

Provkonstruktion

Årskurs:

Gymnasiet

Ämne:

Naturkunskap 1a2

Tema:

Granska hälsopåståenden - vetenskap eller myt?

Syfte

Syftet med provet är att bedöma elevernas förmåga att kritiskt granska och värdera hälsopåståenden utifrån naturvetenskapliga principer. Eleverna ska visa förståelse för hur vetenskap och myter kan påverka individens hälsa och livsstil.

Centralt innehåll

Samband mellan individens hälsa, dagliga vanor och livsstilar i samhället, till exempel i fråga om träning, kost, droger och konsumtion samt påverkan på miljön.

Betygskriterium (E)

Eleven kan översiktligt diskutera frågor med naturvetenskapligt innehåll som har betydelse för individ och samhälle...

(Gy11, Kursplan Naturkunskap 1a2)

Prov

Faktafrågor

Antal poäng: 15

1. Vilket av följande påståenden är en vetenskaplig teori?
 - A) Att äta morötter gör dig blind.
 - B) Morötter innehåller mycket vitamin A.
 - C) Morötter är en typ av grönsak.
2. Vad innebär begreppet "placeboeffekt"?
 - A) En läkemedelsbehandling som har bevisad effekt.
 - B) En psykologisk effekt där patienten tror på behandlingens effekt.

- C) En typ av kirurgisk ingrepp.
- 3. Vilken av följande livsmedel är rik på omega-3-fettsyror?
 - A) Kyckling.
 - B) Fisk.
 - C) Nötter.
- 4. Vilket av följande ämnen är en antioxidant?
 - A) Vitamin C.
 - B) Socker.
 - C) Salt.
- 5. Vad är syftet med att granska hälsopåståenden kritiskt?
 - A) För att kunna sälja produkter.
 - B) För att förstå och bedöma deras tillförlitlighet.
 - C) För att öka konsumtionen.
- 6. Vad innebär "vetenskaplig metod"?
 - A) En metod för att skriva uppsatser.
 - B) En systematisk metod för att undersöka och bekräfta hypoteser.
 - C) En metod för att undervisa i skolan.
- 7. Vilken av följande faktorer påverkar kroppens immunförsvar mest?
 - A) Genetik.
 - B) Kost.
 - C) Fysisk aktivitet.
- 8. Vad kan för mycket socker leda till?
 - A) Ökad energi.
 - B) Diabetes och övervikt.
 - C) Förbättrad koncentration.
- 9. Vilka av följande ämnen är skadliga för hälsan om de konsumeras i stora mängder?
 - A) Fiber.
 - B) Mättat fett.
 - C) Vitaminer.
- 10. Vad betyder begreppet "livsstil"?
 - A) Hur man klär sig.
 - B) Hur man lever och vilken typ av vanor man har.
 - C) Vilken typ av arbete man har.

Ordkollen

Antal poäng: 10

Beskrivning: Nedan listas ord och begrepp som följs av tre alternativa förklaringar. Du ska ringa in det alternativ som är korrekt.

Ord/Begrepp	1	2	3
Antioxidant	Ämne som motverkar oxidation.	Ämne som orsakar oxidation.	Ämne som ökar blodsockret.

Placebo	Verklig medicin utan effekt.	Inaktiv behandling med förväntad effekt.	Medicinskt bevisad behandling.
Hälsosam kost	Innehåller mycket socker.	Är balanserad och näringsrik.	Består endast av frukt.
Livsstil	Hur man lever och betar sig.	Vilken klädstil man har.	Vilken yrkesroll man har.
Fettsyra	Byggstenar i proteiner.	Byggstenar i lipider.	Byggstenar i kolhydrater.
Immunförsvar	Skyddssystem mot sjukdomar.	Det centrala nervsystemet.	Det endokrina systemet.
Träning	Ökar muskelmassan och kondition.	Ger alltid trötthet.	Har ingen inverkan på hälsan.
Kosttillskott	Tillskott av näringsämnen.	En typ av livsmedel.	Färdiglagad mat.
Diet	Matvanor och kosthållning.	Enbart grönsaker.	Mat för djur.
Övervikt	En hälsosam vikt.	Ökad kroppsvikt över vad som anses normalt.	Enbart en kosmetisk fråga.

Resonerande frågor

Antal poäng: 20

Beskrivning: Besvara nedanstående frågor så bra du kan. Du kan skriva dina svar på baksidan.

1. Diskutera hur sociala medier påverkar våra uppfattningar om hälsa och livsstil. Ge exempel på både positiva och negativa aspekter.
2. Reflektera över skillnaden mellan evidensbaserade påståenden och myter inom hälsa. Hur kan vi som konsumenter skydda oss mot falsk information?
3. Hur kan du använda naturvetenskapliga metoder för att utvärdera hälsopåståenden? Ge ett exempel på en undersökning du skulle kunna göra.
4. Vilka konsekvenser kan felaktiga hälsopåståenden ha för samhället? Diskutera detta utifrån olika perspektiv.

Bedömning

Totalt antal poäng: 55

Betyg Andel rätt (%) Antal poäng

E 30% 17

D	50%	28
C	65%	36
B	80%	44
A	90%	50

Uppföljning

Uppge ett av nyckelorden så utför jag det.

- ☐ Word - Skapar ett dokument
- ☐ Svårare - Gör provet svårare
- ☐ Enklare - Gör provet enklare
- ☐ Facit - Ta fram facit
- ☐ Provförberedelser - Text med studieinstruktioner till eleverna

Tags: [Gymnasiet](#), [Prov](#)