

# Nemandinn „Ég“

Í þessu verkefni eigið þið að velta fyrir ykkur hvernig þið takist á við nám ykkar og hvernig námsmenn þið eruð.

## Hæfniviðmið

- Gert sér grein fyrir eigin styrkleikum og veikleikum og tekið ákvarðanir á grunnni þeirrar sjálfspekkingar.
- Ígrundað eigin getu til aðgerða og gert sér grein fyrir afleiðingum gerða sinna eða aðgerðaleysis.
- Sýnt sjálfsaga, sjálfstraust og virðingu í margvíslegum samskiptum og samstarfi við ólíka einstaklinga

Mikilvægur þáttur í öllu námi er að nemendur læri að þekkja sjálfan sig og verði meðvitaðir um hvaða þættir hafa áhrif á námsárangur og að ígrunda: *Hvernig nemandi er ég – hvernig nemandi vil ég vera?*

Markmiðið er að fá nemendur að kynna sér hugtökin fastmótað hugarfar, vaxtar hugarfar, og fleiri hugtök sem tengjast leiðsagnarnámi, tína saman 10 atriði og miðla þeim áfram til annarra, svo aðrir hafi gagn af, í formi upplýsingaplakats eða rafræns infographs.

Verkefnið ykkar er að hanna veggspjald/inforgraph um námstækni og kynna fyrir samnemendum.

Nemendur vinna 2-4 saman

## Námsmarkmið

- Hugleiða hverskonar námsmenn nemendur eru
- Hanna veggspjald eða rafrænt infograph
- Kynna verkefnið fyrir hópnum

## Dæmi um þætti sem snúa að námsumhverfinu

- Læri ég betur í hljóði eða finnst mér betra að hafa tónlist í eyrunum (þá er líka gott að spyrja hvernig tónlist er best að hafa?).
- Sumum finnst betra að læra einir á meðan aðrir koma engu í verk án þess að hafa námsfélaga með sér.
- Algengt er að einstaklingur vilji byrja á að taka til hjá sér (hafa hreint í kringum sig) áður en byrjað er að læra.
- Læri ég betur heima hjá mér, í skólanum eða annarsstaðar?
- Fjarlægja truflun. Þessi þáttur höfðaði til nemenda, þ.e.a.s að fjarlægja truflunina sem fylgir símanum.

## Dæmi um þætti sem snúa að námstækni einstaklingsins.

- Pomodoro aðferðin 🍅. Hentar mér að vinna í 20 mínútur – taka pásu í 10 mín – vinna aftur í 20 mínútur og pásu. Þetta er endurtekið nokkrum sinnum. Mæli með að áhugasamir lesi sig til um þessa aðferð.
- Glósutækni. Það eru til margar glósuaðferðir. Sumir skrifa niður allt sem þeir lesa eða eru að hlusta á eða bara stikkorð/hugmyndir/spurningar. Öðrum finnst betra að ræða við aðra um það sem er verið að ræða. Aðrir vilja hreinlega hafa myndir og teikningar af því sem þeir eru að glíma við.
- Flashcards og hugarkort.
- Hólfa niður tímann sinn.

## Dæmi um aðra þætti sem eru skilyrði eða undirstöður fyrir námi.

- Hugarfar. Þessi þáttur býður upp á góða umræðu um vaxtar hugarfar eða fastmótað hugarfar. Líklega tengja flestir við fastmótaðar hugsanir (t.d ég get þetta ekki; ég er ekki góð/ur í þessu o.sfrv.)
- Stuðningur.
- Hvatning.
- Næring. Fyrir flestum skiptir miklu máli að vera vel nærð/ur eða eiga góðan mat til að geta gripið í.
- Hvíld.

Til að eiga möguleika á að fá B+ eða A	Til að eiga möguleika á að fá C+ eða B	Til að eiga möguleika á að fá C
10 atriði sem ykkur finnst skipta máli til að verða betri námsmenn	10 atriði sem ykkur finnst skipta máli til að verða betri námsmenn	10 atriði sem ykkur finnst skipta máli til að verða betri námsmenn
Myndskreytt (teiknaðu myndir gefa fleiri stig)	Myndskreytt (teiknaðu myndir gefa fleiri stig)	Myndskreytt (teiknaðu myndir gefa fleiri stig)
Hvetjandi og grípandi	Hvetjandi og grípandi	
Skýrt, frumleg, slagorð	Skýrt, slagorð	Skýrt
Útskýrið fastmótað hugarfar og vaxtar hugarfar með skýringarmynd	Útskýrið fastmótað hugarfar og vaxtar hugarfar með skýringarmynd	Útskýrið fastmótað hugarfar og vaxtar hugarfar með skýringarmynd
Gagnvirkt veggspjald t.d. Qr kóði	Kynningin gekk vel	Kynningin hefði getað gengið betur
Hópavinna var óaðfínnanleg	Hópavinnan gekk vel	Hópavinnan hefði getað gengið betur
Verkefni var skilað á réttum tíma	Verkefni var skilað á réttum tíma	

Ýmislegt efni er til bæði á Pinterest, Google og YouTube með því að leita study techniques, study hax, tips for learning o.sfrv.

Growth mindset-fixed mindset

## Mojo- Growth Mindset

### [Growth Mindset - Episode 1/5](#)

### The power of "yet"

### [The Power of YET](#)

**Do my thoughts (exercise, diet, sleep, etc) influence me as a student?  
What can we do about it?**