

“`html

Lektionsplanering för Naturkunskap 1a2 – Att undersöka livsstilens konsekvenser

Lektionsplanering för Naturkunskap 1a2

Ämne: Naturkunskap

Kurs: Naturkunskap 1a2

Tema: Att undersöka livsstilens konsekvenser

Mål

Eleven skall förstå sambanden mellan livsstil, hälsa och miljöpåverkan genom att undersöka och analysera sina egna och andras vanor.

Förberedelser

- Genomgång av centrala begrepp relaterade till livsstil, kost och hälsa.
- Samla in material och resurser kring hälsosamma livsval.
- Diskussion med eleverna om deras egna livsstilar.

Lektionsaktivitet

Under lektionen kommer eleverna att:

- Utföra en livsstilsanalys med fokus på kost, motion och användning av droger.



- Diskutera konsekvenserna av olika livsstilsval för både individens hälsa och miljön.
- Genomföra en gruppdiskussion kring hur media påverkar våra livsval.

Utvärdering

Eleverna kommer att utvärdera sin egen och gruppens lärande genom en reflektion kring diskussionerna och analysen.

Material

- Artiklar om hälsosam kost.
- Videor som belyser viktiga aspekter av fysisk aktivitet.
- Statistik och fakta om livsstilsrelaterade sjukdomar.

Planering för uppföljning

Uppföljande aktiviteter inkluderar att skapa en personlig handlingsplan för att förbättra sina livsvanor och presentation av denna inför klassen.

Bedömning

Bedömning görs utifrån elevens förmåga att reflektera över sina egna livsstilsval och förstå deras konsekvenser.