

Begreppslista

Biologi är ett viktigt ämne där vi lär oss om levande organismer, inklusive människokroppen. Att förstå olika begrepp som kopplar till vår kropp och hur den fungerar kan hjälpa eleverna att få en djupare insikt om sin egen hälsa och kroppens funktioner. Genom att lära sig dessa ord och begrepp blir det lättare att delta i samtal och aktiviteter i undervisningen. Här presenteras en begreppslista för de yngre eleverna i årskurs 1-3.

Kroppens delar

- **Huvud**

Förklaring: Den övre delen av kroppen där hjärnan och sinnena finns.
Exempelmening: Jag skyddar mitt huvud med en hjälm när jag cyklar.

- **Axel**

Förklaring: Den del av kroppen där armen fäster vid överkroppen.
Exempelmening: Jag lyfte min arm ovanför axeln för att räcka upp handen.

- **Hand**

Förklaring: Kroppsdelen som vi använder för att greppa och hålla i saker.
Exempelmening: Jag klipper papper med mina händer.

- **Ben**

Förklaring: De långa delarna av kroppen som gör att vi kan stå och gå.
Exempelmening: Jag sprang snabbt med mina ben på fotbollsplanen.

- **Fot**

Förklaring: Den delen av kroppen som vi går på.
Exempelmening: Jag tröttade ut mina fötter efter att ha gått långpromenad.

Kroppens funktioner

- **Andas**

Förklaring: Att ta in luft och släppa ut koldioxid.

Exempelmening: Jag andas djupt för att slappna av.

- **Äta**

Förklaring: Att konsumera mat för att få energi.

Exempelmening: Jag äter alltid frukost för att få energi till skolan.

- **Sova**

Förklaring: Att vila med stängda ögon för att hämta energi.

Exempelmening: Jag går till sängs tidigt så att jag får tillräckligt med sömn.

- **Röra sig**

Förklaring: Att använda musklerna för att flytta kroppen.

Exempelmening: Vi rör oss mycket när vi leker på rasten.

- **Växa**

Förklaring: Att bli större eller längre.

Exempelmening: Jag växer när jag får i mig bra mat och motion.

Hälsa och välbefinnande

- **Frisk**

Förklaring: Att vara utan sjukdomar och må bra.

Exempelmening: Jag känner mig frisk efter att ha vilat hela helgen.

- **Träning**

Förklaring: Att göra övningar eller sport för att bli starkare.

Exempelmening: Jag gillar att träna fotboll med mina vänner.

- **Vatten**

Förklaring: En viktig dryck som kroppen behöver för att fungera.

Exempelmening: Jag dricker ett glas vatten varje dag.

- **Mat**

Förklaring: Föda som ger oss näring och energi.

Exempelmening: Tillsammans skriver vi ner vad vi ska äta till middag.

- **Känsla**

Förklaring: Hur vi upplever saker som glädje och sorg.

Exempelmening: Jag har en glad känsla när jag spelar med mina vänner.

Tags: [Okategoriserade](#)