

DIKTAMEN – Tema: Hälsa i Sverige

Hälsosam mat

Instruktioner:

Läs upp en mening för deltagarna. Läs den flera gånger. Låt deltagarna skriva meningen i sitt skrivblock.

Skriv sedan meningen på tavlan. Gå igenom varför orden stavas så (t ex dubbelteckning vid kort vokal) samt några grammatiska saker som är relevanta (t ex varför ett substantiv i bestämd form avslutas med -t om det är ett-ord i obestämd form m m)

Välj de meningar som är lagom svåra för din grupp, men blanda gärna svårighetsgraden så att deltagarna känner att de kan och samtidigt utmanas till att lära sig mer.

I den här diktamen kan du särskilt uppmärksamma dubbelteckning vid kort vokal i ord som "kropp", "nyttig", "maträtt", "tvätta", "innan", "fett", "innehåller". Prata också om ord som "dricka", "mycket" och "socker" där dubbelteckningen stavas -ck och inte -kk som man kanske skulle kunna tro.

Lyft också fram att ibland stavas ord som låter som j på ett annat sätt (Här finns exempelvis ordet "göra" och "djur").

Stavningen på ordet "sjuka" kan ni också uppmärksamma. Om du vill kan du prata om att sj-ljudet i svenskan kan stavas på flera olika sätt (sk- som i , sj- som i sjal, skj- som i skjorta och stj- som i stjärna.

Om ni vill så kan ni även prata om sammansatta ord som t ex "matvanor" och "matvanor".

Gör också deltagarna uppmärksam på skillnaden mellan orden "ingredienser" och "instruktioner".

Meningarna:

1. Det är viktigt att äta och dricka för att vi ska må bra.
2. Mat kan göra oss friska och sjuka.
3. Våra matvanor påverkar vår hälsa.
4. Vad jag äter, hur ofta jag äter och hur mycket jag äter påverkar hur min kropp mår.
5. Ät lagom mycket mat.
6. Ät mindre socker, salt och fett från djur.
7. Ät mycket grönsaker, bär och frukt.
8. Fisk är nyttig mat.
9. Tvätta händerna innan du börjar laga mat.
10. Ett recept är en text om hur man lagar en maträtt.
11. Ingredienser betyder vad en maträtt innehåller.
12. Instruktioner betyder en beskrivning på hur man gör när man tillagar maten.