

Övning: Promenadlektion

Låt eleverna diskutera frågorna samtidigt som de går en längre promenad – en så kallad walk and talk. När eleverna samlas igen, fråga vad de har kommit fram till.

Be dem också att reflektera utifrån sin egen vardag. Känner de att det är något de skulle vilja göra mer av? Något transportsätt de vill använda mindre eller kanske inte gillar? Varför?

Diskussionsfrågor:

- Vad tänker ni på när ni hör ordet aktiv transport? Vad är det för skillnad på orden aktiv och passiv?
- Att cykla och gå är exempel på aktiv transport. Kan eleverna komma på några fler sätt att förflytta sig på där man är fysiskt aktiv?
- Är man lika aktiv/passiv när man åker bil som när man åker buss eller tåg? Låt eleverna fundera och diskutera.