



I det här programmet lär vi oss mer om förkylning och influensa. Vi ska förstå skillnaderna mellan dessa vanliga sjukdomar, deras orsaker, symtom och hur de kan lindras eller förebyggas. Det är viktigt att förstå hur virus sprids och hur man kan skydda sig själv och andra från att bli sjuka.

FILMFAKTA

Ämnen: Biologi, Kropp och hälsa
Ålder: Grundskola 4-6, 7-9, Gymnasiet
Speltid: 5 min
Produktionsår: 2024
Språk: Svenska, svensk text
Ursprungsland: Sverige
Artikelnummer: 200624





HANDLEDNING



Lektionens Struktur

1. Introduktion (10 minuter)

Be eleverna skriva ned eller fundera kring vad de vet om förkylning och influensa. Låt dem sedan diskutera och jämföra sina svar i grupper om 2–3. Be grupperna att berätta sina svar inför klassen, medan du sammanfattar på tavlan.

Tips för läraren

Var känslig för elever som nyligen kan ha haft en allvarlig influensa eller har närstående som drabbats.

Förslag på diskussionsfrågor innan filmen:

- Vad är skillnaden mellan förkylning och influensa?
- Hur tror ni att dessa sjukdomar sprids?
- Vad gör ni för att undvika att bli sjuka?

2. Under filmen

Be eleverna att notera viktiga fakta, frågor de har och ord de inte förstår när de tittar på filmen.

3. Efter filmen (20 minuter)

- Diskutera de viktigaste teman från filmen: skillnader mellan förkylning och influensa, symtom och riskfaktorer.
- Gå igenom hur man kan förebygga sjukdomar genom handtvätt, vaccination och god hygien.
- Diskutera vikten av vila och att dricka tillräckligt med vätska vid sjukdom.

Förslag på uppgifter:

- Låt eleverna skapa en kampanj för att sprida medvetenhet om hur man kan minska smittspridning i skolan.
- Diskutera vilka symtom som är varningssignaler och när man bör söka vård.



HANDLEDNING



LÄROPLANSMÅL LGR22

Det här är en film för elever i högstadiet när de läser om kropp och hälsa i ämnet biologi.

Biologi

Kropp och hälsa (åk 4–6)

- Några vanliga sjukdomar och hur de kan förebyggas och behandlas.
- Hur den psykiska och fysiska hälsan påverkas av levnadsförhållanden, kost, sömn, hygien, motion och beroendeframkallande medel.

Kropp och hälsa (Åk 7–9)

- Kroppens celler samt några organ och organsystem och deras uppbyggnad, funktion och samverkan.
- Hur den psykiska och fysiska hälsan påverkas av levnadsförhållanden, kost, sömn, motion, stress och beroendeframkallande medel samt hur hälsoproblem kan begränsas på individ- och samhällsnivå.

Resurser för vidare läsning och forskning:

- 1177 Vårdguiden: <https://www.1177.se/sjukdomar--besvar/forkylning-och-influensa/>
- Folkhälsomyndigheten: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/>
- WHO: <https://www.who.int/>