

# Corso TdA

## (Tecnologie dell'Apprendimento)

Il corso è finalizzato all'insegnamento di un metodo di studio e con esso all'acquisizione di specifiche tecniche di memorizzazione. Unitamente a questo, in previsione dell'esame di stato, si fornisce lo studente anche di apposite tecniche per la gestione dello stress e l'ottimizzazione della prestazione.

- I Step: classi 1me

### **Le tecniche di memorizzazione**

- Introduzione e teoria sui principi della memorizzazione
- Una prima tecnica
- L'alfabeto fono numerico
- Phaenomena: memorizzazione di un elenco di 50 parole

10 ore di formazione, € 80 per studente

- Il Step: classi 2nde

### **Metodo di studio**

- Ripasso tecniche del I Step
- Lettura veloce
- Come prendere appunti
- Il metodo di studio
- Le mappe mentali
- Il piano d'azione

10 ore di formazione, € 80 per studente

- III Step: classi 3ze

## **Gestione dello stress e programmazione del risultato**

- Ripasso tecniche del I Step e metodi del II Step
- Una prima tecnica di rilassamento
- Definizione dell'obiettivo
- Il rilassamento con i colori
- L'ideoprogrammazione

### **Svolgimento corso e costi**

10 ore complessive per step, suddivise in 10 lezioni da 2 ore ciascuna da tenersi in orario successivo alle lezioni a partire dalle 13:30 o dalle 14:30. In realtà è il caso di personalizzare la pianificazione dell'intervento facendo sì che meglio si adatti alle esigenze dell'istituto.

Il corso deve concludersi prima della pausa natalizia e sarà seguito da un richiamo di 2 ore da tenersi nei 2 mesi successivi al termine del corso.

Costo del corso: € 80,00 / studente