

MÅL för LÄRANDE

Hjärnan och minnet

Neuroner

- Vad är en neuron?
- Vad är en synaps?
- Varför är det bra att ha många synapser och hur får vi fler?

Jag kan



Delmål 1

Hippocampus

- Vilka är hippocampus huvudsakliga uppgifter?
- På vilket sätt kan vi få hippocampus att hjälpa oss minnas?

Delmål 2

Amygdala

- På vilket sätt hjälper amygdala oss att minnas?
- Hur kommer det sig att amygdala kan göra det svårt för oss att lagra ny kunskap?

Delmål 3

Frontalloben

- Varför är frontalloben så viktig då vi t.ex. gör skolarbeten?
- Hur kan vi träna vår frontallob?

Delmål 4

Minnet

- Vad är korttidsminne?
- Vad är långtidsminne?
- Hur kan vi få ett korttidsminne att bli ett långtidsminne?
- Vad kan vi göra för att lättare minnas det vi lärt oss?

Delmål 5

MÅL för LÄRANDE

Studietekniker

Förbereda

- Varför är det bra för oss att sätta upp mål och delmål för det vi ska lära oss?
- Vad är kunskapskrokar och varför är de bra att skapa?
- Vilka fokustjuvar har du och varför ska du se till att göra dig av med dem innan du börjar jobba med skoluppgifter?

Jag kan



Delmål 6

Plugga

- Hur många saker kan vi fokuserat tänka på tillika? Vad behöver vi göra för att ge hippocampus en chans att lagra en ny kunskap i hjärnan som ett minne?
- Varför är minnesbilder bra att använd sig av då man ska lära sig något?
- Vad innebär det att sprida ut sitt pluggande? På vilket sätt kan det hjälpa oss att minnas?
- Hur ofta behöver vi ta en paus då vi jobbar för att hjärnan ska orka? Vad kan man göra under pausen?

Delmål 7

Befästa

- På vilka olika sätt kan vi repetera det vi lärt oss? Hur ofta behöver vi repetera det vi lärt oss för att på riktigt minnas?
- Vad gör man då man återberättar? På vilket sätt hjälper återberättandet oss att minnas?

Delmål 8