



KØBENHAVNS BEFÆSTNINGSRING I HVIDOVRE KOMMUNE



AKTIVITETER PÅ BEFÆSTNINGEN

FIND VEJ TIL AKTIVITETERNE

- A** Avedøre Tværvej/Brostykket:
Bus 1A og 65E
- B** Avedøre St.: S-tog eller bus 1A
- C** Gl. Køge Landevej/Vestre Strand-
vej: Bus 121

Besøg på anlæg og forter
sker på eget ansvar.

- 1** Bevægelseskompaniets
udstudsdepot,
Stationsbyens Boldbaner,
Avedøre Tværvej 153
- 2** Skoletjenestens mobilspil
og skattejagt
- 3** Cykeludfordringsbane
(Forventes indviet forår 2012)
- 4** Rulleskøjteanlæg
(Forventes indviet efterår 2011)

www.befaestningen.dk

BEVEG DIG PÅ BEFÆSTNINGEN



OM PROJEKTET

Et partnerskab bestående af Realdania, Kulturarvsstyrelsen og Naturstyrelsen har taget initiativ til at vække Københavns nyere befæstning til live.

Bevægelseskompaniet er et gratis undervisnings- og aktivitetstilbud til skoler og institutioner, med fokus på leg og bevægelse, samt formidling af de fysiske anlæg på Københavns Befæstning i Hvidovre Kommune.

Der etableres en rekvisitbank ved befæstningen, som frit kan benyttes af ambassadørerne, til aktiviteter på befæstningen. Læs mere på www.befaestningen.dk/bevaegelse



ANDRE AKTIVITETER FOR BØRN



Skoletjenesten

Gå på opdagelse i historien med Skoletjenesten. Fortiden bliver levende, når eleverne går på jagt med lommelygter i krudtmagasiner, laver soldatermad eller spiller mobilspil om Første Verdenskrig. Jeres besøg rammesættes fagligt og didaktisk af Skoletjenestens underviser og understøtter fælles mål.

Se mere og bestil undervisningsforløb på www.befaestningen.dk/skoletjenesten

VESTVOLDEN I BEVÆGELSE



Bevægelseskompagniets aktiviteter har fokus på at formidle utraditionel idræt, leg og bevægelse med et kulturhistorisk twist. Vi vil give et mere nuanceret idrætsbillede for dem, som i forvejen er aktive og appellere til dem, som ikke tager imod de eksisterende tilbud om bevægelse i skole og fritid.

Kræftens Bekæmpelse er med i projektet

fordi vi ved, at en tredjedel af al kræft kan forebygges. En af de ting du kan gøre for at forebygge kræft, er som voksen, at være fysisk aktiv 30 minutter om dagen og som barn være aktiv en time om dagen.

De fleste ved, at fysisk aktivitet er sundt, men det kan alligevel være svært at komme i gang. Som lærer eller pædagog kan du vise børn og unge vejen frem med en god bevæ-

gelseskultur i jeres skole eller institution, hvor et Bevægelseskompagni kan støtte op om jeres målsætninger.

MOTivaTION, som står for den daglige drift af Bevægelseskompagniet, giver dig redskaber til hvordan bevægelse og leg kan blive en del af jeres hverdag. Hver dag!

BEVÆGELSESKOMPAGNIET



Et bevægelseskompagni består af lærere, pædagoger og andre voksne, som uddannes i at igangsætte aktiviteter for børn og unge, hvormed de kan inspirere deres kollegaer til at bruge befæstningens faciliteter og arealer i deres arbejde med børn og unge.

Der stilles et udstyrsdepot til rådighed, som indeholder klassisk, såvel som alternativt aktivitetsudstyr, til idrætsundervisning og aktivitetsforløb for skoler, institutioner og foreninger.

Bevægelseskompagniet tilbyder desuden Hvidovre Kommunes institutioner, foreninger og skoler:

- ▶ Introduktionskurser, så nye brugere kan få adgang til de mange spændende aktiviteter
- ▶ Åbent hus arrangementer for alle interesserede skoler og institutioner
- ▶ Professionel støtte og vejledning til idrætsundervisning og aktivitetsforløb på befæstningen

BEVÆGELSESKOMPAGNIETS AKTIVITETER



I Bevægelseskompagniet kan du prøve kræfter med aktivitetskoncepterne "Kulturhistorie i bevægelse" og "Det 21. århundrede i bevægelse".

Med "Kulturhistorie i bevægelse" rejser du gennem et fiktivt legeunivers i dit arbejde med børn, tilbage i tiden via inspirerende historiske aktiviteter som:

- ▶ "Voldgraven", hvor fjendtlige styrker beskydes, i deres forsøg på at forcere voldgraven og trænge ind i fæstningsbyen

- ▶ "Bag fjendens linjer", hvor ordonnanser skal indhente følsomme oplysninger, i en farefuld færd, forbi den tæt bevogtede frontlinje og ind bag fjendens linjer

- ▶ "Landlov", hvor værnepligtige på Søfortet, på ulovlig vis, forsøger at bekæmpe økuller ved at snige sig forbi vagterne og ind til fastlandet for at slå sig løs

Med konceptet "21. århundrede i bevægelse" udfordres børn og unge i utraditionelle idrætsaktiviteter indenfor aktiviteter som:

- ▶ Brillante boldlege, for dem som ellers har dømt bolden ude
- ▶ Fabelagtige fangelege, med høj intensitet for store og små
- ▶ Samarbejde og kommunikation, med fokus på trivsel og gruppeprocesser
- ▶ Live fiktion, hvor film og brætspil bringes til live

KOM I GANG!

Hvis du er interesseret i at få adgang til Bevægelseskompagniet, skal du blot tilmelde dig et introduktionskursus, som typisk afvikles i foråret og i starten af et skoleår.

Med et veloverstået introduktionskursus er du fuldt opdateret på Bevægelseskompagniets retningslinjer og aktivitetsmulighederne i området omkring udstyrsdepotet.

Din arbejdsplads får udleveret en nøgle til Bevægelseskompagniet, hvorefter du kan benytte faciliteter og udstyr i dit arbejde med børn og unge, når som helst, så længe at aktiviteterne foregår på eller i umiddelbar nærhed af befæstningen.

Aktivitetsudstyret reserveres via et online bookingsystem, hvorefter du er klar til at indtage Københavns Befæstning med en flok forventningsfulde børn eller unge.

Hvis du ønsker at få oplyst om næstkommende introduktionskursus eller at modtage mere information om Bevægelseskompagniet, er du velkommen til at kontakte MOTivaTION, som er ansvarlige for den daglige drift af Bevægelseskompagniet.

MOTivaTION kan kontaktes på tlf.: 2063 0158 eller pr. mail på info@motivation.dk.

