

Puberteten och dess förändringar

Namn: ____

Klass: ____

Datum: ____

Stadie: Åk. 7 - 9

Ämne: Biologi

Tema: Puberteten

Ordkollen

Orden i listan nedan är bra att känna till i ämnet och särskilt viktiga för att lyckas väl med arbetsbladet.

Ämnesbegrepp	Förklaring	Synonymer
Puberteten	Den period då kroppen förändras från barn till vuxen.	Tonåren, tillväxtperioden
Hormoner	Kemiska budbärare i kroppen som påverkar många funktioner.	Signalsubstanser, ämnen
Känslor	Inre upplevelser som kan påverka hur vi mår.	Emotioner, sinnesstämningar
Fysiska förändringar	Synliga och osynliga förändringar i kroppen.	Kroppsliga förändringar
Identitet	Hur vi ser på oss själva och vår plats i världen.	Självbild, personlighet

Faktafrågor

Besvara följande frågor om puberteten genom att skriva dina svar nedan.

1. Vad händer med kroppen under puberteten?
2. Vilka hormoner är viktiga under puberteten, och vilken funktion har de?
3. När börjar puberteten vanligtvis för tjejer och killar?
4. Nämn en känsla som ofta förändras under puberteten. Beskriv varför.

5. Hur kan fysiska förändringar påverka en persons självbild?

Flervalsfrågor

Klicka i rätt alternativ för varje fråga.

1. Vilket av följande är ett hormon?
 - a) Adrenalin
 - b) Blod
 - c) Syre

2. Under puberteten ökar ofta vilket av följande?
 - a) Längd
 - b) Vikt
 - c) Både a och b

3. Vilket av följande är en typisk känsla under puberteten?
 - a) Lycka
 - b) Förvirring
 - c) Sorg

4. Vad är en vanlig fysisk förändring för tjejer under puberteten?
 - a) Djupare röst
 - b) Bröstutveckling
 - c) Håravfall

5. Under puberteten kan man börja få intresse för:
 - a) Skola
 - b) Vänner och relationer
 - c) Djur

Sanna eller falska påståenden

Skriv "SANT" eller "FALSKT" på de tomma raderna.

1. Puberteten börjar alltid vid samma ålder för alla. ____

2. Hormoner påverkar både kropp och känslor. ____

3. Endast killar genomgår fysiska förändringar under puberteten. ____
4. Det är normalt att känna sig osäker under puberteten. ____
5. Identitet är oförändrad under hela livet. ____

Kortessäfrågor

Svara med några meningar på följande frågor.

1. Hur påverkar puberteten din identitet?
2. Beskriv en fysisk förändring som du tycker är intressant under puberteten.
3. Vilka känslor skulle du säga är vanligast under puberteten och varför?

Fyll gärna i svaren ovan noggrant och se till att tänka efter när du skriver.
Lycka till!

Tags: [Arbetsblad](#)