionsaktiviteter i fællesskab med foreningslivet. Omdrejningspunktet er aktiviteter i samarbejde med skoler og institutioner, hvor en projektansat naturvejleder skal skabe brobygning mellem kommunale instanser og det lokale foreningsliv. Projektet skal være med til at mindske inaktivitet blandt børn og unge og skabe opmærksomhed på muligheder på grønne og blå områder.

Kontakt: Martin Machado, projektleder, DGI Storkøbenhavn,
martin.machado@dgi.dk

- 41 **Rum & Rammer:** Rum & Rammer giver dig viden om, hvilke forudsætninger, der skal være på plads for at give børn og unge lyst til at bevæge sig. Når spejdere laver løb og aktiviteter, iscenesættes de ved hjælp af fantasirammer, der både giver rum til sjov og spontanitet i en tryk og tillidsfuld ramme. I Det Danske Spejderkorps uddanner vi vores ledere til at arbejde bevidst med rum og rammer for bevægelsen. Gennem korpsets kompetente ledere udvikler spejderne udfordrende løb, som stiller store krav til fællesskabets færdigheder.

Kontakt: Bie Andersen, projektkonsulent, Det Danske Spejderkorps, ba@dds.dk

- 42 **Udstyr til Eventyr:** Når eventyrlysten tager styring og turen går ud i naturen, er det essentielt at være klædt rigtigt på. Den rigtige beklædning og det rigtige udstyr tillader dig at holde fokus på bevægelsen og koncentrere dig om det vigtige uden at blive kold og våd. Godt udstyr handler om at kunne holde fokus på bevægelsen og ikke blive begrænset fysisk og mentalt af det miljø, hvori bevægelsen sker. I løsningsgalleriet vil du kunne møde en af Spejder Sports eksperter i udstyr.

Kontakt: Louise Lennon, korpsledelsen, Det Danske Spejderkorps, ll@dds.dk

- 43 **Ud i naturen - en portal til oplevelser:** Savner du et overblik over bålpladser til snobrødsbagning, vil du på bævertur i Nordsjælland eller deltage i træklatrung, så er Skov- og Naturstyrelsens nye webportal svaret. På 'Ud i naturen' findes informationer om alverdens aktiviteter i den danske natur - aktiviteter, som kan sætte skub i børn og unge. Portalen giver inspiration til oplevelser med familien, skoleklassen eller en god kammerat. Alt sammen med udgangspunkt i naturen.

Kontakt: Jes Aagaard, naturvejleder, Skov- og Naturstyrelsen, jaa@sns.dk

- 44 **Ut og lek!** Vi har flyttet ungene en halv meter - fra innsiden av veggen til utsiden! Vi har tatt skogen tilbake som "nygammel" lekearena: vi er tømmerhoggere, vi er nybyggere, vi er sjøfolk på reise over froskedammen, vi er naturforskere, vi er idrettsutøvere og deltagere i SFolympiske Leker, vi priser vannet og høljregnet med Den Store Vannfestivalen, vi er friluftskokker, vi er oppdagelsesreisende, vi er LandArt-kunstnere, vi er artister i Sirkus Sol & Måne...

Kontakt: Jan-Kåre Fjeld, SFO-leder, Borge skole, jkfj@fredrikstad.kommune.no

Transport



- 45 **Børn på cykel - Hvad nu hvis vi kunne få endnu flere børn til at cykle?:** Cyklen kan være et rigtig godt alternativ til en aktiv og sund hverdag, men hvis vi skal have gang i rugbrødsmotor og pedalkraft, hjælper det ikke med løftede pegefingre. Velkommen til en hverdag på to hjul; en hverdag i børnehøjde, hvor kampanjer, cyklistservices og ITS-løsninger har ét og samme mål - det skal være sjovt at være cyklist.
Kontakt: Marie V. Magni, mobilitets- & kommunikationskonsulent, Veksø, mvm@veksø.com
- 46 **Cykelleg - lær børnene at cykle gennem leg:** Den sjoveste og mest effektive cykeltræning sker gennem leg. Derfor har Dansk Cyklistforbund udgivet bogen "20 Cykellege - sjov cykling for alle børn", som sætter spot på diverse to-hjulede manøvrer, der hurtigt gør børnene fortrolige med cyklen. Hør bl.a. om, hvordan bremsespor eller indfangning af sæbebobler kan sætte skub i barnets udvikling og ruste dem til en trafikssikker og sund fremtid.
Kontakt: Lise Bjørg Pedersen, projektleder, Dansk Cyklist Forbund, lbp@dcf.dk
- 47 **Drop undskyldningerne og tag cyklen:** Barrierer imod skolecyklen er relativt let bestemt. Vejret er dårligt, der er for langt, det er for farligt, det passer ikke i familiens plan, jeg skal alligevel forbi skolen på vej til arbejde. Hvordan disse barrierer overvindes vides der til gengæld ganske lidt om. Projektet Tryk og sikker skolecykling arbejder med at identificere barrierer imod skolecykling, og ikke mindst at finde veje til at overkomme disse barrierer. Denne undersøgelse foretages i et forskningsbaseret design i et samarbejde imellem 24 skoler, fire kommuner, Syddansk Universitet og Dansk Cyklist Forbund.
Kontakt: Allan Carstensen, projektleder, Dansk Cyklist Forbund, arc@dcf.dk
- 48 **"Fritidsbussen" – en busstransport för barn till deras aktiviteter:** Sport och fritidsanläggningar för barn är många gånger lokaliserade utanför stadens centrum och svåra att nå, särskilt för barn vars föräldrar inte har möjlighet att skjutsa med bil. Detta begränsar barns möjlighet att delta i och välja fritt bland aktiviteter. I Lund pågår ett försök med en specialanpassad busstransport för barn som kör till scouter, ridning och fotboll på tider anpassade efter verksam-

heten och på barnens villkor. Tanken är att detta ska öka barnens möjligheter att delta i aktiviteter utan att vara beroende av föräldrars tid och biltillgång.

Kontakt: Stina Johansson, universitetsadjunkt, Lunds Tekniska Högskola, stina.johansson@tft.lth.se

- 49 **Hvorfor køre i bus, når man kan cykle?:** Virum skoles elever cykler til svømning, på ekskursioner og ikke mindst til skole. Ud af skolens 940 elever cykler ca. 700 børn til skole hver dag året rundt. De sidste syv år har skolen vundet konkurrencen Alle Børn Cykler i kommunen. Hvordan kan man blive ved med at få børn og forældre til at forsætte den gode vane? Og hvordan prøver vi at få alle til at vælge cykel og gåbus frem for bil som transport til skole?

Kontakt: Gitte Rasmussen, skoleleder, Virum Skole, gir@ltk.dk

- 50 **Tværkommunalt samarbejde om cykling:** Kræftens Bekæmpelse har sammen med 9 kommuner udarbejdet en cykelstrategi der skal fremme cykling i forbindelse med Københavns Befæstning. Strategien binder befæstningen sammen rent geografisk og giver de ni kommuner en masse grunde til at arbejde sammen om infrastruktur, kulturarv og sundhed. Hør om proces og perspektiver i samarbejdet.

Kontakt: Camilla Liv Andersen, projektleder, Kræftens Bekæmpelse, calia@cancer.dk

Værter

Mandagmorgen



norden

Nordisk InnovationsCenter



norden

Nordiska ministerrådet



Danish Cancer Society



DET DANSKE
SPEJDERKORPS



KØBENHAVNS KOMMUNE

Partnere



DEN EUROPÆISKE UNION
Den Europæiske Fond for Regionudvikling



lol

kidstweens.dk
Lang og læring - look it between! play!



Nationellt centrum
för utomhuspedagogik

PE-Redskaber+
trampoliner.dk

PlayAlive
www.playalive.com

PROFUSIONS™
Inspiring Ideas

spAce



SYDDANSK UNIVERSITET
UNIVERSITY OF SOUTHERN DENMARK