

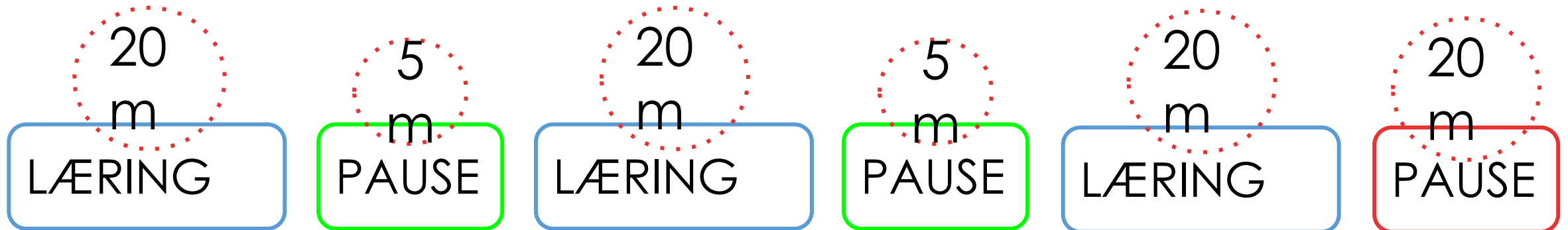
1. Lær når du kan konsentrere deg ordentlig

Når på dagen kan du lettere konsentrere deg?
Lær i løpet av den tiden!



Tips: Gå gjennom stoffet én gang til før du legger deg!

2. Lær med rytme



Tips til pausen:

ikke bruk smarttelefon eller TV, vær aktiv og få frisk luft!

3. Aktiver alle sanser

Mennesker husker i gjennomsnitt:

10 % av det de leser

20 % av det de hører

30 % av det de ser

50 % av det de hører og ser

70 % av det de sier selv

90 % av det de føler



Tips: Du er kanskje en som husker mer ved å visualisere ting eller høre dem, men jo flere sanser du aktiverer, jo lettere blir det å lære!

4. Bruk mnemoniske strategier

For eksempel: Hjelp sinnet ditt til å huske nye ord ved å koble dem til ord som høres like ut eller grammatiske regler ved å lage et rim eller bruke akronymer!



5. Snakk med deg selv

Det høres kanskje rart ut, men det er det ikke ... Det er faktisk nyttig!

Mens du snakker med deg selv, øver du på ordene du har lært og du blir vant til å uttale dem.

Når du gjør det, vil du også legge merke til hvilke ord du ikke kan ennå! Da vet du hvilke ord du bør lære videre!

6. Spill med kartotekkort

Ta noen lapper og skriv:

*ordet på ditt språk på forsiden og
ordet på målspråket på baksiden.*



Klar til å spille? Ta kortstokken du har laget, og sjekk én etter én hvilke ord du allerede husker. Legg hvert kort du gjetter riktig bakerst. Hvis du ikke husker det legger du kortet i midten av kortstokken. Du vinner spillet når du husker alle!

7. Post-it-lapper OVERALT!

Hvordan sier du seng, lampe, tannkrem, glass osv.?

Skriv oversettelsen på en post-it-lapp, og klistre på gjenstander du har hjemme slik at du vil se dem ofte og dermed øve jevnlig!



8. Knytt ord til bilder

Det er lettere å huske nye ord hvis du forbinder dem med noen bilder. Du kan visualisere dem i tankene dine, eller enda bedre – lage noen enkle tegninger selv eller lage et collage med bilder hentet fra gamle blader.



9. La kunsten støtte deg!

Har du noen gang hørt på musikk mens du lærer? Prøv med forskjellig type musikk, finn den rette stemningen for deg!

En annen kunstrelatert teknikk? Skissér tilfeldige ting mens du gjentar ord høyt!

10. Øk kontakten med målspråket ditt



- **Snakk** med folk som snakker det, uten å skamme deg hvis du sier noe feil eller har feil uttale! Hvem bryr seg, du gjør ditt beste! La oss ta det med ro og ta det som en mulighet til å le sammen!
- **Lytt** til sanger (*lær tekstene og syng dem*), podcaster, serier og filmer (*prøv med undertekster på samme språk*)
- **Les** nyheter, tegneserier eller bøker