

# MOVING YOUTH

**Hvordan udvikler vi en fællesskabende bevægelseskultur med børn og unges stemmer i centrum?**



# MOVING YOUTH



**1. Hvad er Moving Youth?**

**2. Projektets bevægelsestilgang**

**3. Projektet forløb og initiativer**

**4. Projektets vigtigste erfaringer**



# MOVING youth



## Hvad?

Samskabelsesprojekt mellem kommune, højskole, folkeskole, forening og børn og unge.

En ny og fællesskabende bevægelseskultur

Aktiviteter og tilbud forankret i børn og unges stemmer

*”Der skal udvikles en ny bevægelseskultur MED de unge og ikke FOR de unge”*

- Trine Jandorf, projektleder


## Hvorfor?

2/3 af børn og unge Slagelse kommune bevæger sig eller er en af foreningslivet

Næsten halvdelen af den sidste 1/3 vil gerne bevæge sig, MEN....

De savner rammer og muligheder, hvor de kan prøve forskellige ting, være sammen med venner og bare have det sjovt



A close-up photograph of a person's feet wearing green and white sneakers, standing on a concrete ledge. The sneakers have white laces and white soles. The person is wearing white socks. The background is a blurred outdoor setting.

**MoveLAB – en inkluderende og  
eksperimenterende bevægelsestilgang**


**Inspiration**

**Kamkunst, dans og parkour**

**Leg og fællesskab**

**Bevægelse for bevægelsens skyld**





**MoveLAB – en inkluderende og  
eksperimenterende bevægelsestilgang**

**Inspiration**

Kamkunst, dans og parkour

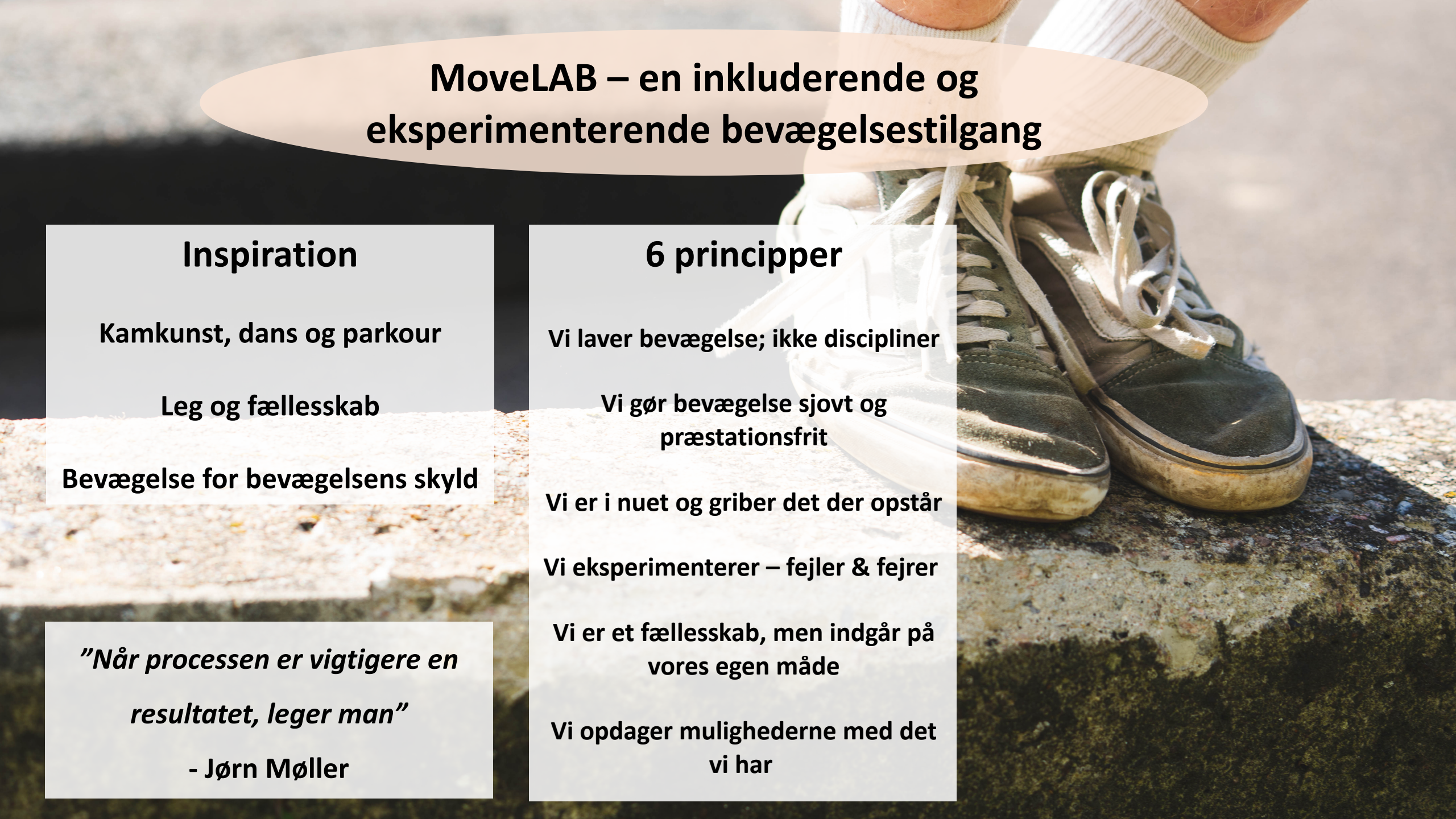
Leg og fællesskab

Bevægelse for bevægelsens skyld

*”Når processen er vigtigere en  
resultatet, leger man”*

- Jørn Møller





# MoveLAB – en inkluderende og eksperimenterende bevægelsestilgang

## Inspiration

Kamkunst, dans og parkour

Leg og fællesskab

Bevægelse for bevægelsens skyld

## 6 principper

Vi laver bevægelse; ikke discipliner

Vi gør bevægelse sjovt og præstationsfrit

Vi er i nuet og griber det der opstår

Vi eksperimenterer – fejler & fejrer

Vi er et fællesskab, men indgår på vores egen måde

Vi opdager mulighederne med det vi har

*”Når processen er vigtigere en resultatet, leger man”*

- Jørn Møller



# MoveLAB – en inkluderende og eksperimenterende bevægelsestilgang

## Inspiration

Kamkunst, dans og parkour

Leg og fællesskab

Bevægelse for bevægelsens skyld

## 6 principper

Vi laver bevægelse; ikke discipliner

Vi gør bevægelse sjovt og præstationsfrit

Vi er i nuet og griber det der opstår

Vi eksperimenterer – fejler & fejrer

Vi er et fællesskab, men indgår på vores egen måde

Vi opdager mulighederne med det vi har

## 6 gode råd

Vær forberedt

Start simpelt

Vis det

Eksperimenter og fejl selv

Giv slip

Mærk efter og juster i fællesskab

*”Når processen er vigtigere en resultatet, leger man”*

- Jørn Møller

# MOVING YOUTH

Inddragelsesworkshops og interviews om bevægelse med børn og unge

## Kompetenceudvikling af projektpartnere

- Workshops, hvor de selv afprøver MoveLab aktiviteter
- Workshops, hvor de igangsætter MoveLab aktiviteter
- Fokus på inddragelse af deltagere og udvikling af aktiviteter

”Dansen tages ud af dansen, og det tror jeg gør, at flere er med”

- Lærer til workshop



**Fællesskabet som den vigtigste faktor for, om det bliver en god eller dårlig oplevelse**



# Afprøvede aktivitetsformer og tilbud

**MoveRåd**

**MoveClub**

**MoveLab**

**MoveEvent**

**MoveCamp**

*MOVING youth*



## Citater fra børn og unge i projektet

*"Jeg synes bare at det er hyggeligt at prøve noget forskelligt. Fordi jeg har prøvet at gå til rigtig mange sportsgrene af, men jeg synes bare ikke at det er sjovt at lave det samme hele tiden, men at prøve noget forskelligt og lave noget forskelligt med forskellige mennesker og alt sådan noget synes jeg er meget sjovere"*

- Deltager i MoveCamp

*"Vi kommer fordi det er hyggeligt"*

- Deltager i MoveClub

*"Det er sjovt og hyggeligt og jeg har fået en ny ven"*

- Deltager i MoveEvent

*"Hvordan har det været i dag?"*

- Interviewer

*"SSSSSSIIINDSYGT fedt"*

- Deltager i MoveEvent

*"Jeg lærte mere på det andet hold, men det her er meget sjovere"*

- Deltager i MoveLab Parkour



# Projektets vigtigste erfaringer

## De forskellige fællesskabers forskellige potentialer

De mindre og ugentlige tilbud fanger nogle børn og unge

De større og månedlige fanger andre børn og unge.

Begge har sin berettigelse.

Når MoveLab tilgangen bygger på eksisterende værdier øges sandsynligheden for succes

Stor forskellighed i projektpartneres engagement

Betydningen af bevidsthed om udgangspunkt og inddragelse til at danne bro

## De voksne må gå forrest

Nøglepersoner, der kan kompetence udvikle, forankre tilgangen og tage initiativ til nye aktiviteter og events

En social infrastruktur, der kan understøtte kontinuerlig samskabelse og samarbejde

Aktiviteterne rammer bredere end projektets målgruppe



MOVING youth



**Projektleder:** Trine Jandorf, Center for Leg og Bevægelse

**Kontakt:** [trine@gerlev.dk](mailto:trine@gerlev.dk)

**Følgforskning:** Helle Winther & Katarina Sigurdsdóttir  
Lamhauge, Institut for Idræt og Ernæring, KU

**Kontakt:** [ksl@nxs.ku.dk](mailto:ksl@nxs.ku.dk)