

IMPARARE



FreeNauta's

## STRATEGIE DI STUDIO

Lista delle Strategie di Studio considerate **più efficaci** dagli esperti di Metacognizione [1].

PDF-ISCRIVITI E  
SCARICA GRATIS

[1] Fonte: questionario AMOS 8-15 di Cornoldi, De Beni, Zamperlin, Meneghetti, per la Valutazione della Motivazione e Abilità allo studio.

# STRATEGIE DI STUDIO

Lista delle Strategie di Studio considerate **più efficaci (+)** e **meno efficaci (-)** dagli esperti di Metacognizione [1].

[1] Fonte: questionario AMOS 8-15 di Cornoldi, De Beni, Zamperlin, Meneghetti, per la Valutazione della Motivazione e Abilità allo studio, Erickson.

- + Farsi venire in mente ciò che già si conosce dell'argomento che si sta studiando
- + Prima di leggere osservare il titolo, i sottotitoli, le parole evidenziate e le figure
- Leggere una volta ad alta voce il testo
- + Decidere inizialmente come studiare il testo e/o darsi una tabella
- + di marcia (come dividerlo, quanto tempo dedicarci ... )
- + Prima di iniziare la lettura attenta, dare una prima letta rapida al testo
- + Durante la lettura fermarsi a prevedere cosa sarà scritto dopo
- Durante lo studio tenere la musica come sottofondo
- Sottolineare o evidenziare le informazioni importanti durante la prima lettura del testo
- + Durante la lettura del testo chiedersi se si sta capendo l'argomento
- Saltare le cose che non si capiscono
- Stare molto attenti alle parole e alle informazioni contenute nel testo, lasciando perdere le figure
- + Se non si capisce una parte del testo rileggerla
- Durante lo studio tenere la TV accesa come sottofondo
- + Sottolineare o evidenziare le informazioni importanti dopo aver letto il testo almeno una volta
- Ricopiare sul quaderno i pezzi più difficili

# STRATEGIE DI STUDIO

Lista delle Strategie di Studio considerate **più efficaci (+)** e **meno efficaci (-)** dagli esperti di Metacognizione [1].

[1] Fonte: questionario AMOS 8-15 di Cornoldi, De Beni, Zamperlin, Meneghetti, per la Valutazione della Motivazione e Abilità allo studio, Erickson.

- Rileggere varie volte il testo a voce alta e con espressione
- + Alla fine ripetere il testo con proprie parole
- + Cercare di memorizzare le informazioni importanti usando trucchi (rime, assonanze, associazioni, storie)
- + Scrivere degli appunti sintetici a fianco del testo o su foglio a parte durante lo studio
- Alla fine cercare di ripetere il testo parola per parola
- Rileggere il testo a voce alta almeno una volta
- + Alla fine fare un riassunto scritto
- + Leggere in modo silenzioso, cercando di capire
- + Alla fine pensare a delle domande che l'insegnante potrebbe fare
- + Alla fine pesare uno schema, una tabella o in diagramma
- + Approfondire l'argomento trattato utilizzando altri strumenti e cercando altre informazioni (enciclopedia, CD, ecc)
- + Fare una prova, dell'interrogazione o del compito immaginando di essere proprie in quella situazione

# STRATEGIE DI STUDIO

Come interpretare e usare la lista

SCOPRI IL METODO FREENAUTA'S PER L'APPRENDIMENTO POSITIVO.

**Alcuni spunti a cura della d.ssa Paola Ricca:**

**Non limitiamoci:** La lista presenta le più comuni strategie di studio, classificandole in tendenzialmente efficaci o non efficaci. La lista non contempla tutte le strategie applicabili, ma solo quelle rispetto alle quali è stata possibile una misurazione puntuale e scientifica dei risultati. Ci sono ulteriori strategie e sotto-strategie utili, che non compaiono nella lista, che è possibile esplorare per **personalizzare il proprio metodo di studio**. Per esempio, i neuroscienziati stanno studiando gli impatti sulla memoria del praticare attività sportiva intensa alcune ore dopo lo studio: in attesa di prove scientifiche certe, questo tipo di strategie non è al momento incluso nella lista.

Inoltre la lista è pensata in generale per tutte le materie, e non propone **strategie specifiche**, ad esempio per la matematica o l'inglese.

**Sperimenta su te stesso:** Anche se una strategia è contrassegnata con segno + o -, non è detto che la classificazione sia valida per tutti. Per esempio, per alcuni ragazzi tenere una musica di sottofondo (opportunamente selezionata con l'aiuto degli esperti) può favorire l'attenzione.

L'utilizzo ideale di questa lista è quindi quello di **confrontarla con le tue abitudini di studio** e verificare se ci sono delle abitudini classificate come efficaci che al momento stai trascurando. In quel caso **prova a sperimentarle per qualche tempo**, verificando gli effetti in termini di efficacia nello studio.

Analogamente, se stai usando una strategia di studio **classificata come non efficace**, **prova a sospenderla per un periodo notando le differenze**.

**Prova con noi:** Nei laboratori FreeNauta's diamo suggerimenti e metodi specifici per personalizzare il proprio metodo di studio, **partendo dai punti di forza dei ragazzi**. Il metodo FreeNauta's è applicabile già dal *4° anno della scuola primaria e fino all'Università*. Viene inoltre proposto e *applicato anche all'apprendimento degli adulti*, nel contesto della formazione aziendale.

# STRATEGIE DI STUDIO

Come possiamo aiutarti?

SCOPRI IL METODO FREENAUTA'S PER L'APPRENDIMENTO POSITIVO.

## Il nostro approccio:

Nel metodo FreeNauta's parte **sempre dai tuoi punti di forza**. Si crea un **metodo di apprendimento personalizzato** che metta in luce il **tuο potenziale**, senza forzarti ad andare contro la tua natura. Per esempio, si **analizza qual'è il tuo stile di apprendimento** (*visualizzatore/verbalizzatore, intuitivo/sitematico, riflessivo/impulsivo, ecc*) e si crea il tuo metodo **partendo da questa consapevolezza**.

Si lavora inoltre sull'**autonomia** e sulla **motivazione**. Quando si riesce, infatti, a trovare il proprio metodo di studio, si comincia a vivere meglio le sfide della scuola, e non solo. Anche **socializzare** diventa più semplice, via via che l'**autostima** cresce.

Non ti resta che sperimentare di persona, provando uno dei **nostri laboratori di gruppo** o dei nostri **percorsi individuali**. Proponiamo anche laboratori serali per adulti, genitori e insegnanti. Per tutte le info consulta [www.freenautabar.it](http://www.freenautabar.it)



**D.ssa Paola Ricca**

Responsabile del progetto: d.ssa Paola Ricca, formatrice AIF, specialista in metacognizione e metodi di apprendimento personalizzati, tutor DSA (matem./inglese).