

# Lektionsplanering

**Årskurs:** 7

**Ämne:** Biologi

**Tema:** Sjukdomar och störningar i organsystemen

## Koppling till styrdokument

### Centralt innehåll

Denna lektion syftar till att ge eleverna förståelse för vanliga sjukdomar och störningar som påverkar människokroppens organsystem. Fokus ligger på att identifiera orsaker, symptom och förebyggande åtgärder samt hur livsstilsval kan påverka hälsa och välbefinnande.

### Kunskapskrav

Eleven kan beskriva vanliga sjukdomar och störningar kopplade till människokroppen och ge exempel på deras orsaker och symptom. Eleven kan också resonera kring hur livsstil och kost kan påverka hälsotillståndet.

## Lärlarleda instruktioner

### Introduktion till sjukdomar i organsystemen (10 min)

- Presentera syftet med lektionen och vikten av att förstå sjukdomar för att främja hälsa.
- Gå igenom vad som menas med en sjukdom och hur den kan påverka kroppen.

### Vanliga sjukdomar i andningssystemet (15 min)

- Diskutera exempel som astma, KOL och lunginflammation.
- Beskriv orsaker, symptom och behandlingar för dessa sjukdomar.
- Använd bilder eller diagram för att illustrera sjukdomarna.

## Sjukdomar i cirkulationssystemet (10 min)

- Gå igenom sjukdomar som hjärtinfarkt, stroke och hypertoni.
- Diskutera riskfaktorer och hur livsstilsval kan påverka hjärtats hälsa.
- Visa exempel på kost och motion som kan främja hjärtat.

## Förebyggande åtgärder och livsstilsval (15 min)

- Diskutera vikten av en hälsosam kost, fysisk aktivitet och undvikande av skadliga ämnen (t.ex. tobak och alkohol).
- Återkoppla till hur dessa val påverkar hela kroppen och specifika organsystem.
- Sammanfatta lektionen och öppna för frågor.

## Aktivitet

Eleverna ska i par skapa en informationsbroschyr om en specifik sjukdom som påverkar ett organsystem, inklusive orsaker, symptom och förebyggande åtgärder. Broschyren ska utformas för att informera och uppskattas av likasinnade.

## Exit-ticket

- Nämn en sjukdom som påverkar andningssystemet. Svar: Astma.
- Vad är en vanlig symptom på hjärtinfarkt? Svar: Bröstsmärta.
- Hur kan livsstilsval påverka hälsan? Svar: Genom att främja eller försämra kroppens funktioner.
- Ge ett exempel på en sjukdom kopplad till cirkulationssystemet. Svar: Stroke.
- Vilka två faktorer kan hjälpa till att förebyggasjukdomar? Svar: Hälsosam kost och regelbunden motion.

## Hemuppgift

Eleverna ombes skriva en uppsats (1-2 sidor) om en vald sjukdom och dess påverkan på hälsan.

Tags: [Lektion](#)