

# Studietips, att förbättra inläring.

Det gäller att finna ut :

- Vad handlar det om, få översikter, vad söks?
- Finns det nyckelord, ett ord kan betyda mycket begreppsmässigt.
- Vad vill jag få ut, finns det samband?
- Skriv kort ner slutsatser och har du möjlighet, testa!
- Memorera aldrig något du inte förstått, utan bryt ner i förståeliga bitar.

Ytterligare tips, när man skall lösa matematiska problem

Du behöver:

- Grundläggande matematiska regler
- Grundläggande matematiska samband, funktioner .
- Kunna hantera hjälpverktyg, räknare, formler
- Gå igenom lösta exempel, att se arbetsätt och uppställningar

Det matematiska språket är till skillnad från vanligt språk lika världen över.

- *Alla behöver vi känna trygghet och säkerhet i det vi gör och då kommer också lusten att ta sig an inläringen/problemet.*
- *All inläring är problembaserad om du vill förstå!*

# Föreläsning/lektion

## Under

*Associera: Skapa inre bilder*

*Konkretisera: Förankra*

## Anteckna

*Du hinner inte med allt. Kom ihåg att lämna utrymme så att du kan fylla i (snåla inte).*

*(se makarna Curies anteckningar, sidan 4)*

## Efter

*Erinran: Tänk till*

*Samtal: Diskutera innehållet*

## Renskriv anteckningar

*Det får inte gå för lång tid emellan, man glömmer snabbt och du får struktur på "köpet".*

*Aktuell forskning visar att våra minnen, korttids- (arbets-) och långtidsminnet finns på olika ställen i hjärnan. I korttidsminnet minns vi maximalt 20 minuter och därför måste vi associera, förankra, bearbeta, repetera så att det vi vill minnas hamnar i långtidsminnet.*

*Guldfiskar har bara korttidsminne och kommer ihåg max 3 sekunder!*

# Ny bok

## Översiktsläsning

Börja med att sakta läsa igenom innehållsförteckningen (*rubriker, vad "vill boken"?*).

Läs förord/inledning. Här beskriver författaren/-na syftet med boken (*Hur vill författaren att du använder boken som uppslag, läsas från pärm till pärm ...?*)

Bläddra igenom hela boken för att få överblick, läs rubriker och titta på bilder. Ha den framförhållningen att du har gjort detta några gånger innan det egentliga arbetet börjar! (*Vi vill ha överblick, bli kompis med boken*)

## Lokaliseringsläsning

Lokaliseringsläs när du vill hitta en speciell uppgift snabbt och för att spara tid.

## Intensivläsning

Läs alltid om möjligt med färgpenna (överstryknings-) i hand och markera nyckelord och nyckelmeningar. Då kan du snabbt hitta tillbaka och bekräfta det du redan vet.

Anteckningar från makarna Curies  
laboratorium.  
Pierre till vänster och Marie till höger.  
De antecknade alltid i samma bok!



I **matematik** jobbar vi med arbetsminnet

vi **härmar medvetet**. Hur har man gjort? **Mönster?**

Gör **parallelluppifter** för att få rutin/mönster.  
Skriv stort, tydligt och lämna mellanrum (*snåla inte*).

Försök **förstå** hur man gjort så att du kan lagra det i långtidsminnet

Det gäller att förstå **angreppssätt** för att lösa uppgifter med text (benämnda) så att arbetsminnet kommer igång.

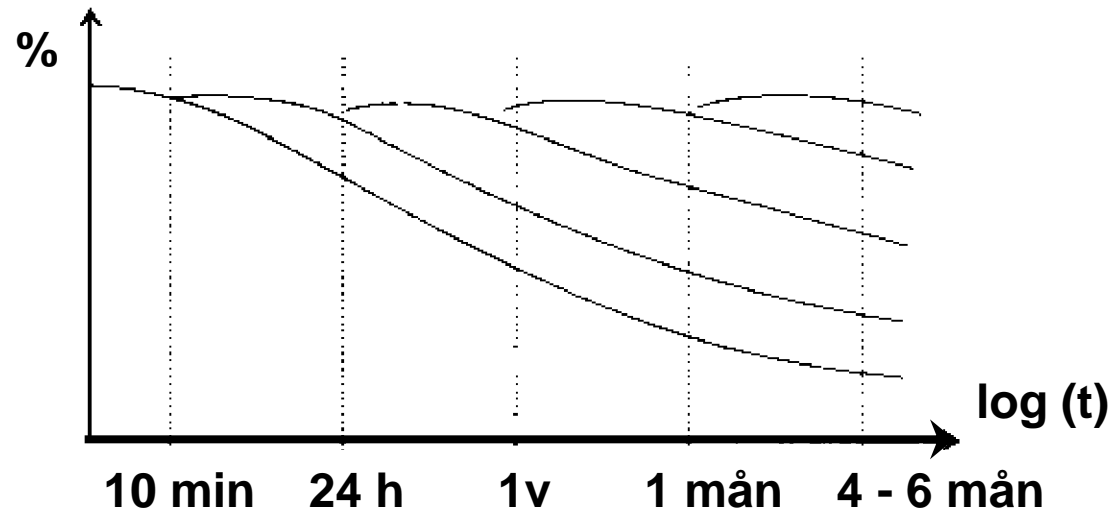
Öva, öva, öva repetera, repetera!

Lär dig lite åt gången, men ofta dvs. ta pauser.

Ingen orkar studera dygnet runt.

Låt det inte gå för långt emellan studiestunderna.

## Glömskekurvan



Lämpliga repetitionsintervall för att motverka glömskan

**Tills sist:**

**Tänk positivt och coucha dig själv!**

**Ta om möjligt bort störande moment och glöm ordet senare!**