

# Lektionsplanering

**Årskurs:** 3

**Ämne:** Naturorienterande ämnen (NO)

**Tema:** Kroppen

## Koppling till styrdokument

### Centralt innehåll

Lektionens centrala innehåll fokuserar på människokroppens olika delar och deras funktioner, inklusive sinnen, mycket om oss själva samt de grundläggande behoven vi har som människor.

### Kunskapskrav

Eleven kan beskriva hur kroppen är uppbyggd och vilka huvudfunktioner de olika delarna har. Eleven kan ge exempel på hur vi tar hand om vår hälsa.

## Lärarledda instruktioner

### Introduktion till människokroppen (10 min)

- Presentera människokroppens huvuddelar: hjärta, lungor, mage, och hjärna.
- Använd en modell eller bild av kroppen för att visa var de olika delarna sitter.
- Diskutera hur dessa delar arbetar tillsammans för att hålla oss friska.

### Genomgång av sinnena (15 min)

- Förklara de fem sinnena: syn, hörsel, smak, lukt och känsel.
- Ge exempel på var och en, t.ex. vad vi kan se med våra ögon och hur vårt sinne reagerar på olika smaker.
- Skapa en interaktiv del genom att låta eleverna gissa föremål med enbart känsel eller smak.

### Hälsa och välbefinnande (15 min)

- Diskutera vad vi behöver för att må bra: mat, sömn, motion och hygien.
- Ha en kort diskussion kring varför varje del är viktig för kroppens välmående.
- Fråga eleverna hur de ser till att ta hand om sin hälsa.

## Sammanfattning och reflektion (10 min)

- Sammanfatta dagens lektion och gå igenom de viktigaste punkterna.
- Fråga eleverna om de lärt sig något nytt och vad de tyckte var mest intressant.
- Avsluta med att ge eleverna en chans att ställa frågor.

## Aktivitet

Eleverna får i grupper skapa affischer där de ritar och skriver information om ett av kroppens organ, till exempel hjärtat eller lungorna. De ska presentera sin affisch för klassen. Detta kopplar till lektionens tema genom att eleverna får forska och dela sin kunskap om kroppens delar och deras funktion.

**Beräknad tidsåtgång:** 20 minuter

## Exit-ticket

- Vilka delar består människokroppen av?

**Hjärta, lungor, mage, hjärna.**

- Nämn de fem sinnen.

**Syn, hörsel, smak, lukt, känsel.**

- Varför är det viktigt att äta bra mat?

**För att vi ska få energi och må bra.**

- Vad kan vi göra för att ta hand om vår kropp?

**Motionera, äta hälsosamt, sova ordentligt.**

- Nämn en funktion av hjärtat.

**Att pumpa blod genom kroppen.**

## Hemläxa

Eleverna ska skriva en kort text (80-100 ord) om deras favoritorgan och varför det är viktigt för kroppen.

## Fördjupningsuppgift

Eleverna kan välja ett organ i kroppen att göra en djupdykning i och skriva en längre rapport (200-300 ord) som inkluderar fakta om organets funktion, betydelse och eventuella sjukdomar som kan påverka det.

## Förslag för nästa lektion

**Fortsättning på sinnen**

I nästa lektion kan vi fördjupa oss i varje sinne genom experiment och

aktiviteter som engagerar eleverna, exempelvis smak- och doftprov kantade med diskussioner kring hur hjärnan bearbetar dessa sinnesintryck. Detta är relevant eftersom eleverna får en praktisk förståelse för hur sinnena fungerar i deras vardag, kopplat till kunskapskravet att kunna ge exempel på kroppens funktioner.

## Förberedelser

- Samla material för affischer (papper, färger, lim).
- Förbereda bilder/modeller av kroppen.
- Planera smakprov eller experiment till aktivitet om sinnena.

Tags: [Lektion](#)