

# AKTIV LÄSNING

– Få ut mycket mer av din läsning!

## Aktiv läsning – Läs på rätt sätt och lär dig mer!

Aktiv läsning handlar om att inte bara läsa en text rakt av, utan att bearbeta innehållet medan du läser.

På så sätt blir det lättare att förstå, komma ihåg och använda informationen senare!

### 1. Markera viktig information

Använd överstrykningspenna eller blyerts för att markera nyckelord, huvudidéer och viktiga begrepp. Att ha en penna i handen när du läser gör att hjärnan blir "beredd" på att emot informationen du läser eftersom det signalerar att det du läser är "viktigt" och värt att komma ihåg.

Markera inte för mycket – sikta på att max 20 % av texten ska bli markerad. Välj noga och använd gärna olika färger för olika saker:

*Gul = Saker du tycker verkar särskilt viktiga att komma ihåg.*

*Rosa = Nya begrepp och svåra ord*

### 2. Ställ frågor till texten

Ställ frågor medan du läser för att förstå innehållet bättre. **Exempel:** Vad handlar texten om? Vilka är de viktigaste begreppen? Hur hänger detta ihop med det jag redan vet? Hur skulle jag förklara det jag just

läste för någon annan?

*Tips: Efter varje stycke, stanna upp och fråga dig själv: "Vad var det viktigaste här?" Om du inte kan svara, läs om stycket!*

### 3. Sammanfatta med egna ord

Efter varje kapitel eller längre stycke, skriv en kort **sammanfattning** i ditt anteckningsblock eller på en post-it. Det är viktigt att du skriver sammanfattningen med **dina egna ord**. Sammanfatta så kort och enkelt som möjligt. Använd gärna **punkter** för att lista de viktigaste delarna.

Efter att ha läst om fotosyntesen kan du t.ex. sammanfatta så här:

- Växter omvandlar solenergi, koldioxid och vatten till syre och druvsocker.
- Processen sker i kloroplasterna och är livsviktig för allt liv på jorden.

# Plugga smartare, inte hårdare

– Din guide till att läsa smartare



# Öva så blir du bättre på att läsa!

Att använda **lässtrategier** och **aktiv läsning** är nyckeln till att verkligen förstå och minnas det du läser. Genom att läsa medvetet och använda olika strategier kan du få en bättre överblick över texten, öka din förståelse och spara tid.

Att ställa frågor, sammanfatta och koppla texten till dina egna erfarenheter hjälper dig att hålla fokus och ta till dig informationen på ett djupare sätt. **Testa olika lässtrategier och upptäck hur mycket lättare det blir att förstå och komma ihåg det du läser!**

För att komma igång att läsa på ett effektivare sätt så kan du börja med att testa:

## Fem lässtrategier - Ett djupare sätt att läsa

Precis som med de flesta andra förmågor så går det alldeles utmärkt att **träna på att läsa**. Man blir bättre ju mer man övar! Man kan även an-

vända sig av olika strategier när man läser, särskilt om det är en text man tycker känns lite svår och krånglig.



### 1. Att förutspå

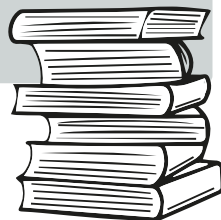
Se till att skaffa dig en **överblick** redan innan du börjar läsa så är hjärnan beredd på informationen. Om det är en bok så börja med att läsa på **baksidan** så att du vet lite vad den handlar om. Se om du kan känna

igen stilen på texten, hur är den skri-ven? (First person point of view tex.) Se sedan till att du läser **rubrikerna** och **underrubrikerna**, annars kan du missa viktig information som hjälper hjärnan att ta hand om det du läst.

### 2. Markera oklarheter

Hoppa inte över saker du inte förstår utan märk istället ut det med t.ex. en blyertspenna eller post-it så att du kan gå tillbaka senare. Att läsa med en pennan i handen kan även hjälpa dig att hålla fokus när du läser eftersom att hjärnan då är

beredd och mer aktiv. Det kan också vara bra för läsförståelsen att markera ord och meningar som skapar sammanhang i texten eller saker som du tycker verkar särskilt intressanta helt enkelt.



### 3. Att reda ut oklarheter

Här handlar det om att återvända till saker du tyckte var otydliga eller krångliga. När du kommit till slutet av kapitlet eller så långt du skulle läsa, så går du helt enkelt tillbaka till dina markeringar och reder ut eventuella oklarheter. Det är viktigt att öva upp vanan att inte hoppa över

svåra ord eller uttryck, för annars finns det en risk att resten av texten känns onödigt svår eftersom det fattas viktiga pusselbitar.

*Tips: Samla på dig nya ord istället för att hoppa över dem! Bygg upp ditt ordförråd!*

### 4. Sammanfatta

Vad handlar texten, stycket eller kapitlet om? För att kunna sammanfatta en text och återberätta den med egna ord krävs det att man kan sälla

bort det som är oviktigt och hålla fokus på att förstå helheten. Om det är svårt att sammanfatta behöver man återvända till texten igen.

### 5. Koppla ihop

När man lär sig något nytt så kopplar ofta hjärnan ihop det nya med något man redan kan. Man lär sig lättast genom att förstå hur saker och ting hänger ihop, genom att se sammanhang. Därför är det viktigt att aktivt

skapa kopplingar när man håller på att erövra ny kunskap, att sortera det nya med det gamla. Försök att "förankra" din nya kunskap med hjälp av saker du redan vet. Associationer är effektiva för att lära in nya saker.

## Enklare om du kan **markera i texten** när du läser?

Om du läser digitalt i Google Docs så går det bra att färgmarkera texten digitalt. Om det är en skolbok du ska läsa i så fråga din lärare eller specialpedagog om du kan få hjälp att kopiera texten så att du kan färgmarkera utan att förstöra boken. Om det inte är möjligt att kopiera så kan du be att få tex post-it's att markera med. Prata med din specialpedagog om lite olika strategier!

Vill du lära dig mer om **att läsa effektivare**? Hör av dig till **studieverkstaden** för att boka en tid med en **studiecoach** eller **specialpedagog**!