

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.