

Provkonstruktion

Årskurs:

Gymnasiet

Ämne:

Naturkunskap 1a2

Tema:

Naturvetenskapliga metoder i livsstilsforskning

Syfte

Syftet med provet är att bedöma elevernas förståelse av naturvetenskapliga metoder och deras tillämpning inom livsstilsforskning. Eleverna ska kunna analysera och kritiskt granska information relaterad till hälsa och livsstil, samt demonstrera sin förmåga att använda naturvetenskapliga metoder för att utföra och redogöra för undersökningar.

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 för Naturkunskap 1a2)

Prov

Faktafrågor

Antal poäng: 15

1. Vilken av följande metoder är en naturvetenskaplig metod?
 - A) Observation
 - B) Gissning
 - C) Åsikt
2. Vad innebär begreppet "livsstil"?
 - A) En persons sätt att leva
 - B) En persons klädstil

- C) En persons sociala nätverk
- 3. Vilket av följande ämnen kan påverkas av livsstilsval?
 - A) Blodtryck
 - B) Väderprognoser
 - C) Ekonomiska teorier
- 4. Vilken typ av kost rekommenderas för att förbättra hälsan?
 - A) En kost med mycket socker
 - B) En balanserad kost med frukt och grönsaker
 - C) En kost med hög fetthalt
- 5. Vilket påstående om träning är sant?
 - A) Det är alltid farligt
 - B) Det kan förbättra hälsan
 - C) Det är inte viktigt
- 6. Vad innebär "källkritik"?
 - A) Att tro på allt man läser
 - B) Att granska och värdera information
 - C) Att skriva böcker
- 7. Vilken av följande är en fördel med fysisk aktivitet?
 - A) Ökad stress
 - B) Förbättrad mental hälsa
 - C) Minskat immunförsvar
- 8. Hur många timmar rekommenderas det att en vuxen bör motionera varje vecka?
 - A) 5 timmar
 - B) 2 timmar
 - C) 1 timme
- 9. Vad är syftet med en naturvetenskaplig undersökning?
 - A) Att bekräfta en teori
 - B) Att utforska och svara på frågor
 - C) Att ignorera fakta
- 10. Vilken av följande faktorer kan påverka hälsan negativt?
 - A) Rökning
 - B) Motion
 - C) Hälsosam kost

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
Livsstil	En persons sätt att leva	En typ av mat	En träningsmetod

Källkritik	Att tro på allt	Att granska källor	Att skriva referat
Hälsa	Bara avsaknad av sjukdom	Enligt WHO, ett tillstånd av fullständigt välbefinnande	Att vara i form
Träning	Endast styrketräning	Fysisk aktivitet som förbättrar hälsan	Att vila sig
Diet	En kosthållning	Att äta mycket socker	Att bara dricka vatten
Stress	En positiv känsla	En reaktion på press	Att vara avslappnad
Fysisk aktivitet	Att sitta stilla	All form av rörelse	Endast sport
Sömn	En grundläggande livsprocess	Att vara vaken hela tiden	Att dricka kaffe
Nutrition	Ämnet i maten	En typ av träning	Att äta snabbt
Hälsosam kost	En kost med mycket socker	En balanserad och varierad kost	Att bara äta färdigmat

Resonerande frågor

Antal poäng: 20

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

1. Beskriv hur fysisk aktivitet påverkar människokroppen och ge exempel på både positiva och negativa effekter.
2. Diskutera hur olika livsstilar kan påverka en individs hälsa och ge exempel på hur samhället kan stödja hälsosamma val.
3. Reflektera över hur media kan påverka våra livsstilsval och ge exempel på både positiva och negativa budskap.
4. Analysera vikten av källkritik i samband med livsstilsforskning, och varför det är viktigt att granska information.

Bedömning

Totalt antal poäng: 55

Betyg Andel rätt (%) Antal poäng

E	30%	(17)
D	50%	(28)
C	60%	(33)
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](#)