

IMPARIAMO AD ORGANIZZARCI: L'IMPORTANZA DEL PIANO DI STUDIO

Corso di Metodologie di base dello Studio Universitario

A COSA SERVE UN **PIANO DI STUDIO**

Il **piano di studio** è un programma
serve agli studenti per delineare in maniera sistematica

- i tempi
- i contenuti
- gli obiettivi

che ci si prefigge di raggiungere durante lo studio di una materia.
Esso rappresenta uno strumento utile per organizzare lo studio anche
in vista delle

prove d'esame, in quanto consente di:

- pianificare
- organizzare le proprie risorse in maniera non dispersiva
- rendersi progressivamente autonomi nel proprio percorso di apprendimento

LE FASI DI UN PIANO DI STUDIO

1) VALUTAZIONE INIZIALE:

- Fai una stima della mole di lavoro (lunghezza del programma e complessità),
degli impegni che hai al di fuori dello studio, del tempo che hai a disposizione per
la preparazione

-Crea un grafico temporale delle attività che stai svolgendo:

prendi appunti delle tue attività quotidiane extra-accademiche per 1 settimana
(tempo che dedichi al lavoro, agli hobby, agli amici)
e immagina degli spazi dove poter inserire il tempo da dedicare allo studio (nello specifico: quali giorni, in quali orari, per quante ore?)

2) SVILUPPA UN PROGRAMMA DI STUDIO VERO E PROPRIO

-Calendarizza il tuo progetto (utilizzando un'agenda cartacea, un software), indicando in maniera precisa l'argomento da studiare, le ore che dedicherai allo studio, il numero di pagine

- Abbi cura di lasciare del tempo libero dallo studio, prevedendo anche attività non accademiche come l'esercizio fisico, il tempo da trascorrere con amici, le attività ricreative

-Permettiti delle pause durante lo studio

3) CHIARIFICA GLI OBIETTIVI:

- Formula degli OBIETTIVI CHIARI, MISURABILI E RAGGIUNGIBILI

- Cerca di rispettare il tuo programma di studio (DISTRIBUISCI I TEMPI)

- Distingui il tempo che dedichi alla lettura e allo studio da quello necessario per ripetere, in modo da elaborare i contenuti e distribuire la preparazione al meglio

L'IMPORTANZA DELL'AUTOVALUTAZIONE

La valutazione in itinere

detta anche "valutazione a medio termine", è il meccanismo fondamentale attraverso cui avere un continuo feedback potendo così modificare, rimodulare il sistema progettuale

Non buttarti giù se non riesci a rispettare gli obiettivi che ti eri proposto: **correggi il tiro, rielabora, ripianifica**

La valutazione finale:

-FAI DELLE PROVE: ripeti con il libro chiuso e senza supporti (es: appunti, schemi, riassunti)

esci dal testo, rielaborando e ripetendo con parole diverse lo stesso concetto

-IMPORTANZA DEL CONFRONTO: avere un compagno/gruppo di studio può aiutarti a consolidare ed organizzare contenuti e tempi, ma ricorda di tornare ad una revisione autonoma

-SEMPLIFICA: tenta di spiegare i concetti in termini chiari e semplici

cerca di trovare dei collegamenti con altri concetti della stessa disciplina

AUTOVALUTAZIONE con il Metodo Feynman

-Scrivi il concetto che stai studiando su un foglio di carta

-Spiega il concetto che hai scritto a parole tue, come se lo stessi insegnando a qualcun altro

-Ritorna su ciò che hai scritto e individua le aree in cui hai sbagliato

-Infine, correggi ciò che hai scritto e rendi in termini più semplici i contenuti più complessi

L'IMPORTANZA DELLA RIPETIZIONE

Distribuisce nel tempo la ripetizione del materiale che hai studiato

quando un contenuto di apprendimento viene ripetuto, si avrà una migliore memorizzazione se la ripetizione sarà effettuata dopo un periodo di tempo più ampio

(«spacing effect» o «effetto distanza»)

-Leggere non vuol dire ripetere: quando stai studiando per un esame, la sola

ri-lettura passiva del testo ha effetto limitato o nullo (Callender & McDaniel 2009)

ALCUNI ATTEGGIAMENTI DA EVITARE MENTRE STUDI:

La mappa degli errori

-Pensare che il metodo di studi scatti “naturalmente”, con il tempo: come bisogna imparare a camminare e nuotare, è necessario farlo anche per studiare

-Pensare che esista un unico metodo di studio, o che il metodo di studio sia uguale per tutta la vita

-Pensare che il metodo di studio voglia dire che ci sia un risparmio in termini di impegno

-Pensare che sia sufficiente leggere e ripetere per studiare

-Studiare per una interrogazione orale senza ripetere ad alta voce o studiare per una prova scritta ripetendo solo a voce alta: è necessario esercitarsi **integrando**

la strategia di apprendimento con la tipologia di materiale da apprendere

-Pensare che il nostro metodo di studio funzioni anche per gli altri e per chi è in difficoltà