

Kari Østerli Frafjord, førstebibliotekar

Håkon Magne Bjerkan, universitetsbibliotekar

"Se lyset gjennom tunnelen"

Digitalt kurs i studieteknikk og arbeidsmetoder for ferske studenter ved TN-fakultetet

VIRAK 2025

Bakgrunn

- Bestilling fra TN-fakultetet:
 - Digitalt kurs i studieteknikk og arbeidsmetoder
 - Mål: forhindre frafall, bedre gjennomstrømming
- Arbeidsgruppe
 - 3 fra Universitetsbiblioteket
 - 3 vitenskapelig ansatte
 - 2-3 administrativt ansatte



Tidslinje



Vår 2022

- Bestilling fra TN-fakultetet

Høst 2022 – vår 2024

- Kurset ble utarbeidet
- Høsten 2023 ble kurset testet i en obligatorisk øving i et fellesemne

Høst 2024

- Obligatorisk 0-studiepoengsemne for alle TN-studenter og forkunnskapskrav til bacheloroppgaven

Kursets innhold

Trinn 1:

- Studieteknikker
- Motivasjon
- Planlegging
- Konsentrasjon
- Gruppearbeid

Trinn 2:

- Rapportskriving
- Presentasjonsteknikk
- Kildekritikk

Gjennomføring:

- Selvstudium av tekst, video, bilder og oppgaver
- Quiz for å bestå emnet

▼ Trinn 1: studieteknikker, planlegging, motivasjon og gruppearbeid

 Introduksjon - Trinn 1

Del 1: Studieteknikk

 Del 1: Hvordan holde fokus?

 Del 1: Hvordan lese pensum?

 Del 1: Forskjellige studieteknikker

Del 2: Arbeidsmetoder

 Del 2: Planlegging

 Del 2: Motivasjon

Del 3: Gruppearbeid

 Del 3: Bli god i gruppearbeid!

 Del 3: Samarbeid i arbeidslivet



QUIZ - Trinn 1

1. okt. 2024 15 poeng

 Avslutning - Trinn 1

▼ Trinn 2: labrapporter, kildebruk og muntlige presentasjoner

 Introduksjon - Trinn 2

Del 1: Labrapporter

 Del 1: Hva er en labrapport?

 Del 1: Struktur og språk i labrapporten

Del 2: Kildebruk

 Del 2: Hvordan bruke kilder?

 Del 2: Kan jeg bruke ChatGPT?

Del 3: Muntlige presentasjoner

 Del 3: Hjelp, jeg skal presentere!



QUIZ - Trinn 2

1. mars 15 poeng

 Avslutning - Trinn 2

2024 HØST-2025 VÅR

Hjem

Kunngjøringer

Moduler

Vurderinger

Oppgaver

Filer

Panopto Video

Del 1: Hvordan holde fokus?

Når er det viktig å konsentrere seg?

Studentlivet er gøy, men å være student er også en jobb det er viktig å konsentrere seg om. Vær bevisst på **når** det er viktig at du konsentrerer deg, for eksempel:

- Når du er i forelesning
- Når du gjennomfører øvinger i laboratoriet
- Når du jobber sammen med andre
- Når du leser pensum

Å jobbe med et universitetspensum krever fokus og konsentrasjon. Mange prøver seg kanskje på multitasking, men det er lurt at du konsentrerer deg om en oppgave om gangen. Når du multitasker blir det vanskeligere å få ting gjort og læringsutbyttet blir lavere.

Råd fra boken "Å studere realfag" s. 117:

"Å studere krever blant annet konsentrasjon. Om tankene flakker omkring er det ikke lett å lese, skrive eller løse oppgaver knyttet til et komplisert fagstoff."

Ta for deg én oppgave om gangen og ta velfortjente pauser etter en god arbeidsøkt! 👍

Hva gjør ingeniørstudentene når de skal konsentrere seg?

Hvordan konsentrerer Aurora og Christian seg best?



Hvordan ta gode notater?

Du lytter på en annen måte når du noterer enn når du lytter passivt. Når du tar notater bearbeides og struktureres innholdet på en annen måte.

Cornell-metoden

27.5.2025

The platform either does not support the save content state feature or it is not activated in the platform's settings or you are not logged in. Your notes cannot be saved!

Hvordan sette det opp?

Cornell-metoden er en teknikk for å ta notater. Den kan brukes under forelesning og mens du leser. Dette er en effektiv metode ettersom det krever at du aktivt tar notater samtidig med at du skal oppsummere/reflektere med egne ord.

- 1. del: her skriver du vanlige notater under forelesning eller mens du leser.
- 2. del: noter stikkord, spørsmål eller overordnede temaer etter at forelesningen er ferdig/du er ferdig med å lese.
- 3. del: skriv en oppsummering eller refleksjoner om det du har lært, helst i løpet av samme dag.

Notatene kan for eksempel brukes som repetisjon når du forbereder deg til eksamen.

Test metoden neste forelesning eller neste gang du leser pensum.

2. Nøkke...

Når forelesningen er slutt eller du er ferdig med å lese

1. Vanlige notater

Under forelesning eller mens du leser

3. Oppsummering

Helst samme dag: skriv en oppsummering eller refleksjoner rundt det du har lært

 Copy

Råd fra boken "Å studere realfag", s. 65 er:

"Pensumet studenter må lese, er stort. Patel råder derfor studentene til å repetere fagstoff med utgangspunkt i egne notater når eksamen

Pomodoro-teknikken

Sliter du med å få gjort alt på to-do-listen din? Da kan denne teknikken være noe for deg.

Ingeniørstudenten Aurora har tidligere fortalt at hun konsentrerer seg godt når hun jobber i tidsintervaller.

Spill av videosnutten for å finne ut av hvordan Pomodoro-teknikken virker!



Visste du at?

- Du kan laste ned en Pomodoro-timer til Windows og Mac.
- Søk etter "Pomodoro" under apper på PC-en ("Apper og funksjoner" på Windows) - last ned og test det ut!
- For eksempel: "PowerPom - Pomodoro Timer" i Windows har blant annet en startknapp og en pauseknapp. Du kan også velge å endre på antall arbeidsøkter.



Del 1: Struktur og språk i labrapporten

Hvordan skal rapporten se ut?

Struktur

Labrapporten bygges ofte opp etter en standard struktur, IMRoD, som er en forkortelse for:

Introduksjon

Materialer og metoder

Resultater

og

Diskusjon

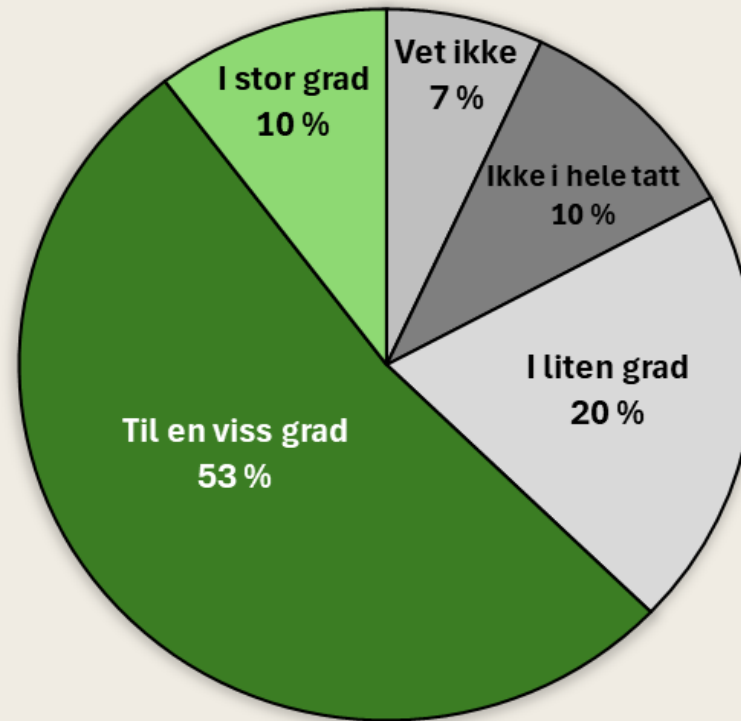
Overskrifter

Typiske overskrifter labrapporten kan inneholde er: (husk at dette kan variere fra emne til emne, det er ikke sikkert at alle overskriftene alltid skal være med)

- Tittel på øving, evt. øvingsnummer, dato og forfatter(e)
- Sammendrag
- Introduksjon / formål
- Teori
- Materialer og metoder / eksperimentelt
- Resultater
- Diskusjon
- Konklusjon
- Referanser
- Vedlegg

Hva synes studentene?*

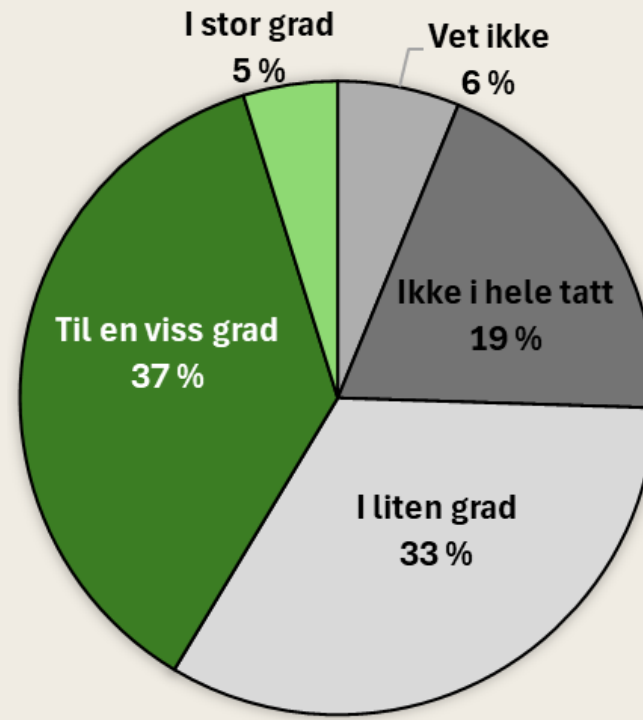
"Kurset er nyttig og lærerikt for ferske studenter"



*22,5% svarte på emneevalueringen

Hva synes studentene?*

"Kurset har gitt meg verktøy og teknikker som jeg aktivt bruker i mine studier"



*22,5% svarte på emneevalueringen

Erfaringer

- Nyttig med et tett samarbeid med fakultetet
- Biblioteket som "leverandør"
 - En lærerik prosess
- Vanskelig med evaluering av 0-studiepoengsemner

Hva nå? Veien videre





Takk for oppmerksomheten!
Spørsmål?

