



## Tekniskt blad för mentorer



### 1. ANPASSA MIN LÄRANDEPLAN

Mentorvention	Dimension	Varaktighet (minuter)	Antal deltagare (min/max)
Förelägningsmöte	<b>Översyn &amp; Anpassning</b>	45 min	2-5
<b>Learning-2-Learn-dimensions-element</b> (hitta innehållet i 5 L2L-dimensionerna <a href="https://docs.google.com/document/d/1xSC3DpKGDpWwcKdSTnx4SnKsPmMQMG50/edit">https://docs.google.com/document/d/1xSC3DpKGDpWwcKdSTnx4SnKsPmMQMG50/edit</a> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>- utvärdera framstegen</li> <li>- Anpassning av strategier.</li> <li>- växa genom sina misstag.</li> <li>- Att tillskriva framgång till ansträngning.</li> <li>- utveckla uthållighet, ta tillvara på möjligheter, få tillgång till hjälp över tid.</li> </ul>		
<b>Tags</b> (för google-sökningar)	learn to learn, anpassa lärandestrategier, effektivt lärande, intervju, dialog, mentorskap		

#### Aktivitetens syfte

**Beskriv vad aktiviteten kommer att göra/hjälpa till att utveckla hos adepten.**

*Syftet med den här aktiviteten är att hjälpa dig att ställa de frågor som hjälper dig att anpassa dina planeringsstrategier och göra dig till en mer effektiv självstyrd elev.*

Aktiviteten är baserad på Questions That Self-Regulated Learners Ask Themselves (anpassad från Schraw, 1998 och Tanner, 2012).





### Förberedelse

**Vad behöver mentorn göra för att kunna genomföra aktiviteten?  
Skriva ut? Förbereda sig? Organisera? Typ av fysisk miljö etc.**

Skriv ut materialet

### Tillämpning

**Beskrivning av hur aktiviteten kommer att instrueras och genomföras, steg för steg.**

*Dela in adepterna i mentorcirklar. Max 5 per grupp.  
Läs frågorna på bladet och låt dem diskutera och skriva ner sina svar.*



Direktlänk till aktivitetshandledningen på  
lärplattformen.

<https://upsim.aidlearn.eu/en/>

Läs mer

*Inspirationskälla & var kan mentorerna lära sig mer om detta tillvägagångssätt/den här metoden/den här typen av verktyg? (om relevant)*





## Aktivitetsverktyg

Grupperna börjar med att läsa de första frågorna. Innan de besvarar frågorna får de en minuts betänketid där de får anteckna sina första tankar. Varje adept delar sedan med sig av sina tankar till gruppen. Detta kan ligga till grund för en diskussion om inlärningsstrategier.

Varje person i gruppen tänker på en inlärningsuppgift som de gav sig själva under ansökningsfasen. (till exempel ett utmaningskort) Prata om:

### **Planering/uppgiftsanalys - metakognition**

*F: Vilken typ av uppgift var det?*

*F: Vilket var ditt mål för inläringen av uppgiften?*

*F: Vilka var mina kompetenser och vilka förkunskaper hade jag innan jag påbörjade uppgiften?*

*F: Vilken ytterligare information behövde jag för att komma igång, om det fanns någon?*

*F: Vilka strategier använde jag för att slutföra uppgiften, t.ex. aktivt lyssnande, anteckningar, skissande, visuell representation av materialet, självtestning, genomgång, registrering, sammanfattning osv.)*

*Fråga: Vilka styrkor tog jag med mig till uppgiften?*

*F: Vilka svagheter hade jag tänkt mig att jag skulle ha när jag genomförde uppgiften?*

### **Planering/uppgiftsanalys - meta-emotionell**

*F: Hur intresserad och motiverad var jag att utföra uppgiften?*

*F: Gjorde jag något för att öka min motivation att utföra uppgiften?*

*Fråga: Vad var värdet eller relevansen av att göra uppgiften eller av det jag lärde mig?*

*F: Hur säker var jag på att jag skulle kunna utföra uppgiften/lära materialet?*

*F: Vad kan jag göra för att förbättra mitt självförtroende utan att bli alltför självsäker?*

*F: Kommer jag ihåg andra uppgifter som liknar den här, där jag hade en annan upplevelse?*

### **Planering/uppgiftsanalys - miljö**

*F: I vilken miljö utförde jag uppgiften? (bullernivåer, omgivande människor, komfort/sittplatser, temperatur/väderförhållanden osv.)*

*Fråga: Hur var jag i sinnestillstånd när jag utförde uppgiften? (Trötthet, sömnkvalitet, stressnivåer, sinnesstämning).*

*F: Vad trodde du var dina potentiella distraktioner och vad gjorde du för att undvika dem?*

*F: Hur mycket tid planerade du att avsätta för uppgiften?*

*F: Vilka resurser förberedde du dig på att använda för att slutföra uppgiften?*

*Efter diskussionerna kan du dela med dig av dina viktigaste slutsatser till gruppen. Vad kommer du att göra annorlunda i framtida uppgifter? Skriv ett brev till dig själv för att lyfta fram de områden där du skulle vilja bli effektivare och reflektera över de strategier som du skulle kunna använda.*

