

“`html

Lektionsplanering – Naturkunskap 1b

# Lektionsplanering – Naturkunskap 1b

**Ämne: Naturkunskap 1b**

**Kurskod: NAKNAK01b**

**Tema: Livsstilens påverkan på hälsa och miljö**

## Syfte

Syftet med denna lektion är att eleverna ska förstå sambandet mellan livsstil, hälsa och miljö, samt diskutera hållbar utveckling och dess betydelse för individ och samhälle.

## Förberedelser

- Genomgång av centrala begrepp som hälsa, livsstil, hållbar utveckling och ekosystemtjänster.
- Förberedelse av arbetsmaterial och presentationsverktyg.
- Eventuellt material för gruppdiskussioner och aktiviteter.

## Lektionsupplägg

### 1. Introduktion (15 min)

Kort presentation av dagens tema och mål. Diskutera vikten av livsstilens

påverkan på hälsa och miljö.

## **2. Teoretisk genomgång (30 min)**

Föreläsning om hur olika livsstilar påverkar hälsa, kost, motion och mental hälsa, samt deras inverkan på miljön.

## **3. Gruppdiskussion (20 min)**

Eleverna delas in i grupper för att diskutera skillnader i livsstil och deras effekter på hälsa och miljö. Varje grupp presenterar sina resultat.

## **4. Praktisk övning (30 min)**

Aktivitet där eleverna får samla information om hållbara livsstilar och presentera för klassen hur dessa kan implementeras i vardagen.

## **5. Sammanfattning (10 min)**

Avrundning av lektionen och reflektion över vad som har lärts.

## **Bedömning**

Bedömningen av eleverna baseras på deltagande i diskussioner, inlämningar av uppgifter och genomförande av praktiska övningar.

## **Referenser**

- Skolverket. Ämnesplan för naturkunskap. (2022). [skolverket.se](https://www.skolverket.se/om-skolverket/om-och-for-skolverket/om-och-for-skolverket/om-och-for-skolverket)