

Lektionsplanering

Årskurs: Åk. 2

Ämne: Naturkunskap

Tema: Planering om kroppen

Koppling till styrdokument

Centralt innehåll Människokroppens uppbyggnad och funktion samt hur livsstilen påverkar hälsan.

Betygskriterium (E) Eleven kan översiktligt redogöra för hur människokroppen fungerar och hur livsstilen påverkar hälsan.

[Lgr22, Naturkunskap, Åk. 1-3]

Lärarledda instruktioner

1. Introduktion till människokroppen (10 min)

- Presentera temat om människokroppen för eleverna.
- Visar bilder på olika organ och deras funktioner.
- Fråga eleverna vad de redan vet om kroppen.
- Diskutera varför det är viktigt att förstå hur kroppen fungerar.

2. Organens funktioner (15 min)

- Förklara de viktigaste organen i kroppen och deras funktioner.
- Använd en skolbok eller digital presentation för att visualisera information.
- Ge exempel på hur organen samarbetar.
- Tilldela eleverna att skriva ner ett organ och dess funktion.

3. Livsstil och hälsa (15 min)

- Diskutera hur kost och motion påverkar kroppen.
- Ge exempel på bra och dåliga matvanor.
- Fråga eleverna om deras egna vanor och hur de kan förbättras.
- Inled en diskussion om vikten av att röra på sig.

4. Sammanfattning och frågor (10 min)

- Sammanfatta vad som lärts under lektionen.

- Öppna golvet för frågor från eleverna.
- Uppmana till reflektion kring vad de lärt sig.
- Sätt upp en lista på anslagstavlan med viktiga punkter från lektionen.

Ämnesinnehåll

Här listas viktig kunskap och ämnesinnehåll som eleverna behöver känna till eller lära sig i undervisningen. Försök se till att allt nedan tas upp på lektionen eller följs upp på andra sätt.

- **Människokroppens delar:** Eleverna bör känna till de grundläggande organen som hjärta, lungor, mage och deras huvudsakliga funktioner.
- **Kostens påverkan:** Maten vi äter har direkt inverkan på vår hälsa och hur våra kroppar fungerar.
- **Motion:** Regelbunden fysisk aktivitet är avgörande för att hålla kroppen frisk och i gott skick.
- **Livsstilsval:** Val i vardagen, som att äta nyttigt och träna, påverkar vår hälsa.
- **Viktigt samarbete:** Organens samarbete för att upprätthålla kroppens grundläggande livsfunktioner.

Ordkollen

Ord	Förklaring	Etymologi
Organ	En del av kroppen med specifik funktion, som hjärtat eller lungorna.	Från grekiska "organon", vilket betyder verktyg.
Hälsa	Tillstånd av fullständigt fysiskt, mentalt och socialt välbefinnande.	Från gammalengelska "hal", som betyder helt eller fullständigt.
Kost	Det mat som en person äter.	Från latin "costa", som betyder sida eller ribba.

Diskussionsfrågor

- A. Varför är det viktigt att ta hand om vår kropp?
- B. Vilka livsstilsval anser du är de viktigaste för en god hälsa?
- C. Hur påverkar andra människors livsstil våra egna val och hälsa?

Aktivitet

En aktivitet för att fördjupa förståelsen kan vara att eleverna får skapa ett enkelt diagram som visar människokroppens olika organ och deras funktioner. De kan antingen rita organen direkt eller använda bilder för att illustrera sina skisser. Efter att ha presenterat sina diagram i små grupper, kan klassen gemensamt diskutera organens betydelse och hur de arbetar.

tillsammans.

Exit-ticket

Frågor

1. Vad är ett organ?
2. Nämn tre organ i kroppen.
3. Hur påverkar kost vår hälsa?

Svar

En del av kroppen med en specifik funktion.
Hjärta, lungor, mage.
Det ger nödvändig näring för kroppen att fungera.

Hemuppgift

Eleverna får i uppgift att skriva en kort reflektion om hur deras egna vanor relaterar till det som diskuterats under lektionen. De kan ange specifika exempel på matvanor eller aktiviteter de gör, samt hur de kan förbättra sina hälsovanor. Uppgiften ska vara en till två sidor lång, skriven i A4-format, och ska lämnas in till nästa lektion.

Citat

“Ta hand om din kropp. Det är den enda platsen du har att bo.” – Jim Rohn
Detta citat betonar vikten av att vårda och ta hand om vår kropp, en central del av vad vi diskuterat i lektionen.

Tags: [Lektion](#)