

TEHOKKAITA KEINOJA VÄHENTÄÄ MATEMATIIKKA-AHDISTUSTA



(Pääkohdat LUMATIikka+ -täydennyskoulutuksessa esitetystä Johan Korhosen opetusvideosta)

1

Metakognitiivisten taitojen opettaminen:
Oppija tulee tietoiseksi omasta oppimisestaan.

2

Ongelmanratkaisutaitojen opettaminen:
Oppija saa lisää valmiuksia selvittää tehtävistä ja oppii olemaan joustava.

3

Lisäajan antaminen koetilanteessa:
Aikapaine kasvattaa ahdistusta merkittävästi.

4

Mahdollisuus kirjata tunteita ylös koetilanteessa:
Tutkimus on osoittanut, että mahdollisuus purkaa tunteitaan vaikuttaa myönteisesti tuloksiin.

5

Innostuksen herättäminen opiskeltavaa asiaa kohtaan:
Liitetään koulumatematiikka tosielämän tilanteisiin, jotta oppija tietää, miksi opiskelee.

6

Ponnisteluun kannustaminen:
Kiinnitetään huomio prosessiin, ei niinkään oikeaan vastaukseen.