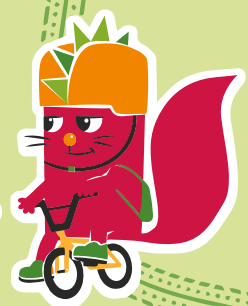




GÅ & CYKLA! MED KLASSEN



Trafikkalendern verkar för att fler barn ska ges möjlighet att gå, cykla eller på annat aktivt sätt ta sig till och från skolan. Därför anordnar vi varje höst den nationella hälsoaktiviteten Gå & Cykla till skolan. Nu erbjuder vi även våraktiviteten Gå & Cykla med klassen. För bättre hälsa, miljö och trafiksäkerhet!

I våraktiviteten vill vi uppmuntra deltagande klasser att välja aktiva färdstätt till och från skolan. Därutöver kan klasserna med fördel genomföra aktiva utflykter under skoltid. Gärna i kombination med hållbart lärande inom hälsa, miljö och/eller trafiksäkerhet. Tanken är att alla ska kunna delta efter sina förutsättningar.

Ambitionen är att alla som deltar ska lära sig något nytt, ha roligt och känna att vi tillsammans kan göra framtiden både sundare och säkrare.

Trafikkalendern vill uppmuntra till färdstätt som främjar hälsan. Samtidigt respekterar vi att förutsättningarna för att ta sig till och från skolan på ett aktivt sätt varierar. För många elever finns det få alternativ till bilskjuts.

När aktiviteten är avslutad kommer alla deltagande klassers aktiva färdsträckor räknas ihop till det första officiella längdrekordet i Gå & Cykla!

Vilka kan delta?

Alla elever i år F-6.

När kan man delta?

Aktiviteten pågår **1 april – 19 maj**.

Klassresultaten kan redovisas t.o.m. den **23 maj**.

Hur funkar det?

På Trafikkalenderns hemsida finns en digital dagbok att ladda ner (även som PDF). Där håller ni koll på klassens sammanlagda aktiva färdsträcka i kilometer. Välj själva om ni vill delta varje dag eller vissa utvalda dagar. Deltagandet ska vara lustfyllt och enkelt. Ibland kan man behöva uppskatta en viss sträcka.

Exempel:

Om varje enskild elev i en klass med 20 elever har färdats 5 km/person dag 1 noteras således 100 km i dagboken den dagen.

Notera att de färdsträckor som ska räknas är sträckor som genomförs på ett aktivt sätt till och från skolan, samt de aktiva sträckor som genomförs gemensamt i klassen under skoltid.

Efter avslutad aktivitet redovisas klassens totala aktiva färdsträcka i ett särskilt redovisningsformulär på Trafikkalenderns hemsida.

Hur beräknas klassernas slutresultat?

Om en klass med 20 elever redovisar en total färdsträcka på 1000 km under hela aktiviteten delas färdsträckan med antalet elever: **1000/20 = Snittpoäng 50**. Den klass som redovisar högst snittpoäng vinner. Vid lika resultat utses vinnaren genom lottning.

Vad kan klassen vinna?

1:a pris 4000 kr 3:e pris 2000 kr

2:a pris 3000 kr 4:e pris 1000 kr

Därutöver lottar vi ut klassuppsättningar med diverse träningsprylar till 5 deltagande klasser. Vinnarna presenteras på hemsidan den 26 maj.

Tips

På en del skolor anordnas särskilda cykeldagar med olika aktiviteter. Exempelvis kan man gå igenom hur en säker cykel ska vara utrustad. Bjud in en cykelhandlare som expert!