

ANTECKNA när du läser eller lyssnar

INFÖR	UNDER	EFTER
<ul style="list-style-type: none">• Förbered dig genom att ta reda på vad boken eller föreläsningen handlar om:<ul style="list-style-type: none">○ Ämnesområde, delaspekt som belyses○ Viktiga termer och begrepp○ Centrala idéer i ämnet• Vad förväntas du lära dig? Kolla kursmålen och stryk under huvudteman och instruktionsord.• Se till att du har:<ul style="list-style-type: none">○ Ett anteckningsblock, A4, gärna med blanka sidor○ En penna för anteckningar samt färgpennor.○ Din mobiltelefon för att kunna fotografera vissa av föreläsarens anteckningar på tavlan eller powerpointbilder• Använd <i>ett</i> block per ämne eller sätt in färdiga anteckningar i en pärm med register.• Om du antecknar på dator, skapa mappar för att systematisera ditt material.	<ul style="list-style-type: none">• Börja med att skriva föreläsningens tema, föreläsarens namn samt datum.• Ställ in dig på att lyssna så att inte antecknandet gör att du missar information.• Anteckna luftigt så att du sedan kan komplettera.• Var selektiv: anteckna nyckelord som du kan sedan kan "läsa upp" minnet med.• Fokusera på kärnord och kärnmeningar.• Skapa egna förkortningar.• Använd symboler: pilar, cirklar, utropstecken, frågetecken etc.• Använd färger för att kategorisera innehåll.• Rita när det är lämpligt.• Använd ev. tankekartor.• Markera (med en symbol) om det är något du inte riktigt förstår och behöver kolla upp.• Uppmärksamma information som upprepas eller som läraren skriver på tavlan.	<ul style="list-style-type: none">• Läs igenom dina anteckningar inom 24 timmar.• Renskriv vid behov.• Komplettera informationen där du tycker att det behövs för att du ska förstå.• Sammanfatta, både högt för dig själv och i skrift.• Försök hitta egna förklaringar i stället för att enbart memorera andras.• Formulera frågor på innehållet som du sedan besvarar med egna ord. Diskutera även frågorna med kurskamrater.• Planera in repetitionstid (15-30 minuter per tillfälle) då du går igenom dina anteckningar.• Fokusera på kärnord, kärnmeningar och sammanfattningar när du går igenom dina anteckningar. <div data-bbox="1585 1182 1888 1390" style="border: 2px solid green; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"><p>Tolka Analysera Sök samband Relatera</p></div>

