

Mestringskurs for studenter

NTNU

16. februar 2023



For alle med lese- og skrivevansker, matematikkvansker og språkvansker.



<https://youtu.be/ozpaOje2yF4>



LESING



SKRIVING



SPRÅK



Digitale verktøy



Bilder: iStock

Viktig i forhold til digitale verktøy

- Verktøykunnskap – hva og når?
- Trening
- Hensiktsmessig bruk
- Personlig
- Orden og system
- Kan være begrensninger!

Eksempler på tilrettelegging i studiehverdagen



- Tilgang til presentasjon/lysbilder i forkant forelesning.
- Riktig format på PDF-filer og digital tilgang til kompendier
- Studiet over lengre tid
- Studiestøtte hvis man ikke kan jobbe ved siden av studiet



Tips: medlemskurs i rettigheter i høyere utdanning

- <https://dysleksinorge.no/product/medlemskurs-rettigheter-hoyere-utdanning/>

Søk tilrettelegging i god tid!



Rett til hjelpemidler fra NAV

- Programvare eller utstyr fra NAV. (NB! Ikke ordinært utstyr som PC, iPad)
[Folketrygdloven §10-5 og 6.](#)

- Du må selv søke til NAV. Veileder her: <https://i.ntnu.no/wiki/-/wiki/Norsk/Eksempler+p%C3%A5+tilrettelegging>

- Usikker på hva du trenger? Ta kontakt med NTNU tilrettelegging
- Har du behov utover «standard» programvare?

<https://www.nav.no/no/person/hjelpemidler/hjelpemidler-og-tilrettelegging/hjelpemidler/om-hjelpemidler/stotte-til-apper-programvare>

Å lese med ørene



NLB: Norsk lydbok bibliotek

Appen LYDHØR

Bookshare



Bilder: NLB

E-bøker

- E-bøker kan leses opp ved skjermleser (bildeformat)
- PocketBook: e-bokleser med tekst til tale. 30 språk, mange formater.
- Natural Readers– God talesyntese på mange språk!
- IntoWords

Noen skannerapper:

- Microsoft Lens (Android og iOs)
- Google translate
- Natural Readers

<https://www.naturalreaders.com/online/>

Microsoft Lens

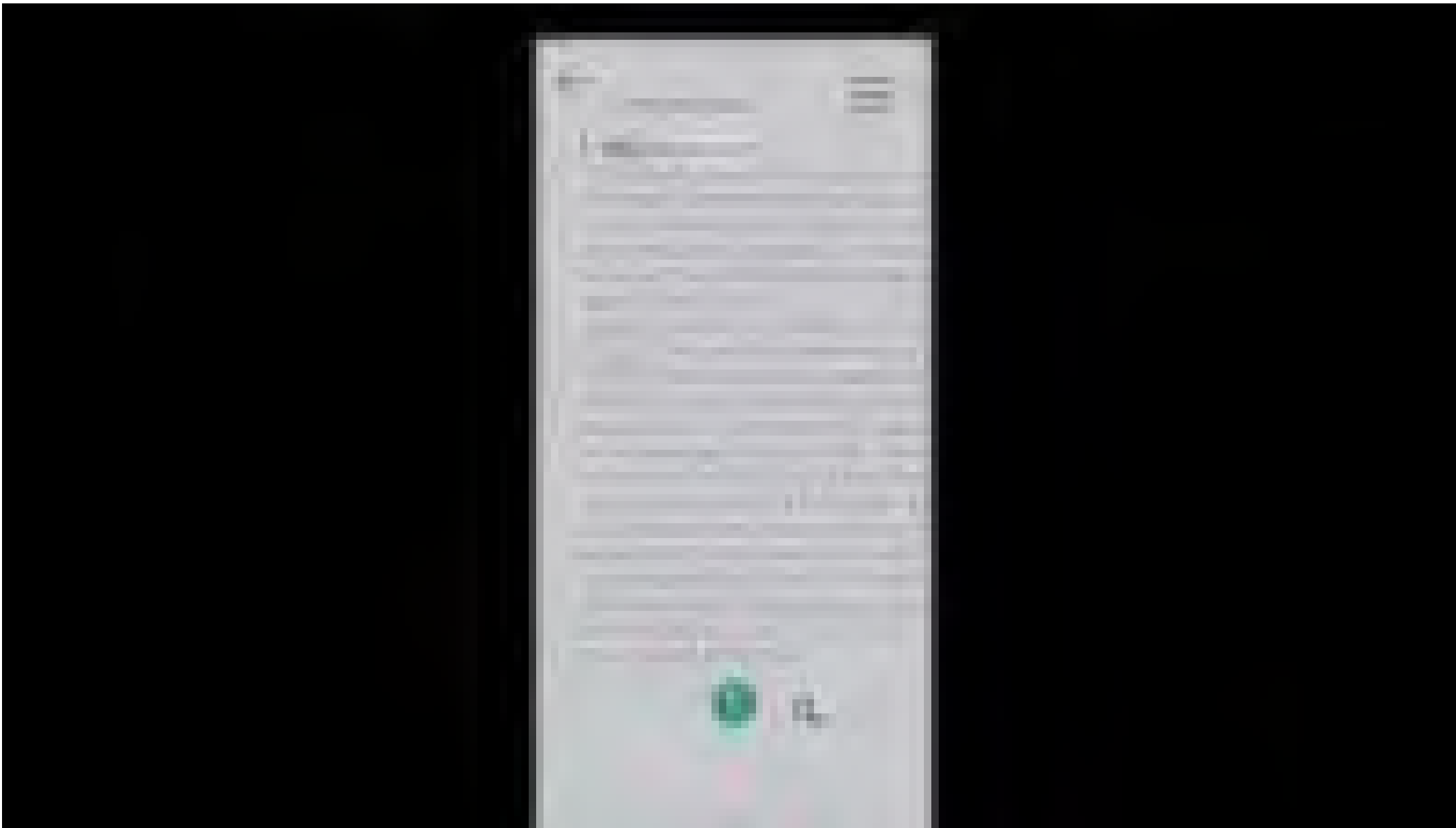
Gratis skannerapp til Android/iOs mobil.

Man må registrere seg med gratis konto, eller man kan bruke Office365-bruker for alle funksjoner.

Bruk:

- Skanne inn tekst fra papir
- Få tekst opplest
- Oversette tekst
- Grammatikkverktøy

Lenke til video om bruk: <https://youtu.be/CpchZkAvfLA>



<https://youtu.be/CpchZkAvfLA>





Engasjerende leser og Google oversetter

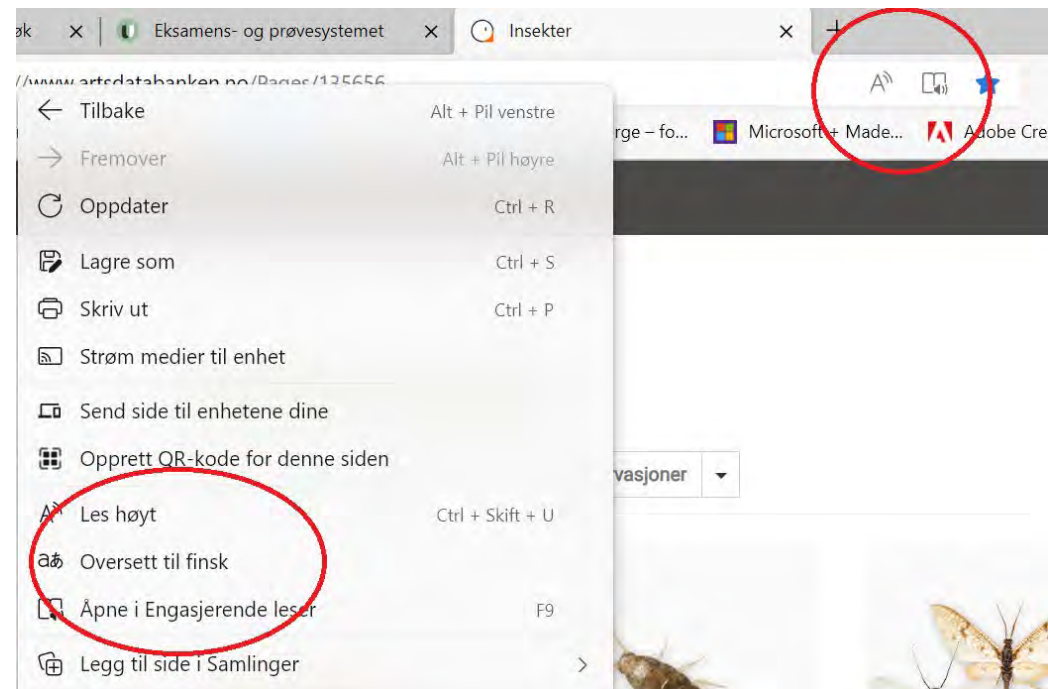
EDGE NETTLESER (Windows PC)

I Edge finnes to former for opplesing:

- «Les høyt»
- «Engasjerende leser»

Du finner det i:

- Adressefeltet
- Ved å høyreklikke



Husk å velge rett språk!

Skannerpenner

- Kanskje mest egnet for å hente tekst inn i PC, altså mer for skrift enn lesing
- Opplesing av kortere tekster

OrCam MyRead (NB! Reklame!)



<https://youtu.be/158nhozhGXc>

NB! «Hensiktsmessig og nødvendig» i studiet og i hverdagen. Søknad NAV.

Bli en effektiv lytter

- Minimer forstyrrelser – multitask riktig! (Ikke sosiale medier, annet som krever oppmerksomhet.)
- Lesestrategier – «les –stopp - tenk»
- «Taktil» lytting – fikle, tegne, gå tur, stryke klær...
- Ikke «pugg» når du lytter. Fokus på forståelse i lytting. Oppsummer for deg selv.
- Lag notater eller nøkkelord
- Del tanker og ideer om teksten (med deg selv eller andre)

Å SKRIVE

What's your story?



- Hva vil du fortelle?
- Ordbok
- Stavekontroll

Hvordan skrive?

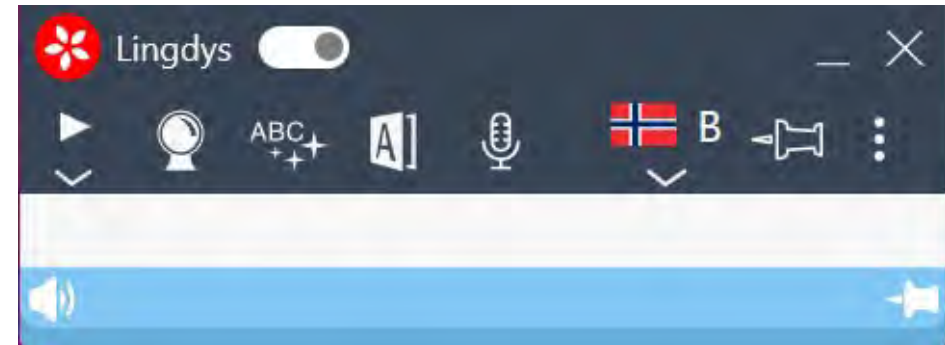
- Diktering (tale til tekst)



Lingdys fra Lingit

- Alle plattformer
- Flere språk
- Stavekontroll/grammatikk kontroll
- Diktering (NB! Lesetillegg)
- Opplesing
- Lydfil
- Skriverammer
- Skjermleser (NB! Lesetillegg)

<https://i.ntnu.no/wiki/-/wiki/Norsk/Eksempler+p%C3%A5+tilrettelegging>



Bilder: Lingit

Tips til bruk av Lingdys

- Planlegg teksten!
- Skriv fritt
- Kjør kontroll av tekst -rett
- Lytt til egen tekst
- Ord du strever med å skrive? Dikter!
- Bruk ordbok for forståelse og rettskrivning (sett inn ord)
- <https://lingit.no/brukerstotte/>

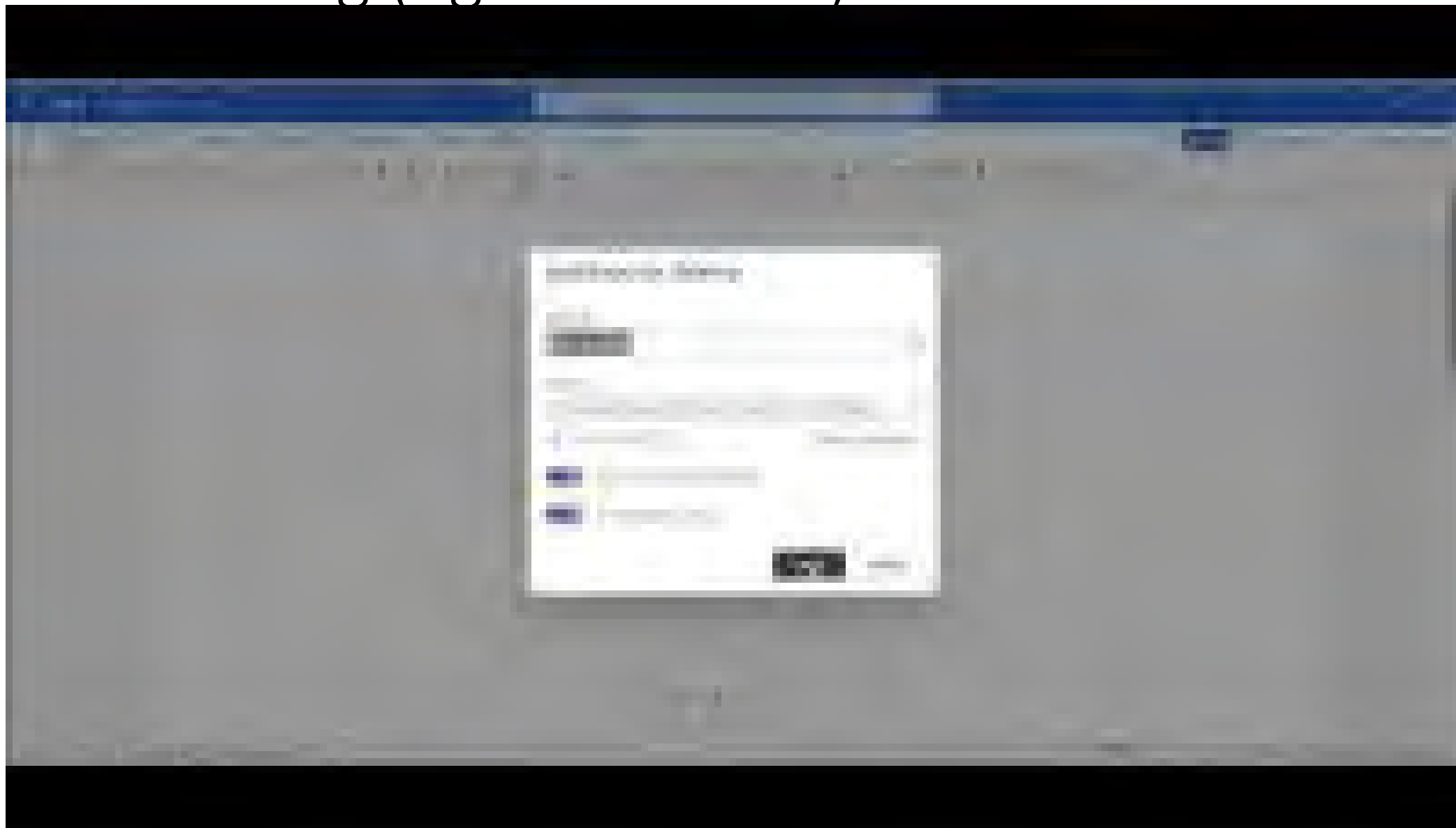


DIKTERING – å skrive med stemmen

Viktig å huske når man dikterer:

- Notater/tankekart/visuell støtte
- Sted
- Mikrofon
- Taleflyt
- Tegnsetting (automatisk)
- **Lytt til egen tekst!**

Diktering (og transkriber) i Word online



<https://youtu.be/VHUCB9qSXRQ>

Dragon Professional Anywhere

- <https://omilon.com/no/product/dragon>
 - Kan søkes om via NAV.
 - Kan tilpasses enkeltbruker
-
- <https://omilon.com/no/product/dragon-professional-anywhere>

The background of the slide is a dense, overlapping collage of numerous small, rectangular sticky notes in various colors including pink, yellow, blue, green, and orange. These notes are scattered across the entire frame, creating a vibrant and textured backdrop. In the center of this collage is a large, solid white rectangular area that serves as a container for the main text.

Notater:
apper og dingser

OneNote

The screenshot displays the Microsoft OneNote application. The top ribbon is purple and includes the 'OneNote' logo, the current notebook name 'Veileder kontoroppgaver', and icons for settings, notifications, and a user profile. Below the ribbon, the 'Tegn' (Draw) tab is active, showing a toolbar with various drawing tools like pens, highlighters, and eraser. The left sidebar shows a list of folders: 'Telefon', 'Nettbutikk', 'Ansatte', 'Zubarus', 'Lager' (selected), 'Post@dys.no', and 'Postmottak'. The main content area shows a drawing titled 'Lager varer for salg' (Inventory items for sale) dated 'onsdag 14. september 2022 08:27'. The drawing features a large green circle with a yellow smiley face inside, and several yellow lines radiating outwards. A small image of a spiral notebook is also visible on the left side of the drawing area.

Notability

- App til iOs
- Lydfiler koblet mot notater
- Diktering
- Skanne inn dokumenter som bilde eller pdf
- Dele notater

<https://www.gingerlabs.com/>



<https://youtu.be/kwCz5B4bTFw>

TANKEKART

- Strukturere kunnskap
- Oversikt
- Forståelse
- Planlegge
- Visuell framstilling
- Samarbeid

MY MIND MAP

FIRST
IDEA

FOURTH
IDEA

Eksempler på aktuelle apper:
MiMind til Android/Windows
Inspiration Maps til iOS.
iThoughts til windows/iOs

Bilder: iStock

Tastaturtrening



<https://sense-lang.org/typing/norwegian.php>

<https://www.skrivhurtigt.dk/norsk/norsk.htm>

Gratis touch-trening.

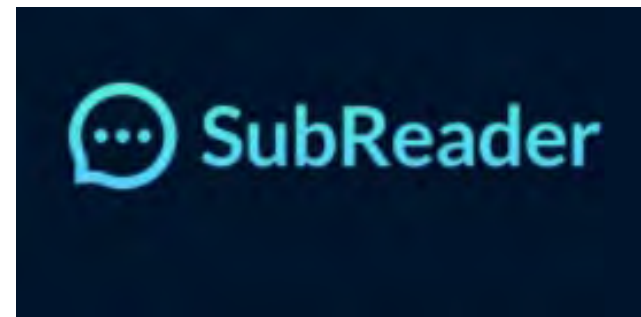
Lydtekst og Subreader



- På NRK.

<https://info.nrk.no/tilgjengelighet/lydtekst/>

- App som leser opp undertekster på strømmetjenester og video gjennom Cineast.no.



Spørsmål?



Line Yri-Hagen

www.dysleksinorge.no

E-post: ly@dys.no

Telefon: 22 47 44 50