

**Kapittel 1**

**A Tilleggsoppgave(r)**

**Fordypningsoppgave studieteknikk**

**Til lærer: Denne oppgaven kan passe godt som en første gruppeoppgave. Studentene arbeider i grupper, og hver gruppe lager en PowerPoint, Prezi eller annen digital presentasjon og legger fram ett av følgende emner:**

**a. Smarte lesetips**  
Gruppa presenterer delkapitlet «Aktiv lesing» (s.23-24) – gjerne supplert med noen egne tips om smarte lesemetoder.  
Forslag til kilder: læreboka og artikkel/artikler på studenttorget.no, for eksempel: <http://www.studenttorget.no/index.php?show=41&expand=3795,41&artikkelid=14378>

**b. Maslows behovspyramide**  
Gruppa gir en litt grundigere presentasjon av Maslows behovspyramide enn den som står i læreboka.   
Forslag til kilde: <http://ndla.no/nb/node/75499>

Det fins selvsagt også mange andre nettsteder der Maslows pyramide er omtalt.

**c. Om fysisk aktivitet og læring**Gruppa kommer med noen tips og råd om hva slags fysisk aktivitet som kan fremme læring.   
Forslag til kilde: Artikkel «Melkesyre kan trigge nye hjerneceller» <http://forskning.no/menneskekroppen-hjernen-trening-biologi/2013/06/melkesyre-kan-trigge-nye-hjerneceller>

**d. Faktorer som påvirker hukommelsen**Gruppa presenterer forskjellige forhold som påvirker hukommelsen positivt og negativt.  
Forslag til kilde: Podcast (8 min): Hvordan få god hukommelse <http://forskning.no/aldring-menneskekroppen-hjernen-overvekt-royking/2013/06/hvordan-fa-god-hukommelse>

**e. Glemselskurven og hukommelsens tre stadier**

Gruppa presenterer noen tips om hvordan vi kan sørge for å huske best mulig.

Forslag til kilde: Intervju med forsker.   
<http://forskning.no/hjernen-skole-og-utdanning/2009/12/hvorfor-husker-vi-ikke-det-vi-laerer-pa-skolen>

**f. Om gode studievaner**

Gruppa presenterer noen råd fra eksperter.

Forslag til kilde: «Ni studieteknikker som fungerer» <http://www.studenttorget.no/index.php?show=41&expand=3795,41&artikkelid=14031>

**g. Stillesittingens forbannelse**  
Gruppa gjør rede for hva som skjer med kropp og hjerne når vi sitter stille.

Forslag til kilde: «Gå og bli smart»   
<http://forskning.no/hjernen-trening/2012/06/ga-og-bli-smart>

**h. Oppbygning og grafiske virkemidler i ei lærebok**

**(Norsk for fagskolen, side 21-22)**

Gruppa presenterer ei lærebok i et annet fag enn kommunikasjonsfaget og viser hvordan boka er bygd opp og hvilke virkemidler som er brukt for å strukturere innholdet og for å framheve nøkkelord.