

**“STUDIARE MEGLIO”**  
**Corso di potenziamento delle strategie di studio  
e motivazionali**  
di Tandem

**UNIVERSITÀ**

Percorso di 20 ore che prevede 5 incontri a cadenza settimanale da 4 ore ciascuno.  
Il corso si tiene il sabato mattina:

**Lezione 1:**

- Presentazione del corso e di sé.
- Apprendimento e metacognizione.
- Avvio del progetto personale e ricognizione delle risorse individuali in ingresso.
- Analisi motivazioni e aspettative.
- Bilancio risorse e vincoli.
- Verifica competenze di studio in ingresso.
- Analisi principali difficoltà nello studio.

**Lezione 2:**

- Discussione sul proprio atteggiamento di studio.
- Organizzare il tempo e le condizioni di studio.
- Compilazione quadro orario settimanale.
- Autovalutazione stili cognitivi.
- Approccio ai testi: le coordinate del testo.
- Approccio ai testi: le strategie di lettura.

**Lezione 3:**

- Analisi, criteri, tecniche e modelli per prendere appunti.
- Costruire mappe e schemi per studiare: esercitazioni guidate, teoria e esercitazione su tesi.
- Attività di lavoro di gruppo: costruzione di mappe concettuali.

**Lezione 4:**

- Lo studio in gruppo cooperativo.
- Attività di lavoro di gruppo: costruzione mappe concettuali e esposizione orale.
- Strategie volitive.
- Tecniche espositive: esposizione dei propri lavori e autovalutazione.

## **Lezione 5:**

- Gestione dell'ansia.
- Tecniche espositive: simulazione esame orale.
- Verifica competenze di studio in uscita.
- Progetto personale per il superamento di difficoltà nello studio.