

## **Gruppuppgift**

4-5 elever per grupp

- Välj en aktivitet.
- Beskriv aktiviteten. Vad heter den? Vad gör man?
- Visa ett kort videoklipp så att alla vet vad ni pratar om.
- Beskriv vilka risker som finns med er aktivitet. Vad skulle kunna hända som gör att man kan skada sig?
- Beskriv så noga ni kan hur man skulle kunna skydda sig mot de risker ni nyss beskrev.

**Redovisa för klassen nästa lektion max 7min.**

### **Exempel på aktiviteter ni kan välja**

Skridskoåkning på sjö  
Paddling  
Löpning i skogen  
Springa ute på vintern  
Fotboll  
Innebandy  
Hoppa studs matta  
Basket  
handboll  
Skateboard  
Skidåkning utför  
Styrketräning på gym  
Mountainbike  
Parkour