

Opiskelutaidot

Yhdistelmät -24



Ajanhallinta ja suunnittelu



Motivaatio ja motivaatiovarkaat

- Uni, ravinto, liikunta, jaksaminen = arjen taidot kuntoon
- Ajanhallinta ja opiskelutaidot
- Oppimisvaikeudet, stressi, kuormittava elämäntilanne
- Opiskelun merkityksellisyys, opiskelenko itseäni ja omaa tulevaisuuttani varten?



Vitkuttelu

Mukaiiltu osittain materiaalista: *Put Off Procrastinating!! Module 1: Understanding Procrastination Part 1.*



Miten vitkuttelu voi ilmetä?

Puhelin, tietokone, televisio

- somekanavien selailu
- läheisille soittelu tai viestittely
- elokuvat, tv-sarjat, muut videot
- netissä surffailu
- tietokonepelit
- ym.

Vapaa-ajan asiat

- harrastukset ja/tai liikkuminen
- kirjojen, lehtien ym. lukeminen
- siivoaminen
- läheisten näkeminen
- haaveilu

Opiskelun tai työn epäolennaiset asiat

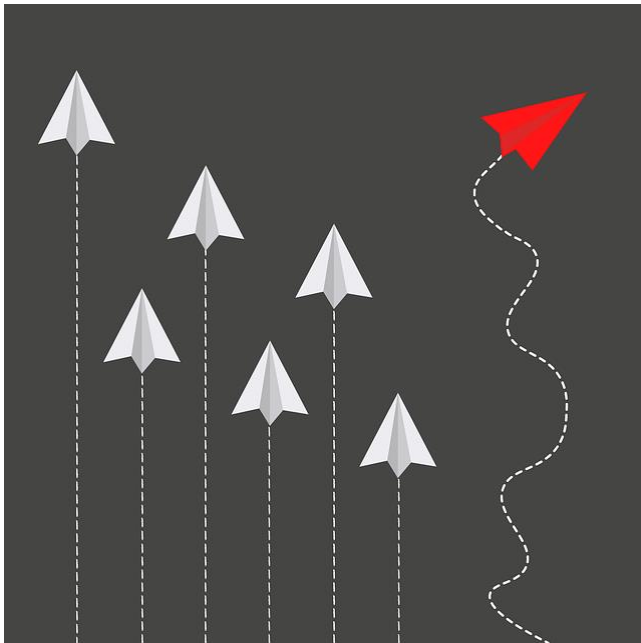
- (sähköposti)viestien selaaminen
- tehtävien selaaminen
- tekemisen suunnittelu ja kalenterointi
- esimerkiksi fonttien tai diaesityksen ulkoasun loputon viilaaminen
- muiden epäolennaisten asioiden tekeminen

Harhauttajat

- syöminen
- nukkuminen
- päihteet

Tuleeko mieleesi jotain muuta?

Näin vähennät vitkuttelua:



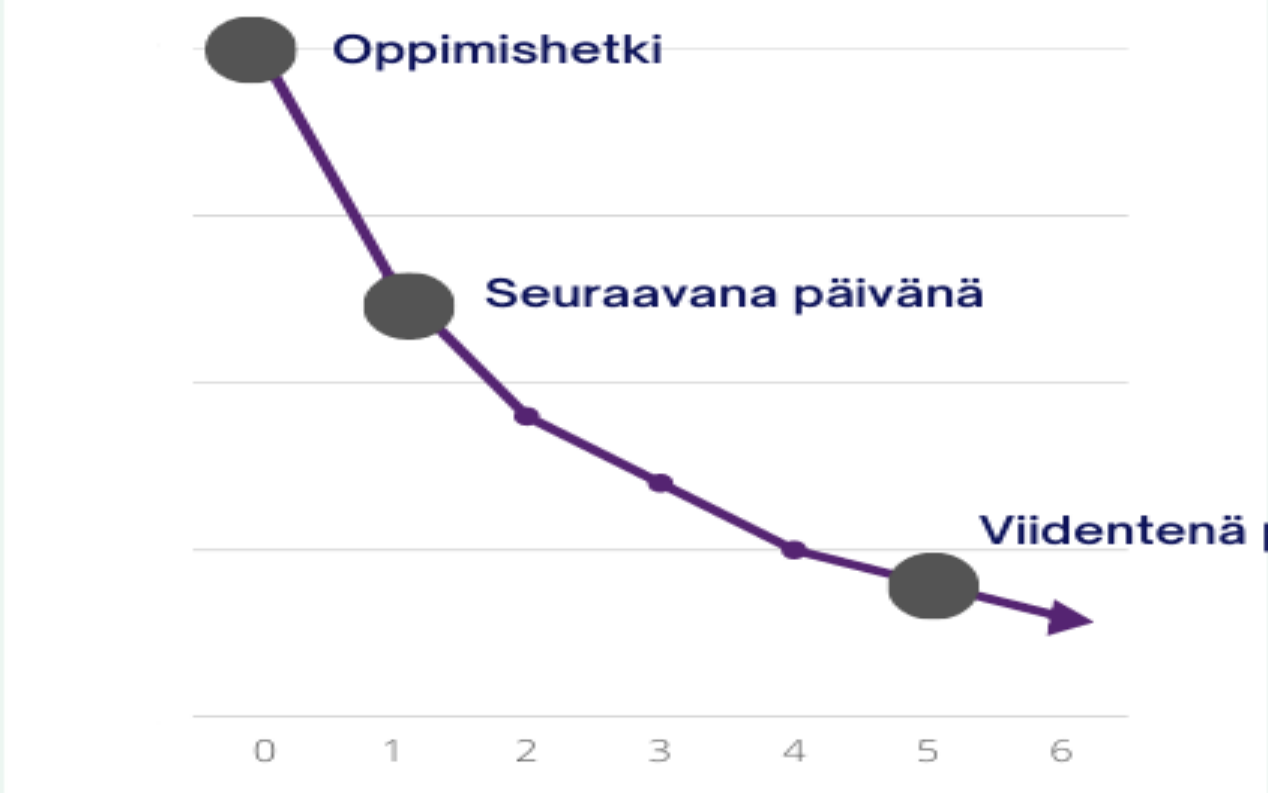
- Hyvä opiskeluympäristö
- Aloita pienestä
- Muista tauot
- Tee heti
- Priorisoi tärkeimmät
- Ikävimmästä mukavimpaan (tai päinvastoin)
- Palkitse itsesi
- Vertaistuki, tee yhdessä

Unohtamiskäyrä

Miten nopeasti asiat unohtuvat kertaamatta?



Muisti



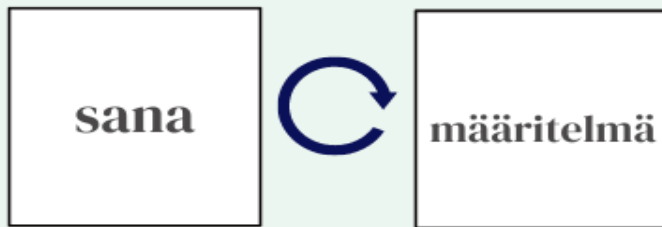
Aika (p.)

Sisällysluettelo & Johdanto

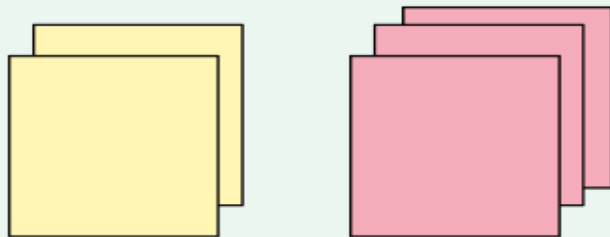
Silmäily

Syventyminen

Kertaus



Värejä voi käyttää esim. eri sanaluokkien ja aiheiden ryhmittelyyn.



Kortit kannattaa opiskella molemmin päin.



Muistikortit lyhyesti

Muistikortit (flashcards) ovat yksi aktiivisen oppimisen menetelmistä. Niiden teho opiskelussa perustuu kertaamiseen eli aktiiviseen mieleen palauttamiseen.

Muistikortin toiselle puolelle tulee sana/termi/aihe/kysymys ja toiselle vastaus. Muistikortteja voi käyttää melkein pä minkä vain opiskelussa.

Muistikortteja voit tehdä joko käsin tai sähköisesti (esim. Quizlet, Cram, eri sovellukset). Muistikorttien avulla pystyt kertaamaan nopeasti, mitä muistat ja mitä et.



Cornell Notes lyhyesti

A4 jaetaan kolmeen muistiinpanokenttään ja kirjoitetaan ylös aihe/otsikko.

Opiskelun yhteydessä (lukiessa, luennolla) kirjoitetaan olennaiset asiat 1. kohtaan.

Pian tämän jälkeen palataan muistiinpanojen äärelle ja kirjoitetaan 2. kenttään esimerkiksi olennaiset käsitteet ja nostot.

Lopuksi tehdään omin sanoin tiivistelmä 3. kohtaan.

Aihe

2) Avain- sanat

Tehdään melko pian 1. vaiheen jälkeen:
-kokonaiskuva
-käsitteet
-pohdintoja
-huomioita

1) Muistiinpanot

Kirjoitetaan opiskelun aikana:
-pääasiat
-tiivistetyt asiat
-listat
-asiat, jotka jäivät epäselviksi.

Voi hyödyntää värejä, piirroksia kaavioita.

3) Tiivistelmä

Tehdään lopuksi tiivistelmä aiheesta omin sanoin.

Kielten oppiminen

- Muistisäännöt SPOTPA
- Opettele fraaseja
- Tv, musiikki, some, podcastit
- Käytä kieltä
- Tekoäly

Miten muodostaa sanoista mielikuvia?

Esimerkkejä yhdyssanoista



en jordgubbe = mansikka

Suora käännös sanasta jordgubbe on "maaukko" (jord=maa, gubbe=ukko).



ett tandkött = ien, ikenet

Suora käännös sanasta on hammasliha (tand=hammas, kött=liha). Englanniksi sana gum tarkoittaa niin ikeniä kuin purukumia.



tjuvlyssna = salakuunnella

Suora käännös on, että *varas kuuntelee* (tjuv=varas, lyssna=kuunnella). Salakuuntelussa siis ruotsiksi varastetaan kuuntelua.



Tukea opiskeluun:

- Tukipajat ma ja ke klo:16.30 - 17.50 iltalukiolla (matematiikka, englanti, ruotsi, äidinkieli, S2)
- Aineenopettajan tukiopetus
- Erityisopettajan ja opinto-ohjaajan tuki
- Opiskeluhoolto
- Printtikirjat, Celia äänikirjat
- Erityisjärjestelyt ylioppilaskokeessa

