



Sätt upp och synliggör målen

För att vi på bästa sätt ska kunna lära oss något behöver vi först veta VAD vi ska lära oss.

VAD ÄR MÅLET?

Hjälp ditt barn att ta reda på vad hen ska lära sig.

Vad hen ska kunna?

Ytterst sällan (förhoppningsvis aldrig) ska man kunna precis allt, varenda detalj i alla kapitel i omgivningsläroboken eller varenda ord i ordlistan längst bak i engelskaboken.

För ett barn kan det vara svårt att veta vad som är viktigt, vad som är mindre viktigt och vad som är oviktigt.

Skriv tillsammans upp målen och gör det på så sätt tydligt för barnet och barnets hjärna vad som är det viktiga.
Mallar för detta ändamål finns på Lärotekets hemsida.

Om målet med en läxa är att barnet ska kunna en lång ordlista på engelska, räkna nio uppgifter i matteboken eller läsa ett kapitel i OMGL-boken och läxan känns övermäktig för barnet, kan du hjälpa barnet att sätta upp **DELMÅL**.

- **Dela tillsammans in läxan i mindre delar** - ordlistan med femton ord delas t.ex. upp i tre gånger fem ord, matteläxan kan delas upp i tre gånger tre uppgifter och kapitlet i OMGL-boken kan delas upp enligt dess styckeindelning.
- Det är viktigt att **de enskilda delarna känns lagom stora för barnet**.
- Då barnet klarat av det första delmålet, är det dags för en välförtjänt **paus** och **beröm** - beröm barnets ansträngning och arbetet barnet gjort. Pausen kan vara en kort rörelsepaus, mellanmåls-paus eller en stund där ni tillsammans reflekterar, diskuterar det barnet nyss jobbat med eller lärt sig.
Läs mer i kapitlet Beröm och Tid
- Därefter tar sig barnet an följande delmål. Här kan det först vara bra att **repetera** (med så lite hjälp som möjligt) det som hen jobbade med / lärde sig innan pausen.
Läs mer i kapitlet Repetera
- Barnet får vartefter **bocka av** de mål / **delmål** hen har uppnått. Detta kan motivera barnet att fortsätta.
Läs mer i kapitlet om Hippocampus, dopamin och motivation.