

Programma

● Primo incontro:

- Presentazione e raccolta aspettative dello studente/studentessa.
- Esplorazione degli stili di apprendimento e stili cognitivi personali.
- Analisi delle proprie abitudini di studio.

● Secondo incontro:

- Motivazione allo studio.
- Percezione di sé come studente.

● Terzo incontro:

- Presentazione di App, programmi pc e strumenti, con esercitazione pratica.

● Dal quarto al nono incontro:

- Approfondimento specifico di ogni materia scolastica; presentazione ed esercizi su tecniche di memorizzazione; costruzione di mappe concettuali, schemi, formulari, riassunti; preparazione di esposizioni orali; lettura e comprensione di testi scritti; approccio a esercizi e problemi.

● Decimo incontro:

- Riflessione sul percorso svolto e sulle competenze acquisite.
- Buone pratiche per continuare ad applicare le strategie apprese.

**Forniamo una
base solida per
l'apprendimento**

Informazioni, costi e iscrizioni

02 89516464

391 1844672

info@alamilano.org



Via Pietro Boifava, 60/A Milano
www.alamilano.org



**METODO
DI
STUDIO**

Una volta per tutte



Il metodo di studio

Non esiste un metodo valido per tutti/e e per ogni materia: ogni mente ha una propria struttura unica e inimitabile e ogni studente e studentessa ha specifiche abilità e competenze.

Possedere un buon metodo di studio significa padroneggiare un insieme di **tecniche personalizzate** che permettano di **apprendere nel minor tempo** possibile e nel modo **più efficace**. Proprio per questo, è estremamente importante essere consapevoli delle proprie caratteristiche (difficoltà, punti di forza, abitudini) e conoscere le **diverse strategie** per **studiare** e organizzare il proprio lavoro, in modo da poter scegliere quella più adatta a sé e alla specifica materia da affrontare (costruzione di mappe concettuali/schemi/formulari, utilizzo di software e app, creazione di riassunti, uso di flash cards...).

Inoltre, è fondamentale imparare a **pianificare** le attività in base al tempo a disposizione, **organizzare** lo spazio di studio, **controllare le distrazioni** e **gestire** le proprie **emozioni** (ad esempio ansia e preoccupazione).

Tutor dell'apprendimento Chi è?

Il/la Tutor dell'Apprendimento è un/a professionista con una **formazione specifica**, che conosce le basi teoriche dell'apprendimento e le tecniche e gli strumenti per supportare gli studenti e le studentesse in difficoltà.

Il/la Tutor ha il ruolo di:

- Aiutare studenti e studentesse a maturare una maggiore consapevolezza del proprio modo di apprendere, **identificare i metodi di studio più adatti** ad ognuno/a.
- Presentare **modalità e strategie di studio** e svolgimento dei **compiti** e promuoverne la sperimentazione.
- Sostenere la creazione di routine in cui utilizzare in maniera costante e ripetuta le strategie apprese, avviando allo **studio autonomo**.

Per chi?

- Studenti e studentesse di **scuole primarie e secondarie di primo e secondo grado** che desiderano migliorare il proprio metodo di studio e ottenere maggior successo scolastico.

Durata

- 10 incontri della durata di 1 ora e mezza l'uno.

Modalità

- Gli incontri possono essere svolti **individualmente**, in un rapporto 1:1 con il/la Tutor o in **piccolo gruppo**, con un massimo di 3/4 partecipanti. I gruppi sono formati tenendo conto dell'età e della classe frequentata.

