

Lektionsplanering

Årskurs: 3

Ämne: NO (Naturorienterande ämnen)

Tema: Kroppen och dess funktioner

Koppling till styrdokument

Centralt innehåll: Lektionerna kommer att fokusera på människokroppens uppbyggnad och funktioner, inklusive organens syfte samt grundläggande hälsobegrepp. Eleverna ska också få förståelse för hur kroppen arbetar i samspel med omvärlden.

Kunskapskrav: Eleven kan beskriva och ge exempel på hur kroppen är uppbyggd och hur de olika organen fungerar tillsammans.

Lärarledda instruktioner

Introduktion till kroppen (10 min):

- Presentera kroppens olika delar och funktioner med bilder och modeller.
- Diskutera varför det är viktigt att känna till sin egen kropp.
- Ställ frågor för att involvera eleverna i diskussionen.

Genomgång av skelett och muskler (15 min):

- Berätta om skelettets uppgifter och musklernas funktion.
- Visa exempel på hur muskler och skelett arbetar tillsammans när vi rör oss.
- Låt eleverna göra några enkla rörelseövningar för att förstå musklernas arbete.

Organens funktioner (15 min):

- Gå igenom de olika organens funktioner och hur de samarbetar.
- Använd en stor bild av människokroppen för att visa var organen sitter.
- Diskutera frågor som "Vad gör hjärtat?" och "Hur fungerar magen?".

Avslutning och sammanfattning (10 min):

- Sammanfatta vad som har lärts under lektionen.
- Ge möjlighet för eleverna att ställa frågor.
- Förbered eleverna för kommande veckor och aktiviteter relaterade till kroppens arbete.

Aktivitet

Eleverna ska illustrera en kropp och markera olika organ och muskelgrupper på en mall av en kropp. De får även skriva korta beskrivningar om varje organs funktion. Denna aktivitet ger dem en praktisk förståelse och hjälper dem att koppla teori till praktik.

Beräknad tidsåtgång: 30 minuter**Exit-ticket**

- Vilka är kroppens fem sinnen? (Syn, hörsel, smak, lukt, känsel)
- Vad är hjärtats funktion? (Pumpar blod genom kroppen)
- Kan du nämna tre muskler i kroppen? (Biceps, triceps, quadriceps)
- Vad gör lungorna? (Tar in syre och avger koldioxid)
- Varför är det viktigt att motionera? (Håller kroppen frisk och stark)

Hemläxa

Eleverna får i uppgift att rita och namnge fem organ i kroppen. Uppgiften ska innehålla en kort beskrivning av varje organs funktion. (max 300 ord)

Fördjupningsuppgift

Eleverna kan välja ett organ i kroppen att forska om. De ska skapa en presentation som innehåller information om organets uppbyggnad, funktion och betydelse för kroppen, samt en koppling till hur vi kan ta hand om detta organ i vår vardag.

Förslag för nästa lektion:

“Kostens betydelse för kroppen”

I nästa lektion bör vi diskutera hur olika livsmedel påverkar vår kropp och hälsa. Vi kan koppla det till människokroppens funktioner och diskutera vikten av en balanserad kost. Detta steg är viktigt för att förstå hur vi kan ge vår kropp de bästa förutsättningarna att fungera optimalt. Kunskapskravet fokuserar på att beskriva samband mellan kost och hälsa.

Förberedelser

- Samla bilder och modeller av kroppen och dess delar.
- Förbereda mallar för kroppsteckning.
- Samla material för visning av livsmedel och kostpyramid.

Tags: [Lektion](#)