

Hjälp ditt barn med följande punkter:

- **Sätt upp mål och delmål** - synliggör dem!
- **Skapa kunskapskrokar** innan det nya stoffet presenteras i skolan.
- **Hitta och eliminera fokustjuvarna**
- **Planera och strukturera skolarbetet**
- Påminn barnet att **tänka fokuserat på enbart det hen ska lära sig**
- Påminn barnet att **använd sig av inre bilder** - skapa minnesbilder
- **Arbeta inte för länge i ett sträck** - 25 minuter arbete, 5 minuter paus
- **Sprid ut pluggande i tid och rum:**
 - Dela upp läxan eller provläsningen i flera kortare omgångar.
 - Plugga på olika ställen.
- Uppmuntra barnet att **återberätta det hen lärt sig** med egna ord från minnet
- **Repetera, repetera, repetera genom att**
 - med jämna mellanrum plocka fram kunskapen ur minnet med så lite hjälp som möjligt
 - diskutera det barnet lärt sig
 - uppmuntra barnet att använda sig av det hen lärt sig
 - skapa frågekort- spela spel