

Námstækni



fyrir Valhússkóla



Hvað er námstækni?

Góðar vinnuaðferðir svo námið gangi betur og verði auðveldara.

Til dæmis:

- Skipulagning á vinnu og tíma
- Lestraraðferðir
- Minnistækni
- Glósutækni



Skipulagning á vinnu

- Notaðu skóladagbók
- Fylgstu vel með í kennslustundum
- Finndu besta tímann fyrir heimanámið
- Vertu á ákveðnum stað að læra heima
- Byrjaðu á stórum verkefnum um leið og búið er að setja þau fyrir



Lestraraðferðir

- **Að líta yfir námsefnið (skima)**
Skoða fyrirsagnir, millifyrirsagnir, myndir, gröf og línurit
- **Lestur á texta**
Textinn er lesinn nákvæmlega, frá orði til orðs. Gera sér grein fyrir aðalatriðum og skrifa þau niður. Spyrja sig spurninga, hvað var ég að lesa?
- **Upprifjun**
Regluleg upprifjun er nauðsynleg, helst innan 24 tíma. Spurningar úr námsefninu hjálpa til við að rifja upp aðalatriði

- Þegar þú lest námsefni þarftu að reyna að:
 - Skilja það sem þú lest
 - Muna það sem þú lest
- Góð aðferð til að auka einbeitingu við lesturinn er kölluð virkur lestur



Virkur lestur

1. Lestu málsgreinina
2. Hugsaðu um efnið
3. Hugsaðu um aðalatriði
4. Hyldu málsgreinina
5. Rifjaðu upp
6. Endursegðu



Minnistækni

1. Reyndu að skilja allt sem þú ætlar að muna
2. Vertu ákveðin/n í að muna það sem þú lest eða heyrir
3. Reyndu að fá áhuga á því sem þú ert að læra
4. Notaðu sjónminni, heyrnarminni og skriftarminni
5. Búðu til myndir í huganum og tengdu skylda hluti
6. Endurtaktu, farðu yfir og rifjaðu fljótt upp

*Allt þetta hjálpar þér að festa efni í minninu,
koma því úr skammtímaminni í langtímaminni!*



Til að festa námsefnið í minni

1. Að reyna að skilja efnið vel
2. Að glósa (skrifa hjá sér)
3. Að strika undir eða nota áherslupenna
4. Að búa til spurningar
5. Að sjá fyrir sér
6. Að búa til sögu
7. Að þylja aðalatriði
8. Að rifja fljótt upp aftur



Minnistækni

- Endurtekningar
- Styttingar- og skammstafanir
- Rím, taktur
- Minnismiðar
- Minnisspjöld
- Myndræn framsetning

- Skrifaðu mikilvæg atriði á miða
- Hafðu miðana oft fyrir augunum
 - t.d. með því að hengja þá út um allt í herberginu
- Efni á minnismiða getur t.d. verið
 - stærðfræðiformúlur, skilgreiningar, þýðingar
 - sagnbeygingar, vikudagar - töluorð á erlendum málum o. fl., o.fl.



Minnisspjöld

- Mjög góð og virk aðferð, mikið notuð
- Tilgangurinn er að læra aðalatriði
- Minnisspjöldin eru geymd í vasanum eða töskunni, skoðuð í tíma og ótíma
- Alltaf aðgengileg til að rifja upp og læra betur



Minnisspjöld, frh.

Framhlið

Námsgrein

Kafl:

Spurning(ar):

Bakhlið

Svar:



Glósutækni - hvað er það?

- allt sem þú skrifar í kennslustundum eða heima þegar þú ert að læra
- að glósa þýðir að skrifa hjá sér aðalatriði eða lykilorð, spurningar eða úrdrætti úr námsefninu

Glósutækni,

hvaða gagn er af henni?

- Þú tekur betur eftir og ert virkari
- Þú manst betur það sem þú skrifar niður
- Góðar glósur hjálpa þér að rifja upp og læra fyrir próf
- Minni hætta á að þér leiðist í kennslustund, þú ert virk/ur!

Glósublað

Á spássiúna

- Stikkorð,
lykilorð,
minnis-
atriðalisti
- Frekari
úrvinnsla

Heiti námsgreinar, dagsetning
(efst hægra megin)

- Skráning á því sem
kennarinn segir eða skrifar
á töflu
- glósur með eigin orðum
- myndir/kort



Síðast en ekki síst

Nýttu tíma þinn vel

- Fylgstu vel með í kennslustundum
- Notaðu biðtíma
- Lærðu á ákveðnum stað heima
- Settu erfiðustu fögin í forgang
- Notaðu bókasöfn
- Fáðu hjálp við það sem er erfitt ef þú getur
- Láttu ekki aðra ráðskast með tíma þinn!