

We weten de laatste jaren steeds meer over het brein en leren en dus ook steeds beter op welke manier je bijvoorbeeld voor een toets kan leren. Deze kennis is handig om te hebben en te delen met je leerlingen: op die manier kun je hen leren te leren. Om daarbij te helpen vind je in dit artikel een poster met 10 leertips die goed aansluiten bij de praktijk en dus voor leerlingen makkelijk zijn toe te passen.

Brein en leren

In gesprekken met leerlingen bemerken wij dat leerlingen en studenten vaak dezelfde [leerstrategieën](#) toepassen die niet werken, iets wat ook uit onderzoek naar voren komt. Een voorbeeld daarvan is het steeds opnieuw lezen van de tekst (het voelt goed, maar levert weinig op). Daarnaast geven leerlingen ook vaak aan dat ze prima kunnen appen tussen het leren door, zonder te beseffen hoe sterk ze dat uit de concentratie haalt: een appje sturen kan je al snel 2 minuten minder effectief laten leren. We bemerken dat het bespreken van kennis rondom het brein en leren helpt om leerlingen inzicht te geven in wat bijvoorbeeld (niet) werkt bij het leren voor een toets. Om daarbij te helpen vind je hieronder een poster met 10 leertips die volgens ons goed aansluiten bij de dagelijkse praktijk en makkelijk zijn toe te passen. De poster is te downloaden in het formaat A3 (hoge resolutie, kan ook op A2) en gemaakt om te worden opgehangen in lokalen, docentenkamers of andere ruimtes waar mensen er wat aan hebben.

Poster: 10 tips om te leren

10 tips om te leren.



Lees niet vaak dezelfde tekst

Je denkt dat het werkt, maar je houdt jezelf voor de gek: je herkent de tekst en dat geeft een goed gevoel, maar je leert er erg weinig van.



Kijk wat je nog weet

Schrijf na enige tijd eens op wat je nog van de tekst weet nadat je deze één keer hebt gelezen. Hierdoor moeten je hersenen aan de slag, waardoor je actief met de stof bezig bent.



Ga niet 'multitasken'

Misschien denk je soms meerdere dingen tegelijkertijd te kunnen, maar eigenlijk wissel je continue van taak. Even een appje sturen kan je al 2 minuten uit je concentratie halen.



Zorg voor een rustige werkplek

Zorg voor een opgeruimde werkplek en leg je mobiele telefoon in een andere kamer. Zo word je niet continue afgeleid, waardoor je je goed kan concentreren op het leren.



Leer niet uren achter elkaar

Gemiddeld genomen kun je je slechts 30 minuten op een taak concentreren: hierna zit je werkgeheugen vol. Van die uren achter elkaar leren blijft er dus dan maar weinig hangen. Zonde!



Loop soms even rond

Haal na 30 minuten leren wat drinken of loop even rond. Je hersenen worden daardoor actiever waardoor je je beter kan concentreren. Ook krijgt je werkgeheugen even wat rust.



Markeer niet zomaar tekst

Het markeren of onderstrepen van belangrijke zinnen in een tekst leidt niet tot een beter begrip, maar tot focus op losse feiten. Hierdoor kun je de samenhang van de tekst verliezen.



Markeer bewust

Als je markeren prettig vindt, markeer dan bewust: roze is voor het onderwerp van de tekst, geel is voor bijzaken, enzovoorts. Zorg er dus voor dat je de samenhang niet verliest.



Leer niet pas de laatste dagen

Door veel achter elkaar te leren in een korte tijd onthoud je het minder lang én minder goed: nieuwe informatie vergeet je namelijk snel en blijft vooral hangen door herhaling.



Spreid je leermomenten

Maak voor een toets een planning waarin je per dag zet wat je per 30 minuten gaat doen en verdeel daarbij de leermomenten voor een toets over verschillende dagen. Zo herhaal je het.

Meer inspiratie?

Vernieuwenderwijs.nl is een platform van, voor en door docenten. Hier vind je artikelen, video's, boeken en andere tips over de nieuwste ontwikkelingen, gedachten over onderwijs, onderzoeken, professionalisering, apps en tools en lesideeën.

[Download \(A2/A3\)](#)

Leer.tips



De leertips op de poster zijn afkomstig van onze website [leer.tips](#). Deze website is gemaakt om te helpen bij het leren en bevat tips voor leerlingen, studenten, ouders, docenten en andere professionals rondom het brein en leren. Alle informatie op de website is gebaseerd op onderzoek en voorzien van een bronvermelding. Deze website is de afgelopen weken herzien en bevat nu naast leertips, leerstrategieën, docententips en leertheorieën, ook handige boeken rondom het brein en leren, breinfeiten én downloads die de komende weken verder worden aangevuld. Ook is er een nieuwe homepage gemaakt, waardoor de website hopelijk weer wat mooier en duidelijker is geworden.

Mis je bepaalde tips op de website? Heb je aanvullingen? Laat het ons gerust weten! Meer handige downloads kun je vinden op [deze pagina](#).

Veel plezier met de poster!