

# Utedag i Hågadalen-Nåsten med Biotopia

- Energiflöden & materians kretslopp i naturen (åk 7-9)

Ta med dina elever och upptäck vår uppländska natur! Det är fint att vara ute även fast det är vinter och i naturreservatet Hågadalen Nåsten finns mycket att se och lära av. Fokus för dagen är materians kretslopp i naturen där vi belyser fotosyntes och förbränning genom konkreta exempel och övningar. För att inte bli kalla håller vi igång med en vandring över dagen och vid lunch samlas vi runt en värmande brasa. Här finns möjlighet att grilla medhavd matsäck. Efter lunch fortsätter vi vandringen mot Kung Björns hög, och längs vägen får eleverna reflektera ytterligare kring energiflöden i ekosystemen. Vi tar även upp människans påverkan på naturen samt möjliga alternativ som bidrar till en hållbar utveckling.



## Upplägg

Hela klassen går vandringen tillsammans men under dagen är eleverna indelade i vandringsgrupper som håller samman längs med vägen. Detta är för att alla ska få pröva att gå först och leda gruppen samt för att undvika känslan av tävling.

Utedagen görs över en hel skoldag (minimum 4 timmar) så eleverna behöver ha lunch samt fika eller frukt. Det finns möjlighet att grilla medhavd lunch över öppen eld. Meddela innan hur ni gör.

\* Start: Parkering Södra Norby, Hågadalen  
[naturkartan.se/sv/uppsalalan/parkering-sodra-norby-hagadalen-nasten](http://naturkartan.se/sv/uppsalalan/parkering-sodra-norby-hagadalen-nasten)

\* Avslut: Parkering Kung Björns hög  
[naturkartan.se/sv/uppsalalan/parkering-haga-hagadalen-nasten](http://naturkartan.se/sv/uppsalalan/parkering-haga-hagadalen-nasten)

## Kontakt

biotopia@uppsala.se eller 018-727 6370

## Naturbuss

Ni reser kostnadsfritt med abonnerad naturbuss som ni bokar själva från och till er skola. Läs mer om att boka naturbussen på KubikPedagog:  
[kubikuppsala.se/pedagog/information/resor](http://kubikuppsala.se/pedagog/information/resor)

## Viktiga "Kom-ihåg" inför utedagen

- \* Dela in eleverna i vandringsgrupper och berätta för eleven innan utedagen så att de känner till sin grupp (ca 4-5 elever /grupp)
- \* titta på väderprognosen och prata om kläder efter väder (gärna oömma kläder och bekväma skor/ kängor), bra att ha med: varm tröja, överdragsbyxor/ regnbyxor
- \* Ta med lunch som elever och lärare kan bära tillsammans samt mellanmål och vattenflaska eller varm dryck.
- \* Packa inte ryggsäcken för tung, eleverna ska orka bära den hela dagen. Tänk "rimligt" när ni packar mellanmål, extrakläder mm.