

Lektionsplanering

Årskurs: 5

Ämne: Hem- och konsumentkunskap

Tema: Hållbar livsstil och framtidsvisioner

Koppling till styrdokument

Centralt innehåll

Undervisningen ska fokusera på hur man kan leva en hållbar livsstil och vilka praktiska handlingar som kan göras för att bidra till en mer hållbar framtid. Eleverna ska lära sig om enkla förändringar i sin vardag som kan göra stor skillnad, såväl i hemmet som i skolan och samhället. Diskussioner kring miljöpåverkan och sociala ansvar är centrala teman.

Kunskapskrav

Eleven kan ge exempel på och diskutera hur man kan leva en hållbar livsstil, göra förändringar i sitt dagliga liv och bidra till en mer hållbar framtid. De kan också reflektera över sina egna levnadsvanor och föreslå konkreta åtgärder och förbättringar.

Lärrarledda instruktioner

Introduktion till hållbar livsstil (10 min)

- Presentera lektionens tema och syfte: att förstå vad en hållbar livsstil innebär.
- Diskutera med eleverna: "Vad betyder en hållbar livsstil för er?" Låt dem ge exempel på vad de gör för att bidra till miljön i sina dagliga liv.
- Knyt an till hur små förändringar kan leda till stora effekter över tid.

Genomgång av hållbara val (15 min)

- Gå igenom konkreta exempel på hållbara val, såsom att cykla istället för att köra bil, använda tygkassar, sopsortera och välja miljömärkta produkter.
- Diskutera effekten av dessa val på både individen och samhället i stort och hur de kan bidra till att minska klimatpåverkan.
- Använd statistik och aktuella exempel för att motivera diskussionen.

Gruppaktivitet: Hållbarhetsprojekt (20 min)

- Dela in eleverna i grupper och låt dem välja ett hållbarhetsprojekt att arbeta med, såsom att skapa en plan för hur de kan sopsortera bättre i skolan eller ställa upp en cykelutmaning.
- Grupperna ska brainstorma idéer, sätta mål och planera sina handlingar.
- Varje grupp presenterar sin plan för klassen.

Reflektion och sammanfattning (5 min)

- Samla klassen för en gemensam reflektion om vad de har lärt sig om hållbar livsstil.
- Fråga: "Vilka av era idéer kan ni börja implementera direkt i ert liv?"

Aktivitet

Eleverna får i uppgift att skriva en personlig handlingsplan (minst 150 ord) där de beskriver tre konkreta steg de kan ta för att leva mer hållbart under den kommande månaden. Beräknad tidsåtgång: 10 minuter.

Exit-ticket

- Vad innebär en hållbar livsstil?
 - Att leva på ett sätt som minskar negativ påverkan på miljön.
- Nämn två exempel på hållbara val.
 - Cyklade istället för bil, val av ekologisk mat.
- Hur påverkar vår livsstil miljön?
 - Genom våra konsumtionsval, energiförbrukning och avfall.
- Vad kan små förändringar i vår vardag leda till?
 - Stora positiva effekter för miljön över tid.
- Hur kan du inspirera andra till en mer hållbar livsstil?
 - Genom att dela egna erfarenheter och erbjuda tips.

Hemläxa

Eleverna ska genomföra ett mini-projekt där de ska observera och dokumentera sina egna konsumtionsvanor under en vecka samt reflektera över vilka förändringar de kan genomföra. De ska skriva en text (minst 200 ord) där de redovisar sina observationer och sätt att göra sin livsstil mer hållbar.

Fördjupningsuppgift

Eleverna kan välja ett specifikt område inom hållbar livsstil att undersöka djupare, exempelvis hållbar konsumtion av kläder eller ekologisk mat, och skapa en informativ presentation (minst 500 ord) som inkluderar forskningen, problematiken och möjliga lösningar.

Förslag för nästa lektion

Engagera samhället i hållbarhet.

I nästa lektion kan fokus ligga på hur eleverna kan involvera sina familjer och samhällen i hållbarhetsinitiativ. Eleverna kommer att diskutera hur de kan påverka sina omgivningar och ställa upp egna hållbarhetsutmaningar. Kunskapskraven kommer att handla om att förstå vikten av gemensamt engagemang och kollektiva insatser för att uppnå hållbarhet.

Förberedelser

- Samla material och exempel för att diskutera hållbara livsstilar.
- Förbereda diskussionsfrågor och material för grupprapportering.
- Se till att resurser för hemuppgiften är tillgängliga, t.ex. information om hållbarhetsteman.

Tags: [Åk. 4 - 6](#), [Hem- och konsumentkunskap](#)