

“`html

Din kompletta temaplanering HKK åk 6 – med filbilaga

```
body {  
font-family: Inter, -apple-system, BlinkMacSystemFont, "Segoe UI", Roboto,  
sans-serif;  
line-height: 1.6;  
color: #333333;  
max-width: 800px;  
margin: 0 auto;  
background-color: #ffffff;  
}
```

```
h2 {  
color: #2c3e50;  
border-bottom: 2px solid #3498db;  
padding-bottom: 5px;  
font-size: 24px;  
font-weight: bold;  
}
```

```
h3 {  
color: #82895b;  
font-size: 20px;  
font-weight: 600;  
}
```

```
h4 {  
font-weight: bold;  
font-size: 18px;  
}
```

```
.instruction {  
background-color: #f0f8ff;  
padding: 15px;  
border-left: 4px solid #4CAF50;  
margin: 15px 0;  
}
```

```
ol, ul {  
margin: 12px 0;  
padding-left: 24px;  
}
```

```
li {  
margin: 6px 0;  
line-height: 1.6;  
}
```

```
.table-container {  
margin: 20px 0;  
overflow-x: auto;  
border-radius: 8px;  
box-shadow: 0 2px 4px rgba(0, 0, 0, 0.1);  
}
```

```
table {  
width: 100%;  
border-collapse: collapse;  
background-color: #ffffff;  
font-size: 14px;  
}
```

```
th {  
background: linear-gradient(135deg, #82895b 0%, #4A7C59 100%);  
color: white;  
font-weight: 600;  
padding: 12px 8px;  
text-align: left;  
border: 1px solid #82895b;  
}
```

```
td {  
padding: 10px 8px;  
border: 1px solid #dee2e6;  
vertical-align: top;  
}
```

```
tr:nth-child(even) td {  
background-color: #f8f9fa;  
}
```

Ämne: Hem- och konsumentkunskap

Årskurs: Åk 6

Tid: 6 lektioner

Innehåll

Denna temaplanering inkluderar bedömningsmatris och nivåanpassade elevuppgifter.

Bedömningsmatris

Kriterier	Nivå 1	Nivå 2	Nivå 3
Kunskap om livsmedel	Grundläggande förståelse	God förståelse	Utmärkt förståelse
Matlagningstekniker	Enkel teknik	Flera tekniker	Avancerade tekniker

Elevuppgifter

Uppgift 1: Matlagning

Välj en rätt att laga och dokumentera processen.

1. Välj en maträtt.
2. Samla ingredienser.
3. Lag mat enligt receptet.
4. Reflektera över resultatet.

Uppgift 2: Kost och hälsa

Skriv en kort uppsats om vikten av en balanserad kost.

1. Forskning om näringsämnen.
2. Beskriv en balanserad måltid.
3. Reflektera över dina egna matvanor.

Avslutning

Dokumentet är bifogat som en professionellt formaterad Word-fil.

Genererat av Allgot.se AI • 2025-09-04 08:33 • allgot.se

“`

Tags: [Planering](#)