

## Plugga bäst under press?

I många år när elever sagt "jag pluggar bäst under press" har jag faktiskt trott på eleven. Eleven vet ju bäst! Men tänk om eleven aldrig provat andra sätt? Som lärare vill jag veta att eleven provat sig fram. Med andra ord ska mer fokus ligga på HUR elever studerar. Här kommer några tankvärda meningar för den som aldrig pluggat LUGNT. Min inspiration till skissen nedan har jag fått av författarna till boken *Inläring och omvärldsuppfattning* av Ference Marton, Lars Owe Dahlgren, Lennart Svensson och Roger Säljö.

## Varför ska man plugga LUGNT?

### PRESS

Jag pluggar så nära provet som möjligt.

Jag väljer ut några få bitar att läsa, jag menar tiden ska ju räcka till. Det är ju bara några dagar kvar till provet. Jag kommer aldrig hinna läsa allt. Bäst att börja sortera bort några bitar.

Eftersom jag pluggar under tidspress hinner jag bara fokusera på delar av innehållet. Jag pluggar in delarna i detalj.

Jag känner mig stressad då jag måste läsa många timmar sista dagen innan prov. Jag måste ju trycka in så mycket som möjligt på kort tid.

Jag hinner bara plugga, det finns ingen tid över till att tänka.

Jag hinner bara stryka under och anteckna lite i texten jag läser.

Jag har så fullt upp med att plugga att jag inte hinner diskutera med andra om det jag läst och lärt.

Det finns ingen tid att repetera. Det finns ingen tid över till att kolla vad jag lärt mig.

Jag riskerar att ha en dålig dag eller bli sjuk dagen innan jag behöver plugga som mest.

### LUGN

Jag börjar planera HUR och VAD jag ska plugga så fort jag får datumet för provet. Jag planerar så att jag får mycket tid för plugg.

Eftersom jag har lång tid på mig kan jag läsa ALLT i lugn och ro.

Jag pluggar lugnt och hinner fundera på hur alla delarna hänger ihop. Jag hinner tänka mycket och få en helhetsbild. Jag har tid över till att "tänka med" författaren.

Jag läser i lugn och ro och väljer att läsa i korta pass utspritt över en längre tid.

Jag har gott om tid. Jag kan i lugn och ro tänka mycket kring det jag läser.

Jag hinner stryka under och anteckna både i boken och på ett särskilt papper. Jag hinner gott och väl också sammanfatta allt jag tänkt och lärt mig på ett särskilt papper.

Jag har gott om tid och kan vid flera tillfällen diskutera med andra om det jag läst och lärt. Jag hinner dessutom få feedback av de som lyssnar.

Jag har gott om tid att repetera. Jag kan i lugn och ro kolla upp om jag har lärt mig tillräckligt.

Dagen innan prov får min hjärna vila. Jag har läst i lugn och ro och känner att jag har läget under kontroll.