

PERCEPISCO LA MIA COMPETENZA

Per ognuna delle 9 aree della tabella, indica come ti percepisci usando valori da 1 a 3 che hanno il seguente significato:

1. Poco competente (mi sento in difficoltà).
2. Abbastanza competente (riesco bene).
3. Molto competente (è un mio punto di forza).

| Come mi percepisco ... | |
|---|-------|
| 1. Nella GESTIONE DEL TEMPO di studio. | ① ② ③ |
| 2. Nel MANTENERE LA CONCENTRAZIONE. | ① ② ③ |
| 3. Nel PARTECIPARE ALLE LEZIONI. | ① ② ③ |
| 4. Nella VELOCITÀ DI LETTURA. | ① ② ③ |
| 5. Nell'affrontare VERIFICHE (SCRITTE E ORALI). | ① ② ③ |
| 6. Nel COMPRENDERE DI CIÒ CHE LEGGO. | ① ② ③ |
| 7. Nelle VERIFICHE SCRITTE. | ① ② ③ |
| 8. Nel RICONTROLLARE una verifica scritta per ritrovare gli errori. | ① ② ③ |
| 9. Nei LAVORI DI GRUPPO. | ① ② ③ |

¹ Il volume fa parte della collana “L’autostima migliora con ...”, distribuito mediante GOOGLE PLAY LIBRI

<https://play.google.com/store/books/author?id=Cristian+Pagliariccio>

Attività 2 – Volume: La disponibilità a studiare² (Cristian Pagliariccio)

COSA FACCIO PER APPRENDERE?

Leggi ognuna delle affermazioni che trovi sotto.

- Se l'affermazione ti descrive, cerchia la S (Si).
- In caso contrario, cerchia la N (No).

| | | |
|----|--|-----|
| 1 | Per fare i compiti e studiare impiego dalle 2 alle 3 ore al giorno. | S N |
| 2 | Il giorno prima di una verifica o un'interrogazione devo solo ripassare, perché ho già studiato nei giorni precedenti. | S N |
| 3 | Ho tempo sia per lo studio che per fare altre attività che mi piacciono. | S N |
| 4 | Studio con attenzione, senza distrarmi. | S N |
| 5 | Studio senza distrazioni e interruzioni per almeno 25 minuti. | S N |
| 6 | A lezione partecipo con attenzione (seguo, faccio domande per chiedere ciò che non capisco e provo a rispondere alle domande). | S N |
| 7 | Appunto cose utili durante le lezioni. | S N |
| 8 | Riesco ad usare i miei appunti per studiare. | S N |
| 9 | Entro 24 ore dalla lezione, rivedo gli appunti per verificare se sono corretti e per migliorarli. | S N |
| 10 | Riesco a leggere ciò che mi viene assegnato, senza restare indietro. | S N |
| 11 | Cambio velocità di lettura, in base alla difficoltà dei testi e alla loro importanza. | S N |

² Il volume fa parte della collana "L'autostima migliora con ...", distribuito mediante GOOGLE PLAY LIBRI

<https://play.google.com/store/books/author?id=Cristian+Pagliariccio>

| | | |
|-----------|---|-----|
| 12 | La mia velocità di lettura mi soddisfa (non penso di leggere lentamente). | S N |
| 13 | Nelle verifiche scritte e orali, in genere ottengo risultati superiori al 7. | S N |
| 14 | Nelle verifiche scritte e orali, il mio modo di ragionare mi soddisfa (non mi blocco né mi confondo). | S N |
| 15 | Nelle verifiche scritte e orali, mantengo la concentrazione (penso solo a ciò che serve). | S N |
| 16 | Riesco a individuare le idee principali di ciò che studio. | S N |
| 17 | So come scegliere ciò che è importante in un testo. | S N |
| 18 | Riesco a ricordare ciò che ho appena studiato. | S N |
| 19 | Quando scrivo, riesco a iniziare e concludere un argomento senza grosse difficoltà. | S N |
| 20 | Quando mi viene affidato un lavoro scritto, riesco ad essere puntuale, rispettando le scadenze di consegna. | S N |
| 21 | Scrivo in modo comprensibile e difficilmente vado fuori tema. | S N |
| 22 | Prima di consegnare un lavoro scritto o un compito assegnato per casa, lo rileggo e lo controllo. | S N |
| 23 | Ricontrollo gli errori prima di consegnare una verifica scritta. | S N |
| 24 | Mi accorgo degli errori quando ricontrollo una verifica scritta e li correggo. | S N |
| 25 | In genere, mi trovo bene quando lavoro in un gruppo. | S N |
| 26 | Quando lavoro in un gruppo, se c'è un problema (mio o di qualcun altro) cerco di risolverlo. | S N |
| 27 | Se lavoro in gruppo, partecipo come gli altri (né troppo di più né troppo di meno). | S N |

Attività 3 – Volume: La disponibilità a studiare³ (Cristian Pagliariccio)

CONSIDERO I MIEI BISOGNI FORMATIVI

Sotto trovi 9 tabelle.

Ognuna di esse serve per aiutarti a riflettere sui tuoi bisogni formativi, considerando le risposte che hai dato nelle due attività precedenti.

| Gestione del tempo | | | | |
|--------------------|---|---|---|------------|
| 1 | 1 | 2 | 3 | Tot. 1,2,3 |
| | | | | |

| Letture (comprensione) | | | | |
|------------------------|----|----|----|---------------|
| 6 | 16 | 17 | 18 | Tot. 16,17,18 |
| | | | | |

| Concentrazione | | | | |
|----------------|---|---|---|------------|
| 2 | 4 | 5 | 6 | Tot. 4,5,6 |
| | | | | |

| Scrittura | | | | |
|-----------|----|----|----|---------------|
| 7 | 19 | 20 | 21 | Tot. 19,20,21 |
| | | | | |

| Ascolto e appunti | | | | |
|-------------------|---|---|---|------------|
| 3 | 7 | 8 | 9 | Tot. 7,8,9 |
| | | | | |

| Revisione bozze | | | | |
|-----------------|----|----|----|---------------|
| 8 | 22 | 23 | 24 | Tot. 22,23,24 |
| | | | | |

| Letture (ritmo) | | | | |
|-----------------|----|----|----|---------------|
| 4 | 10 | 11 | 12 | Tot. 10,11,12 |
| | | | | |

| Lavoro di gruppo | | | | |
|------------------|----|----|----|---------------|
| 9 | 25 | 26 | 27 | Tot. 25,26,27 |
| | | | | |

| Preparazione | | | | |
|--------------|----|----|----|---------------|
| 5 | 13 | 14 | 15 | Tot. 13,14,15 |
| | | | | |

³ Il volume fa parte della collana “L’autostima migliora con ...”, distribuito mediante GOOGLE PLAY LIBRI

<https://play.google.com/store/books/author?id=Cristian+Pagliariccio>

Come si usano le tabelle?

1. Considera le risposte date nel questionario dell'attività 1.

- Nella prima colonna della tabella (color celeste) inserisci il numero che hai usato per descrivere come ti percepisci (①, ② o ③).

2. Considera le risposte date nel questionario dell'attività 3.

- Ogni volta che hai risposto "Sì" (S) nel questionario, devi mettere una 1 nella tabella, in corrispondenza del numero della frase considerata. Se hai risposto no, metti 0 (zero).

Esempio. Se le tue prime tre risposte sono state **S** (frase 1), **N** (frase 2), **S** (frase 3), dovrai mettere:

| Gestione del tempo | | | |
|--------------------|---|---|------------|
| 1 | 2 | 3 | Tot. 1,2,3 |
| 1 | 0 | 1 | 2 |

- Somma i tre numeri riportati nei riquadri bianchi, inserendo il risultato totale (Tot.) nel riquadro verde.

3. Segui le indicazioni che ti saranno date per la riflessione.