



STUDIETEKNIK

Heurika





VAD ÄR STUDIETEKNIK?

Studieteknik är metoder och tekniker som används i syfte att underlätta och förbättra teoretisk inläring.

Det inkluderar exempelvis;

- lärstilar, hjärnan och minnet
- studievanor, planering och målfokusering
- kommunikation och gruppdynamik
- problemlösning



INLÄRNINGSTILAR

Individer använder sig sällan av det ena eller andra sättet att lösa problem.

För att kunna lösa problem på ett effektivt sätt bör eleven förstå vilken inlärningsstil som är dominant hos dem och vad som kan utvecklas.

Kunskapen om vilken inlärningsstil du har gör att du kan anpassa stilen till situationens krav.

Kan jag tänka och agera
på något annat sätt?

INLÄRNINGSTILAR



VISUELLA MÄNNISKOR

Lär sig genom att se bilder, diagram, modeller och andra bildbaserande fakta. De tänker gärna i bilder.

INLÄRNINGSTILAR



AUDITIVA MÄNNISKOR

Lär sig genom att lyssna, prata och tänka högt. De kommer ihåg vad någon sagt till dem. De lyssnar gärna på musik när de lär sig och de arbetar gärna tillsammans med andra.

INLÄRNINGSSSTILAR



TAKTILA MÄNNISKOR

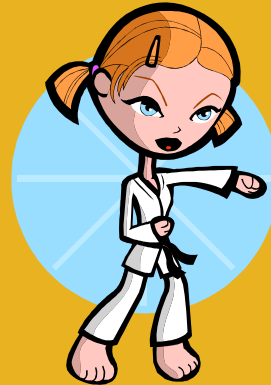
Lär sig genom att använda sin känsel så mycket som möjligt. De tycker om att arbeta med händerna och skapa något. De arbetar gärna med datorer och maskiner.



Fredrika Bremer
GYMNASIERNA

HEURIKA

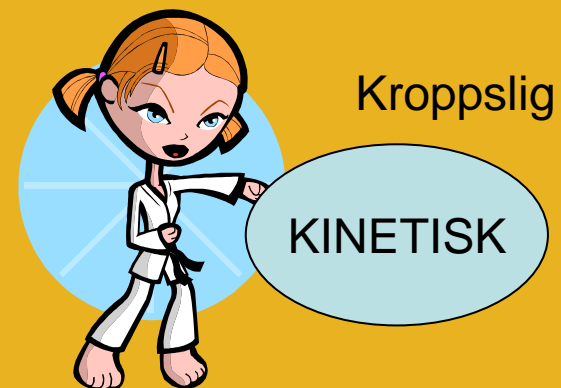
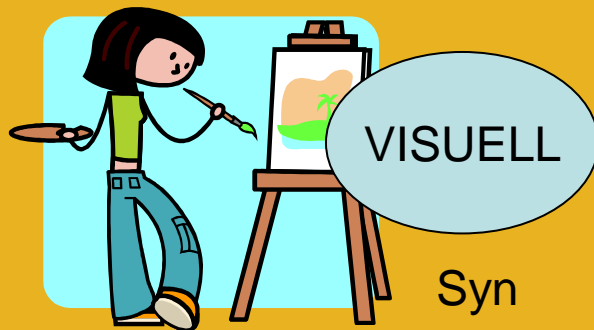
INLÄRNINGSTILAR



KINETISKA MÄNNISKOR

Lär sig genom att pröva det de ska lära sig. De vill känna sig fram. De tänker bra när de rör på sig och gillar att testa och bygga saker. De vill lära sig saker genom att göra dem själv.

VILKEN INLÄRNINGSSSTIL HAR DU?



Prata med två kompisar bredvid dig om hur du lär dig bäst!



STRUKTURERING AV STUDIERNA

- Planera din tid.
- Ha ordning på sakerna- mappar med olika färger, penna, block och kalender får du som börjar ettan på Heurika.
- Förbered dig.
- Ät, sov och rör dig!
- Be om hjälp.
- Anteckna på lektioner.
- Vänta inte med att plugga till trean, då är det försent!



STUDIEVANOR

Gör enkäten som du fått. Tänk inte för länge utan fyll i snabbt.

Jämför gärna resultatet av dina svar med din bänkkompis.

Är det lika eller olika?



MINNESKNEP

Den som endast **hör** information minns bara ca 20 %.

Den som **hör** och **ser** minns ca 50 %.

Den som får höra , se och göra minns ca 70 %.





MINNESKNEP

Minnet vilar på fyra hörnpelare under en inlärningsperiod:

- Början och slutet av inlärningsperioden
- Det som är avvikande
- Det som repeteras och som kan associeras till bilder eller tidigare kunskap.

**VIKTIGT ÄR ALLTSÅ ATT KOMMA I TID TILL
LEKTIONER SAMT VARA VÄL FÖRBEREDD MED
DET MATERIAL SOM SKA ANVÄNDAS!**



MINNESKNEP

- Repetera så snart som möjligt, helst inom en timme. En snabb genomläsning räcker för att behålla informationen i minnet upp till tre dygn.
- Repetera igen inom ett dygn så behåller du informationen i minnet upp till en vecka.
- Efter ungefär en vecka bör repetitionen upprepas, sedan inom tre till fyra veckor och därefter en gång i månaden tills du känner att det inte behövs längre.

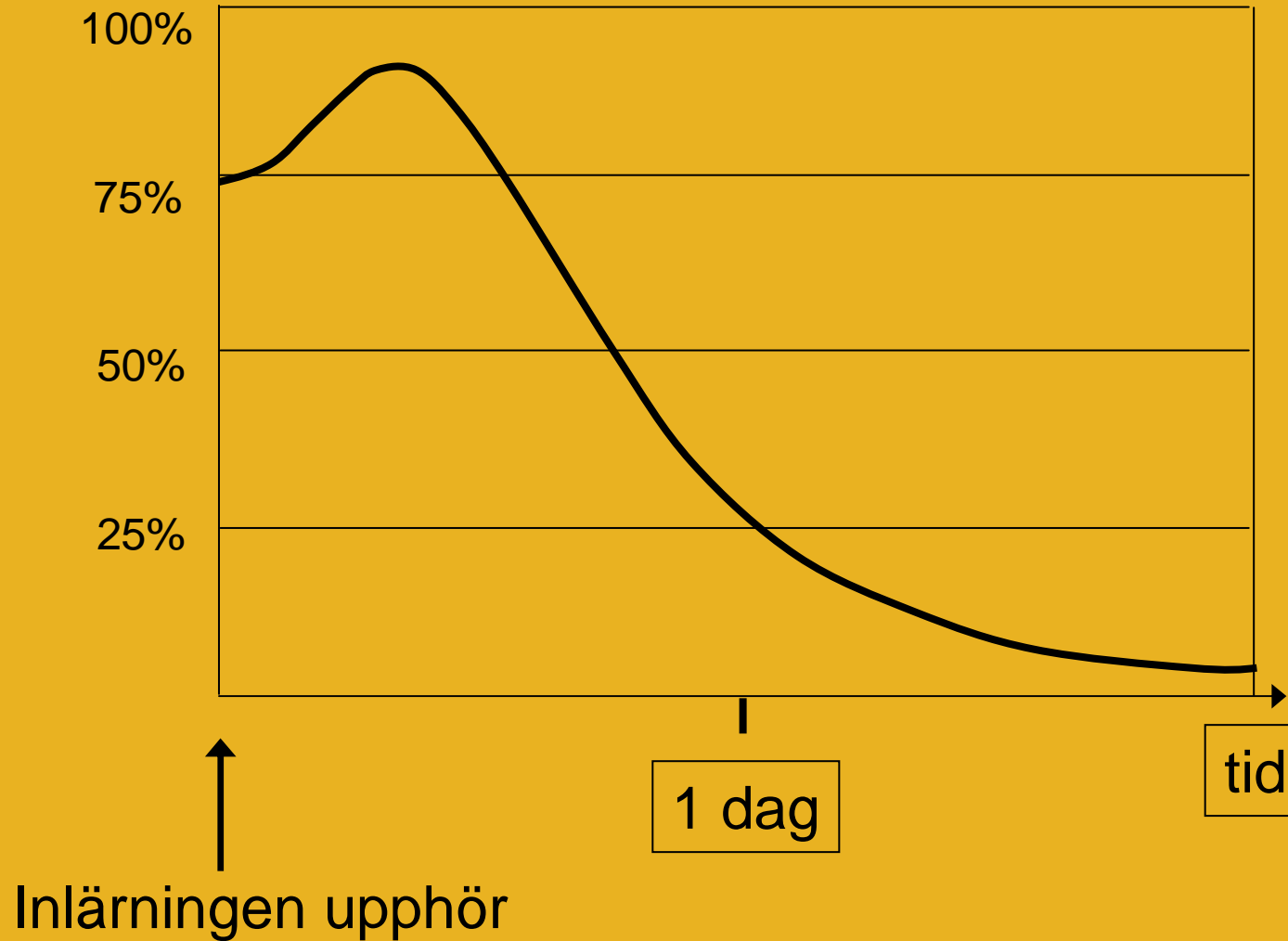
REPETERA, REPETERA, REPETERA.....



Fredrika Bremer
GYMNASIERNA

HEURIKA

MINNET — totalt ihågkommen mängd

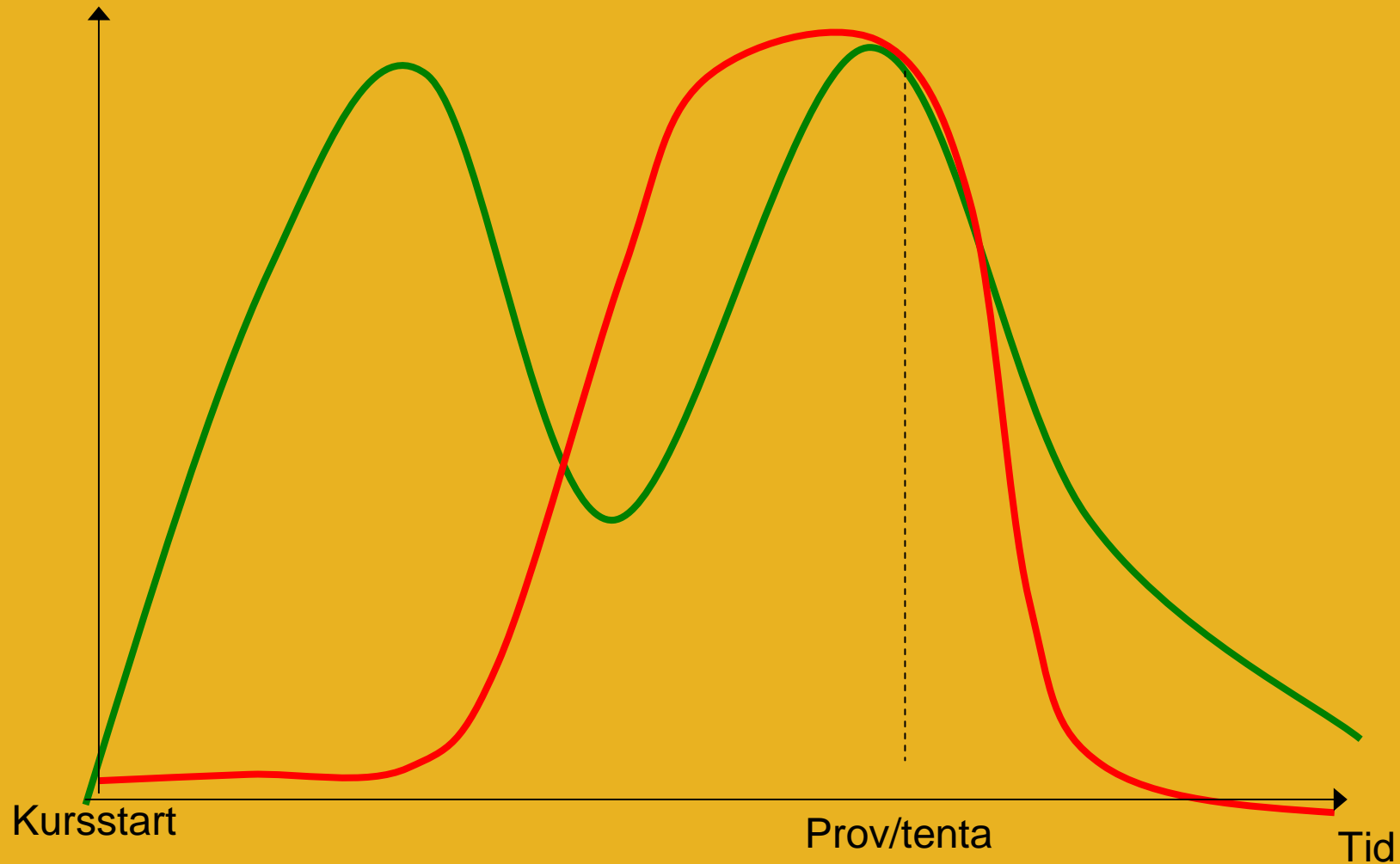




Fredrika Bremer
GYMNASIERNA

HEURIKA

LÄR SOM EN **KAMEL** INTE SOM EN **DROMEDAR**





Fredrika Bremer
GYMNASIERNA

HEURIKA

MINDMAPPING

Vänster hjärnhalva

Den akademiska

- språk
- ord
- logik
- analys
- förklararen
- tidsuppfattning



Höger hjärnhalva

Den konstnärliga

- färg
- form
- bilder
- fantasi/kreativitet
- teckna/måla
- intuition
- musik/rytm
- drömmar
- känslor

Under skoltiden använder vi ca 90 % av

vänster hjärnhalva!



Fredrika Bremer
GYMNASIERNA

HEURIKA

MINDMAPPING

Enligt ny forskning tyder mycket på att vi genom att stimulera **höger hjärnhalva** även kan utvecklas inom områden som **vänster hjärnhalva** arbetar med.

En grupp elever i USA fick fortsätta med sin vanliga skolgång medan en annan grupp fick ägna ett par timmar i veckan åt att spela fiol.

Resultatet blev att den fiolspelande gruppen förbättrade sina matematiska förmågor betydligt mer än den ickespelande gruppen!





MINDMAPPING

Första steget mot mindmapping är ett mellanting mellan vanlig **anteckningsteknik** och **mindmapping**.

Syftet är att du inte ska vara orolig för att förlora skriftlig information på vägen.

Nästa gång du ska läsa in till ett prov eller en redovisning ska du ta ett stort papper, gärna ett liggande A3.



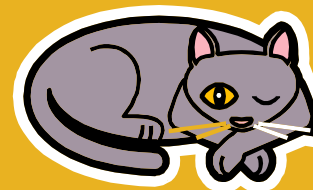
Fredrika Bremer
GYMNASIERNA

HEURIKA

MINDMAPPING

Katthona dräktig ca. 9 v.
Kattunge föds- mellan 11 och 15 cm lång, väger mellan 70 och 135 gr. Föds blinda och döva. Kan inte gå. Beroende av kattmamman för överlevnad. **3-4 v. mamman ger näring och håller dem rena.** Ungen mellan 5 och 10 d. öppnar ögonen. 2-3 v. ålder ögonen helt öppna, färgen ofta gråblå. Ungarna 4 v. tvättar sig själva, även om det inte går så bra i början. **3-5 veckor börjar äta själva. 8-10 veckor är de helt avvanda.**

Katt 25/8-10



5-10 d.

Kattunge

3-5 v.
mat

11-15
cm



Fredrika Bremer
GYMNASIERNA

HEURIKA

MINDMAPPING

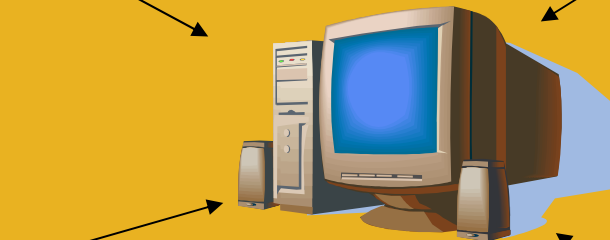
Virus

- antivirus
- skadligt
- Dr Watson

-intrång

Hacker

- koder
- lösenord



Internet

- globalt
- information
- chatta
- handla

Server

- back up
- huvuddator



MINDMAPPING

Övning

Vänd på pappret och rita symboler till följande text.



DROMEDAR (1)

Dromedaren är lätt att skilja från arten kamel eftersom den bara har en puckel. Vuxna dromedarers kroppslängd ligger mellan 2,3 till 3,4 meter, mankhöjden mellan 1,8 och 2,3 meter och vikten mellan 300 och 700 kilogram. Svansen är med en längd av ca 50 centimeter jämförelsevis kort.



DROMEDAR (2)

Pälsen är oftast sandfärgad. Djurets hjässa, nacke, hals och rygg är täckt med långa hår.

Dessa djur har en lång hals och ett långsträckt huvud. Överläppen är kluven och de springformiga näshålorna går att sluta. Dromedaren har långa ögonfransar.



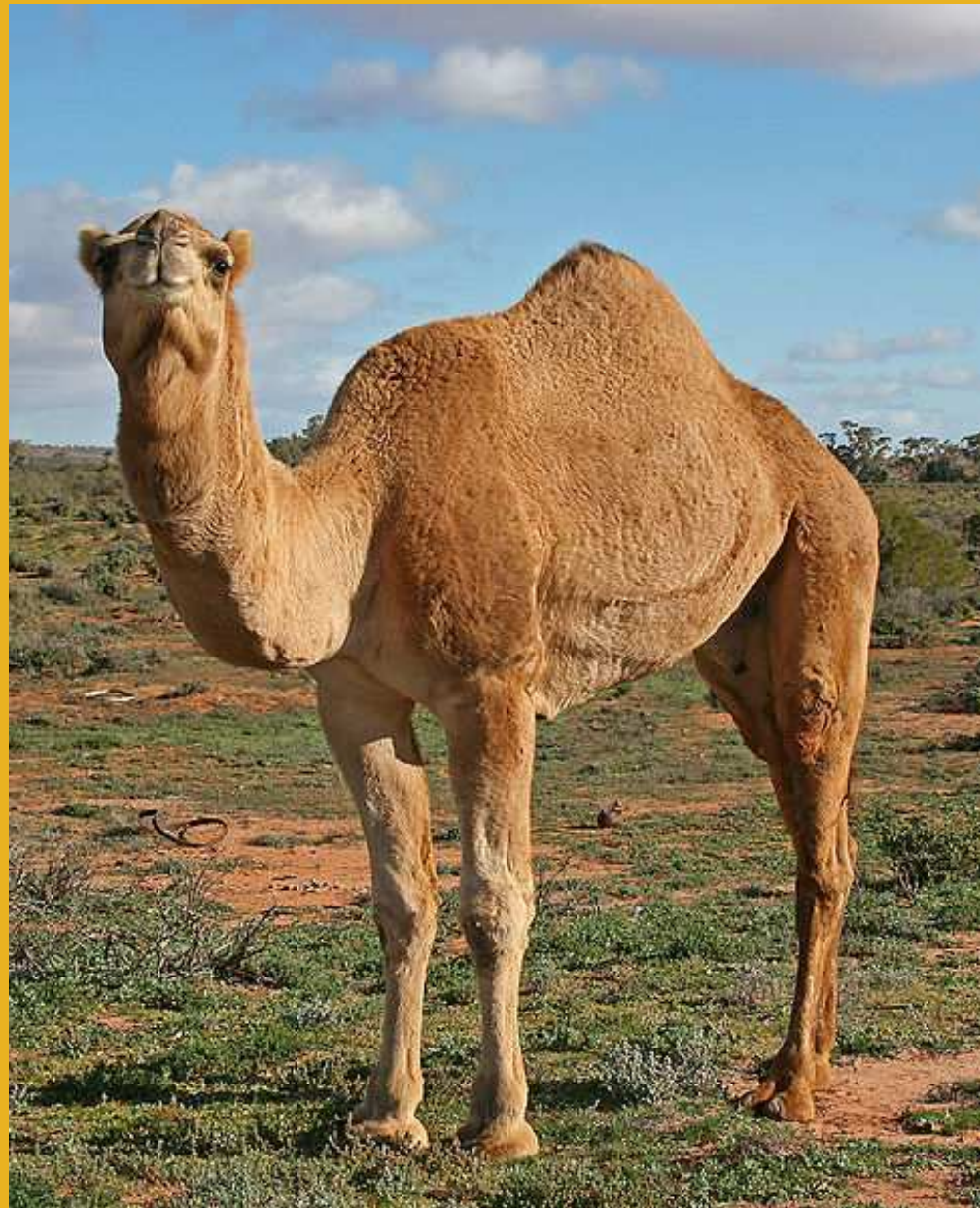
DROMEDAR (3)

Fötterna har som alla kameldjur två tår.
Även djurets mage är som de andra arterna delad i flera kamrar.



Fredrika Bremer
GYMNASIERNA

HEURIKA





3-STEGS METODEN

FÖRE, MEDAN, EFTER

Översiktsläsning

Ha koll!

- Vad handlar nästa lektion om? Skumma igenom boken.
- Lär dig använda och hitta i boken och annan litteratur.
- Läs innehållsförteckningen.



3-STEGS METODEN FÖRE, **MEDAN**, EFTER

Aktivt deltagande

- Lyssna aktivt och försök förstå.
- Följ med där läraren ligger i undervisningen – förståelsen kommer sen.
- Var tillräckligt förberedd för att kunna ställa frågor.



3-STEGS METODEN

FÖRE, MEDAN, **EFTER**

Repetera

- Läs igenom lektionsanteckningarna.
- Börja göra uppgifter från lektionsstart dvs. hoppa inte över vissa moment.



Visuell

Tar in information genom att:

- Stryka under
- Använda färger
- Symboler, kartor, grafer, diagram
- Bild, video
- Utnyttja att textsidor ser olika ut
- Lärare som använder gester och varierat språk





Auditiv

Tar in information genom att:

- Lyssna aktivt på lektioner
- Diskutera med andra
- Förklara och beskriva för andra
- Använda bandspelare
- Memorera exempel





Taktil

Tar in information genom att:

- Tycker om att använda händerna
- Ritar och målar
- Gillar att bygga
- Vill gärna fingra på saker och ting, speciellt när de lyssnar

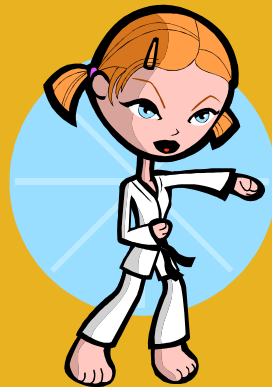




Kinetisk

Tar in information genom att:

- Använda alla sinnen
- Laborationer och exkursioner
- Höra exempel från verkliga livet
- "Trial and error" ("försök och misstag")





Studievägledare Heurika

Ulrika Fridh Bjärhall

Tfn 08-606 76 42

ulrika.fridh@haninge.se



SNABBLÄSNING

Det finns en teknik som kallas för snabbläsning eller speedreading.

Genom att träna upp sin läshastighet och läsförståelse innebär det att du minimerar antalet nedslag med ögonen i texten. Istället för att fixera ett ord i taget innebär snabbläsning att man fixerar större grupper av ord vid varje nedslag.

Avståndet från ögonen till texten bör vara ca 45 cm. och vinkeln 90 grader.

LÄS MYCKET OCH TÄNK PÅ HUR DU SITTE!



INLÄRNINGSSSTILAR

ANALYTISK

Eleven har fokus på de enskilda delarna dvs. de är fältberoende. Eleven arbetar gärna ensam under tystnad med få pauser och inget småätande. Föredrar att sitta på en stol vid en bänk med stark belysning.

HOLISTISK

Eleven behöver se helheten och har svårt att se delarna. Eleverna arbetar gärna i par eller grupp och diskuterar. Föredrar dämpad belysning och sitter gärna i fåtölj eller soffa. Gärna bakgrundsljud och småätande.