

# LO STUDIO INIZIA A SCUOLA



Lo studio non inizia nel momento in cui a casa apri il libro, ma nel momento stesso in cui l'insegnante spiega la lezione.

Se sfrutti bene questo tempo, hai già svolto il 50 % del tuo lavoro!



# Per rendere una lezione in classe EFFICACE

è necessario:

- ASCOLTARE
- PARTECIPARE ATTIVAMENTE
- PRENDERE APPUNTI



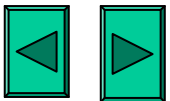
# ASCOLTARE

E' indispensabile ascoltare, ma non è facile saperlo fare davvero.

La **curva dell'attenzione** è di breve durata:  
si distende in un tempo di 30-40 minuti  
con punte massime che vanno dai 5 ai 20 minuti.

E' però possibile

**AUMENTARE LA PROPRIA CAPACITA'  
DI ATTENZIONE E CONCENTRAZIONE**  
attraverso un costante allenamento.



**... IMPARIAMO AD ASCOLTARE**

# IMPARARE AD ASCOLTARE

Devi predisporti all'ascolto

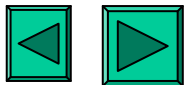
## FISICAMENTE:

- mettiti comodo sulla sedia
- assumi una postura corretta
- prepara il materiale necessario

## MENTALMENTE:

- elimina pensieri che potrebbero disturbarti
- non distrarti con particolari superflui dell'ambiente
- se ti accorgi di provare sensazioni troppo intense, respira profondamente e cerca di rilassarti

MA... ASCOLTARE NON BASTA...



DEVI PARTECIPARE ATTIVAMENTE

# PARTECIPARE ATTIVAMENTE

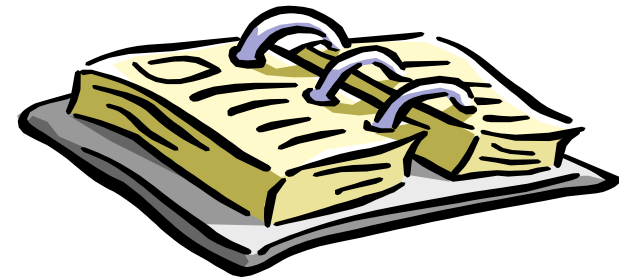
Per seguire la lezione IN MODO ATTIVO:

- richiama alla mente le conoscenze che già possiedi riguardo l'argomento: sarà più facile ancorare ad esse gli elementi nuovi che apprenderai
- poniti mentalmente delle domande circa l'argomento, lasciando libero spazio alla tua curiosità
- esprimi senza paura all'insegnante dubbi, incertezze, ipotesi, obiezioni

E naturalmente...PRENDI APPUNTI

# PRENDERE APPUNTI

E' IMPORTANTE PERCHE'



- impedisce di distrarsi
- migliora la comprensione dell'argomento
- fissa le informazioni nella memoria e consente di iniziare subito a studiare l'argomento
- permette a casa, nel ripasso o a distanza di tempo, di riprendere l'argomento avendone subito chiari gli elementi fondamentali
- consente di confrontare le informazioni con altre fonti, per esempio i libri di testo

MA... COME PRENDERE APPUNTI?

# COME PRENDERE APPUNTI

Gli appunti sono ANNOTAZIONI BREVI

Quindi non pretendere di scrivere tutto, ma sforzati di *cogliere l'essenziale* di quanto viene detto, privilegiando le *parole chiave* della spiegazione

## CONCRETAMENTE

- scrivi data, materia e titolo della lezione
- lascia spazi bianchi per eventuali dubbi, integrazioni, correzioni
- fai attenzione al sistema di segnalazione dell'insegnante, cioè alle frasi che sottolineano l'importanza dei concetti
- usa ogni tipo di abbreviazione e simbologia per velocizzare la scrittura

ECCO ALCUNE...

# STRATEGIE

- quando puoi, sostituisci la frase con una parola: *Era stata organizzata una festa* → *Festa*
- se una parola ricorre di frequente, abbreviala, anche solo con l'iniziale: *Manzoni*    *M*    →
- elimina articoli e preposizioni: *Il Preside comunica l'orario delle lezioni* → *Preside comunica orario lezioni*
- usa i segni di interpunzione
  - : per spiegare qualcosa    ! per cosa importante    ? per un dubbio
- usa abbreviazioni e segni grafici
  - +    -    <    >    X    X'    qlc    qs    cap    pag    pp



# UNA PROPOSTA: IL METODO CORNELL

**PRIMA DELLA LEZIONE:** traccia una linea verticale lungo la pagina a circa 6 cm. dal margine sinistro

**DURANTE LA LEZIONE:** prendi appunti normalmente nella colonna di destra

**DOPO LA LEZIONE:** rileggendo gli appunti inserisci le parti mancanti che ricordi ancora e nella colonna di sinistra scrivi le parole chiave relative al contenuto degli appunti

## 5 FASI... 5 ERRE

**REGISTRA** le informazioni importanti durante la lezione

**RIDUCI** le informazioni in parole chiave riassumendo il contenuto

**RICOSTRUISCI** il contenuto, tenuto coperto, attraverso le parole chiave

**RIFLETTI** sul contenuto, confrontandolo con le tue idee e valutandolo

**RIGUARDA/RIPASSA** in modo attivo attraverso le parole chiave