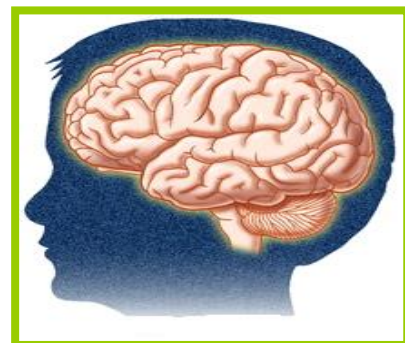
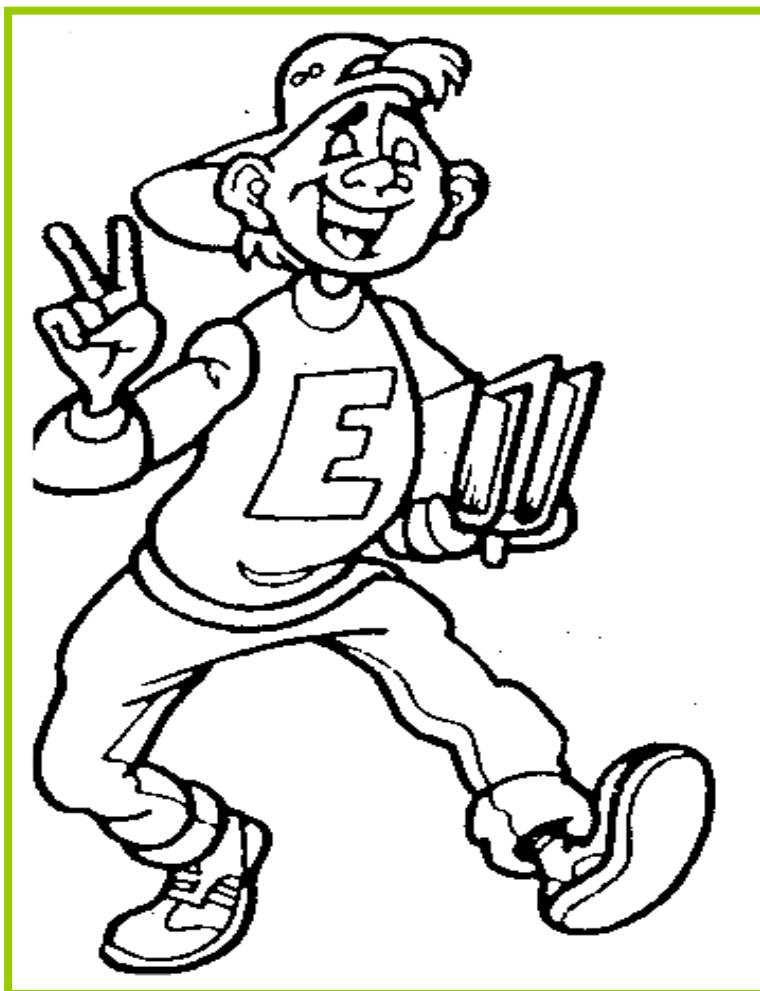


## HJERNE OG LÆRING



**Hvor god er du til at lære?**

**Hvad skal der til for, at du lærer optimalt?**

**Hvilken hjælp har du brug for, for at få mest muligt ud af undervisningen?**

## Psykisk energi

1. Hvor god er du til at få den søvn du har brug for?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

2. Hvor god er du til at spise en sund morgenmad, inden du går i skole ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

3. Hvor god er du til at dyrke motion/fitness?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

4. Hvor god er du til at lægge dit privatliv til side, mens du er i skole ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

5. Hvor god er du til at udsætte dine behov, når du skal arbejde/udføre en opgave ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

**Point i alt :**

# LÆRINGSTEST

Faglærer Marianne Clausen

---

## Koncentrationsevne/opmærksomhedsstyring

1. Hvor god er du til at koncentrerer dig om ét emne i længere tid ad gangen ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

2. Hvor god er du til at koncentrerer dig, hvis emnet ikke lige interesserer dig?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

3. Hvor god er du til at holde fokus på *kun* den opgave, du er i gang med?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

4. Hvor god er du til at lytte i længere tid?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

5. Hvor god er du til at fordybe dig i et emne ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

**Point i alt :**

# LÆRINGSTEST

Faglærer Marianne Clausen

---

## Kort- og langtidshukommelse

1. Hvor god er du til at huske, det du lærer ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

2. Hvor god er du til at huske det, du har lært?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

3. Hvor god er du til at få 2-3 beskeder på én gang og huske dem ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

4. Hvor god er du til at huske detaljer?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

5. Hvor god er du til at huske aftaler ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

**Point i alt :**

## Selvdisciplin

1. Hvor god er du til at få lavet lektier ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

2. Hvor god er du til at arbejde med en opgave, hvis læreren ikke holder øje med dig ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

3. Hvor god er du til ikke at opgive, når opgaven er vanskelig og tager tid at løse?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

4. Hvor god er du til at tage dig sammen, når du begynder at blive træt ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

5. Hvor god er du til at udføre en opgave, du ikke lige gider ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

**Point i alt :**

## Selvmotivering

1. Hvor god er du til selv at gå i gang med en opgave?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

2. Hvor god er du til at arbejde målrettet og effektivt, når du skal udføre en opgave alene?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

3. Hvor god er du til at blive bedt om, at gøre noget andet, end det, du i første omgang blev sat til ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

4. Hvor god er du til at udføre en opgave, du ikke umiddelbart får en "belønning" for ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

5. Hvor god er du til at holde fast i dine mål, også når du møder problemer?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

**Point i alt :**

## Selvstændighed

1. Hvor god er du til at tænke over det, der foregår i undervisningen?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

2. Hvor god er du til at bede om hjælp, eller spørge om det, du ikke forstår ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

3. Hvor god er du til, at sige NEJ til at deltage, når dine kammerater "smutter uden om" i undervisningen?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

4. Hvor god er du til ikke at turde være uenig med andre?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

5. Hvor god er du til at lave en arbejdsplan, inden du går i gang med en opgave ?

<input type="radio"/> Dårlig	<input type="radio"/> on/off	<input type="radio"/> God	<input type="radio"/> Supergod
------------------------------	------------------------------	---------------------------	--------------------------------

**Point i alt :**

## Selvværd

1. Hvor god er du til at tro på, at det nytter, når du gør en indsats?

Dårlig	on/off	God	Supergod
--------	--------	-----	----------

2. Hvor god er du til at bevare gåpåmodet, når noget mislykkedes for dig?

Dårlig	on/off	God	Supergod
--------	--------	-----	----------

3. Hvor god er du til at tro på fremtiden som noget positivt?

Dårlig	on/off	God	Supergod
--------	--------	-----	----------

4. Hvor god er du til at bruge din vilje til at ville og kæmpe videre, når du møder modgang?

Dårlig	on/off	God	Supergod
--------	--------	-----	----------

5. Hvor god er du til – efter noget tid - at bruge et nederlag som noget, du kan lære af?

Dårlig	on/off	God	Supergod
--------	--------	-----	----------

**Point i alt :**