

Lektionsplanering

Årskurs: Gymnasiet

Kurs: Funktionsförmåga och funktionsnedsättning 1

Tema: Funktionsnedsättning och hälsa

Koppling till styrdokument

Centralt innehåll:

Undervisningen ska behandla hur funktionsnedsättningar kan påverka individens fysiska och psykiska hälsa. Eleverna ska ges en förståelse för samband mellan livsstil, hälsa och olika funktionsnedsättningar. Fokus ligger på att undersöka hur hälsofrämjande metoder och livsstilsanpassningar kan stödja personer med funktionsnedsättningar till ökad livskvalitet och delaktighet i samhället.

Kunskapskrav:

Eleven beskriver översiktligt hur olika funktionsnedsättningar kan påverka individens hälsa och livsvillkor. Vidare redogör eleven för olika hälsofrämjande metoder och deras betydelse för individer med funktionsnedsättning samt hur dessa metoder kan implementeras i praktiken.

Lärlarledda instruktioner

Introduktion till funktionsnedsättningar och hälsa (10 min)

- Definiera begreppet funktionsnedsättning och dess olika typer kopplade till hälsa.
- Diskutera hur funktionsnedsättningar kan påverka livskvalitet och välmående.
- Ge exempel på vanliga funktionsnedsättningar och deras effekter på den fysiska och psykiska hälsan.
- Ställ öppna frågor om elevernas tidigare kunskaper om ämnet.
- Diskutera vikten av att förstå individens unika situation och bakgrund.

Hälsofrämjande metoder (15 min)

- Presentera olika metoder för att främja hälsa hos personer med funktionsnedsättningar, exempelvis fysisk aktivitet, kost, och psykosociala insatser.
- Diskutera konkret hur dessa metoder kan anpassas efter olika funktionsnedsättningar.
- Ge exempel på framgångshistorier inom hälsofrämjande arbete.
- Analysera hur ett salutogent perspektiv kan påverka hälsostrategier för personer med funktionsnedsättningar.
- Diskutera vad som kännetecknar ett hälsofrämjande arbetssätt.

Gruppdiskussion: Varför inkludering? (15 min)

- Dela in eleverna i smågrupper och ge varje grupp en frågeställning om hälsofrämjande arbete. Frågor kan vara: "Hur kan vi förbättra fysiska aktiviteter för en person med en specifik funktionsnedsättning?" eller "Vilka hinder kan finnas för delaktighet och hur kan de övervinnas?"
- Låt grupperna diskutera och förbereda en kort presentation av sina insikter.
- Grupperna presenterar för klassen och ger utrymme för reflektion.
- Diskutera gemensamma teman och insikter från presentationerna.

Avslutande reflektion (10 min)

- Samla ihop dagen med en öppen diskussion om hur attityder kring funktionsnedsättningar påverkar hälsa och livskvalitet.
- Fråga: "Vad kan vi som samhälle göra för att förbättra inkluderingen och livskvaliteten för personer med funktionsnedsättningar?"
- Diskutera vikten av respekt och medvetenhet kring funktionsnedsättningar.

Diskussionsfrågor

- A. Vilka faktorer anser du kan påverka livskvaliteten hos människor med funktionsnedsättning och hur?
- B. Hur kan hälsofrämjande metoder anpassas för att möta behoven hos individer med olika funktionsnedsättningar?
- C. Vilken roll spelar samhället i att stödja personer med funktionsnedsättning i deras strävan mot bättre hälsa och delaktighet?

Tags: [Lektion](#)