



Kehitä aivotyötä opetuslalla: Tarkistuslista 6

Vähennämme kognitiivista kuormaa opetustilanteissa

Tämä tarkistuslista on tarkoitettu opettajille.

Tarkistuslistan kysymysten tavoitteena on herättää ajatuksia ja keskustelua aivotyön kehittämisen onnistumisen edellytyksistä ja keinoista. Kirjatkaa pohdinnan ja keskustelun lomassa lyhyesti muistiin ajatuksia, tämänhetkistä tilannetta, toimintatapoja, kehittämistarpeita ja jatkoaskeleita. Listat ja kirjaukset auttavat jäsentämään asioita ja ylläpitämään pitkäjänteistä kehittämisprosessia.

Miten vähennämme kognitiivista kuormaa opetustilanteissa?	Miten olette toimineet? Miten olisi hyvä toimia jatkossa?
Millaisilla keinoilla vähennämme keskeytyksiä oppitunneilla? Millaiset myöhästymiskäytännöt, viittaamiskäytännöt ja muut yhteiset toimintatavat sovimme keskeytystilanteisiin? Miten toimitaan puhelinten kanssa?	
Miten vähennämme puhehälyä, melua ja muita ääniä sekä liikehtimistä opetustilassa? Mitä sovimme puhumisesta, puheenvuoron pyytämisestä, hälytysten vaimentamisesta ja liikkumisesta luokkatilassa?	
Miten huomioimme opiskelijoiden muistikuorman oppimistilanteessa? Minne laitamme tehtävät ja muut ohjeet näkyviin, jottei niitä tarvitse muistaa ulkoa? Millä tavalla ohjeistamalla vähennämme kysymisen ja keskeyttämisen tarvetta?	
Miten tuemme opiskelijoiden keskittymistä ja annamme opettajana heille työrauhan (esim. vähentämällä yhtäaikaista tehtäviä ja tekemisiä, ohjeistamalla keskittymistaukojen väleissä eikä niiden aikana)?	